

Eigenverantwortung im kunsttherapeutischen Prozess

Als Kunsttherapeutin arbeite ich mit Menschen, die in eine schwierige Lebenssituation geraten oder psychisch krank geworden sind. Kunsttherapie geschieht meist in Einzelarbeit, aber auch in Kleingruppen. Im kunsttherapeutischen Prozess bewegen wir uns auf einer bildhaften Ebene und erkunden gemeinsam das persönliche und das kollektive Imaginarium. Konkret heißt das, dass Klient*innen mit verschiedenen kreativen Mitteln zum Ausdruck bringen, was sie innerlich bewegt. Um einen solchen, durchaus anspruchsvollen Prozess in Gang zu setzen, sind einige Voraussetzungen von Seiten der Kunsttherapeutin aber auch der Klientin nötig.

Eine Klientin sucht die Kunsttherapie auf, um für ihre Schwierigkeiten Erleichterung oder einen besseren Umgang mit einem Problem zu finden. Zunächst neigt sie vielleicht dazu, ihr Thema zu delegieren. Die Kunsttherapeutin soll sie möglichst rasch vom Belastenden befreien. Das Gegenteil ist der Fall: in den ersten Sitzungen wird das Problem erst richtig sichtbar. Schwarz auf weiß oder mit bunten Farben auf Leinwand kann nun die Klientin selbst erkennen, in welcher Situation sie sich wirklich befindet. Sie steht sich in gewisser Weise selbst gegenüber, denn immer ist das kreative Produkt ein Spiegel ihres Inneren und manchmal sogar noch mehr. Zuweilen verschmilzt die bewusst zu Papier gebrachte Darstellungsebene mit den unbewussten Bestrebungen, Motiven, Ängsten, Sehnsüchten, Komplexen und gibt Überraschendes frei.

Als Kunsttherapeutin bin ich an der Seite der Klientin und gehe mit ihr gleichen Schrittes. Ihr Erkennen, ihr Erstaunen, ihr Erschrecken geht vor, ich begleite sie mit meinen Beobachtungen auf der Bildebene. Ein Bild ergibt das andere und stets geht die Frage mit uns, wohin denn der Weg führen soll. Die Klientin ist zum Reflektieren angehalten, denn wer weiß mehr vom Ziel der Reise als sie selbst? Die Psyche drängt danach, sich mitzuteilen, gesehen zu werden im Leiden und auch in der ganzen inneren Strahlkraft. Ein Teil in ihr will jedoch verschweigen, verleugnen, zudecken. Ein Teil will im Status Quo verharren. Da ist Angst, Scham, Schuld, die sie zunächst beim Anderen vermutet. Sie wird fündig bei den Eltern, beim Partner, beim Schicksal, bei der Gesellschaft.

Nur das Vertrauen in eine wertschätzende therapeutische Beziehung ermöglicht es der Klientin, diesen inneren Kampf zugunsten einer Öffnung und Umwandlung zu gewinnen. Der Rhythmus der Psyche ist langsam. Langsam, sanft und tief ordnen sich die inneren Bilder und gewinnen an Klarheit. Die „andere Sprache“ des nonverbalen Tuns aktiviert Ressourcen und Selbstheilungskräfte.

In dieser Phase entdeckt die Klientin ihre ganz persönlichen inneren Bilder, die zu Leitbildern werden, ihre individuellen Symbole, die nur ihr gehören. Ihnen haftet etwas Intimes an, etwas unverwechselbar Einzigartiges. Sie verbindet sich mit den kollektiven Bildern, die in Märchen, in der Weltliteratur, in der Kunstgeschichte zum Ausdruck kommen. Die Klientin übernimmt für sich selbst Verantwortung und integriert ihre ungeliebten Anteile. Sie erfährt eine Erweiterung ihres Selbstbildes und löst langsam den starren Blick auf die Problemanteile. Sie ist bereit, sich neu und anders zu denken.

Dr.ⁱⁿ Hanna Battisti ist Kunsttherapeutin im eigenen Atelier und in der Psychiatrie