

Inhaltsverzeichnis

I	Grundlagen	1
1	Einführung	3
2	Vorbemerkungen	5
2.1	Was ist Kunsttherapie?	5
2.2	Für wen ist Kunsttherapie geeignet?	6
2.3	Was bewirkt Kunsttherapie?	6
3	Grundlagen	9
3.1	Übersicht, Bedeutung und Wirkung der Materialien	9
3.1.1	Ölmalkreiden	9
3.1.2	Acryl- und Gouachefarben	9
3.1.3	Ton	10
3.1.4	Kohle	10
3.1.5	Papiergrund	10
4	Bildnerische Ausdrucks- und Gestaltungsvarianten	11
4.1	Gegenständlicher Bildausdruck	11
4.2	Gegenständlich-abstrakter Bildausdruck	11
4.3	Objektfreier Bildausdruck	11
5	Die Bildanalysen	13
5.1	Die formale Bildanalyse	13
5.2	Die inhaltliche Bildanalyse	13
II	Methodik, Anleitungen und Fallbeispiele	15
6	Die gegenständliche Collage	17
6.1	Der Begriff „Collage“ und Wirkung	17
6.2	Bildaufgabe: „Gestalte Dich als Symbol vor einem passenden Hintergrund“	17
6.3	Material	17
6.4	Anleitung der Methode	18
6.5	Fallbeispiele und Interventionen	18
6.5.1	1. Fallbeispiel „Der mittelgroße Fels“	18
6.5.2	Fragen und Antworten zur Selbstwahrnehmung	19
6.5.3	Interventionen	19
6.5.4	2. Fallbeispiel „Der Schlüssel“	20
6.5.5	Fragen zur Selbstwahrnehmung	20
6.5.6	Interventionen	21
6.6	Einsatz der Methode	21

7	Die Gruppenarbeit mit Bäumen	23
7.1	Definition Gruppe, Prozesse und Ziele	23
7.1.1	Gruppenbildung und Prozesse nach dem Tuckman-Vier- Phasenmodell	23
7.1.2	Ziele von Gruppenarbeit	24
7.2	Bildaufgabe: „Gestaltet gemeinsam ein Bild und jeder ist ein Baum“	25
7.3	Material	25
7.4	Anleitung der Methode	25
7.4.1	Anleitung Fantasiereise	25
7.5	Fallbeispiele und Interventionen	26
7.5.1	Fragen zur Selbstreflexion	26
7.5.2	Intervention zum 1. Baum von links	27
7.5.3	Intervention zum 2. Baum von links	27
7.5.4	Intervention zum 3. Baum von links	28
7.5.5	Intervention zum 4. Baum von links	29
7.5.6	Intervention zum 5. Baum von links	29
7.5.7	Intervention zum 6. Baum von links	30
7.5.8	Intervention zum 7. Baum von links	31
7.5.9	Intervention zum 8. Baum von links	32
7.6	Einsatz der Methode	33
8	Die Ressourcen	35
8.1	Definition „Ressourcen“	35
8.1.1	Bedeutung von Ressourcen in der therapeutischen Arbeit und Bildern	35
8.2	Bildaufgabe „Male ein Bild mit positiven Eigenschaften von dir“	36
8.2.1	Beispiele aus der Praxis von Klienten mit fünf positiven Eigenschaften	36
8.3	Material	36
8.4	Anleitung der Methode	37
8.5	Bildaufgabe „Gestalte ein Bild von dem, was dir im Moment wichtig ist“	38
8.6	Material	38
8.7	Anleitung der Methode	38
8.8	Fallbeispiele und Interventionen	38
8.8.1	Fallbeispiel 1 und Intervention „Selbstliebe“	39
8.8.2	Fallbeispiel 2 und Intervention „Meine weibliche und männliche Seite“	40
8.8.3	Fallbeispiel 3 und Intervention „Meine Tankstelle“	41
8.8.4	Fallbeispiel 4 und Intervention „Glaube und Hoffnung“	42
8.9	Einsatz der Methode	43

9	Die Rezeptive Kunsttherapie	45
9.1	Begriff „rezeptiv“ und Bedeutung	45
9.2	Bildaufgabe „Gestalte ein Bild mit dem Wichtigsten des ausgesuchten Bildes“	45
9.3	Material	45
9.4	Anleitung der Methode	46
9.5	Fallbeispiele und Interventionen	46
9.5.1	Fallbeispiel 1 und Intervention „Das Leben genießen“	46
9.5.2	Fallbeispiel 2 und Intervention „Entspannung und Ruhe“	47
9.6	Einsatz der Methode	48
10	Das gegenständliche Körperbild	49
10.1	Bildaufgabe: „Male ein Körperbild von Dir“	49
10.2	Ziele der Bildaufgabe	49
10.3	Material	49
10.4	Anleitung der Methode	50
10.4.1	Körperwahrnehmungsübung	50
10.5	Fallbeispiele und Interventionen	52
10.5.1	1. Fallbeispiel und Intervention „Die männliche und weibliche Seite“ ...	52
10.5.2	2. Fallbeispiel und Intervention „Der Herzmensch“	54
10.5.3	3. Fallbeispiel und Intervention „Kopf und Bauch“	55
10.5.4	4. Fallbeispiel und Intervention „Kraft und Energie“	56
10.5.5	5. Fallbeispiel und Intervention „Balance und Gleichgewicht“	57
10.6	Einsatz der Methode	58
11	Das Selbstbild mit Kohle	59
11.1	Bildaufgabe „Zeichne ein Selbstbild von Dir“	59
11.2	Material	59
11.3	Anleitung der Methode	59
11.4	Fallbeispiele und Interventionen	60
11.4.1	1. Fallbeispiel und Intervention „Der dicke Hals“	61
11.4.2	2. Fallbeispiel und Intervention „Yin und Yang im Ungleichgewicht“ ...	62
11.5	Einsatz der Methode	62
12	Die Maske aus Ton	63
12.1	Definition „Maske“	63
12.2	Aufgabe: „Gestalte eine Gesichtsmaske aus Ton“	63
12.3	Material	63
12.4	Anleitung der Methode	64
12.5	Fallbeispiele und Interventionen	65
12.5.1	1. Fallbeispiel „Gezeichnet vom Leben“	65
12.5.2	2. Fallbeispiel „Der Indianer“	65
12.6	Einsatz der Methode	66

X Inhaltsverzeichnis

13	Die Symbolarbeit	67
13.1	Definition „Symbol“	67
13.2	Bildaufgabe „Finde fünf Symbole und gestalte dazu ein Mandala“	67
13.3	Material	67
13.4	Anleitung der Methode	67
13.5	Fallbeispiele und Interventionen	68
13.5.1	1. Fallbeispiel und Intervention „Alles ist verbunden“	69
13.5.2	2. Fallbeispiel und Intervention „Geborgen und verwurzelt“	71
13.5.3	3. Fallbeispiel und Intervention „Die Zeichen des Mondes“	73
13.6	Einsatz der Methode	76
14	Das Gruppensymbol und Interaktionen in der Gruppe	77
14.1	Bildaufgabe: „Findet gemeinsam ein Gruppensymbol und geht damit in Gestaltung“	77
14.2	Material	77
14.3	Anleitung der Methode	77
14.4	Fallbeispiel und Intervention	78
14.4.1	Diskussion und Reflexion nach der ersten Runde	78
14.4.2	Diskussion und Reflexion nach der zweiten Runde	78
14.4.3	Diskussion und Reflexion nach der dritten Runde	79
14.4.4	Diskussion und Reflexion nach der vierten Runde	79
14.5	Einsatz der Methode	84
15	Die themenorientierte Arbeit mit Märchen	85
15.1	Märchen in der therapeutischen Arbeit	85
15.1.1	Welche Vorteile ergeben sich durch die Arbeit mit Märchen und Geschichten?	85
15.1.2	Welche Arbeitsweisen im Umgang mit Märchen gibt es?	86
15.2	Bildaufgabe „Male eine Szene aus dem Märchen Froschkönig, die Dich bewegte!“	86
15.3	Material	87
15.4	Anleitung der Methode	87
15.5	Fallbeispiele und Interventionen	90
15.5.1	1. Fallbeispiel und Intervention „Der willensstarke Frosch“	90
15.5.2	2. Fallbeispiel und Intervention „Die Moral des Königs“	92
15.5.3	3. Fallbeispiel und Intervention „Der glitschige Frosch“	93
15.6	Bildaufgabe: Male den Schluss des Märchens – „Der liebste Roland“	95
15.7	Material	95
15.8	Anleitung der Methode	95
15.9	Fallbeispiele und Intervention	98
15.9.1	Ziele der Bildbetrachtung	98
15.9.2	1. Fallbeispiel und Intervention „Das Glück in der einfachen Hütte“	98
15.9.3	2. Fallbeispiel und Intervention „Das Happy End“	99

15.9.4	Betrachtungsweise des Märchens „Der liebste Roland“	102
15.10	Einsatz der Methode	103
16	Die Skriptanalyse I	105
16.1	Definition „Skriptanalyse“	105
16.2	Einführung in die Transaktionsanalyse	106
16.3	Bildaufgabe „Male dein Leben in vier Bildern!“	106
16.4	Material	107
16.5	Anleitung	107
16.6	Fallbeispiele und Interventionen	108
16.6.1	1. Fallbeispiel und Intervention „Die Vielfältigkeit des Lebens“	108
16.6.2	2. Fallbeispiel und Intervention „Die Entwicklung des wahren Ichs“	110
16.7	Einsatz der Methode	111
17	Die Skriptanalyse II	113
17.1	Einstieg in die Skriptanalyse	113
17.1.1	Einstiegsmöglichkeiten vor Beginn der Skriptanalyse	113
17.2	Bildaufgabe „Gestalte Deinen Namen“	113
17.3	Material	113
17.4	Anleitung	114
17.5	Fallbeispiele und Interventionen	114
17.5.1	Fallbeispiel und Intervention „Präsenz und Klarheit“	114
17.6	Ziel der Vorarbeit	115
17.7	Skript-Matrix mit Bannbotschaften und Erlaubnissen	115
17.7.1	Definition „Bannbotschaften und Erlaubnisse in der Transaktionsanalyse“	115
17.8	Bildaufgabe „Gestalte drei Bilder von Bannbotschaften und Erlaubnissen, um einen Prozess deutlich zu machen“	116
17.8.1	Material	116
17.8.2	Anleitung der Methode	116
17.8.3	Die zwölf Bannbotschaften	117
17.8.4	Die zwölf Erlaubnisse	117
17.9	Fallbeispiele und Interventionen	118
17.9.1	1. Fallbeispiel und Intervention „Der Reifungsprozess“	118
17.9.2	2. Fallbeispiel und Intervention „Die äußere und innere Lebenswelt“	119
17.9.3	3. Fallbeispiel und Intervention „Die Metamorphose“	120
17.10	Einsatz der Methode	122
18	Die Skriptanalyse III	123
18.1	Übung zur Rolle und Identität „Ich bin mein Diamant“	123
18.2	Material	123
18.3	Anleitung der Methode	124
18.4	Fallbeispiele und Interventionen	124
18.4.1	Fallbeispiel und Intervention „Visionär, Partner, Kollege und Begleiter“	124
18.5	Einsatz der Methode	125

XII Inhaltsverzeichnis

18.6	Bildaufgabe: „Male deine kurz-, mittel- und langfristigen Ziele, die du realisieren möchtest!“	125
18.7	Material	126
18.8	Anleitung der Methode	126
18.9	Fallbeispiele und Interventionen	126
18.9.1	1. Fallbeispiel und Intervention „Verwurzelung und Wachstum“	126
18.9.2	2. Fallbeispiel und Intervention „Die Sprache des Herzens“	127
18.9.3	3. Fallbeispiel und Intervention „Klarheit im Herzen“	128
18.10	Bildaufgabe: „Welche möglichen Hindernisse könnten diesen Zielen im Wege stehen, und welche Ressourcen stehen dir zur Verfügung, um diese Hindernisse aus dem Weg zu räumen?“	129
18.11	Material	129
18.12	Anleitung der Methode	129
18.13	Fallbeispiele und Interventionen	130
18.13.1	Zum 1. Fallbeispiel „Trauer und Liebe“	130
18.13.2	Zum 2. Fallbeispiel „Ambivalenz und Energie“	130
18.13.3	Zum 3. Fallbeispiel „Zeit und Leichtigkeit“	131
18.14	Einsatz der Methode	131
19	Die Grundformen der Angst	133
19.1	Definition „Angst“, Formen und Symptome	133
19.2	Die Angst symbolisch in Bildern dargestellt	135
19.3	Kunsttherapeutische Interventionen bei Angstbildern	136
19.3.1	Kunsttherapeutische Interventionen	136
19.3.2	Interventionen des Therapeuten im Angstbild	136
19.4	Bildaufgabe: „Male das Selbsterleben deiner Angst in einer bestimmten Situation“	136
19.5	Material	136
19.6	Anleitung	137
19.7	Fallbeispiele und Interventionen	137
19.7.1	1. Fallbeispiel und Interventionen „Angst vor Konflikt mit dem Schwiegervater“	137
19.7.2	2. Fallbeispiel und Intervention „Angst vor dem Tod“	138
19.7.3	3. Fallbeispiel und Intervention „Angst vor Authentizität“	138
19.7.4	4. Fallbeispiel und Interventionen „Angst vor autoritärer Person“	139
19.8	Bildaufgabe: „Male ein Bild, wie Du die Angst in dieser Situation gelöst und überwunden hast.“	139
19.9	Material	140
19.10	Fallbeispiele und Interventionen	140
19.10.1	„Lösungsbild“ zum 1. Fallbeispiel „Angst vor Konflikt mit Schwiegervater“	140
19.10.2	„Lösungsbild“ zum 2. Fallbeispiel aus „Angst vor dem Tod“	141
19.10.3	„Lösungsbild“ zum 3. Fallbeispiel „Angst vor Authentizität“	141
19.10.4	„Lösungsbild“ zum 4. Fallbeispiel „Angst vor autoritärer Person“	142
19.11	Reflexionen	142

19.11.1	Aussagen von Klienten, nachdem sie ein Angstbild gemalt hatten	142
19.12	Einsatz der Methode	143
19.13	Die neun Grundängste	143
19.14	Kunsttherapeutische Methode bei Angstpatienten „Begleitetes Malen“ nach Helena Schrode	144
19.15	Bildaufgabe: „Male das Selbsterleben einer der neun Grundängste“	144
19.16	Material	145
19.17	Anleitung der Methode	145
19.18	Fallbeispiele und Interventionen	146
19.18.1	1. Fallbeispiel und Intervention „Angst vor der Grundangst: Verletzung“	146
19.18.2	2. Fallbeispiel und Interventionen „Angst vor der Grundangst: Verlust“	148
19.19	Einsatz der Methode	150
20	Der psychische Schatten im gegenständlichen Bild	151
20.1	Schattenaspekte	151
20.2	„Der Schatten in uns“ nach Verena Kast	152
20.3	Bildaufgabe: „Gestalte ein Bild von deinem persönlichen Schatten“	152
20.3.1	Material	152
20.3.2	Anleitung	152
20.4	Fallbeispiele und Interventionen	154
20.4.1	1. Fallbeispiel und Intervention „Vom Devoten zum Autonomen“	154
20.4.2	2. Fallbeispiel und Intervention „Von der Geltungsbedürftigen zur Bedeutungslosen“	156
20.4.3	3. Fallbeispiel und Intervention „Von der Unklaren zur Selbstzentrierten“	157
20.4.4	4. Fallbeispiel und Intervention „Von der Angepassten zur Dominanten“	158
20.4.5	5. Fallbeispiel und Intervention „Von der Leblosen zur Lebendigen“	159
20.5	Bildaufgabe: „Male ein Bild von Deinem größten Schattenaspekt“	160
20.6	Material	160
20.7	Fallbeispiele und Interventionen	161
20.7.1	1. Fallbeispiel und Intervention	161
20.7.2	2. Fallbeispiel und Intervention	162
20.7.3	3. Fallbeispiel und Intervention	163
20.7.4	4. Fallbeispiel und Intervention	164
20.7.5	5. Fallbeispiel und Intervention	165
20.8	Schattenakzeptanz	166
20.9	Einsatz der Methode	166