

"Mensch werden ist eine Kunst" (Novalis)

Im Mittelpunkt des Interesses zur Wirksamkeit Künstlerischer Therapien steht zunehmend die Frage nach den stabilisierenden psychologischen Aspekten im Hinblick auf die Förderung der seelischen Gesundheit. Bezogen auf die Künstlerischen Therapien bieten diese vor allem einen Zugangsweg zu verschütteten Ressourcen. Durch Kunst bzw. durch die therapeutische Arbeit mittels Kunst lassen sich positive psychische Energien aktivieren, die einen heilsamen kathartischen Prozess bewirken. Bereits C.G. Jung stellte die Psychopathologie der Kunst schon sehr früh nicht in den Vordergrund der psychologischen Kunstbetrachtung. C. G. Jung warnt aus der Sicht der analytischen Psychologie vor voreiligen Interpretationen. *„Um dem Kunstwerk gerecht zu werden, muss die analytische Psychologie das medizinische Vorurteil gänzlich abstreifen, denn das Kunstwerk ist keine Krankheit und verlangt daher eine ganz andere Orientierung“* (Jung G.W. 15 Bd., 1995, S.82).

Gesundheit ist mehr als die Abwesenheit von Krankheit. Nach dem Salutogenese Modell von Antonovsky hängt Gesundheit ab von dem Kohärenzgefühl - einem Gefühl des Vertrauens in die Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Sinnhaftigkeit von Ereignissen, Beziehungen und Lebenssituationen (vgl. Jork u. Peseschkian 2006, S. 300). Die Fähigkeit, Intuitionen und Phantasie als Ressourcen zu nutzen und damit die nahe und ferne Zukunft optimistisch und sinngebend zu entwerfen (vgl. Franzen et al 2006, S. 111), sind besonders künstlerische Eigenschaften. Kunstbetrachtung bietet zudem einen Zugangsweg zu verschütteten Ressourcen. So beschreibt in neueren psychoanalytischen Konzepten Christopher Bollas (2005, S. 29), dass die Suche nach symbolischen Äquivalenten früher intensiver affektiver Erfahrungen sich im Erwachsenenalter u.a. durch Museumsbesuche fortsetzt. Kunstwerke bieten einen solchen subjektiven Erfahrungsraum, in dem sich seelische Wirksamkeiten entwickeln können und eine psychoästhetische Erfahrung (Salber, 1999, S. 39) möglich wird. Auch für den Selbstpsychologen Ernest Wolf (1996, S. 79) braucht ein Erwachsener eine selbststützende Erfahrung mit realen Objekten, wie Kunst, Literatur, Musik und Religion, Ideen, die dadurch, dass sie zur Verfügung stehen, Selbstobjekte für diesen bestimmten Erwachsenen sein können. *"Der subjektive Aspekt einer Beziehung zu einem unbewussten Objekt, das durch die Anwesenheit eines Symbols vermittelt wird, ist ausschlaggebend dafür, dass dieses als Selbstobjektfunktion dienen kann"* (Wolf, 1996, S. 79). Ein Kunstwerk bietet eine solche Selbstobjekt-Erfahrung an. Das Kunstwerk wird in diesem Sinne zu einem fördernden Selbstobjekt und tritt mit dem Selbst in Beziehung. Es unterstützt die Entfaltungs- und Entlastungsmöglichkeit des Selbst. Das künstlerische Symbol dient in diesem Sinne als repräsentatives Selbstobjekt (Kohut 1987) des eigenen Selbst-Erlebens. Aus gestaltpsychologischer Sicht beschreibt Rudolf Arnheim, dass die Organisation visueller Formen im Kunstwerk immer auch auf Grunderfahrungen der menschlichen Existenz verweist. Die wahre ästhetische Erfahrung beschränkt sich für Arnheim (1991, S. 106) nicht auf die passive Rezeption eines Kunstwerks, sondern in einem aktiven Wechselspiel zwischen dem Werk des Künstlers und der Reaktion des Betrachters. Damit sind Begrifflichkeiten wie das bewusste Erleben von Kunst gemeint, die der phänomenologischen Psychologie zugerechnet werden können. Die Kunstpsychologie befasst sich demnach auch mit dem ästhetischen Erleben unter wahrnehmungspsychologischen Aspekten und den Fragestellungen zu Bedingungen und Grundlagen der Kreativität. In neueren Ansätzen

von Mihaly Csikszentmihalyi (1997, S. 17) bekommt die Kreativität eine herausragende Bedeutung zugewiesen, wobei sie als Prozess beschrieben wird, durch den eine symbolische Domäne der Kultur verändert wird. Kreativität ist hier ein Prozess der Selbstaktualisierung, der auch kulturelles Wandlungspotenzial impliziert.

Der Künstler/die Künstlerin deutet in kulturverpflichtenden Werken z.B. Dürers Melencolia I (Franzen 2004) auf gesellschaftliche Wandlungstendenzen, wie z.B. der Individuation hin. Kunstpsychologie als Verfahren sollte demzufolge unterschiedliche Strömungen berücksichtigen, die nicht nur die regressiven Tendenzen erfasst, sondern auch progressive Aspekte vermittelt. Die Kunst war seit Anbeginn eine Brücke zur Verständigung und Kommunikation. Über einen visuellen Reiz kann ein Kunstwerk Gedanken und Einsichten vermitteln. Ein Bild kann Geschichten auf eine ganz einfache Weise erzählen, es kann Lebensentwürfe beschreiben und erklären. Eine Verbindung von Seele (Psyche) und Kunst besteht sicherlich seit der ersten künstlerischen Gestaltung durch den Menschen. Geschichten, Märchen, Mythen, künstlerische Produktionen, Dichtungen etc. sind - neben dem Wert, den sie, *l'art pour l'art*, für sich selbst haben - Medien und Werkzeuge einer *Volkspsychotherapie* und einer *Volkspädagogik*, mit denen sich Menschen bereits lange vor Entwicklung der Psychotherapie geholfen haben (vgl. Peseschkian, 1984, S.17).

Es gibt unzählige Beispiele in der Kunst, die uns vom Umgang mit Krisen erzählen, von der Leiderfahrung und aber auch von Momenten des Glücks, von Gefühlen der Geborgenheit und der Entfaltung. Künstler und Künstlerinnen haben dies in einer hohen künstlerischen Form verbalisiert bzw. visualisiert und gerade das unterscheidet sie von der Art des biographischen Berichts. Sie haben Mythen in ihre Werke miteinbezogen, um letztendlich sich selbst zu entlasten, aber vor allem, um der Welt etwas mitzuteilen. Gleichzeitig geht aber von der Kunst auch eine energetische Kraft aus, die für Walter Schurian dadurch gekennzeichnet, dass sie autopoetisch wirkt: „*Wie es Poiesis wörtlich ausdrückt, ist es die schöpferische Kraft, die der Kunst zufällt und von ihr ausgeht*“ (Schurian, 1993, S. 7).

Künstlerische Therapien bieten zudem die Möglichkeit Affekte bewusster zu erleben. Hierbei geschieht eine Übersetzung von der Wahrnehmung ins Gefühl. „Die Übersetzung von der Wahrnehmung ins Gefühl erfordert also im Falle des künstlerischen Stils die Umwandlung ‚wahrheitsgetreuer‘ Wahrnehmungen (Farbharmonien, Linienführungen usw.) in virtuellen Formen des Gefühls, zum Beispiel des Gefühls der Stille“ (Daniel Stern, 1995, S. 228). In neueren Ansätzen, die vor allem aus den aktuellen Ergebnissen der Hirnforschung begründet werden, geht Daniel Stern jedoch noch weiter, er würdigt hier vor allem die zeitgestützten Künste und künstlerischen-nonverbalen Therapieverfahren als wegweisend für die psychotherapeutische Behandlung, da sie über ein spezifisches Wissen in der Vermittlung von Vitalitätsformen (Stern 2011, S. 116), verfügen, d. h. die dynamischen Eigenschaften des Erlebens in den Mittelpunkt stellen.

Kunst kann sich besonders als Form einer symbolischen Erfahrung vermitteln, in der es zu einer Begegnung kommt. Symbolisch versteht sich hier als eine offene Bedeutung, in der es bei der Begegnung mit den Künsten um eine sinnliche Erfahrung geht. Diese Begegnung ist „energetisch und aus dieser Begegnung wird das Kunstwerk geboren“ (May 1987, S.80). Es geht um ein Sich-Einlassen, um ein Kunstwerk tatsächlich zu erfahren. Rollo May (1987, S. 8) beschreibt diesen Prozess als eine Begegnung zwischen bewusster und unbewusster Erfahrung. Diese Begegnung ist zugleich eine ästhetische-symbolische Erfahrung. In diesem Sinne wird in der Kunsttherapie dem symbolischen Bildinhalt eine eigenständige therapeutische Ressource zugewiesen, die aus sich heraus

Heilkräfte aktiviert und dann wie ein homöopathisches Mittel (Rech 1994,S. 110) Wirkkräfte entfalten kann, die einen heilenden Prozess einleiten oder auslösen können. Der Betrachter kann sich auf die Bilderwelten einlassen und einen energetisch besetzten Beziehungsraum erleben, der dann zugleich bewusste und unbewusste Prozesse auslösen oder in Gang setzen kann. Darüber hinaus ist es auch möglich, im Rahmen eines therapeutischen Prozesses künstlerische Betrachtungen und Erfahrungen zu integrieren, welche die Verbalisierung von emotionalen Erlebnisinhalten ermöglichen, der besonders auch bei vorliegenden psychischen Einschränkungen des Künstlers oder Kunstbetrachters die seelische Gesundheit zu fördern vermag.

Literatur:

- Arnheim R (1991). Anschauliches Denken. Köln: Dumont.
- Bollas C (2005). Der Schatten des Objekts. Das ungedachte Bekannte: Zur Psychoanalyse der frühen Entwicklung. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Csikszentmihalyi M (1997). Kreativität. Stuttgart: Klett Cotta.
- Franzen G (2003). Das salutogenetische Modell unter dem transkulturellen Gesichtspunkt: Konflikthalt und Konfliktdynamik, In: Klaus Jork/Nossrat Peseschkian (Hrsg.) Salutogenese und Positive Psychotherapie,104-108, Bern: Hans Huber.
- Franzen, G. (2003). Psychologie in der Psychiatrie (ambulant), In: A. Schorr (Hrsg.): Psychologie als Profession. S. 403-410. Bern: Hans Huber.
- Franzen G (2004). Symbolisches Verstehen – Beiträge zur angewandten Kunstpsychologie. Frankfurt/M.: Peter Lang.
- Franzen G (Hrsg.) (2009). Kunst und seelische Gesundheit. Berlin: Medizinisch Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft.
- Franzen G (2011). Kunsttherapie im Rahmen der Sozialpsychiatrie-Vereinbarungen. In: Hampe R, Stadler PB (Hrsg.) Multimodalität in den Künstlerischen Therapien. Berlin: Frank & Timme. S. 127–134.
- Jung C G (1995). Gesammelte Werke (Sonderausgabe) Düsseldorf : Walter.
- Jork K/Peschkian N (Hrsg.) 2003.bvSalutogenese und Positive Psychotherapie. Bern: Hans Huber.
- Kohut Heinz (1977). Introspektion; Empathie und Psychoanalyse. Aufsätze zur psychoanalytischen Theorie zur Pädagogik und Forschung und zur Psychologie der Kunst. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- May R (1987) Der Mut zur Kreativität. Paderborn: Junfermann.
- Peschkian N (1984). Der Kaufmann und der Papagei. Orientalische Geschichten als Medien in der Psychotherapie. Frankfurt am Main: Fischer.
- Rech P (1994) .Beiträge zur kunsttherapeutischen Theorienbildung. Köln: Richter.
- Salber Wilhelm (1999).Kunst-Psychologie-Behandlung. Köln: Walther König.
- Schurian W (1993). Kunstpsychologie heute. Kunst und Psychologie 2. Göttingen: Verlag für angewandte Psychologie.
- Stern, DN (1995). Die Lebenserfahrung des Säuglings. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Stern DN (2011).Ausdrucksformen der Vitalität. Die Erforschung dynamischen Erlebens in Psychotherapie, Entwicklungspsychologie und in den Künsten. Frankfurt/M.: Brandes & Apsel.
- Wolf E (u. a. 1989).Selbstpsychologie. Weiterentwicklungen nach Heinz Kohut. München 1989: Suhrkamp.

Autor:

Dr. Georg Franzen
Bahnhofsplatz 9
29221 Celle
www.kunstpsychologie.de

© Georg Franzen 2012