



Barbara Steinmann

# SCHÖPFERISCH WERDEN – ENTWICKLUNG WAGEN

Potenziale der  
anthroposophischen Kunsttherapie

Broschüre Nr. 6

**anthroSocial**  
begegnen begleiten befähigen

# INHALT

Vorwort .....	3
Einstimmung .....	4
Wenn das Leben herausfordert .....	5
<b>Anthroposophische Kunsttherapien als Teil der Anthroposophischen Medizin .....</b>	<b>8</b>
<b>Interview mit dem Psychiater und Traumapsychotherapeut, Dr. med. Franco Giustiniani .....</b>	<b>13</b>
<b>Gesundheit und Wohlbefinden als dynamischer Prozess .....</b>	<b>16</b>
<b>Therapeutische Prozessbegleitung .....</b>	<b>20</b>
<b>Exemplarische Beschreibung einer kunsttherapeutischen Therapiestunde .....</b>	<b>22</b>
<b>Interview mit dem Heilpädagogen und Arzt Walter J. Dahlhaus .....</b>	<b>26</b>
<b>Anhang .....</b>	<b>28</b>

## IMPRESSUM

**Herausgeber:** Anthrosocial  
Verband für anthroposophische Heilpädagogik,  
Sozialpädagogik und Sozialpsychiatrie Schweiz  
Beitenwil 61, CH-3113 Rubigen  
Tel.: +41 31 838 11 29  
Mail: info@anthrosocial.ch

**Redaktion, Lektorat:** Michaela Spaar

**Redaktion und Layout:** Matthias Spalinger

**Fotos:** S.4 François Croissant, z.v.g IKAM  
S.8, S 16, S 20, S 27 Matthias Spalinger

**Titelbild:** Philip Nelson

**Gestaltungskonzept:** www.consign.agency

# VORWORT

## Geschätzte Leserinnen und Leser

Sie halten die sechste Ausgabe der Broschürenreihe von Anthrosocial in den Händen, welche die anthroposophische Heilpädagogik, Sozialpädagogik und Sozialpsychiatrie in ihren Grundlagen darstellen und deren Wirkungsweisen vermitteln will. Der Schwerpunkt dieser Publikation liegt auf der Vielfalt der Künste und ihrer therapeutischen Wirkung.

Mit dem umfassenden Menschenverständnis Rudolf Steiners stehen ganzheitliche Methoden in den Bereichen Medizin, Heil- und Sozialpädagogik, Pädagogik und Kunst zur Verfügung. Diese Methoden können sowohl zur Diagnostik als auch zur Ableitung individuell abgestimmter Massnahmen für die pädagogische, agogische und therapeutische Tätigkeit eingesetzt werden. Im Mittelpunkt der anthroposophischen Menschenkunde stehen die vier Wesensglieder des Menschen, seine seelischen Tätigkeiten Denken, Fühlen und Wollen sowie seine individuellen Entwicklungsaspekte. Sie bilden eine essenzielle Grundlage für eine gezielte therapeutische Unterstützung oder entsprechende Therapieansätze – wie in der Broschüre anschaulich dargestellt.

Kunsttherapien sind ein wichtiger Bestandteil der Anthroposophischen Medizin sowie Heil- und Sozialpädagogik. Sie wurden in den letzten hundert Jahren entwickelt und fortlaufend an die aktuellen Herausforderungen der Zeit angepasst. Die vielfältigen Instrumente, Hilfsmittel und Materialien der einzelnen Therapien können eine wertvolle Ergänzung

zu den heilpädagogischen und sozialpädagogischen Interventionen und Massnahmen sein.

Die vorliegende Broschüre gibt einen Überblick über die Methodenvielfalt der anthroposophisch orientierten Kunsttherapien, ihre Einsatzmöglichkeiten und Wirkungsweisen. Barbara Steinmann schöpft dabei aus ihrem reichen Erfahrungsschatz als Kunsttherapeutin. Dafür lässt sie behandelnde und zuweisende Ärzte und Psychotherapeut:innen zu Wort kommen und berücksichtigt zudem die Sichtweise der Klient:innen. Trotz seiner Kürze gibt der Text einen guten Einblick in die komplexe Materie der anthroposophischen Kunsttherapien.

Als Pädagog:innen oder Agog:innen werden wir immer wieder gebeten, unsere Beobachtungen über Wirkungsweisen zu therapeutischen Massnahmen abzugeben. Um das voraussetzungsvoll tun zu können, möchte ich Ihnen die Lektüre dieser Broschüre ans Herz legen.

Udo Pfeil  
Präsident Anthrosocial



Plastiziertherapie

## EINSTIMMUNG

Ein bewegender Moment aus einer kunsttherapeutischen Therapiestunde beschreibt exemplarisch und skizzenhaft, wie sich die aussergewöhnliche Kraft kunsttherapeutischen Schaffens im Menschen entfalten kann.

Ein junger Mann, der nach einer für ihn schmerzhaften Trennung während Wochen kaum gesprochen und jeden Kontakt mit anderen abgelehnt hat, reagiert in der fünften Sitzung auf eine kunsttherapeutische Interaktion unerwartet aktiv. Der bisher zurückhaltende Jugendliche steht auf, geht um die von ihm aus Tonerde geschaffene Plastik herum, blickt fasziniert auf eine bestimmte Stelle, ergreift mit Interesse eine Handvoll Tonerde und beginnt mit grosser Konzentration an seinem Objekt weiter zu gestalten. Ein Leuchten geht über sein Gesicht und eine intensive Schaffensphase beginnt, in der sich sein Werk verändert: Kantige Stellen werden runder, Starres wird belebter, getrennte Elemente werden verbunden. Das Objekt be-

kommt Spannkraft. Die Spuren, die durch ihn am Objekt manifest geworden sind, geben ihm die Gewissheit, dass er etwas verändern kann und dass etwas in ihm mit der Welt verbunden ist. Sein Werk wird ihm zum Spiegel. Er formt, streicht, verdichtet, lockert die Tonerde, lässt sich mit ihr und durch sie auf Prozesse ein, die ihn und das Geschaffene weiter verändern. Begleitet durch eine kunsttherapeutisch geschulte Fachperson erforscht und begreift der junge Mann mit seinen Händen die lastenden und tragenden Kräfte am sich gestaltenden Objekt. Beim Tasten der Formen und im Nachklingenlassen des Schaffensprozesses erfährt er Qualitäten von sich, von seinem Innen- und Aussenraum und

---

**Und es kam der Tag, da das Risiko, in der Knospe zu verharren, schmerzlicher wurde als das Risiko zu blühen.»**

Anaïs Nin (1903–1977)

---

dem Grenzland dazwischen. Das ursprünglich eher zart verankerte Objekt verwurzelt sich in den nachfolgenden Therapieeinheiten zunehmend und wird individueller. Es nimmt anfänglich zögerlich, dann immer intensiver Kontakt mit der Umgebung auf und geht in einen Dialog mit seinem Umkreis über. Der junge Mann hat begonnen, seine Trauer aktiv zu verarbeiten. Er hat sich mit sich und der Welt tätig gestaltend auseinandergesetzt, hat Momente von Selbstwirksamkeit erlebt

und neuen Mut geschöpft. Er kann sein Leben auch nach der Trennung meistern – anders und selbstbestimmt. Er steht in sich gefestigter da und zeigt sich beziehungsöffener. Der kunsttherapeutisch begleitete Prozess zeigte Wirkung. Er verhalf dem jungen Mann, mit neuen Fertigkeiten in eine neue Entwicklungsphase eintreten zu können.

## Hinweis

Der Begriff «Kunsttherapie» umfasst in dieser Publikation nicht nur die Gestaltungs- und Maltherapie inklusive Plastiziertherapie, sondern auch die Bewegungs- und Tanztherapie, zu der die Heileurythmie zählt, die Drama- und Sprachtherapie mit der Therapeutischen Sprachgestaltung, die Musik- und Gesangstherapie sowie die Intermediale Therapie, die mit allen künstlerischen Medien arbeitet.

## WENN DAS LEBEN HERAUSFORDERT

Jedes Leben gleicht einer Wanderung durch ein unbekanntes Land. Während dieser Wanderung begegnen dem Menschen viele Herausforderungen, Hindernisse und Krisen, an denen er zerbrechen, aber auch wachsen kann. Die Kunsttherapien können hier Hilfestellungen und Unterstützungen geben.

Mit einem Rucksack voll Fähigkeiten, Vorstellungen, Idealen, Wünschen, Freuden und Ängsten starten wir ins Leben. Auf unserem Lebensweg begegnen wir Menschen, entwickeln Fertigkeiten, suchen nach Sinn, meistern Herausforderungen. Gelegentlich

kommen Schwierigkeiten auf uns zu. Wir haben vielleicht den falschen Proviant dabei oder schliessen uns unpassenden Mitreisenden an, verlieren dabei unseren Weg und stehen plötzlich am Abgrund. Mit bekannten Strategien kommen wir dann nicht mehr weiter. Zum Umkehren ist es meist zu spät und ausweichen ist nicht möglich. Bewährte Unterstützung durch das soziale Umfeld bleibt aus. Die eigenen Ressourcen scheinen aufgebraucht zu sein. Das Pendel des Lebens schwingt nicht mehr. Die Situation wird aussichtslos, wir befinden uns in einer Krise, in einer Sackgasse.

Ähnlich wie Krisen sind auch Erkrankungen, Beeinträchtigungen, Störungen oder Behinderungen an Körper, Seele und Geist durch Einseitigkeiten gekennzeichnet, die die per-

sönliche Weiterentwicklung erschweren oder gar verunmöglichen. Heutzutage leiden viele Menschen an Sinnverlust, Erkrankungen, Einschränkungen. Einsamkeitserleben, Depression und Burnout treten immer häufiger auf. Krebs, Autoimmunerkrankungen, Atemwegserkrankungen oder Hypersensibilität sowie Autismus-Spektrum-Störungen oder Verhaltens- und Entwicklungsstörungen sind weit verbreitet. An den Folgen von zunehmend komplexer werdenden gesundheitlichen Herausforderungen leiden sowohl die direkt Betroffenen als auch deren Umfeld.

Der Mensch verfügt jedoch auch über das Potenzial, an grossen Herausforderungen über sich selbst hinauszuwachsen. Denn er verfügt über innere Ressourcen, die ihm ermöglichen, Widerstandskraft und Resilienz zu entwickeln. Sich als Individuum und als Gemeinschaft an Widerständen weiterzuentwickeln, ist etwas zutiefst Menschliches.

In jedem Menschen findet sich eine Quelle schöpferisch-künstlerischen Potenzials. Manchmal wird dieser Quellort durch biografische Ereignisse zugeschüttet und geht vergessen. «Als Kind ist jeder ein Künstler», sagt Picasso. «Die Schwierigkeit liegt darin, als Erwachsener einer zu bleiben.» Der berühmte Maler weist damit darauf hin, dass diese Quelle der bewussten Pflege bedarf, damit auch der erwachsene Mensch in Verbindung mit sich selbst bleiben und aus seinem Zentrum heraus kreativ werden kann.

Auf dem Spiel- und Übungsfeld von Kreativität und Kunst können Klient:innen zu Akteur:innen werden. In der schöpferischen Tätigkeit, durch Singen, Tönen, Sprechen, Malen, Plastizieren und Bewegen, können sich Menschen ein Stück Welt «anverwandeln». Im kreativen Prozess setzen sich die Klient:innen mit bestehenden und entstehenden Mustern, mit Gedanken, Gefühlen, Emotionen und Motiven ihrer aktuellen Lage auseinander. Sie

folgen dem Strom, der sich aus ihrem Innern den Weg in die sinnliche Wahrnehmung, in die Hörbarkeit oder Sichtbarkeit bahnt. Manchmal ist das eine Entlastung.

## Krise als Chance

In der künstlerisch-therapeutischen Tätigkeit fokussieren sich Klient:innen zusätzlich auf den Prozess des Brückebildens zwischen ihnen und dem sozialen Umfeld. Was dann im Aussen geformt wird, kann sich auch innerlich bilden. Wie sich Klient:innen als Individuen mit ihrem spezifischen sozialen Umfeld auseinandersetzen, bildet sich in der ihnen eigenen Art zu handeln ab.

Die Klient:innen lassen sich dann vollumfänglich auf ihren Prozess ein, werden zu dem, was sie tun und setzen eine neue Qualität und etwas neu Geschaffenes in die Welt. *Was* gestaltet wird und *wie* wird wichtig: Wie ich ein Gedicht spreche, einen Gong zum Schwingen bringe, eine Farbe aufs Blatt auftrage, ein Stück Tonerde bearbeite. In der Kunsttherapie dienen Prozess und Objekt als Spiegel der aktuellen Verfassung und Befindlichkeit der Klient:innen. Was innerlich durchlebt worden ist, lässt sich im Nachklang fassen und manifestiert sich zugleich als geformtes Phänomen im Aussen. In der kunsttherapeutischen Werk- und Prozessbetrachtung können anhand gemeinsamer Beobachtungen von Klient:in und Kunsttherapeut:in individuelle Fragen nach Besonderheiten, nach Muster und Motiven des eigenen Handelns erspürt oder erkannt werden.

Auch lauschen Klient:innen dem Echo, das das entstehende Werk, der Prozess aus der Umgebung erhält. Sie erleben dann die Folgen ihres Seins und Tuns. Dadurch eröffnen sich ihnen Resonanzräume, die auch im Krisenmoment Umrisse von Zukünftigem im Jetzt erahnen lassen. Durch das Tun, den Selbsterfah-

rungsprozess, durch den sie die eigenen Stärken und Schwächen am Werk gespiegelt bekommen, gewinnen sie gewisse Einsichten, können seelisch reifen und sich verwandeln. Das Selbstwirksamkeitserleben eröffnet Möglichkeiten. Starre und Blockaden, die sich in herausfordernden Situationen einstellen, können sich lösen, neue Standpunkte einzunehmen wird möglich. Klient:innen können sich zu gleichbleibenden Tatsachen und zu sich selbst anders positionieren, Geschehnisse aus einem neuen Blickwinkel betrachten und sie neu gewichten. Sie lernen unveränderbare Situationen zu akzeptieren; dank dem Vertrauen in die eigene Selbstführung und Entwicklungskraft können sie daran wachsen und Angst in Vertrauen verwandeln. Bei jedem Entwicklungsschritt geht etwas Altes zu Ende, etwas Neues kommt aus der Zukunft auf uns zu. Der Übergangsmoment vom

Alten ins Neue ist geheimnisvoll. Altes und Neues berühren sich nicht, sind Träger höchst unterschiedlicher Qualitäten. Symbolisch weist die sich ein- und wieder auswickelnde Spirale auf das Geheimnis dieses Übergangsmomentes hin. Im Zwischenraum des Involutions- und Evolutionsgeschehens liegt das Gesamtpotenzial zur Entwicklung auf die nächsthöhere Ebene. Hier befindet sich zugleich auch der Moment der Krise, der vollkommenen Offenheit, der Verletzlichkeit und Gefahr. Von Sitzung zu Sitzung können sich Klient:innen ihren Therapiezielen nähern und dabei abspüren, wie sich ihr Weg nach und nach gestaltet. Sie nehmen das Leben quasi in ihre eigenen Hände und werden zu Mitgestaltern ihres Schicksals, um immer mehr zu dem zu werden, der sie eigentlich sind und werden möchten. Eine Krise kann somit zu einer Chance werden.



Kosmische Spirale ausserhalb von Raum und Zeit: Involution und Evolution



Musiktherapie

## ANTHROPOSOPHISCHE KUNSTTHERAPIE

Die verschiedenen anthroposophischen Kunsttherapien sind ein wesentlicher Bestandteil der Anthroposophischen Medizin. Dabei steht der Mensch als physisches, seelisches und geistiges Wesen im Zentrum, das mit dem Geistigen in der Welt und mit dem Kosmos in Verbindung ist und sich immer weiterentwickelt. Bei der anthroposophisch-medizinischen Behandlung wird der ganze Mensch angesprochen.

Die Anthroposophische Medizin ist eine integrative Medizin und versteht sich als Erweiterung der Schulmedizin. Seit mehr als 100 Jahren verkörpert sie in der Gesundheitsversorgung einen ganzheitlichen Ansatz, der sich vollumfänglich am Menschen und seiner Einbettung in die Welt und am Kosmos orientiert. Sie verbindet schulmedizinische und komplementärmedizinische wie auch spirituelle Gesichtspunkte zu einem integrativen Behandlungsansatz. Sie integriert verschiedene Therapien und Methoden, um körperliche, seelische und geistige Gesundheit differen-

ziert berücksichtigen zu können.

Alle zum Behandlungsspektrum gehörenden Methoden haben zum Ziel, Körper, Seele und Geist in Einklang zu bringen und die Selbstheilungskräfte des Menschen zu stärken. Die Anthroposophische Medizin schliesst neben den ärztlichen Behandlungsmethoden, der Psychotherapie, den anthroposophischen Arzneimitteln ein breites Spektrum an Therapien ein: Dazu gehören die verschiedenen Kunsttherapien, die Körper- und Bewegungstherapien (wie Rhythmische Massage Therapie, Chirophonetik, Heileurythmie bzw. Eurythmie-Therapie, Bothmer-Gymnastik/Therapie, Spacial Dynamics), Bädertherapien, Ernährungstherapie, Biografiearbeit sowie die äusseren Anwendungen (wie Wickel, Auflagen, Einreibungen). Die jeweilige Methode wird auf die spezifischen Bedürfnisse der Klient:innen abgestimmt, um eine individuelle Behandlung im ganzheitlichen Sinn zu gewährleisten.

Anfang des 20. Jahrhunderts wurde die Anthroposophische Medizin von Dr. Rudolf Steiner (1861–1925), dem Begründer der Anthroposophie, und seinen ärztlichen Mitarbeitenden, vor allem der holländischen Ärztin Dr. med. Ita Wegman (1876–1943) entwickelt. Sie begannen, gemeinsam neben Diagnose- und

Behandlungsmethoden verschiedene Kunst-, Körper- und Bewegungstherapien aufzubauen und forschten gemeinsam u.a. über neue Möglichkeiten der Arzneimittelherstellung und über die Wirkung der künstlerischen Therapien. Heute ist die Anthroposophische Medizin ein fester Bestandteil des Gesundheitswesens, z.B. in der Schweiz und Deutschland; sie wird heute in weltweit in über 40 Ländern praktiziert.

## **Aspekte zu den einzelnen kunsttherapeutischen Fachrichtungen**

Alle anthroposophischen kunsttherapeutischen Fachrichtungen basieren auf dem ganzheitlichen Menschenbild und dem geisteswissenschaftlichen Kunstverständnis Rudolf Steiners. Sein den Kosmos mitumfassender Ansatz der Mensch-, Tier-, Pflanzen- und Mineralbetrachtung orientiert sich insbesondere an den Forschungsmethoden Goethes und Schillers, deren Phänomenologien er durch die geisteswissenschaftliche Forschungsmethode erweitert hat. Die verschiedenen anthroposophischen Kunsttherapien sprechen bestimmte Ebenen im Menschen gezielt an. Dabei nutzt die jeweilige Therapierichtung, zum Beispiel die Maltherapie das, was die Malerei ihrem Wesen gemäss zu schenken vermag, z.B. das Öffnen der Seele für das Herwirken von Gestaltungskräften in den Ätherleib (siehe Kasten S. 12). Mithilfe der entsprechenden künstlerischen Mittel, in der Maltherapie durch Farbe und Form, können die jeweiligen Künste therapeutisch so eingesetzt werden, dass sich die in der Malerei, Musik, Sprache oder Eurythmie usw. wirkenden Schöpferkräfte zum Wohl der Klient:innen entfalten können.

Um einen kurzen Überblick über die verschiedenen kunsttherapeutischen Fachrichtungen zu erhalten, werden hier einige wenige As-

pekte der jeweiligen Mittel und Methoden dargestellt.

## **Heileurythmie / Bewegungs- und Tanztherapie**

Heileurythmie (auch Eurythmie-Therapie genannt) ist eine eigenständige Therapieform, die aus der Zusammenarbeit von Rudolf Steiner und Ita Wegman mit angehenden Eurythmistinnen und weiteren Ärztinnen und Ärzten entwickelt wurde. Diese Therapierichtung arbeitet mit der Wirksamkeit der Bildekräfteorganisation im Menschen, die Teil des energetisch-vitalen Körpers ist und als Prozessgestalter der regulativen und die Selbstheilung anregenden Kräfte wirkt.

Heileurythmische Übungen stehen in unmittelbarer Beziehung zu Wachstum, Regeneration und Formkraft und sprechen die Selbstheilungskräfte des Menschen auf körperlicher, seelischer und geistiger Ebene an.

Die therapeutischen Übungen werden mit den Armen und Beinen ausgeführt, wobei zwischen Bewegungen der Arme und Hände und denen der Beine und Füße abgewechselt oder beides zeitgleich kombiniert werden. Es können geometrische Raumformen wie Kreis, Lemniskate, Gerade, Dreieck, Fünfstern, Sechsstern usw. in unterschiedlichen Geschwindigkeiten und Rhythmen gelaufen werden. Die Übungen werden meist im Stehen und Gehen durchgeführt, können aber auch im Sitzen oder bei liegenden Klient:innen angewendet werden. Heileurythmische Übungen regen das eigene Körper- und Bewegungsbewusstsein an und verbessern die motorische Geschicklichkeit.

Diese Therapieform arbeitet mit den künstlerischen Mitteln von beseelter Bewegung und Gebärden in Sprache und Musik. Mithilfe von in achtsamer Bewegung umgesetzten Lauten (Konsonanten und Vokale), Texten, Gedichten

und musikalischen Elementen wird die Selbstregulation im Zusammenspiel von körperlichen, seelischen und geistigen Kräfte ange-regt. Die Klient:innen können ihr Seelisches mit übergeordnet wirkenden Kräften in Ver-bindung bringen.

### **Therapeutische Sprachgestaltung / Drama- und Sprachtherapie**

Die Therapeutische Sprachgestaltung arbeitet mit Atem-, Laut-, Gesten- und Stimmübun-gen. Sie setzt Rhythmen, Silben und Textin-halte ein, die die Klient:innen mithilfe der Sprache, Stimme und Bewegung gestalten. Dabei können die Klient:innen festgefahrene Körperverhalten verändern lernen oder die regulierende Wirkung an sich bei Schwierig-keiten der Verbalisierung, Artikulation und Stimme sowie der Atmung und Körperhaltung erfahren. Durch das Sprechen verschiedener Rhythmen können Atem und Kreislauf harmo-nisiert werden. Auch erkunden Klient:innen neue Ausdrucksmöglichkeiten im darstellenden Spiel und probieren spielerisch Varianten für einen Transfer in den Alltag aus. Im Figu-renspiel können festgefahrene Rollen- und Verhaltensmuster erkannt werden, um sie nach und nach verändern zu können. Sie ler-nen therapeutische Aspekte von Texten und Gedichten aus der Weltliteratur kennen, schreiben eigene Texte oder improvisieren Szenen. Die verschiedenen Übungen für Atem, Stimme, Lautbildung und Gestik regen physiologische und seelisch-geistige Prozesse an, die die Autonomie und Selbsterhaltungs-kraft fördern. Die Klient:innen erfahren dabei die ordnende und belebende Wirkung der Sprache, der Worte auf den Gesamtorganismus.

### **Musik- und Gesangstherapie**

Hier begegnen Klient:innen verschiedenen Rhythmen, Taktformen, Harmonien, Melo-dien, musikalischen Skalen und Tönen. Sie setzen ihre Stimme direkt ein oder spielen ein Blas-, Streich- oder Schlaginstrument. Die oft improvisierten gesanglichen und instrumenta-len Übungen regen das Zusammenspiel von Körper, Seele und Geist an. Ungehörte seeli-sche Prozesse werden hörbar, Nichtgreifbares bekommt eine Klangfarbe oder Unsagbares kann individuellen Ausdruck finden. Klient:in-nen können Beziehungsqualitäten zu sich und anderen Menschen in musiktherapeutischen Interventionen erkennen und mit Freude und Interesse daran arbeiten. Die therapeutisch eingesetzten Instrumente wie Handtrommel, Leier, Hirtenflöte, Chrotta (Saiteninstrument) sind auch ohne Vorkenntnisse einfach zu spie-len. Für die anthroposophische Musiktherapie werden auch extra Therapieinstrumente ge-baut, sodass diese mit vereinfachter Technik bespielt werden können. Zudem bestehen diese speziellen Instrumente aus meist beson-deren Materialien oder werden nach einem speziellen Herstellungsverfahren produziert, die den Menschen in seinen Gesundungspro-zessen besonders unterstützen können. Da-durch entstehen ungewohnte Hörerlebnisse, die die Klient:innen zielgerecht in Schwingung bringen und damit auf bestimmte geschwäch-te oder erkrankte Organe stärkend und har-monisierend wirken, sodass das innere Gleich-gewicht wieder neu gefunden werden kann.

### **Gestaltungs- und Malthherapie**

#### **1. Plastiziertherapie**

Diese Therapieform arbeitet mit den Qualit-ä-ten des Räumlichen und setzt Naturmaterialien wie Stein, Holz, Tonerde und Wachs als künstlerische Mittel ein. Klient:innen arbeiten entweder direkt mit den Händen oder mit

Meißel oder Schnitzwerkzeugen. Beim Arbeiten mit z.B. Ton formen Klient:innen mit den Händen Material, das Widerstand bietet. Sie nehmen Tonerde weg, fügen sie hinzu, drücken oder lockern sie. Dadurch können insbesondere die Willenskräfte gestärkt und das Zusammenspiel von Handeln (Wollen), Erleben (Fühlen) und Wahrnehmen (Vorstellen/Denken) reguliert werden. Klient:innen stärken dadurch ihre Persönlichkeit. In der Begegnung mit den in Wärme, Konsistenz und Bearbeitbarkeit unterschiedlichen Materialien ertasten Klient:innen ihre Leibesgrenzen. Sie spüren und fördern ihre Aufrichtekraft, erarbeiten sich räumliche Orientierungsfähigkeit zwischen oben und unten sowie zwischen innen und aussen. Beim skulpturalen Gestalten werden die Formkräfte im Menschen besonders angeregt, durch rhythmisiertes Arbeiten und durch die gestaltende Willensfähigkeit der Arme und Hände werden die Lebenskräfte gestärkt.

## 2. Maltherapie

Die künstlerischen Mittel der Maltherapie sind Fläche, Form und Farbe. Durch Malen, Zeichnen und Formenzeichnen lassen sich physiologische und gestalterische Kräfte gezielt anregen. Klient:innen arbeiten mit Kreide, Kohle, Flüssig- oder Festfarben und nutzen dabei die Hände oder Stifte, Pinsel, Spachtel usw. Therapeutisch werden u.a. Farbpigmente (Pflanzenfarben) eingesetzt, die besondere Qualitäten von Gestaltungs- und Lichtkraft in sich tragen. Diese können ihre Wirkung beim Malen entsprechend entfalten. Der sinnlich-bildhafte Umgang mit Farben und Formen öffnet die Seele, bringt Freude und macht aufnahmefähig für die Gestaltungskräfte im Menschen. Das Arbeiten mit den Polaritäten, z.B. Hell-Dunkel, Binden und Lösen, regt das Bilden von Mittekräften im Menschen an. Wenn Klient:innen Linien zeichnen, beispiels-

weise beim Zeichnen, aktivieren sie mithilfe der Formen und Strukturen ihre Denkkräfte. Wenn Klient:innen mit ihrer Herz- oder Schreibhand oder gar mit beiden Händen Pastellkreide ins Blatt einreiben, entsteht Berührung, von Handballen, Mittelhand, Fingern, die die basalen Sinne und damit zugleich die Bewusstseinskräfte auf unterschiedliche Art anregt. Malen Klient:innen mit Farbe und einem weichen Pinsel auf einem nassen Blatt, können sie auf mehr träumerische Weise ganz in eine die Fantasiekräfte anregende Welt eintauchen.

## Intermediale Therapie

Die Intermediale Therapie nutzt die unterschiedlichen Ausdrucks- und Spielmöglichkeiten aller Kunstdisziplinen, von der Malerei und der Gestaltung wie Plastizieren, der Sprache und der Poesie, der Musik, der Bewegung und dem Tanz oder der Eurythmie. Durch die Arbeit mit Farben, Formen, Bewegungen und Klängen wird eine Wahrnehmung mit allen Sinnen angestrebt. Bewusst vollzogene Wechsel von dem einen zum anderen Medium erlauben Perspektivwechsel und Dezentrierung und fördern die Selbstwahrnehmung. Die Werke und Gestaltungen sind als konkretisierte innere Bilder, Bewegungen und Stimmungen zu sehen, die individuelle Bedürfnisse, Motive und Potenziale sichtbar machen.

## Wann kann eine anthroposophische Kunsttherapie sinnvoll sein?

Um die individuellen Gesundheitsprozesse zu unterstützen, gibt es die unterschiedlichen kunsttherapeutischen Fachrichtungen mit einem breiten Repertoire prozessgestaltender Möglichkeiten. Indem die jeweilige Kunst mit ihren spezifischen künstlerischen Mitteln und Methoden angewendet wird, kann sie ihre jeweilige heilsame Wirkung entfalten und die

Selbsteilungskräfte anregen. Dabei können die Klient:innen ihre individuell notwendigen Prozesse selbstbestimmt und aktiv durchlaufen. Da die Klient:innen schöpferisch tätig sind oder bei der rezeptiven Form das künstlerische Handeln der Therapeut:innen innerlich aktiv mitvollziehen, werden die seelischen Fähigkeiten von Wahrnehmen, Fühlen und Wollen/Handeln (siehe Kasten Seite 18) immer auch mit angeregt. Ein umfassendes Ganzheitserleben wird möglich, auch dann, wenn starke kognitive oder sprachliche Einschränkungen vorliegen.

Die verschiedenen Kunsttherapien stärken die vier Wesensglieder – physischer Leib, Ätherleib, Astralleib und Ich-Organisation (siehe Kasten) – und unterstützen deren harmonisches Zusammenwirken. Sie sind darüber hinaus bei der Bearbeitung und Verwandlung seelischer Belastungen angezeigt, wie sie sich beispielsweise in Erschöpfung, Angst, Zwang, Unruhe oder Schmerzen zeigen, und aktivieren die Ich-Kräfte. Zudem wird Kunsttherapie hilfreich angewendet, wenn sich Klient:innen mit ihrer Entwicklungsstörung, ihrer Ein-

schränkung beschäftigen, oder der mit einem Unfall oder einem Schicksalsschlag anderer Art konfrontiert werden. Diese Ereignisse können dazu führen, dass bislang sichere Lebensperspektiven, Werte oder Prinzipien hinterfragt werden müssen oder diese eine tiefere Auseinandersetzung mit sich selbst auf individueller und geistiger Ebene fordern. Das kunsttherapeutische Tun kann Entwicklungs- und Verwandlungsschritte ermöglichen, die fundamentale Aspekte des Menschseins betreffen.

In der kunsttherapeutischen Arbeit soll das ursprünglich Eigene entdeckt und der Mensch in seiner individuellen Biografie und jeweiligen Entwicklungssituation unterstützt werden, sodass er weitere Schritte auf seinem Weg gehen und seinen weiteren Werdegang aktiv mitgestalten kann.

## Die vier Wesensglieder des Menschen

---

### **Physischer Leib**

der feste, mineralische Körper des Menschen

### **Ätherleib**

auch Lebens- oder Bildekräfteleib bzw. Bildekräfteorganisation genannt; Grundlage für Gesundheit und Heilungsprozesse

### **Astralleib**

die seelische Innenwelt des Menschen, seine Gefühle und Emotionen

### **Ich-Organisation**

der geistige Wesenskern des Menschen, wodurch er eine autonome, individuelle Persönlichkeit ist

# INTERVIEW MIT FRANCO GIUSTIANI

## Kunsttherapie als wesentliche Ergänzung zur Traumatherapie

### Steinmann

Was halten Sie als Arzt, Psychiater und Psychotherapeut von der Kunsttherapie im Allgemeinen?

### Giustiniani

Kunsttherapie ist aus meiner Sicht eine unabdingbare Ergänzung zur Psychotherapie, weil sie Dimensionen anspricht, die man durch Psychotherapie allein nicht erreicht. Ich führe deshalb auch gemeinsam mit Klient:in und Kunsttherapeut:in alle drei Monate eine therapeutische Standortbestimmung durch.

### Steinmann

Wem empfehlen Sie den Besuch einer Kunsttherapie?

### Giustiniani

Ich arbeite überwiegend traumatherapeutisch. Ich empfehle die Kunsttherapie allen Klient:innen zur Strukturierung des Alltags und auch damit sie mit ihren Wesensgliedern in Kontakt kommen. Ich führe in meiner anthroposophisch ausgerichteten Psychotherapie-Praxis sehr rasch das Konzept der Wesensglieder (diagnostik) und damit die anthroposophische Sichtweise ein, damit sich auch nicht damit vertraute Klient:innen besser auf den therapeutischen Prozess einlassen können. Bestimmte Schichten, die in der psychotherapeutischen Arbeit sich abzeichnen, jedoch für Klient:innen oft nicht unmittelbar angesprochen werden können, da scham- und schuldbehaftet, sind somit nicht unbedingt zugänglich. In der Kunsttherapie können die im

Rahmen der Psychotherapie angestossenen Prozesse besser erarbeitet und gegebenenfalls verarbeitet werden. Kunsttherapie stellt daher meines Erachtens eine wesentliche Ergänzung zur Traumaintegration dar.

### Steinmann

In welchen Situationen verschreiben Sie Kunsttherapie?

### Giustiniani

Zum einen verschreibe ich grundsätzlich Kunsttherapie, wann immer möglich, wo es hilfreich sein und die Psychotherapie von Anfang an begleiten kann; zum andern, wenn tiefere Dimensionen anklingen, aber (noch) nicht angesprochen werden können. Kunsttherapie erleichtert Klient:innen daher sehr oft die Arbeit mit verletzten Persönlichkeitsanteilen, die bearbeitet, aber nicht zwingend aufgedeckt sein wollen. Oder auch dann, wenn der traumatherapeutische Prozess stagniert und die Sprache nicht mehr als Medium ausreichend ist. Auch dort, wo der Mensch in eine demenzielle Entwicklung hineingleitet und sprechende Psychotherapie nicht mehr besucht werden kann bzw. nicht mehr ausreicht, ist die Kunsttherapie ein wichtiger Ort der «inneren Psychotherapie». Hier kann der Klient, die Klientin durch visuelle (Bilder), haptische (Berührung) oder olfaktorische (Gerüche) Elemente noch lange, wenn nicht gar immer, voll umfänglich erreicht werden, das heisst seelisch ausgleichend begleitet werden. Und dies, weil tiefe, frühe und aktuell nicht mehr erinnerte Schichten menschlichen Seins aktiviert und für den Alltag, für das Hier-und-Jetzt wieder verfügbar gemacht werden können.

### Steinmann

Wann empfehlen Sie anthroposophische Musiktherapie?

## Giustiniani

Durch Musiktherapie gerät die Seele in Schwingung. In der Schwingungs- und Modulationsfähigkeit werden in der Tiefe, jenseits des Verbalen, verschlossene und verdrängte Konflikte «angesprochen». Die Klient:innen können sie über die Wirkung der Musik im physischen Leib eher ins Bewusstsein transferieren, wahrnehmen und dadurch von einem neuen Ergriffen-werden des Lebensleibes zu einem Ergriffen-sein des Menschen in seiner Ganzheit gelangen. Auf diese Weise kommt Leibesbildungskraft wieder zurück. Damit werden letztlich zumindest Teillösungen für die im seelischen Inneren sich abspielenden Konflikte bearbeitet – ausserhalb von Kognition und visuellem Vorauswissen.

## Steinmann:

Wann empfehlen Sie anthroposophische Therapeutische Sprachgestaltung?

## Giustiniani

Im Grunde genommen auch aus den gleichen schon oben angesprochenen therapeutischen Überlegungen heraus. Aber vor allem dort, wo sich durch Sprachgestaltung Klient:innen stark und fast existenziell in ihrem Körper, in ihrer Atmung, in ihrer Bewegung, in der Sprache und in ihrem Selbst erleben und erstarken können. Sie lernen zudem, ihren seelischen Raum zu schützen, sich abzugrenzen und Stopp zu sagen. Dadurch entsteht Sammlung im Inneren und Selbstsicherheit gegen das Aussen. Für Menschen mit Gewalterfahrung eine oft existenzielle und besonders wichtige Erfahrung!

## Steinmann

Wann wäre in Ihren Augen anthroposophische Malthherapie angesagt?



Dr. med. Franco Giustiniani ist Psychiater und Psychotherapeut in eigener Praxis in Castrisch und Ilanz. Darüber hinaus ist er Fachpsychotherapeut und Psychotraumatologe (DeGPT, Deutschsprachige Gesellschaft für Psycho-

traumatologie). Schwerpunkte seiner Tätigkeit sind Traumazentrierte Psychotherapie und das ganze Spektrum der Traumafolgestörungen.

## Giustiniani

Es bestehen herausragende Therapiemöglichkeiten und -erfolge durch das Schichtenmalen nach Margarethe Hauschka und durch die Hell-Dunkel-Technik nach Liane Collot d'Herbois. Diese Malthereien stellen in sich schon fast allein eine «innere Psychotherapie» dar und sind ein ganz essenzieller Teil einer vor allem auch traumafokussierten Psychotherapie – sofern am richtigen Ort zum richtigen Zeitpunkt und im Austausch mit dem begleitenden Psychotherapeuten, der begleitenden Psychotherapeutin.

## Steinmann

Wann empfehlen Sie anthroposophische Plastiziertherapie?

## Giustiniani:

Die Frage öffnet ein «weites Feld»: Die Klient:innen kommen aus der Hilflosigkeit heraus und ins plastische Erleben, in die Handlung und auch natürlich zu ihrem innersten Kern. Wo beispielsweise desorganisierte Bindungsmuster vorliegen, kann die Tonarbeit, z.B. mit den fünf platonischen Körpern (Tetraeder, Hexaeder, Oktaeder, Dodekaeder und Ikosaeder), wirksam Ordnungsstrukturen etablieren helfen.

## **Steinmann**

Welche Erfahrungen haben Sie mit Kunsttherapie und Menschen mit krankheitsbedingten körperlichen Einschränkungen gemacht?

## **Giustiniani**

Die Klient:innen können mithilfe der Kunsttherapie ihr Körperbewusstsein neu ergreifen lernen und sich Geschicklichkeiten und damit auch eine gewisse Autonomie wieder aneignen. Auch können sie souveräner werden im Umgang mit ihren Einschränkungen. Wo die

Kräfte des Ätherleibes wirken, kann Verlorenes (wieder-)belebt werden, kann ein Mit- und Ineinander, ein gegenseitiges Sich-Ergreifen der funktionalen Ebenen – Nervensinnessystem, Rhythmisches System, Stoffwechsel-Gliedmassensystem (siehe Kasten Seite 18) – in einen neuen Fluss gebracht werden.

## **Dr. med. Margarethe Hauschka (1896–1960)**

In Zusammenarbeit mit der Ärztin und Pionierin Dr. med. Ita Wegman entwickelte Dr. med. Margarethe Hauschka, Ärztin und Heileurythmistin, neben den Grundformen der Rhythmischen Massage die Künstlerischen Therapien am Klinisch-Therapeutischen Institut in Arlesheim (heute Klinik Arlesheim) in den Jahren 1929 bis 1940. Später gründete Hauschka dann in Eckwälden/Bad Boll Ausbildungslehrgänge für künstlerische Therapien und Rhythmische Massage, die sie bis kurz vor ihrem Tod leitete. Diese kunsttherapeutische Ausbildung umfasste Malen, Zeichnen, Formenzeichnen und Plastizieren. Hauschkas therapeutischer Ansatz kann als prozessorientiert beschrieben werden – ein Novum für die damalige Zeit und heute aktueller denn je.

## **Liane Collot d’Herbois (1907–1999)**

In Zusammenarbeit mit den Ärztinnen Dr. med. Ita Wegman, Dr. med. Hilmar Walter und Dr. med. Margarethe Hauschka entwickelte Liane Collot d’Herbois eine eigenständige Maltherapie, die Licht-Finsternis-Farbarbeit, bei der Heilungsvorgänge auf seelisch-geistiger Ebene angeregt werden. Ihr maltherapeutischer Ansatz arbeitet mit den Gesetzmässigkeiten der Farbe, die sich in der Sinneswelt als ein sich bewegendes Intervall zwischen den unsichtbar schöpferischen Tätigkeiten des Lichts und der Finsternis offenbaren.



Maltherapie

## GESUNDHEIT UND WOHLBEFINDEN ALS DYNAMISCHER PROZESS

Gesundheit und Wohlbefinden sind dynamische Prozesse, die aktiv und individuell immer neu zu erringen sind. Zwischen Krankheit und Gesundheit liegt der Weg der Therapie. Die künstlerischen Therapien regen das innere Wesen des Menschen zur Aktivität an, indem er selbst gestaltend tätig wird. Einige menschenkundliche Gesichtspunkte werden beschrieben.

Ein gesunder Mensch empfindet sich in einem beweglichen Gleichgewicht zwischen sich und der Welt. Diese Beziehung kann als ausgewogen beschrieben werden. Er weiss sich dabei mit seinem Ich als massgebend beteiligt. Krankheit kann als individuelles Erleben von Ungleichgewicht charakterisiert werden. Dieses Ungleichgewicht kann sich auf der

geistigen, seelischen oder körperlichen Ebene zeigen. Zwischen Krankheit und Gesundheit liegt der Weg der Therapie im Sinne des griechischen Wortes «therapein», das "heilen" bedeutet. Der Gesundungsprozess ist immer ein individueller Weg und gesund zu bleiben ein andauernder Entwicklungspfad, der je nach Situation alleine, durch den Freundeskreis oder professionell begleitet gesucht wird. Dieser Weg kann ausschliesslich mithilfe von Arzneimitteln oder zusätzlich auch mit einem üben- den Verfahren wie die verschiedenen Kunsttherapien es verfolgen, gegangen werden.

### Beobachtungen am Menschen nach Gesichtspunkten der Viergliederung

Aus der Sicht der anthroposophischen Menschenkunde verfügt der Mensch nicht nur über einen sinnlich-sichtbaren, materiell-körperlichen Leib, sondern auch über weitere nicht sinnlich erfassbare leiblich-seelisch-geistige Wesensglieder (siehe Kasten S.12): Sie sind verbunden mit der Ebene der Vitalkräfte (Ätherleib, auch Lebens- oder Bildekräfteleib

bzw. -organisation genannt), der Ebene der Psyche (Astralleib) und der Ebene der Individualität (das Ich).

Gemäss der Menschenkunde Rudolf Steiners zeichnet sich der physische Leib als fester, mineralischer Körper des Menschen aus, der nach dem Tod zerfällt, wenn sich der physische Leib vom ätherischen Leib trennt. Der Ätherleib bildet und belebt den physischen Leib, steuert und hält alle Lebensfunktionen wie Wachstum, Ernährung oder Fortpflanzung aufrecht. Die ätherischen Kräfte bilden die Grundlage für Heilungsprozesse und somit für die Gesundheit. Mit dem Astralleib ist die seelische Innenwelt des Menschen mit seinen Gefühlen und Emotionen verbunden. Das Ich, der geistige Wesenskern des Menschen, macht ihn zu einer autonomen, individuellen Persönlichkeit und ermöglicht ihm Bewusstseinsentwicklung.

### **Beobachtungen am Menschen nach Gesichtspunkten der funktionellen Dreigliederung**

Betrachten wir den menschlichen Organismus nach der funktionellen Dreigliederung gemäss der anthroposophischen Menschenkunde von Rudolf Steiner, ist er in einen oberen, mittleren und unteren Bereich gegliedert. Zwischen der Polarität vom Nerven-Sinnessystem (Abbaukräfte) und dem Stoffwechsel-Gliedmassensystem (Aufbaukräfte) findet sich das sogenannte Rhythmische System mit dem Herz-Kreislaufsystem und der Atmungsorganisation im mittleren Bereich. Greift das eine System (Nerven- Sinnessystem oder Stoffwechsel-Gliedmassen-System) zu stark über in das andere, wird dadurch der rhythmische Bereich gestört. Wenn das Rhythmische System das Gleichgewicht halten kann zwischen den abbauenden und den

aufbauenden Kräften, ist der Organismus gesund. Die drei Systeme durchdringen den ganzen menschlichen Leib, sie wirken in- und aufeinander.

Die funktionelle Dreigliederung lässt sich auch auf das Seelische beziehen: Dann kann man Denken und Wollen als polare seelische Tätigkeiten beobachten, die durch die seelische Tätigkeit des Fühlens in Ausgleich gebracht werden. Die gezielte therapeutische Arbeit mit diesen Seelentätigkeiten ist in den Kunsttherapien wesentlich.

### **Der Mensch als Gesamtkunstwerk**

Der Mensch ist selbst ein Künstler und man kann ihn selbst auch als Gesamtkunstwerk ansehen. Er bringt sich selbst nach denselben Gesetzmässigkeiten hervor, die auch dem künstlerischen Handeln und den künstlerischen Werken zugrunde liegen. Da er ein schöpferisches Wesen ist, hat er lebenslang die Sehnsucht, seelisch weiter zu reifen und sich geistig weiterzuentwickeln. Diese Prozesse können mit kunsttherapeutischer Unterstützung gefördert werden. Die Künste und somit auch die Kunsttherapien arbeiten demnach mit den im Menschen veranlagten und zur Verfügung stehenden Kräften.

Das Ich ist an der Gestaltbildung seiner Leiblichkeit und seiner Gestalt beteiligt. Das Skelett, das Knochengerüst richtet sich in Auseinandersetzung mit der Schwerkraft auf, trägt den menschlichen Körper und sorgt für dessen Statik und Dynamik. Die Architektur folgt den gleichen statischen Gesetzmässigkeiten wie der physische Körper des Menschen mit seinen Formprinzipien des Knochenbaus, der Muskeln usw. Und wie Gebäude ein Schutzraum und eine Hülle für den Menschen sein können, bildet der Körper Hülle und Wohn-

statt für die Seele und den geistigen Wesenskern des Menschen, seinem Ich.

Mithilfe des Vererbungsstroms werden die Organe, die Gestalt und das Antlitz des Menschen zunächst geformt, die sich dann im Laufe des Lebens individualisieren. In der Pubertät, wo sich Vererbtes endgültig in eigenes Individuelles verwandelt, sind die plastisch am Menschen wirkenden Kräfte besonders gut sichtbar, die dazu verhelfen, dass er seine persönliche Gestalt ganz individuell ausbildet.

Nach den gleichen Gesetzen wie im Menschen arbeitet die plastische Kunst, die in den Raum greift und mit seinen konvexen, ausbuchtenden und konkaven, einbuchtenden Formen Relief bildet.

Über die Malerei wird die menschliche Seele angesprochen. Die Vielfältigkeit des malerischen Kolorits entspricht dem menschlichen Empfindungsleben mit seiner Qualität des Fein-differenzieren-Könnens. In der Pubertät erscheinen Gefühle plötzlich nuancenreicher

## Dreigliederung des menschlichen Organismus

Oberer Bereich/Pol	Nerven-Sinnes-System, Kopf, Sinnesorgane, Haut	Denken, Vorstellen, Bewusstsein	Abbaukräfte, Wachheit, Kühle
Mittlerer Bereich/Pol	Herz-Kreislauf-System, Rhythmisches System, Herzfunktion	Fühlen, Vermittler	Ausgleich, Atmung, Puls,
Unterer Bereich/Pol	Stoffwechsel-Glied- massen-System, Stoffwechselfähigkeit, Fortpflanzungsorgane	Wollen	Aufbaukräfte, Wärme, Bewegung

Rudolf Steiner hat wesentliche Gesichtspunkte für eine systematische Beobachtung von diesen polar wirkenden Kräften im Menschen insbesondere für Medizin und Pädagogik dargestellt. Er beschreibt u.a. das Ringen von diesen polaren Kräfteströmen am Menschen, die sich einerseits ständig verleiblichen und verfestigen wollen und andererseits permanent dahin streben, sich zu vergeistigen. Überwiegen beim Menschen die Abbau- und Formkräfte, entstehen sklerotische Krankheitsbilder, dominieren die Aufbau- und Stoffkräfte, kommt es zu entzündlichen Krankheitsprozessen. Krankheitsprozesse sind somit Vereinseitigungen, wenn ein Pol zu stark oder zu schwach wirkt bzw. wenn die regulierende Ausgleichsfähigkeit des Menschen beeinträchtigt ist.

und individualisierter als im Kindesalter; die heranwachsenden Jugendlichen sind somit herausgefordert, das Potenzial ihrer starken Emotionen empfindsam und stimmig einzusetzen. Auch die Musik ist mit der astralischen Organisation des Menschen verbunden. Durch sie kommt der Mensch mit seiner tiefen Innerlichkeit in Berührung. In der Alltagssprache aktivieren wir dieses unbewusste Wissen von der Beziehung zwischen den musikalischen Gesetzmässigkeiten zu den seelischen, wenn wir sagen, dass wir uns in Harmonie mit bestimmten Menschen oder in Einklang mit gewissen Dingen fühlen, die die gleiche Wellenlänge wie wir haben.

Ebenso findet die Verwandtschaft von Sprachkunst und Ich-Organisation des Menschen seinen alltagssprachlichen Ausdruck, wenn wir vom Lebensdrama oder dramatischen Schicksalswendungen sprechen. Genauso folgen Menschen beim Spracherwerb einer uni-

versalen Grammatik, die sie u.a. beim Sprechen ihrer jeweiligen Muttersprache ausdrücken und die das Kommunizieren mit anderen Menschen ermöglicht. Durch das Wort wird eine höhere Wirklichkeit in der menschlichen Seele erlebbar.

---

## **Als Kind ist jeder Mensch ein Künstler**

sagt Picasso. Er, ein bestandener Kunstschaffender mit viel Prozesserfahrung fügt hinzu:

## **Die Schwierigkeit ist, als Erwachsener einer zu bleiben.**

Pablo Picasso

---



Sprachtherapie

## THERAPEUTISCHE PROZESSBEGLEITUNG

Bei der (kunst-)therapeutischen Begleitung werden die Klient:innen darin unterstützt, unangenehme, unerwünschte oder nicht zielführende Denk-, Gefühls- und Handlungsmuster loszulassen und einen Weg zur eigenen schöpferischen Quelle (wieder) zu finden. Es wird ein Prozess angeregt, bei dem die Kunsttherapeut:innen Prozessbegleitende sind.

Die anthroposophischen kunsttherapeutischen Fachrichtungen unterstützen die Klient:innen in ihrem individuellen Verlangen nach Freiheit. Ihnen soll auf ihrem Weg der Selbstwerdung und Individualisierung ermöglicht werden, verborgene oder/und brachliegende Ressourcen (wieder) zu entdecken, Selbstwirksamkeit zu erleben und den eigenen Schicksalsimpuls aktiv ergreifen und gestalten zu können. Die Kunsttherapeut:innen

verstehen sich dabei als Prozessbegleitende und Geburtshelfende. Sie gehen erfahrungsgestützt davon aus, dass alle Menschen einen unversehrten, starken Kern, eine einzigartige Individualität in sich tragen – unabhängig von körperlichen und/oder seelisch-geistigen Einschränkungen.

Die Kunsttherapeut:innen unterstützen Klient:innen, sich im therapeutischen Setting mithilfe ihres «Kunstwerks» und therapeutischen Prozesses mitzuteilen und mit Werk und Therapeut:in in Beziehung zu treten. Im Zusammenspiel von Klient:in, Kunstwerk und Therapeut:in kann durch ein tastendes, lauschendes Miteinander ein empfänglicher und produktiver gemeinsamer Raum entstehen, in dem sich Höheres manifestiert.

Die therapeutische Arbeit ist ganz auf die individuelle Befindlichkeit und die aktuelle Bedürfnislage der Klient:innen ausgerichtet. Die Therapeut:innen gehen vom momentanen Entwicklungsstand ihrer Klient:innen aus und

passen das Prozesstempo und die Prozessintensität der Intention des jeweiligen Menschen an. Sie gestalten die Prozesse so, dass sie in der erwünschten Art und Richtung heilsame Wirkung entfalten können. Sie intervenieren gegebenenfalls in den Prozessverlauf, um die therapeutische Intention zielführender zu gestalten, beispielsweise stabilisieren sie einen Prozess, beruhigen oder intensivieren ihn, wodurch auch eine bestimmte Rhythmisierung erfolgt; sie können ihn auch konfrontierend gestalten, wenn dies den Klient:innen Willen unterstützt, ihr Therapieziel zu erreichen. Nach Abschluss des kunsttherapeutischen Prozesses folgt in der Regel ein Rückblick, wobei die geschaffenen Werke bzw. die durchlaufenen Prozesse betrachtet werden und ein Transfer in den Alltag erfolgen kann.

## Ich-Du-Begegnungsraum

Menschen sind in verschiedene soziale Zusammenhänge eingebunden. Wenn ein Mensch Entwicklungsschritte geht, entwickelt sich sein Umfeld mit; er beeinflusst das ganze Umfeld, zu dem er gehört. Für seine Mitmenschen findet auch dank ihm und durch ihn Entwicklung statt. Dieses Geschehen im Umkreis wiederum bildet die Grundlage für die Entwicklung seiner eigenen Innenwelt. Menschen mit einem ausgeprägten Umkreisbewusstsein nehmen im direkten und weiteren sozialen Umfeld sensibel wahr, wie ihre Entwicklungsschritte aufgenommen werden. Oftmals ist ein Therapiefortschritt eines Klienten, einer Klientin durch den Grad der Empfänglichkeit des sozialen Umfelds wesentlich mitbedingt.

Martin Buber sagt: «Alles wirkliche Leben ist Begegnung.» Und er fährt fort: «Der Mensch wird am Du zum Ich.» Dieses Du des Klienten, der Klientin stellt die Therapeutin, der Therapeut im therapeutischen Zusammenhang dar.

Diese Zweierbeziehung zwischen Klient:in und Therapeut:in ist ein beweglicher Beziehungsraum und kann zu einem Dritten erweitert werden. Das Dritte kann das Werk, das Werk-erlebnis oder der Entstehungsprozess sein. Auf diesem Dritten, dem erweiterten Du, liegt in der Therapie der Fokus der Aufmerksamkeit. Gemeinsam schaut man auf das, was zwischen Klient:in und Therapeut:in entstanden und geschehen ist. Beide sind Zeugen sowohl des Schaffensprozesses als auch des Beziehungsgeschehens.

## Das Gespräch mit und ohne Worte

«Die Kunst ist eine Vermittlerin des Unaus-sprechlichen», sagte bereits Goethe. Künstlerische Therapien eignen sich gut für Menschen, die sich nicht auf der sprachlichen Ebene ausdrücken können oder wollen. Sie ist auch eine nonverbale Ausdrucksform (siehe Interview mit Dr. med. Franco Giustiniani, S. 13). Das Nichtverbalisieren, das Nichtaussprechen-können kann aber auch bei allen Klient:innen in gewissen Prozessphasen eine Schutzfunktion erfüllen.

Doch auch die Pausen spielen eine wichtige Rolle in der Therapie, ja sie sind Teil der Therapie. Im kunsttherapeutischen Setting kann nach Momenten des Nachklingens ein Gespräch zwischen Klient:in und Therapeut:in entstehen: über das entstandene Werk (das gemalte Bild, das plastizierte Tonobjekt) oder den therapeutischen Prozess (die fließenden gewordenen Bewegungen in der Heileurythmie, die lebendiger gesprochenen Sätze in der Sprachtherapie). Dieses kann – muss aber nicht – mithilfe der Sprache als Informationsträger stattfinden.

Oft sind auch bei Menschen, die sich sprachlich ausdrücken können, die Dinge nicht

«spruchreif» und wollen trotzdem «besprochen» werden. Sie können dann in bildsprachlichen Metaphern formuliert werden: «Das hört sich an wie ein Vogeljunges, das aus dem Nest gefallen oder gestossen worden und anschliessend noch in ein Gewitter geraten ist.» Ein solches Sprachbild bleibt lebendig, hält lebendig und kann den weiteren therapeutischen Prozess begleiten. Der Klient, die Klientin können daran wachsen, und es kann die weitere Entwicklung begleiten und leiten.

---

## «Ich rede nicht, ich male.»

Matisse

---

Wenn Prozesserfahrungen und Beobachtungen am Werk im Gespräch ausgetauscht werden, können Einsichten über das Erarbeitete ins Bewusstsein gehoben werden. Diese Erkenntnisse der Klient:innen ist dann ganz aus der im künstlerischen Prozess gewonnenen Erfahrung entstanden. Das Gespräch von Kunsttherapeut:in und Klient:in über das entstandene Werk, den erfahrenen therapeutischen Prozess, die geistige Erfahrung, das seelische Empfinden und das körperliche Erleben geht aber auch ohne Worte. Dann leben das Werk, das Werkerlebnis und der Prozess bei den Klient:innen verborgen weiter. Das Erlebte wird in der weiteren künstlerischen Aktivität erneut «ausgesprochen» und kann sich weiter entfalten. Was sich den Klient:innen am Werkerleben und am Werk selbst offenbart, entspricht individuellen Entwicklungsschritten und Bedürfnissen.

## EXEMPLARISCHE BESCHREIBUNG EINER KUNSTTHERAPEUTISCHEN STUNDE

Keine Kunsttherapiesitzung gleicht der anderen. Jede verläuft anders, da sie immer für den jeweiligen Klienten, für die jeweilige Klientin individuell ausgerichtet wird und auch von der Individualität der Therapeut:innen abhängt. Dennoch folgen kunsttherapeutische Stunden einer gewissen Grundstruktur, die im Folgenden beispielhaft dargestellt wird.

Im kunsttherapeutischen Setting finden die Klient:innen gewissermassen die ganze Welt im Kleinformat, im geschützten Rahmen vor. Hier ist alles vorhanden, was die äussere Welt, der Alltag aufzeigt. Dieser Raum ist aber überschaubar, was das Leben – vor allem angesichts der vielen Herausforderungen, die es zu bearbeiten gilt – nicht unbedingt ist. Das kunsttherapeutische Setting bietet zudem einen sicheren Rahmen, um innere und äussere Prozesse auf körperlicher, seelischer und geistiger Ebene durchlaufen zu können. Eine Fachperson begleitet die Klient:innen. So geschützt können Klient:innen durch künstlerisch-therapeutische Prozesse modellhaft reale, spielerisch-ernste Erfahrungen machen, probehandeln im sicheren Raum.

Die Klient:innen werden nach der Begrüssung und dem Wahrnehmen der aktuellen Befindlichkeit in der ersten Therapiestunde mit der Räumlichkeit, den Materialien und den Arbeitsweisen vertraut gemacht. Es entstehen erste Werke oder es werden künstlerische Prozesse anfänglich durchlaufen.

Gemeinsam wird zu Beginn der Therapieeinheit ein Einstiegsthema gefunden; ab der zweiten Sitzung entwickelt es sich oft aus dem Kurzurückblick oder Nachklang der vorangegangenen Therapieeinheit. Das Thema und die Aufgabenstellung für die aktuelle Sitzung werden von den Kunsttherapeut:innen in Anlehnung an die therapeutischen Zielvereinbarung vorgeschlagen und gegebenenfalls in Zusammenarbeit mit den Klient:innen angepasst.

Anschließend setzen sich die Klient:innen mit z.B. einem belastenden Aspekt einer Krankheit oder einer Einschränkung kunsttherapeutisch auseinander. Dabei werden sie künstlerisch aktiv und beginnen einen Entwicklungsweg zu gehen. Das entstehende Werk, der künstlerisch-therapeutische Prozess verhilft den Klient:innen, sich selbst auszudrücken in einer Form, die sinnlich fassbar, hörbar, sichtbar oder spürbar wird. Ein Bild kann Emotionen wachrufen, ein Tonobjekt Kindheitserinnerungen zurückbringen, das musikalische Klangbetteleben kann Entspannung bewirken oder ein gesprochener Text kann seelisch Erstarrtes in einen lebendigen Rhythmus bringen. Die Klient:innen lassen ihren Schaffensprozess und ihre Erlebnisse nachklingen. Konkrete Wirkungen, Einsichten, Gefühle und körperliche Veränderungen offenbaren sich, oft noch in der Sitzung oder auch in den Tagen und Nächten danach.

Während des künstlerischen Tuns treffen die Klient:innen immer wieder bewusste und unbewusste Entscheidungen, erleben die Konsequenzen ihrer Aktivität und den Zusammenhang zwischen Vorstellen und Handeln. So kann eine als zu dunkel empfundene Farbe aufgehellt oder deren Umgebung eingedunkelt werden; einer plastischen Figur kann an bestimmten Stellen Tonerde dazugefügt oder anderswo weggenommen werden. Bei der Sprachgestaltung artikulieren sie klarer oder

lassen Gedichtzeilen in der Sprechpause, in der Stille des Raumes nachklingen. Beim Spielen eines Xylophons nehmen sie Kontakt zur Umgebung auf oder fokussieren sich mehr auf sich selbst.

In passenden Momenten würdigen die begleitenden Fachpersonen zusammen mit den Klient:innen den persönlichen Schaffensprozess und das entstandene Werk. Subjektive Erlebnisse und objektive Beobachtungen auszutauschen helfen den Klient:innen dabei, ein Wechselspiel zwischen Tun und Distanznehmen zu durchleben.

Unterstützt durch die Kunsttherapeut:innen wird den Klient:innen an der künstlerischen Aufgabenstellung möglich, innere und äussere Widerstände zu überwinden. Das künstlerisch Erarbeitete und der Schaffensprozess vermitteln ihnen Sicherheit. Sie können lernen, fixe Vorurteile und Vorstellungen loszulassen und in eine innere Beweglichkeit zu kommen. Sie entdecken ihre eigenen Ressourcen und gewinnen Vertrauen in ihre neuen Fähigkeiten.

Im Laufe der Therapiestunden wird es den Klient:innen möglich, unterschiedliche Perspektiven auf räumlicher, seelischer und geistiger Ebene einzunehmen. Von anderen übernommene Vorstellungen, der eigenen Lebensrealität nicht selten fremd und unerreichbar, können schrittweise losgelassen und durch für sie stimmigere ersetzt werden. Oft entpuppt sich der therapeutische Weg als wesentlicher Teil des Therapieziels.

Wiederholendes, rhythmisierendes Tun kann bewirken, dass sich das Neuerarbeitete im Laufe mehrerer Therapiestunden verankert und in den Alltag mitgenommen werden kann.

Nach einem Nachklang und einer Gesamtwürdigung des Prozesses folgt manchmal ein Vorblick auf mögliche Inhalte einer nächsten Sit-

zung oder aber die Verabschiedung. Das in den Therapiesitzungen Erarbeitete kann Struktur und Stütze im Alltag sein oder helfen, die neu erlernten Fertigkeiten in den Alltag zu transferieren beziehungsweise zu integrieren. Möglichkeiten sind, dass Klient:innen in den folgenden Tagen auf bestimmte Formen, z.B. Kreise in der Aussenwelt, achten sollen oder dass sie ihre Körperhaltung, ihre Gestik beobachten und sie gegebenenfalls verändern; oder aber dass sie täglich einen bestimmten Farbstift auswählen und zu ihrem Lieblingsbaum gehen und versuchen, den Baum zu zeichnen oder zu malen. Auch auf der Prozessebene gibt es Transfermöglichkeiten: Man kann sich vornehmen, zu einem bestimmten Zeitpunkt am Tag eine bestimmte Handlung zu verrichten, z.B. eine Blume zu giessen, oder sich mit einem bestimmten Gegenstand, z.B. einem Kristall oder einer Flöte, näher zu befassen; man kann auch abends die Ereignisse des Tages rückblickend nochmals vor dem inneren Auge kurz durchgehen.

## Formen des kunsttherapeutischen Settings

### Expressiv – rezeptiv

Die künstlerische Therapie kann in expressiver oder rezeptiver Form durchgeführt werden. Rezeptiv heisst nicht rein passiv, sondern mit gesteigerter innerer Aktivität bei der Therapie anwesend sein. Bei der expressiven Form handeln die Klient:innen eigenaktiv. Sie vollziehen alles selbst, d.h. sie gehen, sprechen und handeln. Bei der rezeptiven Form übernehmen die Kunsttherapeut:innen je nach körperlicher, seelischer oder geistiger Verfasstheit der Klient:innen stellvertretend bestimmte Handlungen. Mit der gebotenen Achtsamkeit durchgeführt wird das Erleben der Klient:innen in der rezeptiven Form im Vergleich zur aktiven nicht eingeschränkt.

Die Klient:innen vollziehen die künstlerischen Prozesse innerlich intensiv mit und verarbeiten sie.

Zur Verdeutlichung der rezeptiven Form werden zwei Situationen aus der rezeptiven Musik- und Maltherapie, stark vereinfacht, beispielhaft beschrieben.

Situation in einer Palliativstation: Reto, ein krebskranker Junge, liegt geschwächt im Bett. Er fühlt sich sehr verspannt, hat Schmerzen und möchte aber auch heute in die Musiktherapie. Er hat bereits einmal eine «musikalische Massage», wie er sie bezeichnet, erhalten und möchte diese heute erneut bekommen. Die Musiktherapeutin kommt zu ihm auf Station. Sie lehnt sanft die Chrotta (ein Saiteninstrument) an seinen Rücken an und bespielt diese so, dass sie ihre heilsame Wirkung entfalten kann. Dabei spürt sie sensibel ab, ob sich Verspannungen lösen, und vergewissert sich beim Klienten, ob die von ihr ausgeführte Handlung das vom Jungen Ersehnte erreicht. Je nach Tagesform und Befindlichkeit des Klienten wird das Instrument auch an anderen Stellen angelegt und zum Klingen gebracht. Ist die Wirkung und die Klangberührung durch dieses Saiteninstrument für den Klienten nicht stimmig, kann die Therapeutin beispielsweise zur Leier wechseln und das eigens für ihn komponierte Musikstück spielen oder für ihn singen.

Beispiel aus dem Pflegeheim: Eine ältere Dame kann aufgrund eines Schlaganfalls weder ihre Gliedmassen bewegen noch sprechen. Die Therapeutin konnte in Erfahrung bringen, dass die Klientin besonders Farben und Märchen mag und gerne aktiv etwas tun möchte. Sie liegt im Bett, den Oberkörper leicht erhöht. Die Maltherapeutin setzt sich ans Bett und macht der Klientin einen Vorschlag. Die Kunsttherapeutin versucht über Blickkontakt und andere Körpersignale herauszufinden, ob die Klientin einverstanden ist. Nachdem sie

ihre Zusage hat, beginnt sie vor den Augen der Klientin so zu malen, dass sie vom Liegen aus den Prozess direkt mitverfolgen kann. Sie arbeitet so, als ob die Klient:in selbst malen würde, mit entsprechenden heilsam wirkenden Farben und Formen. Bei einer weiteren Therapiestunde wählt die Therapeutin mit Pflanzenfarben gefärbte Seidentücher und legt sie so aus, dass ein Bild entsteht; und beim nächsten Mal verwendet die Therapeutin mit Pflanzenfarben gefärbte Wollvliese und schafft daraus ein Märchenbild. Stets ist sie in intensivem Austausch mit der Klientin und spürt ab, ob es für die Klientin stimmig ist und zielführend wirkt.

### **Einzeltherapie – Einzeltherapie in der Kleingruppe – Gruppentherapie**

In der Einzeltherapie steht der individuelle Mensch mit seiner Biografie und seiner persönlichen Fragestellung im Zentrum. Die Therapieeinheiten können auch bei Menschen mit gleicher Diagnose sehr verschieden sein und zu ganz unterschiedlichen Therapiezielen führen. Hinter dem Problem Migräne können bei Klient:innen beispielsweise folgende Fragestellungen im Vordergrund stehen: Was kann ich durch Kunsttherapie erreichen, damit sich die Migräne nicht mehr so häufig oder gar nicht mehr meldet? Oder: Wie gehe ich damit um, dass ich ständig unter Migräne leide und nach so vielen therapeutischen Fehlversuchen vermute, dass ich lernen muss, damit zu leben? Oder: Ich möchte tapfer werden, wenn ich Schmerzen habe, doch es gelingt mir nicht. Oder: Ich spüre einen Zusammenhang zwischen meiner Verdauung und meinem Kopf; da muss sich etwas ändern. Je nach Intention der Klient:innen werden daraus unterschiedliche therapeutische Feinziele abgeleitet.

Weil in der Anthroposophischen Medizin der Mensch in seiner Individualität angesprochen

werden soll und Gesundheit als individueller Prozess verstanden wird, wird hier in der Regel keine Gruppentherapie angeboten.

Eine Ausnahme bildet eine Mischform, die Einzeltherapie in der Kleingruppe, die versucht, die Stärken von Einzel- und Gruppentherapie zu verbinden. Sie wird in anthroposophischen Einrichtungen, vor allem in der Mal- und Plastiziertherapie, die mit den sogenannten Raumkünsten arbeiten, durchgeführt. Die Teilnehmenden arbeiten wie in der Einzeltherapie individuell, aber neben ihnen sitzen zwei bis sechs weitere Klient:innen, die mit ihren jeweiligen therapeutischen Prozessen beschäftigt sind. Dieses Setting kann auch aus Kostengründen gewählt werden.

In einer Kleingruppe kann eine Atmosphäre entstehen, die Hülle und seelische Wärme gibt. Die Klient:innen sind Teil einer Gemeinschaft, dürfen aber ganz bei sich bleiben und ihre Kräfte für die Arbeit an und mit sich selbst einsetzen. Wenn Isolations- und Einsamkeitsgefühle vorliegen, kann die menschliche Wärme, die durch das Zusammensein mit anderen entsteht, das Empfinden von sozialer Teilhabe ermöglichen. Auch erleben die Klient:innen, dass es andere Menschen gibt, die ebenfalls in Herausforderungen stehen; sie können so erfahren, wie andere in der kunsttherapeutischen Arbeit mit sich umgehen. Das relativiert nicht die Schwere der eigenen Herausforderungen, aber weitet den eigenen Blick auf die persönliche Situation und das individuelle Potenzial. Der gewohnte Horizont kann sich am Erleben vom Sein und Kunstschaffen anderer Menschen erweitern. Manchmal weckt ein Thema oder eine künstlerische Technik, die die anderen Klient:innen einsetzen, Interesse. Das kann das eigene Handlungsrepertoire erweitern. Auch kann die Wahl dieses Therapiesettings die Klient:innen darin unterstützen, ihre eigene Aufgabenstellung stringenter zu verfolgen und da-

bei zu lernen, sich vom Geschehen im Umkreis abzugrenzen. Dieses Setting wird auch gewählt, wenn die Gruppenerfahrung zentral ist und trotzdem Individualisierung stattfinden soll. Das Eigene kann durch Abgrenzung von Fremdem gestärkt oder Fremdes (teil)integriert werden.

Eine weitere Möglichkeit ist auch, die Phase der Einzeltherapie durch eine Einzeltherapie in der Kleingruppe abzulösen oder umgekehrt; auch können die beiden Therapieformen abwechselnd besucht werden.

### **Zur Wahl der Therapierichtung**

Kunsttherapien werden ärztlich verordnet oder können aus eigener Initiative heraus besucht werden. Grundsätzlich stehen Klient:innen und verordnenden Ärzt:innen alle Therapien zur Auswahl. Mit einer bestimmten Therapie können Klient:innen differenziert angesprochen und entsprechende Wirkungen angeregt werden. Bei der Wahl einer bestimmten Therapie sind folgende Kriterien wichtig: Ob Klient:innen eine besondere Affinität oder einen bestimmten Bezug zu einer Therapieform haben, ob sie eine neue Therapieform kennenlernen möchten und oder ob Therapeut:innen der gewünschten Fachrichtung überhaupt erreichbar sind.

Eine Verordnung kann Freude und Neugier, aber auch Angst und Widerstand auslösen. Die Therapeut:in lädt zum Kennenlernen und Ausprobieren ein. Sie bietet niederschwellige bis herausfordernde Einstiegsmöglichkeiten an und stellt geeignete Arbeitshilfsmittel zur Verfügung, die an die aktuelle Befindlichkeit, Bedürfnisse und Zielvorstellungen der Klient:innen angepasst werden können.

## **INTERVIEW MIT WALTER DAHLHAUS**

### **An etwas Grösseres in der Farbe, im Klang, im Laut anknüpfen**

#### **Steinmann**

Welches Potenzial hat aus Ihrer Sicht der Besuch einer anthroposophischen Kunsttherapie für Menschen mit Assistenzbedarf und einer seelischen Erkrankung?

#### **Dahlhaus**

Das Gleiche wie für Menschen ohne Assistenzbedarf mit oder ohne seelischer Erkrankung. Durch die auf Anthroposophie basierte Kunsttherapie ist eine Anknüpfung «an etwas Grösseres» gegeben. Was steht hinter der Farbe, was hinter einem Klang, was hinter einem Laut? Eine Erkrankung ist immer eine Form der Isolation. Da wieder ans Grosse, Kosmische anzuknüpfen, aus der Isolation herauskommen zu können, ist besonders in der anthroposophischen Kunsttherapie wichtig. Dieses Anknüpfen ist für alle Menschen bedeutsam.

Bei Menschen mit Assistenzbedarf kommen aber auch allgemeinbildende Mittel zusätzlich dazu: In der Plastizier- und Maltherapie ist es beispielsweise der sehr hilfreiche Begleit-aspekt der Augen-Hand-Koordination. Hier kann etwas vertieft werden, was im schulischen Unterricht oder Alltag keinen Platz hat. In der Musiktherapie ist es beispielsweise das Hinhören und das Warten-können darauf, bis der andere Mensch fertig gespielt hat. Diese verbal nur schwer zu vermittelnde Forderung der Dialogfähigkeit, dem anderen zuzuhören, können Kinder oder Menschen mit Assistenzbedarf durch das musiktherapeutische Tun

gut verstehen. In der Sprachtherapie ist es der Aspekt der Atemregulierung. An Klient:innen habe ich wiederholt erlebt, dass die Epilepsie entscheidend durch Sprachgestaltung gebessert worden ist, weil sie wieder erfahren haben, wann und wie man ein- und ausatmet.

### **Steinmann**

Welche übergeordneten heilsamen Aspekte, die alle Kunsttherapierichtungen betreffen, empfinden Sie als wichtig?

### **Dahlhaus**

Ein allen künstlerischen Therapien übergeordneter Aspekt ist die Dauer. Ich habe einmal eine Reihe von Tonobjekten einer Klientin betrachten können: Die anfänglich unbelebten und kantigen Formen verwandelten sich zum Ende hin in organisch-lebendige Formen. Diese Reihe spiegelte den seelischen Entwicklungsprozess dieser Frau wider, die sich von einer gewissen Schroffheit und Kantigkeit zu einer grossen Lebendigkeit hin ausgestaltet hat. Durch die Rückwirkungen der immer neuen Gestaltungen ihrer Tonobjekte konnte sich ihre Persönlichkeit weiterentwickeln. Durch Äusserlichkeit konnte sie innerlich werden. Solche therapeutischen Prozesse können manchmal in mehrere Phasen gegliedert über viele Jahre andauern.

Ein weiterer Aspekt ist das Schutzeempfinden. Ich hatte eine schwer traumatisierte Klientin, der es nicht möglich war, durch Rhythmische Massage Therapie Hülle zu spüren; sie konnte Berührung nicht zulassen. Beim therapeutischen Malen hat sie dann Engel entdeckt und dauernd Engel gemalt. Sie konnte sich dadurch ihre Schutzsphäre vor allem für die Nachtzeit erschaffen. Mit ihrer Begeisterung hat sie dann in ihrer Wohngruppe alle angesteckt, und so entstand eine Malgruppe. Man kam also durch die Kunsttherapie zum künst-

lerischen Schaffen. Diese Entwicklung wurde durch das kunsttherapeutische Einzelangebot der Einrichtung angestossen.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist das Üben. Wenige können üben; das Üben findet dann in der Therapie statt.



Walter J. Dahlhaus, geboren 1953, ist Heilpädagoge und Arzt für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie mit eigener Praxis in Freiburg im Breisgau. Darüber hinaus ist er als Vortragender, Dozent an verschiedenen Ausbildungsstätten und Buchautor tätig.

# ANHANG

## Film über die anthroposophischen Kunsttherapien-

Vier Kurzfilmsequenzen geben Einblick in die anthroposophische Maltherapie, Plastiziertherapie, Musiktherapie und Sprachtherapie.

- [www.icaat-medsektion.net/anthroposophische-kunsttherapien/malen/video](http://www.icaat-medsektion.net/anthroposophische-kunsttherapien/malen/video)



- [www.icaat-medsektion.net/anthroposophische-kunsttherapien/plastizieren/video](http://www.icaat-medsektion.net/anthroposophische-kunsttherapien/plastizieren/video)



- [www.icaat-medsektion.net/anthroposophische-kunsttherapien/musiktherapie/video](http://www.icaat-medsektion.net/anthroposophische-kunsttherapien/musiktherapie/video)



- [www.icaat-medsektion.net/anthroposophische-kunsttherapien/sprachgestaltung/video](http://www.icaat-medsektion.net/anthroposophische-kunsttherapien/sprachgestaltung/video)



## Anthroposophische Kunsttherapien in der Schweiz

In der Schweiz ist die Kunsttherapie mit ihren fünf Fachrichtungen erfahrungsmedizinisch anerkannt. Bewegungs- und Tanztherapie, Gestaltungs- und Maltherapie, Drama- und Sprachtherapie (inklusive Figurenspieltherapie), Musiktherapie (inklusive Gesangstherapie), Intermediale Therapie werden durch die Komplementärversicherer und Zusatzversicherungen vergütet.

Wesentliche Informationen siehe [www.artecura.ch](http://www.artecura.ch) und [www.svakt.ch](http://www.svakt.ch)

## Anthroposophische Kunsttherapien in Deutschland

Sie sind unterteilt in die Fachbereiche Malerei, Plastik, Musik und Sprachgestaltung. Ausführliche Informationen zu Mitteln und Methoden sowie Indikations- und Kontraindikationsangaben für die Fachbereiche Malerei, Plastik, Musik und Sprachgestaltung finden sich in der Leitlinie zur Behandlung mit anthroposophischer Kunsttherapie des

deutschen Berufsverbandes für Anthroposophische Kunsttherapie (BVAKT)® und in der entsprechenden Fachliteratur. Informationen zur Kostenübernahme für Anthroposophische Kunsttherapie (BVAKT)® durch Gesetzliche Krankenkassen, siehe <https://www.anthroposophische-kunsttherapie.de/fuer-patienten/therapie/kostenuebernahme.html>

## Geeignete Kunsttherapeut:innen finden

Kunsttherapeut:innen mit anthroposophischer Zusatzqualifikation finden sich auf den jeweiligen Webseiten der Berufsverbände: in der Schweiz bei der Schweizerischen Vereinigung anthroposophischer Kunsttherapie (SVAKT), in Deutschland beim Berufsverband für anthroposophische Kunsttherapie (BVAKT), in Österreich bei der Österreichischen Vereinigung anthroposophisch orientierter Kunsttherapien (ÖVAOK). In der Schweiz sind von den Zusatzversicherungen anerkannte Kunsttherapeut:innen, mit oder ohne Anthroposophische Zusatzqualifikation über den Therapeutenfinder des Dachverbands Schweizer Berufsverbände für Therapie mit künstlerischen Medien, Organisation der Arbeitswelt für Kunsttherapie (Oda ARTECURA) aufgelistet unter: [www.artecura.ch/therapeutenliste.php](http://www.artecura.ch/therapeutenliste.php)

## Staatliche Anerkennung

Alle Methoden der anthroposophischen Kunsttherapien bauen auf staatlich anerkannten medizinischen und/oder therapeutischen Grundqualifikationen auf. In der Schweiz ist Kunsttherapeut:in ein anerkannter Beruf auf tertiärer Bildungsstufe mit Diplomabschluss Eidgenössische Höhere Fachprüfung HFP-KST. Heileurythmist:innen sind entweder dito als Tanz- und Bewegungstherapeut:in anerkannt oder als Komplementär Therapeut:in der Methode Heileurythmie.

## Ausbildungen

Die anthroposophischen kunsttherapeutischen Aus- und Weiterbildungen werden staatlich und durch die International Association of Anthroposophic Arts Therapies Educations (iARTE) zertifiziert. iARTE ist ein Zusammenschluss der von der Medizinischen Sektion der Freien Hochschule für Geisteswissenschaft am Goetheanum in Dornach an-

erkannten und akkreditierten internationalen berufsqualifizierenden und weiterbildenden Kurse sowie berufsqualifizierender Hochschulstudiengänge und Ausbildungen in aller Welt.

Ausbildung international (anthroposophisch): [www.icaat-medsektion.net/iarte/aus-weiterbildung/iarte](http://www.icaat-medsektion.net/iarte/aus-weiterbildung/iarte)

Ausbildung in der Schweiz (alle, inklusive anthroposophische): [www.artecura.ch/bildungsinstitute.php](http://www.artecura.ch/bildungsinstitute.php)

Ausbildung in Deutschland: Ausbildung in Heileurythmie international: <https://euryhythmytherapy-medsektion.net/ausbildung-und-akkreditierung/ausbildungsstaetten>

## Orientierungshilfe für Zuweisende und interessierte Klient:innen

Eine hilfreiche Broschüre zur Orientierung für Zuweisende und interessierte Klient:innen findet sich auf der Homepage der International Coordination of Anthroposophic Arts Therapies (ICAAT) (ICAAT) mit Sitz in Dornach unter: [www.icaat-medsektion.net/](http://www.icaat-medsektion.net/)

## Wissenschaftlich belegte Wirksamkeit von Kunst in der Therapie

Seit zwei Jahrzehnten wird das Wirkungspotenzial therapeutisch eingesetzter Künste auch wissenschaftlich erforscht und signifikant belegt – für die integrative gesundheitliche Prävention, Krankheitsbegleitung, Stabilisierung, Rehabilitation und Entwicklungsförderung. Wer mehr zur Charakteristik und wissenschaftlichen Evidenz von Kunsttherapie erfahren möchte, dem seien folgende Publikationen empfohlen:

1. Charakteristik und wissenschaftliche Evidenz der Wirksamkeit von Kunsttherapie 2024, Dietrich von Bonin (Hrsg.) Download unter [www.artecura.ch/\\_tmc\\_datan/File/Evidenz\\_Kunsttherapie\\_2024.pdf](http://www.artecura.ch/_tmc_datan/File/Evidenz_Kunsttherapie_2024.pdf)
2. Anthroposophische Medizin und kunsttherapeutische Falldarstellungen, siehe: [www.anthromedics.com](http://www.anthromedics.com), Suchbegriff «Kunsttherapie», mit kostenlosen Praxisempfehlungen auch zu den Kunsttherapien und mit kostenpflichtigem Onlinearchiv vom "Mercurstab"



3. International Coordination of Anthroposophic Arts Therapies [www.icaat-medsektion.net/forschung/literatur/forschung/publikationen](http://www.icaat-medsektion.net/forschung/literatur/forschung/publikationen)

## Forschungsprojekte

Aktuelle kunsttherapeutische inkl. eurythmietherapeutische Forschungsprojekte finden sich unter:

1. Forschungsinstitut für Künstlerische Therapien / Research Institute for Creative Arts Therapies (RIART) [www.alanus.edu](http://www.alanus.edu)
2. Zur Evidenzlage der Anthroposophischen Medizin, Forschung und WHO-Benchmarks für die Ausbildung in Anthroposophischer Medizin: <https://www.anthromedics.org/BAS-0327-DE>
3. Datenbank zu medizinisch-therapeutischen Studien, auch die der anthroposophischen Kunsttherapie aus internationalen Peer Review-Journalen, siehe <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov>
4. Health Evidence Network Synthesis Report, hrsg.von Daisy Fancourt und Finn Saoirse; Schlussbericht einer internationalen Metastudie, die über 3000 Studien zu Kunst und deren therapeutische Wirkungen und zu Kunsttherapie evaluiert hat, siehe: [www.artecura.ch/forschung.php](http://www.artecura.ch/forschung.php)

## Weiterführende Literatur

**Brauer, Dagmar;** Girke, Matthias (Hrsg.): Anthroposophische Malthérapie. Grundlagen, Indikationen, Durchführung. Salumed Verlag, Berlin 2024.

**Collot d'Herbois, Liane:** Licht, Finsternis und Farbe in der Malthérapie. Verlag am Goetheanum, Dornach 1993.

**Golombek, Evelynne:** Plastisch-therapeutisches Gestalten. Anthroposophische Kunsttherapie I. Urachhaus Verlag, Stuttgart 2003, zum kostenfreien Download unter [www.salumed-verlag.de/files/bilder/Downloaddateien/Kunsttherapie\\_1%20Plastizieren.pdf](http://www.salumed-verlag.de/files/bilder/Downloaddateien/Kunsttherapie_1%20Plastizieren.pdf)

**Hauschka, Margarethe:** Zur Künstlerischen Therapie, Band I. Schule für Künstlerische Therapie und Massage, Boll 2000.

**Hauschka, Margarethe:** Zur Künstlerischen Therapie. Wesen und Aufgabe der Malthérapie, Band II. Schule für Künstlerische Therapie und Massage, Boll 1991.

**Mees-Christeller, Eva u.a.:** Therapeutisches Zeichnen und Malen. Anthroposophische Kunsttherapie II. Urachhaus Verlag, Stuttgart 2003, zum kostenfreien Download unter [www.salumed-verlag.de/files/bilder/Downloaddateien/Kunsttherapie\\_2%20Maltherapie.pdf](http://www.salumed-verlag.de/files/bilder/Downloaddateien/Kunsttherapie_2%20Maltherapie.pdf)

**Felber, Rosemarie:** Musiktherapie und Gesangstherapie. Urachhaus Verlag, Stuttgart 2003.

**Selg, Peter und Schneider, Walter:** Liane Collot d'Herbois Werk und Leben / work and life, Raffael Verlag, Ittigen 2013.

**Keller Roth, Wilburg:** System und Methode der Heil-Eurythmie, Dornach 2021.

**Sommer, Markus; Sommer-Solheim, Anne; Lieberknecht, Karl-Hermann:** Plastisch-therapeutisches Gestalten, Theorie und Praxis einer anthroposophischen Kunsttherapie. Salumed Verlag, Berlin 2024.

**Von Bonin, Dietrich; Schmidt-von Nell, Franziska; Boettcher, Esther; Niedermeier, Jan-Gabriel:** Therapeutische Sprachgestaltung. Theorie und Praxis einer anthroposophischen Kunsttherapie. Salumed Verlag, Berlin 2024.

**Von der Heide, Paul:** Zur künstlerischen Therapie. Einführung in die Grundlagen der Maltherapie, Band III. Schule für Künstlerische Therapie und Massage, Boll, zum kostenlosen Download unter: [www.salumed-verlag.de/files/bilder/Downloaddateien/M-Hauschka-Kuenstlerische-III-Download.pdf](http://www.salumed-verlag.de/files/bilder/Downloaddateien/M-Hauschka-Kuenstlerische-III-Download.pdf)

## Medizin

**Fintemann, Volker:** Intuitive Medizin: Anthroposophische Medizin in der Praxis, Grundlagen. Haug Verlag, 6. Auflage, Stuttgart 2016.

**Fuchs, Thomas:** Leib, Raum, Person. Verlag Klett-Cotta, Stuttgart 2018.

**Glas, Norbert:** Gefährdung und Heilung der Sinne. Meltinger Verlag, Stuttgart 1994.

**Husser, Peter:** Anthroposophische Medizin und Wissenschaft. Schattauer Verlag, Stuttgart 2011

**Husser Peter, Weinzirl Johannes, Scheffers Thomas, Ebersbach Robert** (Hg.) Erläuterungen zum ersten Ärztekurs Rudolf Steiners 1920. Vorträge 4 und 5. Dornach: Verlag am Goetheanum 2023.

**Holzappel, Walter:** Im Kraftfeld der Organe. Verlag am

Goetheanum, Dornach 2000.

**Husemann, Armin J.:** Der musikalische Bau des Menschen: Entwurf einer plastisch-musikalischen Menschenkunde. Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart 1993 (vergriffen, Neuauflage geplant).

**Rohen, Johannes W.:** Morphologie des menschlichen Organismus. Verlag Freies Geistesleben, 3. Auflage, Stuttgart 2007.

**Sieweke, Herbert:** Anthroposophische Medizin, Bd. I und II, Studien zu ihren Grundlagen, Verlag am Goetheanum Dornach 2008.

**Treichler, Markus / Reiner, Johannes:** Anthroposophie-basierte Psychotheapie, Salumed Berlin 2029

## Werke von Rudolf Steiner zu Medizin, Kunst, Therapie

- Anthroposophische Leitsätze (GA 26), Dornach 2024.
- Das Künstlerische in seiner Weltmission (GA 276), 4. Auflage, Dornach 2002.
- Das Wesen der Farben (GA 291), 4. Auflage, Dornach 1991.
- Das Wesen des Musikalischen und das Tonerlebnis im Menschen (GA 283), 4. Auflage, Dornach 1989.
- Die Geheimwissenschaft im Umriss (GA 13), 32. Auflage, Dornach 1989.
- Die Philosophie der Freiheit (GA 4), 17. Auflage, Dornach 2021.
- Die Wochensprüche des anthroposophischen Seelenkalenders im Doppelstrom der Zeit beider Hemisphären. Dornach, Sonderauflage (synoptische Ausgabe), 4. Auflage, Dornach 2015.
- Einleitung und Kommentare zu Goethes naturwissenschaftlichen Schriften (GA 1), Dornach 2022
- Farbenerkenntnis (GA 291a), Dornach 1990
- Geisteswissenschaftliche Gesichtspunkte zur Therapie (GA 313), 5. Auflage, Dornach 2001.
- Geisteswissenschaft und Medizin (GA 312), 8. Auflage, Dornach 2020.
- Grundlinien einer Erkenntnistheorie der Goetheschen Weltanschauung mit besonderer Rücksicht auf Schiller (GA 2), 9. Auflage, Dornach 2022.
- Kunst im Lichte der Mysterienweisheit (GA 275), 3. Auflage, Dornach 1990.

- Heileurythmie (GA 315) 5. Auflage, Dornach 2003.
- Kunst und Kunsterkenntnis – Grundlage einer neuen Ästhetik (GA 271), 3. Auflage, Dornach 1985.
- Pathologie und Therapie, hrsg. Peter Selg, Reprint Sa-lumed Berlin 2004.
- Physiologisch-Therapeutisches auf Grundlage der Geisteswissenschaft (GA 314), 4. Auflage, Dornach 2011.
- Theosophie – Einführung in die übersinnliche Welterkenntnis und Menschenbestimmung (GA 9), 34. Auflage, Dornach 2021.
- Die Nebenübungen. Ausgewählt und herausgegeben von Ates Baydur, Rudolf Steiner Verlag, Basel 2022.
- Steiner, Rudolf/Wegman, Ita: Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst nach geisteswissenschaftlichen Erkenntnissen (GA 27), 8. Auflage, Dornach 2014.

## WEITERE BROSCHÜREN

Weitere Broschüren zu Grundlagen der anthroposophischen Heil- und Sozialpädagogik können über die Website von Anthrosocial oder den hier den abgebildeten QR-Code bestellt werden.



Broschüre Nr. 1

### **Einführung in die anthroposophische Heilpädagogik und Sozialtherapie**

Autor: Andreas Fischer

Broschüre Nr. 2:

### **Religion und Spiritualität im Begleitaltag**

Autorin: Eva – Maria Schnaith

Broschüre Nr. 3

### **Der Mensch und seine Sinne**

Autor: Dieter Schulz

Broschüre Nr. 4

### **Beziehungsgestaltung als Grundlage der Begleitung in Heilpädagogik und Sozialtherapie**

Autor: Andreas Fischer

Broschüre Nr. 5

### **Innere Haltung in der Heil- und Sozialpädagogik**

Autor: Florian Oswald

Broschüre Nr. 7

### **Gesundheit und Krankheit**

Autor: Walter Dahlhaus



Die Autorin

**Barbara Steinmann**

Geboren 1967 in Windsor, Grossbritannien, ausgebildete Waldorfpädagogin, berufs begleitendes Studium der Kunstgeschichte und Germanistik in London und Basel; war mehrere Jahre als Personalentwicklerin in der Wirtschaft und als selbstständige Kunstvermittlerin in Museen tätig; Studium der Betriebswirtschaft und Recht, unterrichtete an einer Berufsfachschule und einer Höheren Fachschule in der Schweiz. Seit 2017 arbeitet sie im Begegnungsfeld von Kunst, Pädagogik, Medizin, Wirtschaft und Sozialem als eidgenössisch diplomierte Kunsttherapeutin, Fachrichtung Intermedial, sowie als Lehrtherapeutin. Sie ist zudem als kunstbasierte Supervisorin in Kliniken und Unternehmen tätig, hat eine eigene kunsttherapeutische Praxis in Basel und ist mitverantwortlich für die Ausbildung anthroposophischer Kunsttherapeut:innen in der Schweiz.

Weitere Informationen:

[www.studiengang-kunsttherapie.ch](http://www.studiengang-kunsttherapie.ch).

**anthroSocial**

begegnen begleiten befähigen

**Geschäftsstelle**

Beitenwil 61, CH-3113 Rubigen

Tel. +41 31 838 11 29

[info@anthrosocial.ch](mailto:info@anthrosocial.ch)

[www.anthrosocial.ch](http://www.anthrosocial.ch)