

Ein Bild sagt mehr als tausend Worte.

Kunst- und Gestaltungstherapie

Diese Alltagsweisheit gilt ganz besonders in der Kunst- und Gestaltungstherapie. Kreative Mittel als Ausdrucksmöglichkeit für psychisch Erkrankte kannte man zwar schon im 19. Jahrhundert, und auch in der Zwischenkriegszeit wurde bereits mit Bildern im therapeutischen Sinne gearbeitet, als Disziplin benannt wird die Kunsttherapie aber erst in den späten 1940er Jahren.

In Österreich spricht man von Kunsttherapie in einem engeren Sinne ab den 1990er Jahren. Seit damals ist es auch möglich, sich hierzulande ausbilden zu lassen.

Das Dritte Moment

Die Kunst- oder Gestaltungstherapie arbeitet mit Ausformungen, die mit Mitteln der bildenden Kunst entstehen. Neben Zeichnen oder Malen können das ferner etwa Installationen, Landart oder Skulpturen sein. Das entstandene Produkt ist dann wiederum besprech- oder veränderbar, sogar wegwerfbar. Durch dieses haptische Moment grenzt sich die Kunst- und Gestaltungstherapie auch von den mitunter bekannten Formen der Musik- und Tanztherapie ab. Man spricht von einem Dritten Moment, das die Beziehung Klient/in-Therapeut/in erweitert.

Geeignet für jeden

Auch Ernst Johannes Wittkowski ist Kunsttherapeut. Einer der Leiter der Wiener Schule für Kunsttherapie und auch 1. Vorsitzender des Österreichischen Fachverbandes für Kunst- und GestaltungstherapeutInnen. Dort bemüht man sich derzeit, dass die Kunsttherapie als Psychotherapie anerkannt wird.

Geeignet ist Kunsttherapie im Grunde für jeden. Unabhängig von Alter, Anliegen, für Erstklient/innen und Menschen, die schon andere Therapieformen ausprobiert haben. Anwendung findet sie in der Psychiatrie ebenso wie in der Onkologie, in Altersheimen, der Rehabilitation, im pädagogischen und sozialen Bereich. Es gibt sie als Gruppen- wie Einzeltherapie.

Malen, um zu leben

Wer sich für die Ausbildung zum Kunst- und Gestaltungstherapeut/in interessiert, muss folgende Voraussetzungen mitbringen: ein Mindestalter von 24 Jahren, soziale und künstlerische Kenntnisse, sowie eine abgeschlossene Berufsausbildung. Auch die Lust am Gestalten.

Zu guter Letzt noch die Frage: Kann man eigentlich sagen, wo die Therapie endet und die Kunst beginnt? "Ein Künstler lebt, um zu malen: In der Kunsttherapie malen die Menschen, um zu leben. Das Malen kann ein Teil ihres Lebens sein, aber kaum ihr Lebensinhalt" (Tomalin und Schauwecker, 1993).