

Gestaltungstherapie

im Rehaprozess in der Abteilung für Psychotherapeutische und Psychosomatische Medizin (PTH) der Klinik am Osterbach, Bad Oeynhausen

Da die Gestaltungs-/ Kunsttherapie im Konzept der Abteilung Psychotherapeutische Medizin einen hohen Stellenwert besitzt, ist es uns, dem Team der Abteilung PTH, ein Anliegen, dieses therapeutische Angebot in seiner Bedeutung und praktischen Durchführung kurz vorzustellen.

Dies geschieht unter der Vorstellung, Menschen, die an einer Therapie in unserem Hause interessiert sind, nachhaltig zu informieren, um es ihnen zu ermöglichen, für sich eine gute und stimmige Entscheidung zu treffen und sich vor Antritt der Therapie innerlich auf die Behandlung einstimmen zu können.

Der folgende Text wurde von den GestaltungstherapeutInnen unserer Abteilung erarbeitet, um einen Einblick in ihr therapeutisches Angebot zu vermitteln.

Die Gestaltungs-/Kunsttherapie „verbindet in besonderer Weise Freude am kreativen Ausdruck mit einer intensiven Wahrnehmung inneren und äußeren Geschehens.

Sie verfolgt nicht vorrangig das Ziel, besondere künstlerische Begabungen zur Entfaltung zu bringen, wobei auch die im Einzelfall eine wichtige Ressource sein kann. Sie knüpft vielmehr an das elementare Bedürfnis des Menschen an, sich kreativ-schöpferisch auszudrücken und in diesem Prozess Einsicht in die eigene Persönlichkeit zu erlangen.

Das Einbeziehen kunsttherapeutischer Methoden in die psychotherapeutische Behandlung aktiviert eine ursprüngliche Ressource, die allen Menschen in die Wiege gelegt ist. [...]

Mit Hilfe des Malens können wir Eindrücke verarbeiten, persönliches Erleben zum Ausdruck bringen, Spannungen regulieren, nach Konfliktlösungen suchen und in diesem Prozess zunehmend in einen schöpferischen Dialog zwischen Innen- und Außenwelt treten.

„Spontanes Zeichnen, Malen und Formen in einer wertungsfreien und akzeptierenden Atmosphäre, die symbolische Sprache der Bilder und ein spielerischer Umgang damit erleichtern den Zugang zu Ressourcen und ermöglichen einen angstfreien Kontakt zu inneren Konflikten.

Die Kunsttherapie nutzt sowohl das während des Gestaltungsprozesses Erlebte, als auch das entstandene Produkt mit allen assoziierten Inhalten und Bedeutungen zu Persönlichkeitsentwicklung und Situationsverarbeitung eines Patienten.“

(Susanne Lücke, in: Kunsttherapie bei psychischen Störungen; F. von Sprei et al. (Hg.), München 2005, S. 140 f)

Die Gestaltungstherapie unterstützt als ressourcenorientiertes Verfahren den Selbstheilungsprozess. Sie wird von uns hauptsächlich in thematisch strukturierten Angeboten durchgeführt.

Die themenorientierte Gestaltungstherapie bietet sich insbesondere bei Patienten an, die unter Überflutungszuständen leiden.

Um das Überangebot an Erinnerungen und Assoziationsketten zu stoppen, kann ein Thema dem Patienten wichtige therapeutische Unterstützung geben.

Die Kontrolle über innere Bilder kann so besser zurück gewonnen werden.

Gerade bei komplex traumatisierten Patienten ist das innerhalb der Therapie spontane Auftauchen traumatischer Bilder beängstigend.

Hier ermöglicht das Themenzentrierte Malen, die Aufmerksamkeit zu fokussieren und den Kontakt zu Ressourcen zu halten.

Des Weiteren wird darüber hinaus dem Patienten ein Einstieg in das Medium der Gestaltung erleichtert.

Bei der Auswahl der gestellten Themen folgen wir den im Konzept der Abteilung PTh genannten drei Therapiephasen (Anwärm- und Motivationsphase; Phase der therapeutischen Rekonstruktion; Abschluss- und Integrationsphase).

Es kommen verschiedene Medien und Techniken mit je eigener Wirkung zum Einsatz (Malen, Zeichnen, Collage, Plastizieren).

Mit ihren spezifischen Bedingungen fördert die Gestaltungstherapie

- den Selbstaussdruck (expressive Funktion; kathartische Funktion) und den Zugang zu Gefühlen, inneren Bildern, Haltungen und Gedanken
- Ich-Kompetenz (z.B. Kontrollfähigkeit, Distanzierung zu bedrohlichen Bewusstseinsinhalten, Kontakt zum Selbst)
- die Kreativität, z.B. als Vermögen, Konflikte erlebniszentriert und auf spielerische Weise zu lösen
- die sinnliche Wahrnehmung und die Versinnlichung von Bewusstseinsinhalten
- Erfolgserlebnisse.

Die Gestaltungstherapie bietet die Möglichkeit, im Gespräch über die Gestaltungen das Wahrgenommene und seine qualitativen Aspekte zu benennen, zu differenzieren und damit verfügbar und ggf. einer Modifikation zugänglich zu machen.

Gestaltungstherapie als Gruppenangebot

Das gemeinsame Gestalten in der Gruppe fördert darüber hinaus den Kontakt der Patienten untereinander.

Mitteilungen in Form von Sharings ermöglichen zusätzliche Bezüge und die Gewissheit, mit den eigenen Schwierigkeiten nicht allein zu sein.

In der Gruppe können die Beziehungsmöglichkeiten des/der Einzelnen verdeutlicht und bearbeitet werden; Lernen am Modell und korrektive emotionale Erfahrungen werden wirksam.

Die Rehabilitanden in der Abteilung Psychotherapie und Psychosomatik erhalten Kunst- und Gestaltungstherapie im Gruppensetting als festen Bestandteil des Therapieprogramms, zweimal wöchentlich je 90 Minuten in ihrer Basisgruppe.

Dabei sind die einzelnen Einheiten gegliedert in eine Gestaltungsphase von ca. 30 Minuten und eine Besprechungsphase von ca. 60 Minuten.

Bei Bedarf werden diese Zeiten jedoch variiert, wenn etwa noch Bilder aus der letzten Einheit zu besprechen sind.

Die Gruppen werden dabei geleitet von Anne Lassowski, Janina Freiburg oder Thorsten Linne-Rotermund (Dipl.-KunsttherapeutInnen/ FH).

Fakultativ möglich ist die Verordnung von

Gestaltungstherapie als Einzelbehandlung:

Indikationen für die Verordnung von Einzelgestaltung sind beispielsweise

- Schwierigkeiten, brisante Themen in der Gruppe zu bearbeiten
- gegeben bei Patient/Innen, für die bildnerisches Gestalten ein besonders wichtiges Ausdrucksmittel ist
- wenn die Bearbeitung bestimmter Themen eine intensivere und umfänglichere Betreuung erfordert, als dies der Rahmen der Gruppenangebote gewähren kann.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Team der Abteilung PTH

erstellt: 12.8.2008

Änderung: 26.5.2009/Las