



KUNST- & GESTALTUNGSTHERAPIE

WO DIE SPRACHE NICHT GREIFT

BRIGITTE MICHELS
& KLAUS LUMMA

*Wo Sprache nicht greift
wirken Bilder und Klänge.
Ein Bild wirkt mehr als tausend Worte.*

*Es gibt Bilder des Schreckens,
wir wandeln sie um.
Jede Wandlung braucht Bilder und Klänge.*

*Symbole der Kraft
durch Biografie geformt.
Im Dialog von Betroffenheit wächst Neues.*

*Wir hören die Stimme von jedem,
ob leise, ob laut oder fern.
Im Team formt sich Stimme zum Gesang.*

*In jedem steckt der Klang des Ganzen.
Diversität ist erlaubt.
Das Ganze ist anders als die Summe von allem.*

Viele Menschen werden durch alte Muster oft ein ganzes Leben lang blockiert, so dass sie nicht so handeln können, wie sie gerne möchten. An einem Beispiel machen wir deutlich, wie solche Blockaden aufgelöst werden können. Der Counseling Prozess, der hier beschrieben wird, umfasst vier Doppelstunden in einem Zeitraum von sechs Monaten.

Wolfgang Schreiber (*Name ist geändert*) ist an einem Punkt in seinem Leben angekommen, an dem er glaubt, beruflich und privat in einer Sackgasse zu stecken. Seine momentane Lebenssituation beschreibt er als eingengt und unfrei, er möchte etwas verändern, weiß aber nicht, was er tun könnte. Deswegen sucht er die kunst- & gestaltungstherapeutische Praxis von Brigitte Michels auf.

Wolfgang ist 46 Jahre alt, er ist ruhig und nach innen gekehrt. Sein Geld verdient er mit unregelmäßigen und gelegentlichen Aufträgen. Daran, meint er, sei seine Ehe gescheitert, "denn als Mann ohne ein geregeltes Einkommen, bin ich für meine Frau nicht mehr zumutbar."

Sein beruflicher Werdegang beginnt auf Wunsch des Vaters mit der Lehre in einem Metall verarbeitenden Betrieb, in dem auch der Vater selbst tätig war. Anschließend hat Wolfgang sein Wunschstudium als Designer begonnen. Sein Vater kommentiert das mit abwertenden Äußerungen, wie „Das schaffst du nie!“ oder noch schlimmer „Aus dir wird nie etwas“. Wolfgang hat jedoch sein Studium inzwischen erfolgreich abgeschlossen und dann auch direkt eine interessante Anstellung gefunden.

Er berichtet von dieser Tätigkeit als Designer und von einigen guten Produkten, die er in dieser Zeit entwickelt hat. Dabei leuchten seine Augen, und er wird ganz lebendig. Als er weiter erzählt, weicht seine Begeisterung jener Bedrücktheit, mit der er in die Counseling Praxis gekommen ist. Nach einigen Jahren im Beruf habe er gekündigt, denn „ich bin zu introvertiert für den Beruf des Designers.“ Er habe sich im Kollegenkreis fremd gefühlt. Alle anderen seien extrovertiert gewesen, und er habe sich immer als Außenseiter erlebt.

Während er diese Dinge berichtet, fällt ihm ein Traum ein, den er in der letzten Nacht geträumt hat und den er seit vielen Jahren immer wieder träumt. Er wird eingeladen, diesen Traum zu malen.

Abbildung 1
Wolfgangs Traum





KUNST- & GESTALTUNGSTHERAPIE

Wolfgang erläutert das Bild: „Zwei graue VW Käfer fahren hintereinander her. Im hinteren sitzt ein mir unbekannter Mann. Dieser wird plötzlich mit den Beinen voran aus der Frontscheibe gezogen, verschwindet in einer mit rotierenden Messern besetzten Öffnung und wird zerstückelt. Überall liegen Leichenteile, alles ist voll Blut. Ich wache auf und bin kalt und gefühllos.“

Wolfgang, nach seinem jetzigen Gefühl zum Bild befragt, berichtet, er sei angespannt und es gebe in ihm ein Gefühl von Peinlichkeit, ähnlich jenem Gefühl, welches er auch immer schon in Gegenwart seines Vaters gespürt habe. Seinen Vater habe er immer nur als gefühllos, abweisend und abwertend erlebt.

In seinem schriftlichen Feedback zu dieser Sitzung schreibt Wolfgang: „Mir blieb hinterher das Gefühl, dass in meinem Traum die Zerstückelung dieses unbekanntes Mannes gezeigt wurde, damit daraus etwas Neues entstehen könne, nämlich das Zusammenfügen von bereits Bekanntem zu einem neuen, noch unbekanntes Ganzen.“

Dieser Satz wird in der nächsten Stunde aufgegriffen, und Wolfgang ist eingeladen, auch diesen unbekanntes Mann zu malen.

Wolfgang beginnt stehend, kraftvoll aus dem Körper heraus zu malen. Er skizziert mit grünen und blauen Wachskreiden einen liegenden Mann. Und dann verändert sich sein Tun. Die Striche werden langsam, stockend, genau wie seine Bewegungen. Wolfgang hört schließlich auf zu malen und berichtet: „Das ist es, was immer passiert! Ich beginne voller Begeisterung und plötzlich weicht meine Begeisterung einer Art Lähmung.“

Tief bewegt ergänzt er: „Offensichtlich gibt es in mir einen ‚Wolfgang Nummer zwei‘, der immer alles zerstört, bekrittelt und in den Dreck zieht, was ‚Wolfgang Nummer eins‘ auf zu bauen beginnt. Das erstreckt sich auch auf meine Lebensprodukte, die ich oft leichtfertig zerstöre, oder mit denen ich achtlos umgehe. Ich bin gnadenlos in der Bewertung meiner Person ...Auch fällt es

mir schwer, die Leistungen anderer Menschen anzuerkennen, aber das ist wohl die logische Folge meiner Selbstabwertung.“

Hier erkennt Wolfgang die alten und möglicherweise von seinem Vaterbild übernommen beiden Muster „Das schaffst du nie! Aus dir wird nie etwas“. Wolfgang hat sich offenbar die Sätze des Vaters zu eigen gemacht. Dies zu erkennen ist ein erster wichtiger Schritt. Jetzt geht es darum, aus der Selbstabwertung wieder heraus zu kommen, denn kreatives Potential ist genügend vorhanden.

Er wird angeleitet, ein Transparentpapier auf das Bild des liegenden Mannes zu platzieren und aus zu probieren, gestalterisch zu seiner Kraft und Energie, die er im ersten Teil des Malens gespürt hat, zurück zu finden. Er beginnt zögernd, nimmt einen orangen Stift, und dann beginnt der umgekehrte Prozess. Er wird immer kraftvoller, und Wolfgang spürt sich wieder. Er erlebt die Anleitung und sein bekräftigendes Tun als Befreiung und fühlt sich wieder besser.



Abbildung 2
Der unbekanntes Mann – Version 1



KUNST- & GESTALTUNGSTHERAPIE

Daneben kommt ein weiteres Gefühl auf: Wolfgang wird wütend darüber, dass sein Vater die kreative, künstlerische Seite immer abwerten musste. Und er lässt erstmals in seinem Entwicklungsprozess diese Wut auch zu und sperrt sich nicht vor ihr. Nach kurzer Zeit äußert er den Wunsch, seine künstlerische Identität wieder neu zu beleben: "Ich will malen, und ich setze dieses Vorhaben jetzt endlich wieder um!"

In der nächsten Stunde berichtet er von verschiedenen Besuchen im Museum. Einen Tag in der Woche verbringt er im Kunstmuseum, fertigt Skizzen und bringt sie mit in die Counseling Stunde. Es fällt ihm allmählich immer leichter, die Qualität seiner Arbeiten auch selbst zu erkennen und sie auch als ihm zugehörig zu würdigen. Von jetzt an ist er wieder regelmäßig künstlerisch tätig, und das erfüllt ihn mit großer Freude.

Daneben geht es außerdem um das Thema seiner Identität als Mann. Er schämt sich vor anderen Männern, weil er "noch nichts auf die Beine gestellt" habe. Wolfgang bekommt jetzt die Aufgabe, ein Selbstbild zu malen. Im Feedback Prozess beschreibt er das Bild in folgender Weise: „Ich malte mich Format füllend, frontal, aufrecht stehend, in dunkler Farbigkeit und mit Pfeil und Bogen. Eine kompakte, kraftvolle Gestalt, allerdings ohne Hände. Im unteren Bereich ist eine Mauer, die es noch zu überwinden gilt.“

Es kommt die Frage auf, ob das Bild des „Kriegers“ mit Pfeil und Bogen Wolfgang nicht gelebte Aggressivität ausdrücken möchte? Doch das auffälligste Element ist das Fehlen der Hände: Ohne Hände kann er nichts tun, kann Pfeil und Bogen nicht benutzen. Er kann auch ohne Hände nicht Künstler oder Designer sein, seine Aggressivität

Abbildung 2

Der unbekannte Mann – Version 2 mit Transparent Papier



Abbildung 3

Wolfgang's Selbstbild



nicht leben. Es ist ohne Hände auch nicht möglich, die angesprochene Mauer zu überwinden.

Wolfgang ist über diese Arbeitshypothesen ziemlich erschrocken. Deutlich in ihrer Wirkung wie nie zuvor ist ihm die "Sei nicht erfolgreich" Einschärfung, die er als seines Vaters Erwartung zuvor schon benannt hat.

Doch jetzt will er sich entscheiden, Künstler zu sein.

"Was brauchst du noch, um das zu erreichen?" ist die zentrale Frage dieser Stunde.

Er nimmt spontan Ton auf und formt eine rechte Hand, offen und zupackend, die Hand als Hauptwerkzeug des Künstlers Wolfgang Schreiber.



Dies ist auch bereits die letzte Stunde, und Wolfgang sagt zum Schluss: „Ich bin zuversichtlich, dass es mir gelingen wird, auch draußen zurück in meine Kraft zu kommen und aus ihr zu leben. Ich bin geduldig mit mir, auch wenn es noch etwas dauert.“

Kurze Zeit später wird ihm eine Honorarstelle an einer privaten Kunstschule angeboten. Er nimmt sie an.

Dieses Beispiel aus der kunst- & gestaltungstherapeutischen Praxis des Counseling zeigt an, wie es gelingen kann, über angeleitete und spontan entstehende Gestaltung sich von alten Mustern, Introjekten, Einschärfungen zu befreien und verschütt gegangene Ressourcen zurück zu finden und zum Einsatz zu bringen.

Allein die Reduzierung des Denkens und der Anleitung des Counselor auf

- das vertrauen in den Gestaltungsprozess,
- das Hand anlegen durch Malen und Tönen,
- eine Umgestaltung des einschränkenden Musters in Verbindung mit Bildbezogenen Arbeitshypothesen

scheint Kraft zur Neuorientierung zu wecken, sich von alten Bildern und „Klängen“, zum Beispiel der Stimme des Vaterbildes zu verabschieden. Auch wenn in diesem Beispiel nicht ausdrücklich der tatsächliche Klang väterlicher „Sei nicht erfolgreich“ Einschärfung thematisiert wurde, so wird dennoch deutlich, dass Wolfgang im Verlaufe seines kunst- & gestaltungstherapeutisch begleiteten Entwicklungsprozesses gelernt hat, mehr auf seine eigenen kraftvollen Klänge zu hören als alten Stimm-Mustern weiterhin zu folgen. So kann er es auch schaffen, den Ruf der Kunstschule überhaupt erst zu hören, ihm nach zu kommen und schließlich im dortigen Team mit zu „singen“ – vielleicht anfangs noch zögerlich und mit leiser Stimme, doch



Abbildung 4
Die rechte Hand des Künstlers

stets im wieder gewonnenen Vertrauen auf die eigenen Entwicklungskräfte (*Ressourcen*) und im Vertrauen auf die Unterstützung durch andere, im Team von Counselor & Klient oder im Lehrer Team der einladenden Kunstschule. Das Ganze ist anders als die Summe von allem. ●