

# Inhaltsverzeichnis

<b>I</b>	<b>Grundlagen</b> .....	<b>1</b>
<b>1</b>	<b>Einführung</b> .....	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>Vorbemerkungen</b> .....	<b>5</b>
2.1	Was ist Kunsttherapie? .....	5
2.2	Für wen ist Kunsttherapie geeignet? .....	6
2.3	Was bewirkt Kunsttherapie? .....	6
<b>3</b>	<b>Grundlagen</b> .....	<b>9</b>
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
<b>4</b>	<b>Bildnerische Ausdrucks- und Gestaltungsvarianten</b> .....	<b>11</b>
4.1	Gegenständlicher Bildausdruck .....	11
4.2	Gegenständlich-abstrakter Bildausdruck .....	11
4.3	Objektfreier Bildausdruck .....	11
<b>5</b>	<b>Die Bildanalysen</b> .....	<b>13</b>
5.1	Die formale Bildanalyse .....	13
5.2	Die inhaltliche Bildanalyse .....	13
<b>II</b>	<b>Methodik, Anleitungen und Fallbeispiele</b> .....	<b>15</b>
<b>6</b>	<b>Die gegenständliche Collage</b> .....	<b>17</b>
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

<b>7</b>	<b>Die Gruppenarbeit mit Bäumen</b> .....	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
<b>8</b>	<b>Die Ressourcen</b> .....	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

<b>9</b>	<b>Die Rezeptive Kunsttherapie</b> .....	<b>45</b>
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
<b>10</b>	<b>Das gegenständliche Körperbild</b> .....	<b>49</b>
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
<b>11</b>	<b>Das Selbstbild mit Kohle</b> .....	<b>59</b>
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
<b>12</b>	<b>Die Maske aus Ton</b> .....	<b>63</b>
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

<b>13</b>	<b>Die Symbolarbeit</b> .....	<b>67</b>
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
<b>14</b>	<b>Das Gruppensymbol und Interaktionen in der Gruppe</b> .....	<b>77</b>
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
<b>15</b>	<b>Die themenorientierte Arbeit mit Märchen</b> .....	<b>85</b>
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
<b>16</b>	<b>Die Skriptanalyse I</b>	<b>105</b>
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
<b>17</b>	<b>Die Skriptanalyse II</b>	<b>113</b>
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
<b>18</b>	<b>Die Skriptanalyse III</b>	<b>123</b>
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
<b>19</b>	<b>Die Grundformen der Angst</b>	<b>133</b>
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
<b>20</b>	<b>Der psychische Schatten im gegenständlichen Bild . . . . .</b>	<b>151</b>
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