

DEM WESENTLICHEN RAUM GEBEN - KUNSTTHERAPIE ALS SPIRITUELLER MÖGLICHKEITSRAUM

Ein Beitrag zur Kunsttherapie

Master Thesis zur Erlangung des akademischen Grades

Master of Arts

im Universitätslehrgang Spirituelle Begleitung in der globalisierten Gesellschaft

eingereicht von

Sabine Duty

Matrikelnummer: 1264604

Department für Migration und Globalisierung

an der Donau-Universität Krems

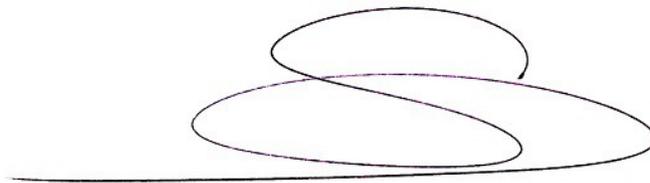
Studienleiter: PD Mag. Dr. theol. Ernst Furlinger

BetreuerInnen: Mag.^a Dr.ⁱⁿ Maria Haas, Dr. theol. Erhard Weiher

EIDESSTATTLICHE ERKLÄRUNG

Ich, Sabine Duty, geboren am 08. August 1969 in Wien, erkläre,

1. dass ich meine Master Thesis selbständig verfasst, andere als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel nicht benutzt und mich auch sonst keiner unerlaubten Hilfen bedient habe,
2. dass ich meine Master Thesis bisher weder im In- noch im Ausland in irgendeiner Form als Prüfungsarbeit vorgelegt habe,
3. dass ich, falls die Master Thesis mein Unternehmen oder einen externen Kooperationspartner betrifft, meinen Arbeitgeber über Titel, Form und Inhalt der Master Thesis unterrichtet und sein Einverständnis eingeholt habe.

A handwritten signature in black ink, consisting of a long horizontal line that loops upwards and then back down to the right, ending in a small hook.

Kurzbeschreibung:

Spiritualität erfreut sich steigender Indikation, das zeigt sich in der globalisierten Gesellschaft daran, dass der Mensch der Moderne vielerlei „Spiritualitäten“ lebt. Spiritualität der Moderne zeichnet sich vorwiegend durch eine nach innen gerichtete Suche aus, findet sich zunehmend abseits von religiösen Institutionen und vereint häufig Elemente verschiedener Religionen. Gerade wenn durch Krisen, Krankheit und Trauer die Realität der Endlichkeit bewusst wird, stellt sich die Frage nach Sinnzusammenhängen und die Suche nach Letzteinsichten tritt in den Vordergrund. Spiritualität ist eine Möglichkeit Krisen und schwierige Lebensumstände zu bewältigen. Spirituelle Übung und Praxis fördert Transzendenz und ermöglicht dadurch die Erfahrung des eigenen „höheren“ Selbst. Diese Erfahrung stärkt das Gefühl der Verbundenheit mit sich selbst, mit der Welt und mit einer übergeordneten Wirklichkeit.

Ziel der vorliegenden Arbeit ist unter Einsatz eines Methodenpluralismus von Literaturrecherche, Online-Forschung, qualitativen ExpertInnen-Interviews und der Analyse von Falldarstellungen die Kunsttherapie als spirituellen Möglichkeitsraum zu untersuchen. Die Hypothesen, dass durch kunsttherapeutische Begleitung Selbsttranszendenz, Achtsamkeit und Flow gefördert und damit ein alltagstauglicher, überkonfessioneller Zugang zu einer spirituellen Dimension berührt und vertieft werden kann, wurden mit Hilfe der Grounded Theory überprüft. Dazu wurden Fallbeispiele und Interviews aus der Praxis herangezogen. Die wichtigsten Ergebnisse zeigen, dass sich die Kunsttherapie zwischen Kunst und Therapie, zwischen Wissenschaft und schöpferischer Kraft bewegt und genau darin sich auch ihr Potential entfaltet. Den Ergebnissen der vorliegenden Arbeit zufolge kann Kunsttherapie Brücken bauen. Brücken oder Wege, die Spiritualität, Kunst und Therapie in fundierter wissenschaftlicher Weise miteinander verbinden. Es hat sich gezeigt, dass unabhängig vom Lebensalter der KlientInnen und unabhängig davon woran ein Mensch glaubt, es durch kunsttherapeutische Begleitung grundsätzlich möglich ist, eine spirituelle Dimension berühren und vertiefen zu können, da alle Kunsttherapien Kreativität, kreative Medien und das Moment der Gestaltung in den therapeutischen Prozess miteinbeziehen und dieses sich als spirituell besonders wirksam erwiesen hat. Es hat sich gezeigt, dass Kunsttherapie durch den schöpferischen Zugang zum Menschen und zum Leben therapeutische Begleitung in ganzheitlicher Weise zur Verfügung stellen kann, denn sie ermöglicht, das eigene Leben in einen größeren Sinnzusammenhang zu stellen. Die Phronetische Kunsttherapie hat sich in ihrer theoretischen Grundstruktur im wissenschaftlichen Vergleich per se als spirituell erwiesen. Die Auswertung der Interviews und der Falldarstellungen liefert deutliche Hinweise darauf, dass sich Spiritualität durch phronetisch-kunsttherapeutische Begleitung zeigen und ausgestalten kann. Um eine spirituelle Dimension in der kunsttherapeutischen Begleitung zu berühren, hat sich in Theorie und Praxis als weiterer Wirkfaktor gezeigt, dass die begleitende TherapeutIn, gleichgültig welcher kunsttherapeutischen Schule sie angehört, ihre eigene Spiritualität erschlossen haben muss.

Stichworte: Achtsamkeit, Einheitserfahrungen, Flow, Gestaltung, globalisierte Gesellschaft, Kreativität,

Kunst, Kunsttherapie, Phronetische Kunsttherapie, schöpferische Kraft, Selbst-Transzendenz, Spiritualität, Therapie, Tiefenpsychologie, Transpersonale Psychologie, überkonfessionell – überreligiöser Zugang zu Spiritualität, Verbundenheit.

Abstract:

Spirituality enjoys increasing indication. In our globalized society people live out various types of spirituality. Spirituality of the modernity is characterized by an introversive retrieval. It is found apart from religious institutions and often combines elements of different religions. Just when crises, disease and grief raise awareness for the reality of finiteness, the question about context of sense arises and the quest for final insight comes to the fore. Spirituality is a chance to master crises and difficult environments. Spiritual exercise and practice supports transcendence and thus facilitates the experience of “ones higher self”. This experience strengthens the feeling of connectivity to oneself, to the world and to a superordinate reality. Objective of this elaboration is the investigation of art-therapy as potential platform for spirituality. It is based on multiple methods: literature research, online enquiries, qualitative interviews of experts and analysis of case studies. The hypotheses, that

- art-therapy supports self-transcendence, attentiveness and Flow, and
- art-therapy potentially enables and deepens access to a spiritual dimension beyond religious denominations which fits in everyday life,

were measured by means of the Grounded Theory. Most important results show, that art-therapy moves between art and therapy, between science and creativeness, which unfolds it’s potential. According to the results of this elaboration art-therapy is able to build bridges. Bridges or paths, which connect spirituality, art and therapy in a sound scientific way.

It turned out, that, irrespective of client’s age and believes, art-therapeutic attendance is basically able to touch and deepen spiritual dimension. All art-therapies include creativity, creative media and the momentum of creation during the therapeutic process, which turned out to be particularly effective on spirituality.

It turned out, that art-therapy with its creative attitude towards people and life, is able to provide holistic therapeutic attendance, because it enables to place one’s life in a broader context of sense. Scientific comparison showed, that the basic, theoretical structure of the phronetische kunsttherapieis spiritual by itself. The analysis of the interviews and the cases studies clearly indicates, that spirituality can arise and be shaped by means of phronetische kunsttherapie attendance.

In theory and in practice a further factor turned out to be necessary to touch a spiritual dimension within art-therapeutic attendance: the accompanying therapist, whatever type of art-therapeutic

keywords: attentiveness, peak-experience, Flow, creation, globalized society, creativity, art, art-therapy, phronetische kunsttherapie, creativeness, self transcendence, spirituality, therapy depth psychology, transpersonal psychology, attitude towards spirituality beyond religious denominations, connectivity.

„Die Wissenschaft ist der Verstand der Welt, die Kunst ihre Seele.“

Gorki

Im Sinne dieses Zitates hoffe ich, dass trotz wissenschaftlichen Herausforderungen in der vorliegenden Masterarbeit meine Begeisterung, Hingabe und Liebe als Künstlerin spürbar ist.

Inhaltsverzeichnis

I. Einleitung.....	1
II. Theoretische Hinführung.....	3
1. Forschungsfrage.....	8
1.1. `Implizite´ und `explizite´ Spiritualität.....	8
1.2. `Spiritualität höherer Ordnung´.....	10
1.3. Konkretisierung der Fragestellung.....	11
2. Ziele.....	12
3. Hypothesen.....	13
4. Hinweise zum Forschungsstand.....	15
4.1. Kunsttherapie und Forschung allgemein.....	15
4.2. Forschung zu Spiritualität und Kunsttherapie.....	18
5. Spiritualität - Orientierungsversuche.....	20
5.1. Zur Geschichte des Begriffes Spiritualität.....	20
5.2. Spiritualität aus verschiedenen wissenschaftlichen Perspektiven.....	23
5.3. Was unter Spiritualität nicht zu verstehen ist.....	26
5.4. Spiritualität aus kunsttherapeutischer Perspektive.....	28
5.5. Spiritualität - Arbeitsdefinition.....	31
5.6. Spiritualität und Kunst.....	33
5.6.1. Stirb und Werde, Wandel und Trauer in Spiritualität, Kunst und schöpferischen Prozessen	39
5.7. Spirituelle Begleitung.....	45
5.7.1. Drei Medien in der spirituellen Begleitung nach Weiher.....	46
5.7.1.1. Erstes Medium - die mitmenschliche Begleitung.....	46
5.7.1.2. Zweites Medium – die spirituelle Kommunikation.....	46
5.7.1.3. Drittes Medium – Rituale als spirituelle Begleitung.....	48
6. Geschichte der Kunsttherapie hinsichtlich der spirituellen Dimension.....	49
6.1. Phronetische Kunsttherapie.....	52
6.1.1. Das Menschenbild in der Phronetik.....	54
6.1.2. Aktive Communitas.....	57
6.1.3. Gestaltbildung.....	58
6.1.4. Die vier Phasen der achtsamen Wandlung.....	60
6.2. Kunsttherapie - Definition als Basis für die Forschungsarbeit.....	61
6.3. Das Gestalten als wesentliches Element im kunsttherapeutischen Prozess.....	65
6.3.1. Gestalten und Flow-Zustand.....	66

6.3.2. Das Gestalten und die Achtsamkeit.....	69
6.4. Achtsamkeit - Geschichte.....	70
6.4.1. Achtsamkeit und Kreativität.....	72
7. Ritual - Begriffsklärung.....	73
7.1. Ritual - Arbeitsdefinition.....	76
7.2. Ritual in der Kunst.....	77
7.3. Ritual und Kunsttherapie – Ritualcharakter des Gestaltungsprozesses.....	79
7.4. Übung und Gnade: Die Kunst der Kunst-TherapeutInnen.....	82
III. Empirische Untersuchung.....	84
1. Einführung in die Methoden.....	84
2. Rolle der Forscherin.....	86
3. Stichprobe.....	87
4. Methode I: Fallbeispiele aus der Praxis.....	90
4.1. Durchführung.....	90
4.1.1. Herr T. „Ich liebe Pferde“.....	93
4.1.2. Frau E. „Ich fühle mich verbunden damit - es ist wie ein Teil von mir“.....	98
4.1.3. Frau B. „Ein Weg“.....	107
4.1.4. Frau M. „Im Herzen wirst Du immer bei uns sein“.....	112
4.1.5. Herr W. „Die Hohlgestalt – das Sein und das Nichts“.....	119
4.2. Analyse und Auswertung der Fallbeispiele.....	125
4.3. Ergebnisse der Methode I.....	129
5. Methode II: Interviews.....	130
5.1. Leitfaden.....	130
5.2. Durchführung.....	131
5.3. Persönliche Erfahrungswerte.....	131
5.4. Analyse und Auswertung der Interviews.....	132
5.5. Ergebnisse der Methode II.....	135
IV. Diskussion der Ergebnisse.....	135
1. Ergebnisse in Bezug auf die Fragestellung.....	135
2. Ergebnisse in Bezug zur Frage der Gestaltung mitmenschlicher Begegnung.....	137
3. Ergebnisse zur Frage der spirituellen Kommunikation.....	139
4. Ergebnisse zur Frage der Ritualmöglichkeiten von Kunsttherapie.....	140
5. Ergebnisse in Bezug zu den Hypothesen.....	142
6. Unerwartete Ergebnisse.....	143

7. Zusammenfassung der Ergebnisse.....	145
8. Bewertung und Einordnung der Ergebnisse in einen wissenschaftlichen Kontext.....	146
9. Bezug zu der Einleitung und der Schlussfolgerung.....	147
10. Kritische Würdigung der Ergebnisse und der Vorgehensweise.....	147
11. Hinweise auf offene Fragen.....	148
V. Quellenverzeichnis.....	149
1. Literatur.....	149
2. Internetquellen.....	154
3. Interviews.....	157
4. Abbildungsverzeichnis.....	157
VI. Lebenslauf.....	158
VII. Anhang.....	159
1. Informationsblatt Experteninterviews.....	159
2. Abschriften der Interviews.....	160
2.1. Interview Antonia.....	160
2.2. Interview Lova.....	171
2.3. Interview Luise.....	182
2.4. Interview Marie.....	206
2.5. Interview Dr. Shird Schindler.....	219

1.3. Konkretisierung der Fragestellung

Zentrale Forschungsfrage:

Lässt sich in der kunsttherapeutischen Begleitung bei den KlientInnen eine spirituelle Dimension berühren und eventuell zu einer 'Spiritualität höherer Ordnung' vertiefen?

Die Aufarbeitung der Falldarstellungen orientiert sich an Dr. Weiher's Begleitmodell, das er in seinem Buch „*Das Geheimnis des Lebens berühren*“ beschreibt. Weiher unterscheidet folgende 3 Medien der spirituellen Begleitung:

- Das grundlegende Medium: Die mitmenschliche Begleitung (vgl. Weiher, 2011: 83).
- Das zweite Medium: Spirituelle Kommunikation (vgl. Weiher, 2011: 88).
- Das dritte Medium: Rituale (vgl. Weiher, 2011: 121).

Daraus leiten sich folgende Forschungsfragen ab:

- Wie gestaltet sich die mitmenschliche Begegnung (1. Medium) in der kunsttherapeutischen Begleitung und wodurch ist diese gekennzeichnet?

Wie kann sich die/der KlientIn durch kunsttherapeutische Begleitung der spirituellen Dimension annähern? Wie ist die Art und Weise der kunsttherapeutischen Haltung und was daran kann den KlientInnen dienlich dabei sein, spirituelle Erfahrungen zu machen?

Wie kann bereits die Atmosphäre der Begegnung spirituelle Erfahrungen fördern? Wodurch entsteht die Erfahrung geliebt und angenommen zu sein und es wert zu sein, Raum, Zeit und Zuwendung zu bekommen.

Wie gestaltet sich eine Beziehungsatmosphäre, in der der Mensch tiefer zu sich selbst finden und seine ureigene Tiefe berühren kann?

- Wie kann spirituelle Kommunikation (2. Medium) im kunsttherapeutischen Setting gestaltet werden?

Welche Möglichkeiten spiritueller Kommunikation bietet die therapeutische Haltung, welche die Kunst, welche die Therapie?

Wie kann die Kunsttherapie den KlientInnen helfen, ihre/seine "impliziten" oder "expliziten" spirituellen Quellen weiter zu erschließen und sich dadurch vertieft anzueignen?

Kann es durch die kunsttherapeutische "Führung", sowie durch die Haltung der TherapeutInnen und durch kunsttherapeutische Methoden den KlientInnen möglich sein, von der „Alltagsspiritualität“ zu einer "Spiritualität höherer Ordnung" zu gelangen?

• Welche Ritualmöglichkeiten (3. Medium) bietet die Kunsttherapie und wie können diese den spirituellen Selbstfindungs-Prozess unterstützen?

• Welche Rolle spielt die Gestaltung bzw. der Gestaltungsprozess bei den oben genannten Medien der Begleitung?

Trägt das „erlebte Gestalten“ im kunsttherapeutischen Setting zu spiritueller Erfahrung bei und unterstützt der Gestaltungsprozess das Anbinden an eine spirituelle Dimension?

3. Hypothesen

Die Erfahrung aus 16 Jahren meiner kunsttherapeutischen Tätigkeit legt nahe, dass Kunsttherapie in überkonfessioneller Weise Zugang zur spirituellen Dimension ermöglichen kann. Die spirituelle Dimension des Lebens wird häufig dann Thema, wenn durch Verlust, Krankheit oder Trauer die Thematik der Endlichkeit berührt wird. Gestaltungsprozesse haben stets eine Dimension des Werdens und des Sterbens und bieten dadurch die Möglichkeit leidvollen Erfahrungen konstruktiv zu begegnen und diese zu bearbeiten. Z.B. wird das weiße Papier im Rahmen eines therapeutischen Settings in gewisser Weise 'zerstört' oder 'verletzt', dadurch dass es bemalt, geschnitten, gerissen, zerknüllt oder sonst wie verändert wird. Durch diese „Zerstörung“ der alten Form kann z.B. das weiße Blatt erst in eine neue Form gebracht werden. Dabei ist die Art und Weise, wie etwas gestaltet wird, individuell sehr unterschiedlich, wenngleich Gestaltungsprozesse gewissen Gesetzmäßigkeiten folgen.

Kunsttherapie kann die Möglichkeit bieten, in Gestaltungs- und Selbstgestaltungsprozesse Einsicht zu nehmen, so dass Entwicklung und Wandlung leibhaftig erfahren wird und dadurch bewusst gemacht werden kann.

Künstlerisches und kreatives Schaffen ist zweifach orientiert: Auf der horizontalen Achse fördert das Gestalten Verbundenheit mit sich selbst und/oder größeren Sinnzusammenhängen, wie z.B. mit einer sozialen Gemeinschaft, der Umwelt. Durch die Flow-Erfahrung und das Erleben der Verbundenheit mit sich selbst während des Gestaltens kann auf der vertikalen Achse Einheit mit einem spirituellen größeren Ganzen empfunden werden. In der Versunkenheit des Gestaltens geschieht Selbstberührung, es geschieht

aus sich selbst heraus und bezieht sich auf ein übergeordnetes Ganzes, sei es ein soziales Umfeld oder eine übergeordnete Wirklichkeit. Es findet Sinn durch sich selbst (Verbundenheit mit sich selbst) und es (ent)steht innerhalb sozialer Bezüge (horizontale Verbundenheit). Der Mensch hat seit jeher seine Fähigkeit zu schöpferischem, künstlerischem Ausdruck genutzt, um transzendente Wirklichkeiten zu beschreiben, zu erfassen und seiner Spiritualität Ausdruck zu verleihen. Es wird in dieser Arbeit angenommen, dass Spiritualität und spirituelles Berührt-Sein eine Kraftquelle darstellt, die jeder Mensch in sich trägt und die Genesungsprozesse unterstützt. Daraus leite ich die Annahme ab, dass spirituelle Erfahrungen die Integration von Leid fördern, Schmerz lindern und dadurch auf Körper, Geist und Psyche heilsam wirken können. Daraus leiten sich folgende Hypothesen ab:

Hypothese 1: Wenn kunsttherapeutische Medien eingesetzt werden, kann sowohl die vertikale als auch die horizontale Selbsttranszendenz gefördert und erfahrbar gemacht werden.

H1: Kunsttherapie kann das Kohärenzgefühl fördern (v ST + h ST).

Hypothese 2: Wenn kunsttherapeutische Methoden eingesetzt werden, kann es bei den Teilnehmenden zu einer Steigerung der Achtsamkeit kommen (v ST + h ST).

H2a: Durch Kunsttherapie intensiviert sich sowohl nach innen gerichtete Achtsamkeit.

H2b: als auch nach außen gerichtete Achtsamkeit.

Hypothese 3: Kunsttherapie bietet die Möglichkeit Flow zu erleben und kann dadurch

H3a: die Präsenz im Hier und Jetzt (h ST) sowie

H3b: Einheitserfahrung und das Gefühl von Verbundenheit (h + v ST) fördern.

Hypothese 4: Kunsttherapie kann einen alltagstauglichen, überkonfessionellen Zugang zu Spiritualität anregen und fördern.

H4: Im Kunsttherapie-Prozess ist es möglich, dass durch die Gestaltung und den rituellen Charakter von Gestaltungsprozessen dem eigenen Wesen sowie der individuellen Persönlichkeit entsprechende „spirituelle Gefäße“ gefunden und in einen größeren Sinnzusammenhang gestellt werden können.

2. Ziele

Die Arbeit soll die spirituelle Dimension von kunsttherapeutischer Begleitung sowohl in einer konzeptionellen als auch in einer praktischen Hinsicht aufzeigen.

Die vorliegende Master Thesis kann als Beitrag zu einem erweiterten Verständnis der Kunsttherapie und ihren Möglichkeiten mit spirituellen Themen umzugehen, aus der Perspektive der Spiritualitätsforschung und aus der Perspektive einer für Spiritualität offenen Kunsttherapie, verstanden werden.

Damit soll ein Beitrag zu kunsttherapeutischer wissenschaftlicher Forschung geleistet werden.

Theoretische Hinführung:

[...]

Der Hauptteil dieser Arbeit befasst sich auf einer theoretischen Ebene damit, wie wesenhafte Qualitäten durch Kunsttherapie Gestalt annehmen und wirksam werden können. Kunsttherapie, das zeigt die Erfahrung, kann die Beziehung zu dem eigenen schöpferischen Wesenskern fördern, wodurch sie gesundheitsfördernd wirkt. Die Definition von Gesundheit in unserer Gesellschaft basiert vorwiegend auf der Abwesenheit von Krankheit. Ein Mensch, der chronisch krank, körperlich, geistig oder psychisch beeinträchtigt ist, hat dieser Definition von Gesundheit zufolge keine Möglichkeit gesund im Sinne von 'ganz und heil' zu sein. Eine ganzheitliche, spirituelle Sicht versteht Krankheit und Leid sowie alle damit verbundenen Gefühle als lebendigen Ausdruck des Lebens. Leben bedeutet Freud'und Leid. Im Kunsttherapie-Prozess dürfen auch leidvolle und schmerzliche Erfahrungen und Qualitäten Gestalt annehmen. Immer wieder beobachte ich, dass dem Leid und dem Schmerz, der Trauer, der Wut und dem Zorn oder dem, was vorher diffus und angstbesetzt war, durch den kunsttherapeutischen Prozess begegnet und ein konstruktiver Umgang damit gefunden werden kann. Dadurch können Wandlungen geschehen. Des Weiteren integriert Kunsttherapie durch das Zusammenwirken von künstlerischen Medien, dem psychologisch - therapeutischen Wissen und Verständnis von Gestaltungsprozessen sowie durch achtsamkeitsbasierte Interventionen seelische, emotionale, geistig - kognitive und manifeste, körperliche Aspekte des Lebens. Die GestalterIn kann direkt mit der Erfahrung des Momentes Kontakt aufnehmen. Die Aufmerksamkeit wird auf das unmittelbare kreative Geschehen gelenkt, wodurch das Erleben von Flow und Präsenz im Hier und Jetzt erfahrbar werden kann. [...]

5.4. Spiritualität aus kunsttherapeutischer Perspektive

„Es ist, was es ist, sagt die Liebe.“

Erich Fried

Prinzipiell möchte ich anmerken, dass Spiritualität letztlich etwas sehr Individuelles, Intimes und eine Haltung dem Leben gegenüber ist. Spiritualitäten im Sinne von individuellen Bezügen, Ausdrucksformen und Orientierungen in diesem Bereich gibt es vermutlich so viele wie es Menschen gibt. Die Ausgestaltung von Spiritualität ist immer einzigartig, da jeder Mensch sich durch sein besonderes Wesen, sein 'höheres' Selbst auszeichnet sowie durch seine Lebens- und Erfahrungsgeschichte und auch durch seine jeweilige spirituelle Biografie geprägt ist.

[...]

Gestaltungsprozessen liegt ein Wandlungs- und Transformationspotential zugrunde – sie sind Wandel per se, wie Beuys immer wieder hervorgehoben und damit die spirituelle Dimension von Kunst und Leben angesprochen hat (vgl. Schottenloher, 2008: 238). Der Tod als letzte, große Transformation nimmt in Beuys' Denken und Wirken einen großen Raum ein (vgl. Stachelhaus, 1998: 87).

Als Künstlerin und Kunsttherapeutin verstehe ich den Menschen als ein zutiefst schöpferisches Wesen. Leben ist Wandel. Eine kreative sowie spirituelle Lebenseinstellung basiert auf der Überzeugung, das eigene Leben auch in Krisen bewältigen und aktiv gestalten zu können. Spiritualität aus kunsttherapeutischer Perspektive birgt das Vertrauen, dass alles was man braucht um das eigene Leben gestalten zu können, vorhanden ist. Beuys hat den Begriff der „inneren Werdegestalt“ formuliert (Beuys, zit. nach Schottenloher, 2008: 238). Aus dem heraus hat der Mensch die Kraft, den Sterbeprozess sinnbildlich für Entwicklung und Wandlung zu überwinden und Selbstverwirklichung zu leben und zu gestalten (vgl. Schottenloher, 2008: 238). Der Gestaltungskraft, dem ureigenen Gestaltungsvermögen kommt im spirituellen Sein eine bedeutende Rolle zu. In Gestaltungsprozessen, ist es möglich eine nichtdualistische Erfahrung zu machen und dem 'höheren' Selbst zu begegnen, da die Versunkenheit im künstlerischen Prozess keinen Unterschied zwischen Gestaltendem und Gestaltetem kennt (vgl. Schottenloher 2008: 238).

[...]

5.5. Spiritualität - Arbeitsdefinition

Zur Definition von Spiritualität als Arbeitsgrundlage möchte ich den bisherigen Ausführungen noch das Salutogenese-Modell von Antonovsky zur Seite stellen. Der Begriff Salutogenese begründet sich in einer ganzheitlichen Sicht auf den Menschen und leitet sich aus dem lateinischen Wort „salus“ - Gedeihen, Wohlbefinden, Unverletzlichkeit, Heil, Glück, so wie aus dem dem Wort „Genese“ für Entstehung ab. Sinngemäß ist Salutogenese als prozesshaftes Geschehen hin zur Gesundheit, als „Gesundheitsdynamik“ (Hurrelmann, 2006 : 119) zu verstehen.

[...]

5.6. Spiritualität und Kunst

„Die Kunst ist eine Vermittlerin des Unausprechlichen.“
Johann Wolfgang von Goethe

Angesichts der Fragestellung, ob sich die spirituelle Dimension durch Kunsttherapie bzw. durch kunsttherapeutische Begleitung eröffnen lässt, muss ebenso nach der spirituellen Dimension der Kunst gefragt werden. Kunsttherapien beziehen in der Regel die Kunst mit ein. Daher ist es bedeutend, einen kurzen Blick in die Kunstgeschichte zu machen, um hypothetisch zu erkunden, was den Menschen ursprünglich dazu bewogen hat, Kunst zu machen. Ein kurzer Blick in die Kunstgeschichte soll eine Annäherung an die Frage nach dem Verhältnis von Kunst und Spiritualität bringen. Hat die Kunst eine spirituelle Dimension?

[...]

6.1. Phronetische Kunsttherapie

*„Eine Tür geht auf
die Zeit steht still –
der Raum ist weit und rund.
Freude in mir,
die zu den Sternen will
und tiefer ist als der Grund.
Der Augenblick,
der aus der Krone lacht
und jubelt
alles ist Eins.“*

Irmgard Maria Starke

Ich habe meine kunsttherapeutische Ausbildung an der Wiener Schule für Kunsttherapie gemacht, die seit ihrer Gründung 1991 in Wien die kunsttherapeutische Landschaft in Österreich maßgeblich mitgestaltet. Mein kunsttherapeutisches Schaffen ist von der Phronetischen Kunsttherapie geprägt und getragen. Durch das Studium „Spirituelle Begleitung in der globalisierten Gesellschaft“ an der Donau Universität Krems und die intensive praxisorientierte Auseinandersetzung mit Spiritualität auch auf einer wissenschaftlichen Ebene durfte ich eine Vertiefung meiner künstlerischen als auch meiner kunsttherapeutischen Tätigkeit erfahren. Immer wieder traf ich auf Gemeinsamkeiten von Spiritualität und Kunsttherapie in Theorie und Praxis, die mir die spirituellen Potentiale der Kunsttherapie bewusst machten und mich im Besonderen zur Phronetischen Kunsttherapie, die ich ihrem Wesen nach als zutiefst spirituell empfinde, in neuer Weise zurückkehren ließen.

Die Phronetische Kunsttherapie gehört zu den transpersonalen Kunsttherapien und basiert auf der Phronetik[®], die von I.M. Starke seit den 1980er Jahren entwickelt wurde. Der Begriff Phronetik leitet sich von dem griechischen Begriff „Phronesis“ ab, der soviel wie praktische Klugheit und Weisheit sowie tiefste Einsichtnahme bedeutet. Die Phronetik bietet Begleitmöglichkeiten an, um in Gestaltungs- und Selbstgestaltungsprozesse Einsicht zu nehmen. Sie ist darüber hinaus auch Handlungsmodell, denn Phronesis meint eine weise Klugheit, eine Fähigkeit Zusammenhänge zu erkennen und dieser Erkenntnis entsprechend in der aktuellen Lebenssituation zu handeln. Die phronetische Weise der kunsttherapeutischen Begleitung beruht auf der Annahme, dass die Seele in Bildern spricht (vgl. Starke, 2009:1).

Eine der Grundprämissen Phronetischer Kunsttherapie ist, dass der Mensch der/die GestalterIn seines Lebens ist. Alles Leben, alles, was ist, nimmt aus einem schöpferischen Urgrund heraus Gestalt an und entwickelt sich letztlich wieder in diesen Urgrund hinein.

Die Phronetische Kunsttherapie versteht das Bild dabei als Träger des Prozesses: Jeder künstlerische Gestaltungsprozess wird als ein Entwicklungs- und Wandlungsprozess verstanden, der zu Welterkenntnis

und zu elementarer Selbstfindung beitragen kann (vgl. Starke, 2013: 1).

Leben ist gegeben und Leben ist Bewegung, so Starke, es möchte verwirklicht und ausgestaltet werden. Sie spricht von „Lebensbewegungen“, die jeglicher Entwicklung menschlichen Seins zugrunde liegen und von fundamentalen Energien getragen sind, die nach Anerkennung und Formgebung der Qualitäten des Lebens streben (vgl. Starke, 2012:3). Die Phronetische Kunsttherapie bietet verschiedene Methoden zur Begleitung von Menschen in Entwicklungsprozessen, bei Krisen sowie bei Krankheit und Traumata. Phronetische Kunsttherapie ist aber nicht nur ein Handwerkszeug, sie ist vor allem ein Weg. Ein Weg, auf dem die Begleiterin nicht nur lernt mit diesem Handwerkszeug umzugehen, sondern auch ihr ureigenes Instrumentarium erfahren, kennenlernen und schulen muss.

6.1.2. Aktive Communio

Die therapeutische Haltung in der phronetisch-kunsttherapeutischen Begleitbeziehung bezieht den Zwischenraum als Gegebenheit in das therapeutische Feld mit ein und ist getragen von Achtsamkeit, Offenheit und Wertschätzung. Unter Zwischenraum wird in der Phronetischen Kunsttherapie nicht nur der Raum zwischen Subjekt und Objekt verstanden, sondern auch der Raum zwischen Konstrukten und Strukturen. Der Zwischenraum ist auch der Raum unter den Bildern sowie der Raum zwischen den Atomen. Der Raum, der von Leere erfüllt ist, der Raum wo Stille sich ergießen kann. Die Erfahrung des Zwischenraumes ist die Erfahrung der Gegenwärtigkeit. Phronetisch-kunsttherapeutische BegleiterInnen sind 'Resonanzkörper', 'Gefäße' im Dienste des Du.

Aktive Communio ist die Art und Weise der Begleitung. Sie ist im Grunde eine Haltung die über das therapeutische Wirken hinaus geht: Es ist eine Haltung dem Leben gegenüber. Aktive Communio ist eine bestimmte Weise zu sein und dem Leben zu begegnen.

Im Folgenden wird die Haltung der Aktiven Communio als Ideal beschrieben, wie sie in der Praxis der phronetischen Kunsttherapie angestrebt und geübt wird.

6.1.3. Gestaltbildung

„Um Lebendes zu erforschen, muss man sich am Leben beteiligen [...] Leben finden wir als Lebende vor; es entsteht nicht, sondern es ist schon da, es fängt nicht an, denn es hat schon angefangen.“
Viktor von Weizsäcker

Die Theorie der Gestaltbildung beschreibt die Weise, wie etwas in dieser Welt Gestalt annimmt. Starke geht davon aus, dass alles, was ist, aus einem Grund heraus entsteht. Alles, was ist, hat einen Grund des Seins.

[...]

Die Genese der Gestaltbildung kann auf alles, was in dieser Welt Gestalt annimmt, angewandt werden, auch auf Beziehungen, denn Beziehung ist ebenfalls eine Gestaltung. Die Formen, die daraus entstehen, sind unendlich vielfältig. Starke stützt sich dabei unter anderem auf Beuys, der die Annahme einer Einheit des Ideellen und des Materiellen oft in seinen Gesprächen und Texten geäußert hat, bringt aber auch Beispiele wie Kandinsky, Emil Schumacher, Mirò, Matisse, Barnett Newman, Rothko und den Kunsthistoriker Erwin Panofsky. Die Umsetzung von ideellen Inhalten in die Materie erfolgt in der Kunst und im Alltag über den Menschen (vgl. Starke, 2013:2).

6.1.4. Die vier Phasen der achtsamen Wandlung

Durch ihr Interesse am Buddhismus und an der buddhistischen Psychologie erkannte Starke, wie wichtig die 'Phase der Erforschung' für den therapeutischen Prozess und die Befreiung der Selbstheilungskräfte ist. Der Buddhismus baut darauf auf, dass alles Leben vergänglich und daher von permanentem Wandel getragen ist. Nun steht der Mensch diesen Wandlungsbestrebungen häufig selbst im Weg. Wir fürchten uns hinzuschauen, in welcher Lebenswirklichkeit wir uns befinden, so Starke. Daher hat sie sich damit beschäftigt, wie dieser Wandlungsprozess kunsttherapeutisch unterstützt werden kann, und begann die vier Phasen der achtsamen Wandlung, wie man sie aus der buddhistischen Psychologie kennt, in der Bild- und Gestaltungsarbeit und später in der Phronetischen Kunsttherapie zu verankern (vgl. Starke, 2014:1). Eine weitere Grundlage der Phronetischen Kunsttherapie bilden also die vier Phasen der achtsamen Wandlung, die wie folgt benannt werden:

- Die Phase des Erkennens. In dieser Phase geht es darum Einsicht zu nehmen, zu erkennen, wo im Leben man steht und was in unserem Leben hinderlich wirkt.
- Die Phase des Ja Sagens oder des Annehmens, was ist.
- Die Phase des Erforschens auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene.
- Die Phase des Nicht-Identifizierens, also die Phase des Verabschiedens oder Loslassens von Anhaftungen, bzw. des sich Öffnens für den Fluss des Lebens. (vgl. Starke; 2014: 2-12)

Achtsamkeit, wie sie später (siehe Kapitel 6.4.) beschrieben wird, ist auch in der phronetisch-kunsttherapeutischen Arbeit ein wesentlicher Aspekt.

[...]

6.2. Kunsttherapie - Definition als Basis für die Forschungsarbeit

„Als Kind ist jeder ein Künstler. Die Schwierigkeit liegt darin, als Erwachsener einer zu bleiben.“

Pablo Picasso

Kunsttherapie generell entfaltet sich, wie bereits erwähnt, im Raum zwischen Kunst und Therapie, daher geht dieser Abschnitt vertiefend darauf ein, dass KunsttherapeutInnen in beiden Disziplinen erfahren und ausgebildet sein müssen. Auch und gerade wenn, wie in der vorliegenden Forschungsarbeit, der Fokus auf den spirituellen Aspekten der Tätigkeit liegt, ist es um als KunsttherapeutIn professionell zu begleiten von Bedeutung die Grundsätze der kunsttherapeutischen Arbeit zu kennen und zu reflektieren. Sowohl die der therapeutischen Beziehung als auch jene der künstlerischen Prozesse. Gestaltungsprozesse sind wie in Kapitel 5.6.1. bereits behandelt per se auch Wandlungsprozesse, sie haben ihre eigene Dynamik (vgl. Kapitel 6.1.3. Gestaltbildung) und ihnen immanente Gesetzmäßigkeiten. Kunsttherapie, wie ich sie verstehe, geht davon aus, dass alles Leben Gestaltung ist. Das setzt Wahrnehmungsfähigkeit dafür, was alles Gestaltung sein kann, ebenso voraus wie die Kenntnis von Materialeigenschaften, Materialqualitäten sowie Erfahrung mit Farben und Formen und auch Verständnis dafür, welche Emotionen während der Schaffensphasen der gestaltende Mensch erleben kann.

„Es ist von allergrößter Wichtigkeit, dass der Kunsttherapeut ein ausübender Künstler ist oder die Kunst zumindest lange, intensiv und mit Freude betrieben hat. Nur dann hat er die technischen Fähigkeiten, die Einfühlungsgabe und die Hingabe an die Kunst, die notwendig sind um anderen zu helfen“ (Kramer 2014: 116).

[...]

6.4. Achtsamkeit - Geschichte

Mit der Einbeziehung des Körpers in spirituelle sowie ganzheitsorientierte Gesundheitstheorien und Praktiken Ende des 19. Jahrhunderts fand durch das Aufblühen der Gymnastikbewegung ausgehend von Amerika eine Reformation des platonisch geprägten dualistischen Leibkonzeptes statt. Sinnliche Wahrnehmung und die spirituelle Natur des Menschen wurden wieder entdeckt, fanden Ausdruck in unterschiedlichen Reformbewegungen. Der Körper wurde auch *„als Ausdruck einer umfassenden kosmischen Wahrheit angesehen: Wende dich dem Körper zu und Du findest Zugang zu universellen Wahrheiten“* (Huppertz, 2011: 13).

Elsa Gindler, (1885 - 1961) Begründerin einer modernen Form der Gymnastik und Bewegungstherapie war damals eine der damals engagierten Gymnastiklehrerinnen. Sie hat in Zusammenarbeit mit Heinrich Jacobi, einem deutsch-schweizerischen Musiker und Begabungsforscher, die Körperkultur und ihre Relevanz für das psychosoziale Geschehen erforscht und weiter entwickelt. Sie geht davon aus, dass der Mensch als ganzer Organismus eine vollkommene *„Apparatur“* ist und *„dass wir, wenn wir ihn richtig gebrauchen, vor ungeahnten Möglichkeiten stehen“* (Gindler, 2002: 110). Sie erkannte, dass das *„Wie“* der Bewegung ausschlaggebend für den Gesamtzustand ist und nicht allein die bloße Tatsache des Sichbewegens (ebd.). Gindler munterte ihre Schüler dazu auf, in sich zu lauschen um die Vorgänge in ihrem Körper bewusst zu erfahren. Sie lud ein *„zu sich zu kommen, ruhig und still“* (vgl. Gindler, 2002:113) zu werden. Ihr fiel auf, dass Menschen in solch einem Zustand größerer Wachheit offener sind für die Dinge, die gerade geschehen. Jacobi war ebenso der Auffassung, dass, würde man sich eher Zeit lassen und seine Umwelt aus einem *„Bei-sich-Sein“* erfahren, *„könnte man deutlicher `lesen´ was einem von den Dingen mitgeteilt wird“* (Jacobi, 2004: 142). Mit ihrer Arbeit haben Gindler und Jacobi ein wesentliches Fundament für die achtsamkeitsbasierte Arbeit in unterschiedlichen Therapierichtungen geschaffen.

[...]

7. Zusammenfassung der Ergebnisse

- Kreativität und Kunst haben eine spirituelle Dimension. Durch Kunsttherapie lässt sich eine spirituelle Dimension berühren und vertiefen. `Implizit` und `explizit` vorhandene Spiritualität kann zu einer Spiritualität „höherer“ Ordnung erschlossen werden.
- Unabhängig vom Lebensalter der KlientInnen und auch unabhängig davon, welche Richtung von Kunsttherapie gewählt wird, kann sie bei entsprechender spiritueller Bewusstheit der BegleiterInnen Selbsttranszendenz, Selbsterkenntnis, Sinnfindung und das Vertrauen, das eigene Leben gestalten zu können, fördern. Demzufolge wirkt sich Kunsttherapie stärkend auf das Kohärenzgefühl aus.
- Durch das bewusste Gestalten intensiviert sich sowohl nach innen als auch nach außen gerichtete Aufmerksamkeit und durch das Erleben von Flow werden Präsenz im Hier und Jetzt, als auch Einheitserfahrungen und Verbundenheit gefördert.
- Kunsttherapie kann einen alltagstauglichen, über-religiösen Zugang zu Spiritualität durch oben genannte Ergebnisse, aber auch durch den Ritualcharakter von Gestaltungsprozessen anregen und fördern.
- Kunsttherapie ermöglicht, das eigene Leben in einen größeren Sinnzusammenhang zu stellen.
- Die Gegebenheit, dass Kunsttherapie im Spannungsfeld zwischen Kunst und Therapie stattfindet und im Gesundheitswesen gesetzlich nicht verankert ist, hat sich bei näherer Betrachtung als ihre Stärke erwiesen. Kunsttherapie bezieht nicht nur den Zwischenraum mit ein, sie findet auch durch die Nicht-Anerkennung im Zwischenraum statt, wodurch ebenfalls spirituelle Möglichkeitsräume entstehen. Ein mangelnder Berufsschutz ist jedoch auch Nährboden für Wildwuchs in der kunsttherapeutischen Landschaft. Daraus folgt, dass die Arbeit an einem Berufsbild notwendig ist.

Literaturhinweise (zu dieser Kurzfassung):

GINDLER ELSA, „Die Gymnastik der Berufsmenschen“ - Vortrag von 1926, In: „Gindler Elsa – von ihrem Leben und Wirken - Wahrnehmen, was wir empfinden“, Ludwig Sophie (Hrsg.) Hamburg, Christians Verlag, 2002: 83.

HUPPERTZ Michael, Wo bleibt die Zeit? Achtsamkeit, Zeiterleben und seelische Gesundheit, Vortrag im Rahmen der „Tage der seelischen Gesundheit“ in Darmstadt am 11.10.2013.

HURRELMANN KLAUS, GESUNDHEITSSOZIOLOGIE - EINE EINFÜHRUNG IN SOZIALWISSENSCHAFTLICHE THEORIEN VON KRANKHEITSPRÄVENTION UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG, WEINHEIM, BELTZ JUVENTA-VERLAG, 2006.

KRAMER Edith, Kunst als Therapie mit Kindern, 6. Auflage, München, Ernst Reinhardt GmbH&Co Verlag, 2014.

SCHOTTENLOHER Gertraud, Bedeutung der Spiritualität in der Kunsttherapie, In: REITER Alfons, BUCHER Anton, Psychologie – Spiritualität -interdisziplinär- Frankfurt am Main, Verlag Dietmar Klotz GmbH, 2008.

STACHELHAUS Heiner, Joseph Beuys, Econ & List Verlag, München, 1998.

STARKE Irmgard, Bild- und Gestaltungsarbeit als systemorientierter Ansatz in der Kunsttherapie, In: Bilder – Räume – Wirklichkeiten, Kunst&Therapie, Zeitschrift zu Fragen der ästhetischen Erziehung, PETER Rech (Hrsg.), Köln, Claus Richter Verlag, 2000.

WEIHER Erhard, Das Geheimnis des Lebens berühren, Spiritualität bei Krankheit, Sterben, Tod – Eine Grammatik für Helfende 3. Auflage, Stuttgart, Kohlhammer Verlag, 2011.

WEIHER Erhard, Das Geheimnis des Lebens berühren, Spiritualität bei Krankheit, Sterben, Tod – Eine Grammatik für Helfende, 4. aktualisierte und überarbeitete Auflage, Stuttgart, Kohlhammer Verlag, 2014.

Internetquellen:

STARKE Irmgard (2001), Vortrag Menschenbild, URL: <http://www.kunsttherapie-schule.at/phronetische-kunsttherapie/texte-zur-phronetischen-kunsttherapie/>, (Zugriff: 17.03.2016).

STARKE Irmgard (2007), Aktive Communio, URL: <http://www.kunsttherapie-schule.at/phronetische-kunsttherapie/texte-zur-phronetischen-kunsttherapie/>, (Zugriff: 17.03.2016).

STARKE Irmgard (2009), Zur Phronetik, Phronetik® und phronetische Kunsttherapie, URL: <http://www.kunsttherapie-schule.at/phronetische-kunsttherapie/zur-phronetik-und-phronetischen-kunsttherapie/>, (Zugriff: 10.03.2016).

STARKE Irmgard (2013), Vortragstext Gestaltbildung, URL: <http://www.kunsttherapie-schule.at/phronetische-kunsttherapie/texte-zur-phronetischen-kunsttherapie/>, (Zugriff: 24.07.2016).

STARKE Irmgard (2014), 4 Phasen der achtsamen Wandlung, URL: <http://www.kunsttherapie-schule.at/phronetische-kunsttherapie/texte-zur-phronetischen-kunsttherapie/>, (Zugriff: 17.03.2016).

STARKE Irmgard (2015), Kunst und Therapie – ein ungleiches Paar? Die Rolle der Kunst in der phronetischen Kunsttherapie. URL: <http://www.phronetik-akademie.com/phronetik/phronetische-kunsttherapie/>, (Zugriff: 3.11.2015).

Zitierweise:

Duty Sabine (2016), „Dem wesentlichen Raum geben – Kunsttherapie als spiritueller Möglichkeitsraum“
Master Thesis zur Erlangung des akademischen Grades Master of Arts an der Donau – Universität Krems,
auf Anfrage unter URL: <https://www.duty.at/kunsttherapie/angebot-kontakt/>, (Zugriff: Datum einsetzen)