

Heinz Kurz

Holz- und Steinbildhauen als Psychotherapie

Sonnenberg Klinik gGmbH- Christian-Belser-Straße 79 - 70597 Stuttgart

Beschreibung der Ziele aus der Sicht der Gestaltungstherapie/klinischer Kunsttherapie

In der folgenden Darstellung möchte ich einige Schwerpunkte der Gestaltungstherapie mit dem Material Holz und Stein erläutern. Hierbei gehe ich einleitend auf den Kontext von Kultur und Gesellschaft ein, danach stelle ich die drei Themenschwerpunkten Therapieraum, Material und therapeutischer Prozess in das Zentrum meiner Betrachtung.

Dreidimensionales Gestalten in der Subjekt-Objekt-Auseinandersetzung im Kontext von Kultur und Gesellschaft

Im dreidimensionalen Gestalten verbinden sich Sehen, Handeln, Erleben und Sprache auf gesellschaftlich/kulturellem Boden. Den gestalterischen Ausdruck verstehe ich als Brücke von der Innenwelt zur Außenwelt, welche verschiedene Phänomene der Wahrnehmung eröffnet. Es werden die sensorischen Wahrnehmungen und Kommunikationen besonders im visuellen, akustischen, taktilen oder haptischen und olfaktorischen Bereich angesprochen. In der Begegnung mit einem Holzstamm werden die Sinnesorgane und die Wahrnehmung angeregt und der Patient wird emotional darauf antworten. Der Patient erfährt an einem konkreten Körper, dass er der Schöpfer und Gestalter des Objektes ist. Das erarbeitete Objekt ist nicht eine spontane Schöpfung, sondern es ist das Ergebnis der Lebensgeschichte des Patienten vor dem kulturellen Hintergrund. Auf die Entstehung der Skulptur wirken die gesellschaftlichen Ordnungs- und Gestaltungsprinzipien ein, welche für den Patienten in seiner Entwicklung wirksam waren. Dies sind strukturierende und organisierende Gestaltungskräfte, welche die Entfaltung einer bestimmten Kultur ermöglichen und den Patienten mit einer kulturellen Prägung versehen.

Die Grundlage für die bildhauerischen Prozesse bilden die Beziehungen. Durch bewusstes Handeln, Betrachten (Sehen) und Sprechen gelangen die Patienten zum bewussten Verstehen ihres unbewussten Handlungskonzeptes. In der Beziehung und im Gespräch werden die eigenen gesellschaftlichen, kulturellen und familiären Ausformungen bewusst und können im Lebensprozess integriert werden. Es besteht ein offensichtlicher Zusammenhang zwischen der Entwicklung des Menschen mit seiner Körperlichkeit und dem dreidimensionalen Arbeiten an einer Skulptur. Wie das Kind sich auf dem Boden von Gesellschaft, Kultur und Familie entwickelt, entsteht auf dieser Grundlage und diesen Einflüssen die Skulptur. Die Entwicklung und Gestaltwerdung ist nur über Handlung, Erleben, Sehen und Hören möglich. Das Wahrnehmen und Integrieren geschieht über die Beziehung zu anderen Menschen und über die Sprache.

Die Bildhauerei fordert ein aktives Handeln, um etwas aus dem naturbelassenen Grundmaterial zu fertigen. Da das Handeln Realität erzeugt, wird es authentisch erlebt, eine Eigenschaft, die wir als wahr und echt bezeichnen können. Ich selbst habe dies erschaffen, dies steht mit mir in Verbindung und ich erlebe mich als

Handelnder in Verbindung mit einem Objekt. Die Skulptur (Objekt) ist ein unverwechselbarer Körper. Der Kontakt zu diesem Objekt aktiviert die Wahrnehmungsvorgänge, es wird sinnlich erspürt und erlebt. Das körperhafte Material wird gestaltet mit Hilfe von Arbeitsvorgängen, wie Abtragen und Aufbrechen. Alle Formen gehen für den Gestalter aus dem Material hervor. Durch die Arbeit belebt sich das Material und gibt seine Starre auf. Es lohnt sich nicht, über den Materialblock zu grübeln, der Gestalter muss vielmehr mit dem Block handelnd umgehen; er muss das Material drehen und wenden, hochheben, es greifen, riechen. Von dem Material schlägt der Gestalter mit dem Werkzeug eine Schicht nach der andern ab und nähert sich der Struktur und der vollen Tiefe. Die Skulptur beinhaltet eine Konstanz, sie geht nicht verloren oder gerät von selbst in Bewegung. Sie ruht auf einem Arbeitsblock und der Gestalter betrachtet und bearbeitet die Skulptur. Die Skulptur hat einen Standort und bildet ein Zentrum, sie ist ein Ruhepool, der Gestalter umkreist sie in Handlung und Betrachtung und erfährt selbst eine innere Zentrierung. Grundvoraussetzungen für das therapeutische dreidimensionale Gestalten sind eine Beziehung zwischen Therapeut und Patient, eine zu bearbeitende Materie, geeignetes Werkzeug und ein geschützter Ort, an dem das therapeutische Tun stattfinden kann.

1. Therapieraum

Der Therapieraum muss das spontane Gestalten ermöglichen und fördern. Schlagen, Klopfen und Zerstören sind Handlungen, die sonst verboten sind oder als Übergriffe erlebt werden. Diese Handlungen und die damit verbundenen physischen und psychischen Erlebnisse erfordern einen Raum und eine Ausstattung, welche die Ängste und Widerstände der Patienten berücksichtigen. Der Raum muss eine Atmosphäre bieten, die ein möglichst unbelastetes und freies Handeln erlauben. Die leicht störbaren psychischen Prozesse in der Therapie erfordern Schutz vor neugierigen Blicken und Reaktionen von außen. Der therapeutische Raum muss ein ungestörtes Arbeiten gewährleisten und frei sein von anderen Objekten, welche die Motorik oder die optische Wahrnehmung besonders beeinflussen.

Im Erleben des Patienten verbindet sich die Atmosphäre des Raumes, einschließlich der typischen Gerüche, mit seinen Erfahrungen (Erdgeruch der Baumstämme) und früheren und jetzigen Beziehungen und Erlebnissen. Diese Verbindung löst wichtige emotionale, therapeutisch wirksame Prozesse aus, die auch Erinnerungen an sehr negative, überwältigende Erlebnisse hervorrufen können. Die Größe des Raumes muss der Größe der Therapiegruppen angepasst sein. Es muss ein ausgewogenes Verhältnis von Nähe (nicht „verloren/allein“ in einem Raum stehen) und Distanz bestehen, um handeln zu können, ohne den Nächsten zu „gefährden“. Tageslicht und gleichmäßige Beleuchtung fördern ein psychisch und physisch freies Handeln. Ein Glasatelier mit einem offenen und weiten Blick, belebt und regt die inneren Freiräume des Gestalters an. Der Blick in die Weite und in die Natur, regt die Beobachtung und die Wahrnehmung des Lebendigen im Außen an. Die Wahrnehmung der Lebensprozesse im Äußeren, bietet eine Sensibilisierung für sie und ermöglicht eine Auseinandersetzung mit ihr (Innen- Außenverbindung) Der Gestalter, der Raum steht in einer Verbindung mit der Außenwelt, das Innere gelangt in das Sichtbare, Wahrnehmbare und damit in einen sozialen Kontext.

2. Material

Die naturgewachsene Materie vermittelt Wärme, sie ist etwas Festes, Sicheres und Verlässliches und ist in einer für den Menschen erfahrbaren und überschaubaren Zeit gewachsen. Holz ist ein Material, das den Menschen von Anbeginn als Lebenssymbol (Schöpfungsgeschichte), als Werkzeug und als Baumaterial begleitet. Wird die ursprüngliche Gestalt eines Baumstammes zerstört, bleibt die funktionale Struktur des Holzes erhalten, d.h. die gewachsene Längsrichtung und die ringförmigen Schichten um den Kern, die für die Lebensvorgänge und die Gestalt des Baumes notwendig waren, bleiben sichtbar und erlebbar. Das Haut- oder Rindengewebe umschließt den Baumstamm als Bast- und Rindenschicht und schützt ihn vor Austrocknen und mechanischen Verletzungen. Wird diese Schutzschicht entfernt, steht der Gestalter plötzlich vor einem nackten, feuchten, leuchtenden Stamm. Dies ist eine erste Enthüllung des Objektes, mit welchen sich der Gestalter befassen muss.

Für das dreidimensionale Gestalten stehen in Größe, Form, Färbung, Geruch und Härtegrad unterschiedliche Holz- und Steinarten zur Verfügung. Diese Vielfalt gewährleistet individuelle psychische Ausdrucksmöglichkeiten. Die Auswahl soll motorische, taktile und optische Materialreize berücksichtigen und einen appellativen Charakter besitzen. Das Material zeigt durch seine Beschaffenheit (Maserung, Form, Farbe) Strukturen, die den Gestalter "auffordern", darauf einzugehen. Das Material erlaubt die Entstehung unterschiedlicher plastischer Formen. Seine Beschaffenheit steht für Wärme und zugleich Weichheit und Härte, Massiges und Filigranes. Der Stein mit seiner tausendjährigen Geschichte ist etwas erstarrtes, Hartes, etwas Festes mit starkem Widerstand. Nur mit langsamer, mühsamer Arbeit ist eine Veränderung möglich. Die Zeit als vierte Dimension bekommt einen erlebbaren Ausdruck.

Die zufällig oder absichtlich entstandenen verschiedenen Formen und Erlebnisweisen mit dem Material regen beim Betrachter auch unterschiedliche psychische Prozesse an. Die Bildhauerei fordert ein bestimmtes motorisches und taktiles Handeln, z.B. führt und lenkt die linke Hand den „Meißel“, die rechte Hand den „Hammer“. Beim Malen gestaltet in der Regel die rechte Hand das Objekt und die linke Hand bleibt meist passiv, beim Bildhauern dagegen steuert die linke Hand den Gestaltungsprozess und die rechte Hand dosiert die Intensität des Entstehungsprozesses. Dies sind Handlungen und Erlebnisweisen, die noch weiter beobachtet und erforscht und in ihrer Bedeutung für die Psyche des Gestalters analysiert werden müssten. Wichtig ist die Erfahrung, dass etwas Gewachsenes, Festes, Starres zerstört werden muss, damit etwas Eigenes, Individuelles entstehen kann. Deutlich wird, dass die Gestalt sich immer wieder verändern lässt, das Material jedoch einen in ihrer Natur liegenden Widerstand bietet. Entsprechend erlebt sich der Gestalter zuerst als uneingeschränkter Herrscher über die Materie. Durch das spröde, plastische Material wird er dann in oft schmerzlicher Weise zur Aufgabe dieser magischen, omnipotenten Vorstellung genötigt und wieder mit der Realität verbunden.

3. Therapeutischer Prozess

Das Dreidimensionale Gestalten (Bildhauern) findet in einem vereinbarten Setting statt; durchgehend ist die regelmäßige Abfolge von Handlung und anschließender tiefenpsychologisch fundierter Reflexion. Im Zentrum der therapeutischen Arbeit steht der Gestaltungsprozess (Handlung, Erleben, Beziehung, Reflexion) und nicht ein „schönes“ oder „praktisches“ Produkt! Bei den starken Emotionen, die beim Bildhauern spürbar und erfahrbar werden, sind die Patienten auf eine verständnisvolle, tolerierende, aber auch schützende und nicht eindringende Begleitung angewiesen. Ohne diese Begleitung besteht entweder schon vor Beginn des Gestaltens Angst vor Überwältigung durch destruktive Impulse, oder der Patient wird unvorbereitet mit Angst verursachenden psychischen Inhalten konfrontiert. In beiden Fällen kann die Fähigkeit, sich gestalterisch auszudrücken, blockiert bleiben. Auch ein Therapieabbruch oder eine psychische Dekompensation könnte die Folge sein. Haben Patienten keine ausreichende Objekt Konstanz, Abgrenzungsfähigkeit oder Realitätsprüfung entwickeln können, benötigen sie, sobald sie mit unbekanntem Situationen oder unbewussten psychischen Inhalten konfrontiert werden, die Realpräsenz eines „guten Objektes“, d.h. einer verlässlichen, zugewandten Bezugsperson.

Im Gestaltungsprozess werden für den Patienten bisher unbewusste Regungen und Verhaltensweisen erlebbar und finden in der Skulptur einen sichtbaren Ausdruck. Beim Gestalten verbindet sich Instinktives, Dranghaftes mit bewusster Gestaltung und der Patient erlebt sich als Handelnder. Das Gestaltete stellt also eine Synthese zwischen Unbewusstem und Bewusstem dar. Es werden psychische Inhalte auf ein Objekt projiziert. Sie werden als Geschehnisse in der Außenwelt erfahrbar gemacht, in einem weiteren Schritt analysiert und somit für den Patienten verständlich. Durch die Integration bisher abgespaltener, verdrängter oder unbewusst gebliebener psychischer Inhalte werden die Ich-Strukturen und die Identitätsbildung gefördert. Von großer Wichtigkeit ist die Kontinuität des Settings, die Regelmäßigkeit gibt der Arbeit einen Rhythmus. Dies fördert das Vertrauen in das eigene Handeln und in die Beziehung zum Therapeuten und hat somit eine strukturbildende Wirkung für den Patienten. Ein räumlich-seelisches Zusammenwirken, das haptische, optische und akustische Erfahrung beinhaltet, heißt für manche Patienten, ein Objekt zu erfahren und es zu zerstören, um dann zu erleben, dass es überlebt. Das Objekt wird Realität und kann geliebt werden. Die Erinnerung an den destruktiven Impuls und an die Liebe sind zentrale Lebensprozesse. Das Bildhauern ermöglicht ein lustvolles und aggressives Aus-sich-herausgehen, verbunden mit einem ernsthaften, konzentrierten Tun. Sobald der Patient sich dem Gestaltungsprozess hingibt, entsteht eine enge Beziehung und ein ständiger Austausch zwischen Gestalter und der allmählich entstehenden Gestaltung, ein innerer Dialog. Der Gestaltungsprozess beeindruckt den Urheber und beeinflusst die weitere Ausformung.

In dieser Zeit tritt die Beziehung zum Therapeuten und zur Gruppe zurück, bildet aber den meist nicht bewusst wahrgenommenen Hintergrund, vor dem sich das Geschehen abspielt. Mit Beendigung des Bildhauens ist der Gestaltungsprozess noch nicht abgeschlossen, der Patient setzt die Zwiesprache mit seinem Werk im schweigenden Betrachten fort. Es schließt sich ein Gespräch in der Gruppe an, mit dem die Beziehung wieder aktiv gestaltet wird. Im Zentrum der Reflexion steht das Gestaltete und das Erleben, die Beziehung zur Gruppe, zum Therapeuten und zur

Gesellschaft. Innerhalb des Beziehungsraumes stellt das Gestaltete eine Erweiterung, Stärkung, ja eine 'Verdoppelung' des Patienten dar. Zugleich bildet es eine Brücke zum Therapeuten und zur Gruppe. Aus dem Umgang mit dem Gestalteten, der Art der Annäherung an den Inhalt der plastischen Gestalt, bildet der Patient sich eine Vorstellung von der Person des Therapeuten und den Mitpatienten, insbesondere von deren Fähigkeiten, sich einzufühlen, sich zu sorgen und zu schützen. Das Betrachten und Reflektieren des eigenen Gestaltungsprozesses fördert die Einsicht in die Ursachen von Konflikten und Hemmnissen und erleichtert die Integration verdrängter oder bisher vorbewusst gebliebener psychischer Inhalte. Die zuvor in der Abwehr von unerwünschten Gedanken und Emotionen gebundenen psychischen Kräfte stehen nun für progressive Entwicklungen und aktive Lebensgestaltung zur Verfügung. Die Sprache als Kommunikationsmittel zwingt den Patienten, zwischen prälogischem und logischem Denken Verbindungen herzustellen. Der Patient beginnt, das außen Dargestellte im Akt des Betrachtens, des sprachlichen Nachschaffens wieder nach Innen zu nehmen und mit den dort vorhandenen Strukturen neu und bewusster zu verbinden. Der Therapeut unterstützt diesen Prozess durch averbale und verbale Signale, die dem Patienten mitteilen, dass er ihn und sein Gestaltetes akzeptiert und versteht. Besonders in der Gruppe finden wir sich gegenseitig beeinflussende psychische Prozesse, welche sich in den Gestaltungen und in der Reflexion widerspiegeln und beim Einzelnen Veränderungen hervorrufen. So ist die Unterstützung durch die Gruppe eine wichtige Voraussetzung für den Einzelnen, seinen Bezug zum Leben zu verstehen und sich seine Sicht „seiner Welt“ vor Augen zu führen.

Anregungen und Stellungnahme:

senden Sie ein e-mail: kurz-verlag@t-online.de

Alle Rechte vorbehalten beim Verlag

Stuttgart 1997