



Anthroposophische Kunsttherapie

Die anthroposophischen Kunsttherapien sind integrierter Bestandteil der anthroposophischen Medizin. Als umfassende Systemtherapie beinhaltet die nach anthroposophischen Erkenntnissen erweiterte Medizin neben Medikamenten, therapeutischen Gesprächen, äusseren Anwendungen, Heileurythmie usw. speziell die anthroposophischen Kunsttherapien; diese ermöglichen es den Patientinnen und Patienten insbesondere, selber aktiv schöpferisch in den Krankheitsprozess einzugreifen. Dieser Weg zum Selber-Gestalten am eigenen Schicksal, welches durch die Krankheit herausgefordert wird, ist eine der zentralen Phasen im Verlaufe einer Kunsttherapie als Basis zur Heilung.

Die heilende Wirkung des aktiven Gestaltens wird ermöglicht dadurch, dass im künstlerischen Tun geistige Gesetzmässigkeiten wirksam werden, wie wir sie auch im Menschen selber und in seiner Krankheit finden.

Der Mensch ist ein geistig-seelisch-körperliches Wesen. Wenn wir seine Gestalt nicht nur analytisch zerlegen, sondern synthetisch betrachten, ist es naheliegend, dass z.B. Denkprozesse im sphärisch gerundeten Kopf anders angeschaut und therapiert werden müssen, als Willensprozesse in den strahlig tätigen Gliedern.

Kopf	Denken	Erkennen
Rhythmische Mitte	Fühlen	Empfinden
Gliedmassen	Wollen	Wirken

Eine weitere für Diagnostik und Therapie hilfreiche Betrachtungsweise ist die Wahrnehmung des Menschen als aufgebaut aus physischem Leib (Körper), Lebensleib (Wachstum, Regeneration, Aufbau), Seelenleib (Denken, Fühlen, Wirken) und geistigem Ich-Wesen (Kunst, Wissenschaft, Religion).

Physischer Leib	Physischer Leib	Stein
Lebensprozesse	Ätherleib	Pflanze
Seelenfunktionen	Astralleib	Tier
Ich-Wesen	Ich	Mensch

Bei dieser erweiterten Betrachtungsweise gilt natürlich, dass es sich nicht um eine Opposition gegen die mit den anerkannten wissenschaftlichen Methoden der Gegenwart arbeitende Medizin handelt. Diese wird ...in ihren Prinzipien voll anerkannt. ...allein wir fügen zu dem, was man mit den heute anerkannten wissenschaftlichen Methoden über den Menschen wissen kann, noch weitere Erkenntnisse hinzu. (Aus: Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst von Dr. Rudolf Steiner und Dr. Ita Wegman.)

Wenn eine menschengemässe Therapie dem Wesen der Krankheit angepasst sein will, muss sie auch das innere Wesen des Menschen berücksichtigen. Die Kunst fliesst als eine schöpferische Tätigkeit aus dem Innersten des Menschenwesens. Sie stützt sich, wie es Schiller in seinen «Briefen über die ästhetische Erziehung» dargelegt hat, auf die frei atmende Mitte, auf den Menschen im Menschen, der zwischen der Nötigung der Vernunft (Formtrieb) und dem Zwang der sinnlichen Natur (Stofftrieb) im freien Spiel seiner Kräfte beide Welten versöhnen und zur Harmonie führen kann, der die Weltengegensätze sozusagen «heilen» kann.

Rudolf Steiner stellt in den Zwanzigerjahren des 20. Jahrhunderts dar, wie geisteswissenschaftliche Anschauung und Erkenntnis tatsächlich die Therapie allmählich in eine rationale Wissenschaft beziehungsweise Kunst umwandeln kann – denn ganz Wissenschaft wird das ebensowenig werden, wie man, ohne Künstler zu sein, Bildhauer werden kann.

Basis für alle in der anthroposophischen Therapie tätigen KunsttherapeutInnen ist also notwendigerweise das Wissen um das Wesen und die Eigenart des Menschen (Menschenkunde) und um die Mechanismen der Krankheitsentstehung (Krankheitslehre), das Beherrschen ihrer Kunst (Ausbildung in der entsprechenden Kunst) und ihr «Künstler-Sein». Entsprechend wird auch die Ausbildung der anthroposophischen KunsttherapeutInnen gestaltet.

Wie schon in der Ausbildung angelegt, ist die Zusammenarbeit zwischen KunsttherapeutInnen und Ärzten von grosser Bedeutung. Im kunsttherapeutischen Prozess ergeben sich z.B. immer wieder Momente, wo man an ein Problem stösst, das wie eine Schranke den therapeutischen Weg versperrt. Hier ist Rücksprache mit dem behandelnden und zuweisenden Arzt geboten. Wie geht es jetzt weiter? Darf z.B. das Hindernis durchstossen werden und fängt der Arzt dann die losbrechenden Emotionen und Krisen auf? Oder ist die psychische Situation der Patientin, des Patienten noch zu labil, um daran zu «rütteln»? Solche Fragen müssen sorgfältig geprüft werden.

Umgekehrt ist es gerade in den anthroposophischen Kunsttherapien möglich, an Seelenschichten heranzukommen, die dem Arzt ein neues oder umfassenderes Bild seiner Patientin, seines Patienten aufzeigen; damit kann ihm ermöglicht werden, Medikamente anzupassen oder das Gespräch geschickt auf die verborgene Problematik zu lenken und so der Gesundung einen Schritt näher zu kommen.

Das Gespräch zwischen Arzt und KunsttherapeutIn ist also für beide Seiten sehr wichtig und sinnvoll. Dabei ist es nicht notwendig, dass beide in derselben Praxis (Therapeutikum oder Klinik) arbeiten.

Zunehmend streben Menschen nach Mündigkeit und wollen selbstverantwortlich handeln. Dieses erweiterte Bewusstsein zeigt sich im Patienten dadurch, dass er im Gesundungsprozess mittragen und mitgestalten will. Dies wirkt sich, wenn richtig begleitet und geführt, therapeutisch wie auch prophylaktisch günstig auf den Gesundheitszustand aus.

Die Wahl der therapeutischen Kunstrichtung ist abhängig vom Wesen der PatientInnen, ihren Fähigkeiten, ihrem Bewusstseinszustand, ihren Neigungen und ihrer Erkrankung, z.B. dem Bereich der Störung:

Physischer Leib	Plastik
Ätherleib	Malen
Astralleib	Musik
Ich	Sprache

Um vom leidvollen Zustand des «Gelebtwerdens» zum -begeisterten aktiven Leben zu kommen, wird eher Sprach- und Musiktherapie verordnet; dagegen werden funktionelle Störungen im Organbereich häufiger mit Malen und Plastizieren angegangen. Dabei ist zu berücksichtigen, dass seelischen Störungen häufig körperlich-organische Ursachen, und körperlichen Beschwerden oft seelische Ursachen zugrunde liegen.

Kunsttherapie wird in den letzten Jahren vermehrt auch in der konventionellen «main stream-Medizin» als Auflockerung, Ablenkung, Stimulation oder aber zur zwischenmenschlichen Vertrauensbildung eingesetzt (Begriffe aus der einschlägigen Literatur). Dies mag richtig sein, wenn einfach Kunst oder künstlerische Tätigkeit eingesetzt wird, um günstig, quasi «seelen-hygienisch» auf Menschen zu wirken. Kunsttherapie im Sinne der anthroposophisch erweiterten Medizin schliesst aber Selbstheilungskräfte auf, um Umwandlungs- und Entwicklungsprozesse in Gang zu setzen, die echt heilend wirksam werden können. Dies stellt aber, wie erwähnt, besondere Anforderungen an die Ausbildung von KunsttherapeutInnen.

Wenn auch Gespräche im Allgemeinen der behandelnde Arzt führt, ergeben sich doch im kunsttherapeutischen Prozess immer wieder notwendigerweise Gespräche, die das Ausmass einer delegierten einfachen Stütztherapie haben; analytisch tiefenpsychologisch orientierte Behandlungen jedoch gehören nicht zu den anthroposophischen Kunsttherapien.

Dr. med. K.H. Jaggi, 1998