

Heilungsprozesse aktiv gestalten bei psychosomatischen und psychiatrischen Erkrankungen über das ‚therapeutische Malen‘

1. Der historische Kontext der Entwicklungslinien der Maltherapie - Kunsttherapie

Die Entstehung der Kunsttherapie – eine kurze gesellschaftliche Entwicklungslinie:

Das Ende des 18. Jahrhunderts und der Beginn des 19. Jahrhunderts war gekennzeichnet durch großartige Veränderungen in allen gesellschaftlichen Bereichen. Durch die Industrialisierung, die sich im Verlauf des 18. Jahrhunderts entwickelte, veränderte sich das Leben der Menschen sehr stark. Diese Zeit kann als Keimzelle für den ‚Beginn der Moderne‘ angesehen werden, sowohl in der Entwicklung von Maschinen, dem Ausbau der Eisenbahnlinien, der telegraphischen Nachrichtenübertragung, Förderung des Unternehmertums, der Einführung einer allgemeinen Schulpflicht, der Herausbildung der industriellen Arbeiterschicht, und - natürlich gleichlaufend mit den gesellschaftlichen Veränderungen – dem großem Wandel im Bereich der Kunst, Philosophie und Psychologie.

Die ‚Moderne Zeit‘ ist verbunden mit der Entwicklung des Industriezeitalters und in dessen Folge auch der menschlich leidvollen Aspekte des zunehmenden Kapitalismus, wie sie zum Beispiel in den Romanen von Honoré de Balzac (1799 – 1850) und Emile Zola (1840 – 1902) geschildert wurden.

In dieser Zeit der extremen gesellschaftlichen Veränderung entstehen gleichzeitig große Forschungen auf dem Gebiet der **seelischen Erkrankungen**. In Frankreich durch den Nervenarzt, Pathologen und Neurologen **Jean-Marie Charcot** (1825 – 1893) und seinen Schüler Pierre **Janet** (1859 – 1947) in der großen Psychiatrie **Salpetriere** in Paris, in Deutschland durch **Joseph Breuer** (Arzt, 1842 – 1925), **Sigmund Freud**, Physiologe, Neurologe und Psychiater (1856 – 1939) und in der Folge durch seine Schüler wie **Jung, Reich** und andere, in dem Gebiet der Psychologie und Psychiatrie tätige Ärzte.

Charcot und Janet erforschten systematisch die **Beziehung zwischen Hysterie und Hypnose:**

Sie erkannten, dass **hysterische Symptome durch Hypnose induziert werden konnten – und kamen als Arbeitshypothese zu dem Umkehrschluss**, dass hysterische Symptome durch einen **seelischen Ausnahme-Zustand** erworben werden, **der dem der Hypnose ähnlich sein musste.**

Diese psychische Genese der hysterischen Phänomene bestätigten sich bei Janet, der dies durch zahlreiche Krankengeschichten, bei Männern ebenso wie bei Frauen, belegte.

Dabei stellte sich heraus, dass sich Hysterie beziehungsweise **hysterische Symptome oft als Folge eines schockartigen Erlebnisses** ergeben hatten.

Dies war der Urgrund der **These der traumatischen Entstehung hysterischer Symptome**. Der **Ursprung der Hysterie** wurde in einem **psychischen Trauma (Wunde/Verwundung) gesehen**.

In Wien arbeitete der Arzt Josph Breuer mit Hypnose bei Geisteskranken. Freud – der als Student ein enger Befürworter Breuers war und später mit ihm zusammen arbeitete bis zu ihrem Bruch aufgrund unterschiedlicher Ansichten – lernte später (1889 bei A. Liebau und H. Bernheim, Nancy) ebenfalls die Hypnose und arbeitete mit ihr in seiner Wiener Praxis.

Die **Bewusstseinspaltung des hysterischen Symptoms (Abspaltung, Verdrängung)** erkannte Breuer als **eine sekundär erworbene Erscheinung**, als eine **Folge eines krankmachenden Erlebnisses**.

In seinen Veröffentlichungen schilderte er, wie die hysterischen Symptome mit **eindrucksvollen, aber vergessenen Szenen (Traumata)** im Leben des Patienten zusammenhängen. Indem er die Patienten vermittels seiner Methode (Hypnose) in einen **hypnotischen Zustand** versetzte, und diese in der Hypnose aufforderte, **die traumatischen Szenen zu erinnern und in Rede und Gebärden zu beschreiben, wurde das Trauma erneut durchlebt**. Nach dem >Erwachen aus der Hypnose> zeigte sich daraufhin oft eine Symptommfreiheit. Es konnte auch sein, dass diese erst nach mehrfacher Wiederholung eintrat. Breuer nannte diesen Vorgang einen **reinigenden „kathartischen“ Prozess**.

Auch die Kunst veränderte sich gegen Ende des 19. Jahrhunderts. Sicherlich vielfach beeinflusst durch die neuen gesellschaftlichen Umstände als auch über die Erkenntnisse zur Psyche des Menschen, **wendete sie sich stärker dem Innenleben zu**. Hinzu kommt die ‚moderne Fotografie‘, die sich als neues Medium durchsetzt. Während ein Teil der künstlerischen Arbeit schon immer in dem **Dokumentieren von Zeitgeschichte** bestand, wurde dies jetzt von der Fotografie – teilweise viel genauer – übernommen.

Das symbolistische bekannteste Werk dieser Zeit zu einer Darstellung der „Wendung nach Innen“ ist „Der Schrei“ von Edvard Munch, das auf 1902 (1906) datiert wird. Munch (*1863 in Norwegen, gestorben 1944 auf Ekley in Oslo) wird als einer der berühmtesten Maler der Kunstgeschichte der Moderne und des Expressionismus angesehen.

Kunst und Psychiatrie in den 20er Jahren: Einige wenige Psychiatrien boten den psychisch Kranken die Möglichkeit, sich künstlerisch beziehungsweise malend zu betätigen. Bekannteste Beispiele dazu sind

- **Adolf Wölfli**ⁱ aus dem Schweizer Kanton Bern und sein Arzt und Psychiater Walter Morgenthaler, 1921, Veröffentlichung zu Wölfli's Leben und Werk von Walter Morgenthaler: „**Ein Geisteskranker als Künstler**“. (ausführliches zu Wölfli siehe Endnote).
- „**Prinzhorn-Sammlung**“: 1922 (1929?) erscheint das Buch „**Bildnerei der Geisteskranken**“ von **Hans Prinzhorn, Psychiater und Kunsthistoriker**, der die Kunst seiner Patienten in einer eigenen Sammlung aufbewahrte. Heute in Heidelberg als Prinzhornsammlung weltbekannt.

Ab 1930 wurde der Begriff der „entarteten Kunst“ von den Nationalsozialisten für die Moderne Malerei benutzt, es kam zur „Vernichtung der Modernen Kunst“. 1936 wurde ein totales Verbot jeglicher Kunst der Moderne ausgesprochen, Werke aus den Museen entfernt, zerstört und ins Ausland verkauft. Maler, Schriftsteller und Komponisten wurden verfolgt.

2. Die Entwicklung der „Kunsttherapie“ über die Maltherapie und Gestaltung

Zu den Ursprüngen der Kunsttherapie gibt es in England vor und gegen Ende des 2. Weltkrieges zwei wichtige Persönlichkeiten, Adrian Hill und Edward Adamson, die das heilende Element des Malens bei körperlicher und geistiger Erkrankung aufzeigten. Beide Personen sind Künstler, sie haben mit ihrer Arbeit den Anstoß dazu gegeben, dass die heilende Wirkung des therapeutischen Malens und Gestaltens deutlich wurde. Den Begriff der Kunsttherapie gab es zu dieser Zeit noch nicht, er wurde erst später - in den 70er Jahren – in England eingeführt.

Adrian Hill (1895 – 1977), britischer Künstler, schrieb viele Bücher über das Malen und Zeichnen, und gestaltete Mitte der 50er Jahre im Kinderprogramm der BBC die Sendung „sketch club“. Hill erkrankte an 1938 Tuberkulose, und in der Phase seiner – in der damaligen Zeit noch lang andauernden - Rekonvaleszenz malte er im Krankenhaus vom Bett aus. Er malte seine Umgebung und was er sah und erlebte, und er fand diese Tätigkeit als sehr hilfreich für seine Genesung. Unter diesen Umständen wurde er 1939 von der Leitung des Krankenhauses gebeten, die anderen Patienten im Malen zu unterrichten. Hierbei ging es noch nicht um das „therapeutische Malen“, es sollte eher dazu dienen, den Patienten die Zeit gestalten zu helfen. Adrian Hill schrieb 1945 das bei G.Allen & Unwin verlegte Buch „**Art versus Illness**“(Kunst gegen Krankheit).

Ende des 2. Weltkrieges war Hill die leitende Persönlichkeit bei der Kampagne des englischen <<Roten Kreuz>>, Reproduktionen von Kunstwerken in Krankenhäusern und Psychiatrien aufzuhängen und diese mit den Patienten in Vorträgen zu besprechen. Hill war überzeugt, dass bei den Soldaten, die verletzt, krank und verstümmelt aus dem Krieg zurück kamen und in den Hospitälern lagen, nicht nur der Körper geheilt werden sollte, sondern dass „mind, bodies and hope“ über kreative und schöpferische Impulse neue Kräfte sammeln können. **Edward Adamson** war einer der Künstler, der bereit war, diese Kampagne mit zu tragen, und in Krankenhäuser zu helfen.

Edward Adamson (1911 – 1996), britischer Künstler und „the father of Art in Therapie in Britain“:

Im Jahre 1946 wird im Zusammenhang mit Kunst, Malen und Krankheit erstmals der Begriff Kunsttherapie verwendet. Der **Künstler Edward Adamson (1954: „Kunst als Heilungsprozess“**, Paderborn, Junfermann, 1984), **der im 2. Weltkrieg im medizinischen Corps arbeitete**, eröffnete im Jahr 1946 im **Netherne Hospital** ein Malstudio. Hier konnten Klienten („Insassen“) des Krankenhauses – die in der Regel keinerlei künstlerische Ausbildung besaßen – unter seiner Begleitung in eigenen Bildern Ausdruck ihrer seelischen Zustände finden, ihre Gedanken, Ängste und Erfahrungen malend ausdrücke.

Am Beispiel von Kindern und Jugendlichen zeigt Adamson auf, dass das Entstehen von Kunstobjekten **ohne eine Beurteilung ihrer technischen und ästhetischen Werte** hilfreich ist zur Förderung von Entwicklungen, Überwinden von traumatischen Erfahrungen und zur Stärkung der eigenen Persönlichkeit. Gerade bei Kindern benötigt es keinen „therapeutischen“ Impetus um wichtige Entwicklungen anzustoßen. Kinder erfahren einen eigenen Zugang zu ihren schöpferischen Anteilen, ohne dass diese von außen bestätigt oder gedeutet werden müssen.

Die Erfahrung von Adamson zeigte weiterhin – wie er es in seinem wunderbaren Buch sachlich und einfach dargestellt hat -, dass das **Malen und Zeichnen enorm entlastend und befreiend für die Betroffenen war**. Wichtig war für ihn, dass die Werke **nicht bewertet** werden sollten. Es sollte weder eine Bewertung noch eine **psychologische Interpretationen** stattfinden. Der Prozess des Malens stand im Vordergrund, und die Erfahrung, dass der geistig kranke Mensch seinen eigenen Rhythmus hat auf dem Weg zur Genesung durch malende Gestaltung. Über diese nicht-wertende Haltung konnte gleichsam eine vertrauensvolle Beziehung des Kranken zu ihm (dem therapeutischen Begleiter) entstehen.

Zu Edward Adamson und der damaligen Psychiatrie:

Der Beginn seiner Arbeit in der Psychiatrie war im Jahr 1946. Er hatte das Glück, einen aufgeschlossenen Psychiatriedirektor für seine Ideen zu gewinnen, und richtete in einem Psychiatrischen Krankenhaus in England eine **Malwerkstatt für die psychisch Kranken** ein. Jeder konnte in diesen Raum kommen und malen, Edward Adamson war zugegen, der Raum stand täglich allen offen.

Die psychiatrischen Anstalten der damaligen Zeit waren – so muss man es sich vorstellen - eher „**Verwahranstalten**“, Formen der heutigen Sozialpsychiatrie gab es nicht. Die „Beseitigung“ der Erkrankung wurde über Elektroschocks (s.a. „Einer flog über das Kuckucksnest“ !), starke Psychopharmaka, Verhaltensmanipulationen und größere Gehirnoperationen und versucht zu beseitigen. Viele Insassen waren nach Gehirnoperationen durch postoperative

Flecken, Wunden und abraisierte Haare entstellt.

Es wird beschrieben, dass die Hospitäler von der Außenwelt abgeschnitten waren, es gab wenig Freizeitaktivitäten für die Insassen, geschlossene Abteilungen für die <<stark gestörten>>, Trennung von weiblichen und männlichen Insassen, endlos lange Flure, schokoladenbraun gekachelt. In diesem Milieu waren die Möglichkeiten, die Edward Adamson den psychisch Kranken bot, unerhört neu und fortschrittlich !

Die weitere Entwicklung der Maltherapie in den Jahren danach

Zu Beginn gab es nur eine kleine Gruppe von Förderern, welche die Maltherapie in der Psychiatrie befürworteten. Nach und nach erweiterte sich dieser Kreis. Eine größere Anerkennung zu den heilenden Erfolgen vermittels des Malens gab es nicht, weil die Psychiatrie eine medizinisch ausgerichtete Psychiatrie war. In dieser war die Maltherapie – trotz der heilenden Erfolge von Edward Adamson - ein Nebengleis, und war eher als eine Untergruppe der Beschäftigungstherapie angesiedelt.

Im Jahr 1964 gründete sich die Vereinigung **British Association of Art Therapists (BAAT)**, um die Interessen und **die Profession der Kunsttherapie voranzutreiben**.

Kunsttherapie und Kunstpädagogik

In den **70er Jahren** werden die Unterschiede zwischen der Rolle des Kunstpädagogen und des Kunsttherapeuten immer deutlicher. **Die Kunsttherapie enthält verstärkt Anteile einer Psychotherapie und klinischer Inhalte** und eine **spezielle Ausbildung für Kunsttherapeuten** wird eingeführt.

Beide Professionen (Kunsttherapie und -pädagogik) besitzen einerseits **eine Vielzahl von Gemeinsamkeiten**. Andererseits haben beide Richtungen ihre eigenen Grenzen, die gewahrt werden müssen: Die Therapie ist eine andere Profession mit anderen Ideen, Konzepten, Zielen, Methoden etc als die Pädagogik. Diese Grenzen sollten den Beteiligten deutlich sein um undifferenziertes Arbeiten zu verhindern.

Kunsttherapie bedeutet, dass sie als eigenständige Form der Psychotherapie deren Methoden und Zielen untergeordnet ist. In dieser Art wird sie angewendet in vielfältigen beruflichen Arbeitsfeldern: in Psychiatrien, in therapeutischem Beratungskontexten, in sozialen Einrichtungen der Beratung von Kindern und Erwachsenen. Ihre Intension ist die therapeutische Hilfestellung zur Behebung und Linderung von Störungen der psychischen und körperlichen Gesundheit, bei verschiedenen Krankheitszuständen und Symptomen, zur Hilfe persönlicher Entwicklung und Entfaltung, und gezielt zur Lösung unterschiedlicher Lebensprobleme.

Kunstpädagogik befasst sich mehr mit der Vermittlung von Kunst, mit der Entwicklung schöpferischer Kräfte und Aussagen, sowohl bei Kindern als auch bei Erwachsenen. Auch die Kunstpädagogik hat ihre eigenen Ziele und Methoden, die sich von der Kunsttherapie stark unterscheiden.

In der Folge der ersten Entwicklungslinien haben sich bis heute viele unterschiedliche fachliche Richtungen der Kunsttherapie entwickelt. Sie entstanden zum Teil aus den vorhandenen psychotherapeutischen Schulen. Im Zuge dieser Entwicklung gründeten sich entsprechend Berufsverbände, und heutzutage wird an vielen Universitäten die Kunsttherapie als Studium angeboten mit eigenen Abschlüssen in Bachelor und Master.

Die heilende und schöpferische Kraft des therapeutischen Malens wird eingesetzt bei körperlichen und emotionalen Erkrankungen insbesondere im Bereich der Psychosomatik, bei Krebserkrankungen, der Bewältigung von Tod, Trauer und Traumata und in vielen anderen Zusammenhängen.

Darüber hinaus.....

Dieser kurze Abriss zum therapeutischen Malen kann nur unvollständig sein, ein kleiner Einblick in die überaus große Materie. Sicherlich gibt es in der historischen Entwicklung sowie in der Entwicklung der psychologischen Ideen und Schulen viele weitere nennenswerte Richtungen und Lehrende, die in ihren Werken dem Malen und der Arbeit mit Symbolen, welche im malenden Gestalten erscheinen, im therapeutischen Kontext einen großen Raum gegeben haben. Da wäre insbesondere die tiefenpsychologische Richtung von C. G. Jung zu nennen und die seiner Schüler, welche einen enormen Fundus darstellen für Interessierte am therapeutischen Malen, der Farbpsychologie, und der Arbeit mit Symbolen aus dem Unbewussten.

Was die Frage der Umsetzung der Gestaltung im therapeutisch-beratenden Bereich betrifft, hat inzwischen jede psychologische Richtung eigene Ideen und Modelle entwickelt.

Eine konkrete und auch einfache Anleitung zum „Vorgehen beim therapeutischen Malen für die Arbeit in Gruppen und in Beratung / Therapie“, so wie ich es in meiner Beratungsarbeit und in den Weiterbildungsgruppen einsetze, kann bei mir angefordert werden.

Marlies Warncke

Paar- und Familientherapeutin. Pädagogin. Heilpraktikerin Psychotherapie

Literaturhinweise

Adamson, Edward. Kunst als Heilungsprozess. Junfermann, Paderborn, 1984. ISBN 3-87387-224-2

Gollwitzer, Gerhard. Schule des Sehens. Otto Mayer Verlag Ravensburg. 1961 (2. Auflage)

Hill, Adrian. Art versus Illness, G. Allen and Unwin, 1945

Jolande Jacobi, Vom Bilderreich der Seele. Walter Verlag Zürich und Düsseldorf 1963, 5. Auflage

Jung, Carl Gustav. Das Rote Buch. Herausgegeben von Sonu Shamdasani. Patmos Verlag, 2000 (4. Auflage 2016)

Krauß, Anna-Carola, Geschichte der Malerei von der Renaissance bis heute. Könemann Verlag, Köln, 1995

Kutschbach, Doris. Mein großes Buch der Kunst. Ich sehe was, was Du nicht siehst. Presel. München, London, NY 2011, 2. Auflage 2012

Riedel, Ingrid. Farben. In Religion, Gesellschaft, Kunst und Psychotherapie. Kreuz Verlag Stgt 1983 (1. Auflage)

Sonstiges:

- Ein kostenloser Online-Kurs zur Moderne wird vom Städel-Museum Frankfurt angeboten. Link: <http://onlinekurs.staedelmuseum.de>
- Zur Verbindung von Therapie und heilenden Prozessen über das Malen sind fundierte Aussagen in den Werken von C. G. Jung und seiner Schüler (-Innen), wie zum Beispiel o.a. Inge Riedel, Jolande Jacobi, oder in den Schriften zur Gestalttherapie von Fritz Pers zu finden
- Geschichte der Malerei von der Renaissance bis heute. Anna-Carola Krauß. Könemann Verlags Ges. Köln. 1995. Dieses Werk bietet in Kurzform einen Überblick und eignet sich gut für den Einstieg.

ⁱ Adolf Wölfli:

Adolf Wölfli, dessen Vater Steinhauer und Trinker war, und die Familie verlassen hat als A.Wölfli 6 Jahre alt war, ist das jüngste von 7 Kindern, und stammt aus sehr armen Verhältnissen. Geboren wurde er 1864 in der Schweiz, Kanton Bern. Als er 8 Jahre alt ist wird er von seiner Mutter getrennt und bei verschiedenen Bauern als Arbeitskraft („Verdingbub“) untergebracht. Als er 9 Jahre alt ist stirbt seine Mutter.

Als junger Mann arbeitete er als Knecht, und hatte einige Liebesverhältnisse. Dann wurde er 1890 (im Alter von 26 Jahren) wegen Notzucht an einem vierzehnjährigen und einem fünfjährigen Mädchen verhaftet und kam für 2 Jahre ins Zuchthaus. 1895, im Alter von 31 Jahren, gab es eine erneute Verhaftung wegen eines Notzuchtversuchs an einem dreijährigen Mädchen. Er wird in die Irrenanstalt Waldau (in der Nähe von Bern) eingeliefert und erhält dort die Diagnose „Schizophrenie“. **Bis zu seinem Tod im Alter von 66 Jahren (1930) bleibt er dort in der Klinik.**, wo er ab 1899 mit dem Zeichnen beginnt. Von dem Arzt und Psychiater Walter Morgenthaler, der 1907 an die Klinik kommt, wird er gefördert. Wölfli malt, schreibt, erstellt Musikbilder und Zahlenbilder, die den geschriebenen Text illustrieren. Später erstellt er Einblattzeichnungen, und es gibt erste Auftragsarbeiten für die Anstalt Waldau. 1921 veröffentlicht Walter Morgenthaler (inzwischen seit 2 Jahren nicht mehr an der Waldau) seine inzwischen sehr berühmte Monographie über Wölfli's Leben und Werk: „Ein Geisteskranker als Künstler“.

Hierzu siehe auch auf YT aus dem KunstMuseum Bern weiterführende Informationen <https://www.youtube.com/watch?v=ZMWAUxrxds0>