



Psychosoziale Therapien von Psychosen und Bipolaren Störungen

KUNSTTHERAPIE

Das kunsttherapeutische bzw. gestalttherapeutische Vorgehen stellt eine eigenständige psychotherapeutische Methode dar und basiert auf tiefenpsychologischen bzw. psychoanalytischen Grundannahmen. Dabei wird mit verschiedenen Ausdrucksformen gearbeitet. Dazu gehören neben dem Zeichnen, Malen und Modellieren mitunter auch Pantomime und Therapieelemente aus dem Psychodrama.

Nachdem vor dem 19. Jahrhundert psychisch Kranke vorwiegend ein- und weggesperrt wurden, begann man zu diesem Zeitpunkt, sich in einigen Bereichen auf die Bedürfnisse der Patienten einzustellen. In den damaligen Heilanstalten erhielten die Kranken Möglichkeiten zur kreativen Beschäftigung. Diese Aktivierung erfolgte unter therapeutischen Gesichtspunkten. Ein Jahrhundert später wurde die musische Beschäftigung der Patienten hauptsächlich zur Klärung diagnostischer Fragen benutzt. Die Patienten erhielten in so genannten „Malateliers“ Gelegenheit zum kreativen Arbeiten (vorwiegend Malen, Gestalten, Zeichnen, später auch Bildhauerei). Zeitgleich mit dieser Entwicklung formulierte Freud seine psychoanalytischen Theorien. Seine Ideen von unbewussten psychischen Inhalten und die Methode der freien Assoziation prägt die Kunsttherapie bis heute nachdrücklich. Ungefähr ab 1940 entwickelten sich kunsttherapeutische Konzepte, die sich auf die Arbeiten von S. Freud, C.G. Jung und A. Adler bezogen. Wegbereiterinnen der Kunsttherapie waren E. Kramer und M. Naumburg. Grundannahmen der Kunsttherapie sind, dass im Gestalteten (z.B. eines Bildes) der Zugang zu unbewussten innerseelischen Vorgängen sichtbar wird. Diese unbewussten Aspekte waren zuvor nicht zugänglich. Wo Belastungen oder Gefühle verborgen sind, wo Stärken oder Schwächen eines Menschen liegen, konnte zuvor nicht ausgesprochen werden. Das Gestalten erfolgt zumeist ohne Themenvorgabe. Was wesentlich ist, hängt von den Äußerungen des Patienten, seinen Assoziationen zum Bild und seinem Wertesystem sowie den Empfindungen des Therapeuten in Bezug auf den Patienten, sein Kunstwerk und sein eigenes Erleben ab.

Die Kunsttherapie hat sich besonders bei den Patienten bewährt, bei denen der Zugang zu einer psychischen Problematik über sprachlichen Ausdruck schwierig ist. Neben dieser Aktualisierung und Erkenntnis von Konflikten führt Kunsttherapie zu einer Stärkung des Selbstwertgefühls, sie fördert die soziale Kontaktaufnahme und trainiert Konzentration und Ausdauer. Ihre Anwendung ist damit nicht auf bestimmte Erkrankungen festgelegt. Die Gestalt-/Kunsttherapie hat einen festen Platz im stationär psychiatrischen Alltag und in psychosomatischen Kliniken. Häufig findet eine Kombination mit anderen Behandlungsmethoden (mit anderen theoretischen Hintergründen) statt. Im ambulanten Bereich ist die Kunsttherapie ebenfalls beliebt, hier wird sie z.T. auch außerhalb der Behandlung von psychischen Erkrankungen genutzt (u.a. zur Förderung der Persönlichkeitsentwicklung).

Quelle: Psychiatrie-aktuell.de