

Resonanz und Resilienz

GISELA SCHMEER | RUPERT SHELDRAKE | HEINZ DEUSER | NORBERT GRODDECK | PEER ABILGAARD |

HÖLGER SCHANZE | CORINNA BRAUN | CHRISTIAN HAMBERGER | DORIS TITZE | KLAUS VOGEL | PETER

MORITZ PICKSHAUS | LUISE REDDEMANN | PETER JORASCHKY | RALF BOLLE | MARION WENDLANDT-

BAUMEISTER | BARBARA DAHINDEN | ISABELLE RENTSCH | BIRGIT MÖLLER | HANNAH OVER | IRENE BREY-

TAFELMAYER | THOMAS STAROSZYNSKI | EWA GUZIAK | FRANCES SCHANDERA-DUARTE | JULIANE MELCHES

| DANIELA MÄDEL | ASTRID GOLDHARDT | NADIN RESCHKE | ALFRED HABERKORN | HENRIETTE RÜCKERT |

THOMAS HELLINGER

Die Kunst der Kunst Therapie Doris Titze

Wir selbst sind der Ort unserer Bilder

Wandlungsprozesse der Gestaltung

Die Dynamik des Bildes entsteht in seiner Betrachtung; es gerät durch unsere Wahrnehmung und Worte in Schwingung. Das Bild selbst ist als unendlich denkbarer, virtueller Raum ein Spiegel unserer Vorstellungen. So erschließt der Prozess der Gestaltung der Malerin oder dem Maler ein neues, inneres Bild. Im Verlauf des Gestaltens stirbt das alte Bild zugunsten des neuen in einem fortwährenden Wandel. Dieser Prozess umfasst Zeit. Indem Bilder Zeit verdichten, sind in ihrer Gegenwart Vergangenes und Zukünftiges sowie ihr eigener Entstehungsprozess enthalten. Wir selbst sehen uns in der Betrachtung des Bildes. Es ist nur ein Bild; dennoch gehört es zu uns. Narziss versank in sein Spiegelbild, weil er es mit sich selbst verwechselte (vgl. Wendlandt-Baumeister 2003, S. 208 ff.). Im kunsttherapeutischen Kontext müssen wir daher lernen, unsere Bilder von uns zu trennen und zugleich mit ihnen verbunden zu bleiben. Einzelne Aspekte dieser Selbstbegegnung möchte ich anhand von Beispielen aus Kunst und Kunsttherapie verdeutlichen. (Abb. 1)

Resonanz

Farbe ist dem Gefühl verbunden und wirkt mit eigener Energie. Ingrid Riedel schreibt: »Wenn wir das Licht löschen, verschwinden die Farben: Nicht nur so, dass wir sie nicht mehr wahrnehmen können, sondern so, dass sie nicht mehr existieren. Unter der Wirkung einer Farbe zu stehen bedeutet [...], unter einer realen Strahlung, einer Schwingungsfrequenz des Lichtes stehen« (Riedel 1983, S. 12). In Wolfgang Laibs Blütenstaubbildern scheint



die Farbe zu schweben; ihre feinen Pigmente brechen das Licht in aller Intensität. Die meisten BetrachterInnen schwingen mit.

Manchmal ist unsere Resonanz jedoch dissonant. Im Gegensatz zu Laibs leuchtenden Blütenstaubbildern konfrontieren Barnett Newmans Werke in einer konzentriert ermalten Undurchdringlichkeit der Farbe. Die Farbflächen provozieren in ihrer gleichzeitigen Fülle und Leere, und unser Auge ist in seiner Adaptionfähigkeit überfordert. Barnett Newmans letzte seiner vier Fassungen von »Who's afraid of Red, Yellow and Blue?« war auch eine Frage an sich selbst. Dieses Bild umfasst fast siebzehn Quadratmeter; das heißt, es ist

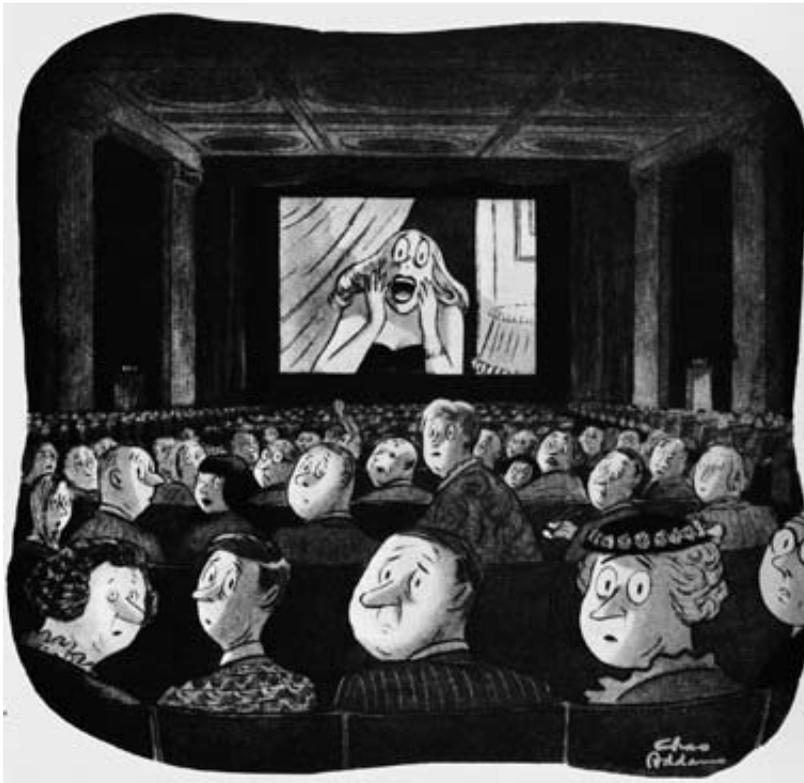
nicht »überschaubar«; wenn man davor steht, ist man mitten »im Bild«. Nicht nur die BetrachterInnen agieren, auch das Bild konfrontiert die BetrachterInnen.

Barnett Newmans Bilder wurden immer wieder Opfer gewalttätiger Anschläge, so auch »Who's afraid ... IV«. Peter Moritz Pickshaus hat in seinem Buch »Kunstzerstörer« jenes Attentat ausführlich analysiert. Als die massive Farbhaut des Bildes die Wucht seines Fausthiebs zurückfederte, schlug der Attentäter schließlich mit einer Stange der Absperrung zu. Auffallend ist, dass jene Absperrung, die das Bild schützen sollte – und deren Distanzierungsmoment Newman sicher nicht wollte – zur Zerstörung benutzt wurde.

Pickshaus schreibt zum Attentäter: »Mir scheint, als habe er diesen Spiegel, diese ›drei Flächen Farbe‹ zertrümmern müssen, da er sich selbst begegnet ist. [...] So zählt es zu den Widersprüchen dieses ungewöhnlichen Falles, dass da, wo grundsätzlich die Kluft zwischen der künstlerischen Intention und der Verständigungsmöglichkeit am größten ist – nämlich in der Zerstörung des Kunstwerkes – diese schier unüberbrückbare Distanz für Sekundenbruchteile in Übereinstimmung umschlug« (Pickshaus 1988, S. 116). Hier wiederum fällt Narziss in sein eigenes Bild, verwechselt er die Kunst mit der Realität und nimmt sie gleichwohl so ernst wie wohl wenige. Schließlich wollte Newman, dass seine Bilder unmittelbar betreffen. Anstatt sich wie Narziss selbst zu zerstören, zerstörte der Attentäter jedoch das Bild (vgl. Pickshaus im vorliegenden Band). (Abb. 2)

Abb. 1 (links)
Erich Rauschenbach

Abb. 2 (rechts)
Chas Addams



Ein Bild tut nichts, es ist nur anwesend; dennoch können wir uns von ihm in seiner materiellen Präsenz bedroht fühlen. Manchmal müssen wir die PatientInnen vor der Energie ihrer eigenen Bilder schützen. Wichtig ist ebenso für die TherapeutInnen, sich nicht mit in die Bilder der PatientInnen hineinziehen zu lassen, die einen großen Sog ausüben können, sondern Distanz zu behalten und die Übertragungsmomente zu reflektieren. Materiell

betrachtet bestehen die Bilder nur aus Farben und Linien, aus Blau, Rot und Gelb. Doch Bilder vermitteln atmosphärisch verdichtete Energie. Kunsttäter sind meist psychisch krank, dennoch sind ihre Reaktionen oft Ausdruck einer tendenziellen, allgemeinen Resonanz. Der Angriff auf Newmans Bild erhielt große Zustimmung des sogenannten »gesunden Volksempfindens«.

Wahrnehmung

Auch totalitäre Machthaber zerstören oftmals Kunstwerke. »Bilderverbote und Bilderstürme [...] bestätigen die Eindringlichkeit des Bildes durch die Heftigkeit, mit der sie sie bekämpfen«, schreibt Peter Matussek in seinem Artikel »Der selbstbezügliche Blick«. Er betont, dass bereits die PET-Scans der Hirnforschung in leuchtenden Farben zeigten, dass der visuelle Kortex weit über die Hälfte der Großhirnrinde umfasst. Jedoch auch die bildgebenden Verfahren der Neurowissenschaften zeigten nicht das Hirngeschehen selbst, sondern dessen Bildprojektion, die erst interpretiert werden müsse: »Indessen wollen auch Bilder gelesen sein, und wer das nicht tut, wer also die immanente Narrativität der Bilder nicht erkennt, dessen Sehvermögen ist eingeschränkt« (Matussek 1999, S. 637 ff.).

Sehen ist grundsätzlich ein schöpferischer Prozess. Wir müssen die inneren wie äußeren Bilder stets übersetzen. Die Betrachtung des Bildes ist dynamisch; das Bild selbst bleibt statisch. Seine sinnliche, begreifbare Verlässlichkeit ist ein wichtiger kunsttherapeutischer Faktor, gerade in der beängstigend ungreifbaren Welt von PatientInnen. Die Rezeption der äußeren Bildwelt ist der aktive Prozess unserer Wahrnehmung. An Aufzeichnungen ist zu sehen, wie die Augen ein Bild abtasten, dem folgend, was das Gehirn an optischer Information zu benötigen meint. Bei Porträtaufnahmen konzentrieren sich die Abtastbewegungen beispielsweise auf Augen und Nase (Gregory 2001, S. 65). Allein die Augenbewegung erzeugt bereits eine Bewegung der

Wir selbst sind der Ort unserer Bilder



Bilder. Muster und Simultankontraste der Farben erzeugen optische Täuschungen durch physikalische Wahrnehmungsphänomene. Im Simultankontrast konkurrieren die Farben in gleicher Intensität miteinander und irritieren das Auge. Die Bilder beginnen sich scheinbar zu bewegen, weil sich das Auge bewegt. Eine andere Form des Bilderlesens sind Sprachbilder; hier fügt der Mensch die Buchstaben sinnvoll zueinander.

»Afuernud enier Sduite an enier Elingshcn Unvirestiät ist es eagl, in wleher Riehnnefoge die Bcuhtsbaen in eniem Wrot sethen,

das enizg wchitge dbaei ist, dsas der estre und lzete Bcuhtsbae am rcihgiten Paltz snid. Der Rset knan ttolaer Bölsdinn sien, und du knasnt es torztedm onhe Porbelme lseen. Das ghet dseahlb, wiewir nchit Bcuhtsbae für Bcuhtsbae enizlen lseen, snodren Wröetr als Gnaezs« (4eye.de, November 2007).

Rémy Zauggs Bilder sind Sprachbilder im Simultankontrast: »schau,/ ich bin blind,/ schau.« (Abb. 3). Er selbst schreibt: »Das Bild mit den blauen Buchstaben auf rotem Grund ist da, wir sehen es zwar, doch trotz unseres Bemühens, es so gut wie möglich zu sehen,

sehen wir es nicht gut. Wir strengen uns an, es bestmöglich zu sehen, doch unsere Mühe ist vergebens. Stets ist das Bild gleichsam in einer kinetischen Strahlung. [...] Das Werk ist also seinem Wesen nach ein Phänomen der Wahrnehmung. Das Werk ist kein Objekt. [...] Doch letztlich könnte es, wer weiß, auch sein, dass [die Bilder] uns an einigen unserer Gewissheiten oder an bestimmten Selbstverständlichkeiten zweifeln lassen wollen« (Zaugg 1999, S. 5).

Das Bild, das wir sehen, ist nicht das Bild, wie es ist. Was wir wahrnehmen, ist der Vorgang unserer Wahrnehmung selbst, unsere eigene Kreation des Bildes in der Bewegung unserer Augen. Wir sind, wie bei Newman, auf uns selbst zurückgeworfen. »Schau, ich bin blind, schau.« ist keine Frage nach unserer Angst vor den Farben, sondern eine Aufforderung des Bildes selbst: Wir sind gefordert, uns unserer Wahrnehmung zu vergewissern. Barnett Newman und Rémy Zaugg fragen nach der Dynamik der Wahrnehmung der BetrachterInnen.

Bild und Wort

Betrachten wir im kunsttherapeutischen Sinne ein Bild zusammen mit der Klientin oder dem Klienten, setzen wir die Bilder mit Worten in Schwingung und ergänzen, beschreiben, interpretieren sie. Um den Blick auf das Bild zu öffnen, sollte der sprachliche Bildeinstieg so offen und weit wie möglich bleiben. Ein Beispiel von Gisela Schmeer veranschaulicht dies eindrucksvoll an einem Bild eines Tores: Eine

Abb. 3 (links)

Rémy Zaugg, 1999, Aluminium, gespritzter Lack,
Siebdruck, gespritzter Klarlack, 193 × 231,5 × 4 cm

Abb. 4 (rechts)

Luc Tuymans, »Der Architekt«,
1997, 113 × 144,5 cm, Öl auf Leinwand

Person steht auf der Schwelle dieses Tores. Die Malerin ist von einer Trauerzeit geprägt, doch bereits die Gleichsetzung der Person auf dem Bild mit der Person der Malerin wäre eine interpretierende Einengung: »Möchten Sie malen, was die Person, die auf der Schwelle steht, gerade sieht?« Mit diesen Worten bleibt die Therapeutin mit der Malerin am Bild und geht nicht darüber hinweg (Schmeer 1994, S. 48).

Luc Tuymans wohl bekanntester Ausspruch besagt: »Der kleine Abstand zwischen der Erklärung eines Bildes und dem Bild selbst ist der einzig mögliche Blickwinkel, unter dem man die Malerei betrachten kann« (Tuymans zit. nach Fuenmayor 2004, S. 116). Luc Tuymans Bilder verlangen Distanz und Reflexion; er selbst nennt es eine Eigenschaft der »Indifferenz«. Sein Bild »Der Architekt« (Abb. 4) zeigt anscheinend einen anonymen Menschen, auf Skiern im Schnee sitzend. Doch die Person ist nach einem Foto gemalt, das den Architekten Albert Speer zeigt, Hitlers Reichsminister. Mit dem Raum zwischen Bild und Titel gewinnt die Betrachtung des Bildes an Dynamik. »Tuymans wiegt wie Kafka das Publikum in Sicherheit, indem er einen konventionellen, augenscheinlich biedereren Ton anschlägt. Er serviert kleinformatige Bilder, die harmlose Dinge und Räume wiedergeben. Aber das Heimliche wird allzu bald unheimlich« (Dexter 2004, S. 27). »Seine Malerei scheitert ständig an der Wiedergabe und genau diese Unmöglichkeit, diese Verstellung lassen die Darstellung des Nichtdarstellbaren,



etwa des Holocaust, zu.« (ebd. S. 25) Luc Tuymans Bilder verbrämen explosive Inhalte – hier gibt es eine Entsprechung zu Bildern, die im therapeutischen Rahmen entstehen.

Auch in der kunsttherapeutischen Arbeit sollten uns weniger die gekonnten Illustrationen eines beängstigenden Zustands irritieren. Viel bedrohlicher erscheinen jene Bilder, die indifferent bleiben, die nicht zustande kommen, deren Leere das weiße Blatt widerspiegelt oder deren Gefälligkeit und Harmlosigkeit den Schmerz jener Menschen übertünchen, die vor der Wucht der Erinnerung in scheinbare Idyllen flüchten. Diese oft belanglos scheinenden Bilder entsprechen einem Schutzmechanismus, den wir in der Therapie aufmerksam beachten und achten sollten. Es gibt verfolgte und verfolgende Bilder: Die Kraft der Bilder erzeugt in uns Schwingungen, die eine Sogwirkung entfalten können. Kunst wirkt in ihrem bloßen Dasein und betrifft unmittelbar.

Destruktion

Niki de Saint Phalle ging offensiv mit ihren destruktiven Kräften um. Ihre Schießbilder in den sechziger Jahren erzeugten bei ihr selbst und den schießenden Protagonisten heftige Gefühle (vgl. Pickshaus im vorliegenden Band). Sie schrieb: »1960 war ich eine sehr zornige junge Frau. Zornig auf die Männer, auf ihre Macht. Ich fühlte, dass sie mir meinen eigenen Freiraum geraubt hatten, [...]. Ich war bereit zu töten. Das Opfer, das ich wählte, waren meine eigenen Bilder. [...] In meine Schießbilder baute ich kleine Farbbeutel mit Farbe in den Gips ein und schoss auf sie. [...] Die Bilder bluteten. Die weiße Oberfläche wurde mit ausspritzender Farbe bedeckt. Das Bild begann zu leben« (de Saint Phalle, 1980, S. 20). Hier scheint sich ein Bedürfnis mitzuteilen, das auch manche PatientInnen zur Selbstzerstörung treibt: Sich selbst zu spüren im destruktiven Akt. De St. Phalle wählte als Stellvertreter ihre Bilder. »Als ich im letzten Winter nach Stuttgart kam, sah ich am Flughafen eine Anzahl Fotos junger Terroristinnen. Mir wurde bewusst, wie viel Glück ich gehabt hatte, einen pazifistischen Ausdruck meiner inneren Gewalt gefunden zu haben« (de Saint Phalle 1980, S. 21). Es gilt hier, das Bild Bild bleiben zu lassen und es nicht mit dem Leben zu vermischen. Doch jede Phantasie spielt mit der Grenze zur Realität. Es bleibt die Frage, was passiert, wenn die Kunst sich das Leben tatsächlich greift.

Kunst brachte seit jeher auch Gewalt zu den BetrachterInnen und versuchte aufzurüt-

Wir selbst sind der Ort unserer Bilder

teilen. Sie versucht, die Grenzen zwischen Fiktion und Dokumentation zu lösen. Dennoch ist eine eindringlich dargestellte Folter keine reale Folter: So das Bild Bild sein darf, bleibt die gestaltende und betrachtende Person vor sich selbst geschützt. Niki de Saint Phalle opfert ihr Bild, nicht sich selbst: Kunst bleibt Fiktion, Abbild, Inszenierung; trotzdem ist das Bild selbst real und wirkt. Vielleicht ist auch das Überwältigt-Sein durch Barnett Newmans Bilder ein Einbruch der Realität, da er die Farbe als Farbe in ihrer Präsenz begreift und nicht als repräsentatives Abbild. Es bleibt eine Gratwanderung.

In der therapeutischen Situation beschreiben wir stets diese Grenze: Es ist nicht unser eigenes Erleben, das wir begleiten, wenn wir von Folter und Missbrauch erfahren, und doch werden unsere eigenen, möglicherweise verletzten Anteile angesprochen und drohen ebenfalls aufzubrechen. Wir sind der Angst, Freude, Hoffnung, Wut unserer PatientInnen ausgesetzt und damit unseren eigenen diesbezüglichen Gefühlen der Wut, Freude, Sehnsucht oder Ohnmacht. Wir schwingen mit. Wir benötigen bei aller Empathie die Fähigkeit zur Distanz und Transformation. Wir wissen, dass die Bilder und Geschichten der PatientInnen deren eigene Erfahrungen wiedergeben: Wir haben sie nicht erlebt. Dieser Unterschied hilft uns im therapeutischen Kontext, ein Gegenüber zu bleiben und nicht mit in das fremde Bild zu versinken. So entwerten wir nicht die Schwere des Erlebens und damit die Kraft zu dessen Überwindung.

In einer empathischen Resonanz des kunsttherapeutischen Mitschwingens spiegelt sich somit die eigene Resilienzfähigkeit. Fallen wir jedoch in das Bild oder das Erleben unseres Gegenübers mit hinein, so schwingen wir so sehr im Gleichklang, dass wir statt Empathie eine Gefühlsüberflutung erleben. Diese destruktive Resonanz wird mit einem physikalischen Vergleich anschaulich. So kann eine Schwingung in einer verstärkten Eigenschwingung eine sogenannte »Resonanzkatastrophe« erzeugen, die Brücken und Gebäude zum Einsturz bringt (vgl. Einführung im vorliegenden Band). Man spricht von Resonanzkatastrophe, da solche Schwingungen der Eigenfrequenz, die die Belastungsgrenze überschreiten, auch durch Menschen selbst provoziert werden können, wie 1850 beim Einsturz der Hängebrücke von Angers durch 730 marschierende französische Soldaten (<http://de.wikipedia.org/wiki/Angers> 2008). So lösten im Gleichschritt laufende oder marschierende Menschen schon manche Katastrophe aus. Der Resilienzbezug setzt dagegen auf individuelle menschliche Stärke.

Kreation

Jorge Semprún schreibt zu seinen Erfahrungen im KZ Buchenwald: »Nicht dass das Erlebte unsagbar wäre. Es ist unerträglich gewesen« (Semprún, zit. nach Lüdke 2002, S. 48). In seiner Dankesrede für den Friedenspreis des Deutschen Buchhandels sprach er davon: »Im Herbst 1945, mit 22 Jahren, fing ich an, jene Lebenserfahrung literarisch zu verarbeiten: jene Erinnerung an den Tod. Aber es war mir

unmöglich. Man verstehe mich: Es war nicht unmöglich zu schreiben – es wäre unmöglich gewesen, das Schreiben zu überleben. Das einzig vorhersehbare Ende jenes Abenteurers, Zeugnis ablegen zu wollen, wäre mein eigener Tod gewesen« (ebd.). Die unerträgliche Erinnerung braucht eine neue Form und Fassung, soll sie uns nicht verrücken. Semprún ringt um die erträgliche Distanz zu seinem konkreten Erleben und schafft in diesem Kampf seine Werke.

Viktor Frankl beschreibt in seinen Erfahrungen des Konzentrationslagers seine Fähigkeit zur Distanzierung als Rettung. Frankl meint auch: »Was hier Not tut, ist [...] dass wir nicht mehr einfach nach dem Sinn des Lebens fragen, sondern dass wir uns selbst als die Befragten erleben, als diejenigen, an die das Leben täglich und stündlich Fragen stellt« (Frankl 1977, S. 120). Frankl betont in seiner Beschreibung der Logotherapie, dass die therapeutische Haltung sich mit dem freien Willen des Menschen, dessen Willen zum Sinn – und der Sinnsuche des Lebens – verbinden müsse (Frankl 1972). Es geht um den Blickwechsel und das aktive Wagnis neuer Perspektiven. (Abb. 5)

Kunst und Therapie teilen sich die Gemeinsamkeit eines kreativen, sinnvollen Prozesses, der Höhen und Tiefen birgt und von Zweifeln begleitet ist. Kreativitäts-Theorien sehen in der Kreativität eine Möglichkeit, das allerursprünglichste, existenzielle Chaos gestaltend abzuwenden. Sie entspricht einer Schöpfung aus dem Nichts, in dem doch »etwas« bereits vorhanden, wenn auch noch nicht greifbar ist.

Abb. 5
Alfredo Jaar, Videostill aus »Epilogue«,
Rwanda Project, 1998



Wir selbst sind der Ort unserer Bilder

In den Schöpfungsmythen wird oft eine träge, massige, geheimnisvolle Figur beschrieben, um die herum eine zweite, quirlige, aktive Gestalt tut und macht und denkt und lenkt ... Marie Luise von Franz vergleicht dies mit dem Unbewussten, das durch das Bewusstsein kontinuierlich entdeckt und dadurch »geschaffen« wird (von Franz 1990, S. 226 ff.). Wir können dies vergleichen mit einem weißen Blatt, auf dem wir Linien zu einer Zeichnung figurieren.

Ralf Bolle berichtet von Haruki Murakami, der im Schreiben seine Geschichte entwickelt und sich »facettenreich mit den verschiedenen Räumen und Wirkkräften [beschäftigt], die zwischen Bewusstsein und Traumwelten gespannt sind. [...] Faszinierendes, Erschreckendes und Vereinesendes sowie Unerkanntes eröffnen sich als riesiger Raum dem Ich-Bewusstsein, das sich selbst als klein und ausgeliefert erlebt. Natürlich geht es um eine Entwicklung und Ausdifferenzierung des Ich, mit dem Unbewussten in Dialog zu treten« (Bolle 2005, S. 113). Harry Mulisch beschreibt seine künstlerische Arbeitsweise in seinem Buch »Die Prozedur«: »[...] ich, der ich dies erzähle, erzähle die Geschichte nicht nur für Dich, sondern vor allem auch, weil ich wissen will, welche Geschichte ich erzähle« (Mulisch 1999, S. 21).

Künstlerischer wie therapeutischer Prozess lassen folgende vier oft beschriebenen Phasen der Kreativität aufscheinen: Auf die Phase der Präparation, in der ein Problem bewusst wird und man sich intensiv mit der Aufgabe auseinandersetzt, folgt die sogenannte »schöp-

ferische Phase« der Inkubation, in der an dem Problem gearbeitet wird, oft ohne sich dessen bewusst zu sein. Hier kann in der therapeutischen wie künstlerischen Arbeit eine innere Leere erlebt werden, ein vermeintlicher Stillstand, der Frustrationstoleranz (auch der TherapeutInnen) erfordert. Als Phase der Illumination (»Aha-Erlebnis«) wird die meist plötzliche Lösung des (inneren) Denkprozesses bezeichnet, welche man in der Phase der Verifikation auf ihre Brauchbarkeit prüft. Holm-Hadulla spricht von der Schwierigkeit der Realisation und setzt diese Phase vor jene der Verifikation. Er betont, dass der kreative Prozess ernsthaft und selbstvergessen sei (Holm-Hadulla, 2005).

Resilienz

Wenn die innere Welt sich äußert, wird die Überwindung von Widerständen notwendig, weil die Realität der Phantasie Bedingungen setzt. Der Philosoph Hans Gadamer sagt dazu: »Wer kennt das nicht, dieses quälerische Gefühl bei der kreativen Arbeit. Aber wenn etwas zustande gekommen ist, dann haben wir wieder einen Halt in dem fremden Geschehen, das uns umgibt. Vielleicht ist das ein tiefes Gefühl der Gelassenheit, nach dem wir streben. Aber dieses Gefühl, nennen wir es Glück, kommt erst nach der kreativen Anstrengung, der wir uns immer wieder ausliefern müssen« (Gadamer, zit. nach Holm-Hadulla 2002, S. 34). Diesen Zustand der Selbstvergessenheit bezeichnet man nach Czikszenmihalyi als Flow-Erleben (Czikszenmihalyi 1998). Jenes

Glücksgefühl der kreativ-fordernden Arbeit wirkt stabilisierend und heilend.

Kreativität als ursprüngliches Schöpfertum scheint grundsätzlich konstruktiv; dennoch enthält sie destruktive Prozesse. So zerstören wir im Moment des Gestaltens permanent das Ergebnis der letzten Phase zugunsten eines völlig neuen Zustands: Der Moment zuvor ist verloren, auch wenn er für den Entwicklungsprozess entscheidend war. Stets den Abschied und die Zukunft zu proben und dabei die Gegenwart zu gestalten, scheint den kreativen Prozess zu bestimmen. Das Verwerfen vieler potenzieller Zustände zugunsten eines einzigen spiegelt die Bedingungen des Lebens selbst. Jene Aggression meint fruchtbare Entwicklung.

Oft versucht man jedoch in der (künstlerischen) Bemühung, etwas mehr oder weniger Vages ergreifen zu wollen, zu viel zu klären. Indem man das Flüchtige zu sehr zu fixieren versucht, zerstört man das bereits Gewonnene, verflacht mit einer erzwungenen Eindeutigkeit die zuvor vielschichtige Lösung. Auch die therapeutische Arbeit kann dadurch Lösungen verwässern. Es kann andererseits geschehen, dass ein Bild (oder das Leben) im unbefriedigenden Zustand verharrt, weil der Mut fehlt, das bereits Erreichte durch neue Perspektiven zu gefährden, obwohl es einem nicht gefällt. Es ist immer wieder erstaunlich, wie sehr die meisten Menschen eine Korrektur ihres »nicht gelungenen« Bildes scheuen. Meist wollen sie »ein besseres beginnen« und erhalten ein ähnliches Ergebnis wie zuvor, weil sie das neue Bild mit denselben Schemata be-

Abb.6
Rune Miels, Versuch über Novalis
(eine Linie), 2003,
Aquatec auf Leinwand, 200 × 95 cm

ginnen, anstatt an der Bruchstelle des »nicht gelungenen« Bildes weiter zu arbeiten.

Ein Bild zu gestalten erhält existenzielle Züge, wenn wir ihm so nahe verbunden sind, dass es einen Sinn für uns gewinnt. Wenn es uns dagegen nicht berührt, bleibt es belanglos. In dieser Gratwanderung kann sich in der kunsttherapeutischen Arbeit jener Zustand entwickeln, der das Bild mit dem Leben selbst gleichsetzt. In diesem Sinne entspräche der Schuss Niki de Saint Phalles auf ihr eigenes Bild einem Schuss auf sich selbst. Bilder bieten den Schutz, ein unerträgliches Erleben aus sich herauszustellen und sich zu distanzieren. Gleichwohl haben sie unerwartete Triggerfunktionen, indem sie unterschwellig agieren und plötzlich Narziss mit dem eigenen Bild verschmelzen. Hier wirkt die Kunsttherapie im Lösen der Gestaltung von seiner Urheberin oder seinem Urheber, im Sinne des Bildes als eines Gegenübers. Wir können ein Bild annehmen oder verändern, uns nähern oder entfernen, uns Zeit geben in der Produktion und der Betrachtung oder das Ergebnis erst einmal ruhen lassen.

Sich selbst ein Bild

»Jede Linie ist eine Weltachse«, schreibt Rune Miels in ihr Bild (Abb.6) (Miels 2003, S. 151). In der Gestaltung schaffen wir uns ein Gegenüber, mit dem wir kommunizieren. Die Phasen der Aggression und des Sich-Lösens sind in der kreativen Arbeit stets enthalten, wenn nicht sogar der Grund des Schaffens. Entscheidend bleibt, dass wir selbst das Ausmaß und den Zeitpunkt des Eingriffes be-



stimmen können. Wir sind nicht ausgeliefert, sondern Handelnde und Sinngebende im Sinne Franks, indem wir auf die alltäglichen Fragen des Lebens Antwort geben. Indem wir uns, wie Harry Mulisch, unsere eigenen Bilder erzählen, während sie entstehen, und sie zugleich unseren Mitmenschen zu vermitteln versuchen.

Handlungsimpulse im Bild

Bilder konfrontieren mit eigenen Ängsten und Wünschen, mit Widerständen und Projektionen. KunsttherapeutInnen nutzen den narrativen Charakter des künstlerischen Ausdrucks, um einerseits innere Bilder zur Sprache zu bringen, andererseits vom Erleben losgelöste Prozesse nonverbal konzentrieren zu helfen. Doch die sprichwörtliche »Angst vor dem weißen Blatt« blockiert oft den Gestaltungswunsch. Vor dem Hintergrund, Kontrollmechanismen zu unterlaufen und Bewegungs- und Handlungsimpulse zu geben, wurden verschiedene Methoden entwickelt (Titze 2006).

Bildfolgen und Bilddialoge als nonverbale Formen lösungsorientierter, kunsttherapeutischer Prozesse erzählen auch »ohne Worte« Geschichten und fördern die Kommunikation. Oft löst die kunsttherapeutische Arbeit mit einfachen Übungen Handlungsblockaden. Der Handradius ermöglicht die schnelle Geste aus der Bewegung heraus; die Aktion aus dem Körperradius versetzt mitten in das Bild. Dies fördert wie die Gestaltung mit Farbe oder Ton die Nähe zu unbewussten Prozessen. Mittlere Bildformate wie DIN A 3, die Arbeit mit Stiften, Collagen, Stein oder Fotografie erfordern eine kontrolliertere Arbeitsweise und können das »in Fluss gebrachte« distanzierter ausformulieren. Sie tragen bei zur kognitiven Integration und begegnen eventueller Gefühlsüberflutung. Dreidimensionales Arbeiten stützt zusätzlich die Körperwahrnehmung.

In Phasen der Verunsicherung hilft der verlässliche Rhythmus der Gestaltung einer Selbststrukturierung und zugleich einer Ge-

Wir selbst sind der Ort unserer Bilder

fühlsannäherung. Oft zeigen sich auch im scheinbaren Chaos Stabilisierungstendenzen, wie ein weiß gelassener Blattrand oder zarte lineare Gitter. Diesen inneren Strukturen dürfen wir im kunsttherapeutischen Prozess durchaus vertrauen. Umgekehrt kann eine scheinbar leichte Gestaltung auf den zweiten Blick eng und starr erscheinen. Bilder selbst sind dynamisch und sprechen durch die formalen Elemente der Gestaltung. Diese Zeichen müssen wir vor allem zu lesen wissen. Generell bleibt innerhalb der kunsttherapeutischen Arbeit die Verbindung aktiver, haptisch-sinnlicher Gestaltung mit rezeptiver, verbal-kognitiver Reflexion ebenso bedeutend wie die präzise Wahrnehmung der nonverbalen Prozesse und ästhetischen Faktoren.

Die notwendige Überwindung mancher Widerstände innerhalb des Gestaltungsprozesses begleitet die Kunsttherapie entsprechend. Werden beispielsweise in der Drogenrehabilitation Portraits erarbeitet, so ist dies oft ein großer Kampf der KlientInnen, sich mit der Realität zu befassen, die bisher ausgeklammert werden sollte. Wenn es ihnen hier gelingt, sich selbst gegenüberzutreten, das Material als Erfahrungshilfe zu begreifen und vielleicht sogar die Erkenntnis zu gewinnen, dass sich sowohl in der Gestaltung als auch im eigenen Erleben Veränderungen zeigen, so ist dies ein großer Erfolg. Einerseits hilft eine Konkretisierung diffuser Traumwelten lebenswichtigen, alltäglichen Entscheidungen. Andererseits öffnet der kreative Freiraum den Alltag erweiternde, virtuelle Welten. Diese

wechselseitige Reibung und Ergänzung schaffen neue, bereichernde Wirklichkeiten.

Zugleich wird die Selbstverantwortung gestärkt, beispielsweise bei chronifizierten PatientInnen in der oft mühsamen Suche nach eigenen Themen. Die Weigerung von TherapeutInnen, Gestaltungsinhalte vorzugeben, kann zunächst zu Ärger und schließlich zur Aktivität führen. Wenn nach einer langen Phase des Ringens vielleicht zwei Linien auf einem Blatt diesen Kampf bezeugen, dann sind diese für die PatientInnen als Zeichen ihrer Errungenschaft ein existenzieller Gewinn. KünstlerInnen, die selbst die Erfahrung machen konnten, wie schnell die Freiheit, gestalten zu dürfen, was man möchte, die Aufgabe stellt, gestalten zu müssen, was man will, können diese Entwicklung bewusst begleiten. Kunsttherapie begleitet künstlerische Prozesse, die sich im entsprechenden Medium abbilden. Erst wenn Prozess und Produkt die Menschen berühren, wirken sie.

Ich, das Bild, ich sehe dich.

Wir leben in einer bildreichen Welt, und Bilder sind oft eindrücklicher als Worte. Rémy Zauggs Bild spricht: »Ich,/ das Bild,/ ich sehe/ dich.« (Zaugg 1999). Als würde das Bild in seiner Präsenz agieren, werden wir mit uns selbst konfrontiert; so fürchtete sich der Attentäter in seiner Ablehnung des Bildes von Barnett Newman letztlich vor sich selbst. Die Wirkung eines Bildes entsteht vor allem in unserer eigenen Betrachtung. Das Bild bietet Narziss einen beständigen Spiegel als erkennbares und begreifbares Gegenüber.

Die Bilder selbst bleiben so, wie sie sind, doch sie geraten durch unsere Wahrnehmung und Worte in Schwingung. Wir selbst sind der Ort unserer Bilder im Sinne Hans Beltings: »Wir sind der einzige Ort, an dem Bilder empfangen und erinnert werden. [...] Ohne unseren Blick gäbe es keine Bilder, sondern wären die Bilder etwas anderes oder gar nichts. Zwar empfangen wir Bilder von außen, aber wir machen sie zu unseren eigenen Bildern. [...] Unsere eigenen Bilder sind flüchtiger als die Bilder, die uns von außen entgegenkommen. Gleichwohl verleihen sie den gesehenen Bildern in uns selber eine Dauer, solange wir leben« (Belting 1998, S.35).

Die Kunst der Kunst Therapie

Band 4 · Resonanz und Resilienz

Zu den heilsamen und unheilvollen Kräften
menschlicher Schwingungsfähigkeit

© Juli 2008

Hochschule für Bildende Künste Dresden

Sandstein Verlag, Dresden

Herausgeberin:

Doris Titze,

Hochschule für Bildende Künste Dresden

Redaktion:

Christina Beifuss, Titus David Hamdorf, Katrin Heink,

Juliane Melches, Susanne Plath, Doris Titze

Gestaltung:

Michaela Klaus

Michel Sandstein GmbH, Dresden

Herstellung:

Michel Sandstein GmbH, Dresden

Druck und Verarbeitung:

Grafisches Centrum Cuno GmbH & Co. KG

ISBN 978-3-940319-36-4

Auch zu bestellen bei:

Hochschule für Bildende Künste Dresden

KunstTherapie

Postfach 160153 · 01287 Dresden

oder per E-Mail: ktbuch@serv1.hfbk-dresden.de

Für den Inhalt der Beiträge sind die Autorinnen
und Autoren verantwortlich.

Dieses Werk einschließlich aller Teile ist urheberrechtlich
geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen
des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Ver-
lages unzulässig und strafbar. Das gilt auch für Vervielfälti-
gungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Ein-
speicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.