

Begegnung der Sinne

Kirsten Harkensee

Ich begrüße Sie herzlich zu meinem heutigen Vortrag mit dem Thema »Begegnung der Sinne«. Mein Name ist Kirsten Harkensee, ich bin Kunsttherapeutin und arbeite seit fast sieben Jahren in der Sozialpsychiatrischen Psychosen-Ambulanz im UKE.

Bedanken möchte ich mich bei der Patriotischen Gesellschaft, insbesondere bei Herrn Hellfritz, für die Möglichkeit, meine Arbeit innerhalb dieser Seminare vorstellen zu dürfen.

Zum Einstieg erkläre ich Ihnen das Vortragsthema: Das breite Spektrum in meinem Arbeitsfeld umfasst natürlich immer die Sinne. Die Sinne werden in der Kunsttherapie durch das bildnerische und expressive Medium angesprochen. Heute werde ich mich auf die Begegnung konzentrieren.

Der Vortrag gliedert sich in folgende Abschnitte:

1. Psychose
2. Was heißt ambulanter Status
3. Warum Jahresgruppe
4. Weg zur Individuation
5. Was heißt Begegnung der Sinne
6. Methode
7. Meditation
8. Therapeutischer Prozess einer Patientin dargestellt mit deren Bildern
9. Zusammenfassung

Ich zeige Ihnen exemplarisch einen Ausschnitt von einer Jahres-Gruppe mit Psychose-Patienten im ambulanten Status. Die Bilder werden die Arbeit verdeutlichen.

Am Anfang erleben die Patienten oft Verdrängung und Abspaltung, psychische Lähmung und Resignation, Entleerung und Verzweiflung, Erstarrung und Fragmentierung – wer wollte darin schöpferisch sein?

Im Bereich der Psychosen weiß man, dass manche Symptome dem Patienten das psychische Überleben sichern und damit für ihn einen Sinn ergeben.

In der Bildnerie kann ein psychotischer Patient oft seine Sprache finden. Und wir versuchen, ihn über diese »Bild-Sprache« zu verstehen und ihn dort abzuholen, wo er ist.

Biografische Zusammenhänge der Entstehung und des Verlaufs ihrer Erkrankung können auf der Bildebene sichtbar gemacht werden. Auslöser und Wendepunkt einzelner Phasen werden beleuchtet, um so erneute Phasen auszumachen, erneuter Erkrankung vorzubeugen – ein sensibleres Bewusstsein entwickelt sich.

Psychose

Die Psychose umfasst meist alle Lebensbereiche, eine tiefe existenzielle Krise, eine umfassende Verunsicherung. Hier an dieser Stelle zitiere ich Galuska (1995): »Die Sicherheit über die alltäglichen Konstruktionen der Wirklichkeit, die durch unser Ich-Bewusstsein entsteht, ist partiell verloren gegangen. Es kommt zu einer Identifikation mit archetypischen Kräften und Inhalten, die jedoch nicht ausgehalten und ertragen werden. So ist der Patient einerseits den archetypischen Energien in gewisser Weise ausgeliefert, andererseits versucht er, diese zu organisieren und zu interpretieren. ... Man könnte sagen, der Patient hat den Boden und den Halt verloren und treibt nun wie ein steuerloses Schiff in einem gewaltigen Unwetter im Meer, das beschädigte Schiff, das lose Steuer oder die Blitze«. (Abb. 1 »Psychose«; alle Abbildungen S. 69)

Das Zusammenwirken ungeeigneter Aspekte des Ich-Bewusstseins mit archetypischen Kräften und Inhalten führt dann zu allen möglichen Formen verfremdeter innerer Wirklichkeiten.

Gaetano Benedetti und Maurizio Peciccia, zwei bekannte Psychiater, beschreiben, ausgehend vom analytischen Denken nach einem komplexen Theoriebildungsprozess, dass eine Spaltung, eine fundamentale Dissoziation das wesentliche Charakteristikum schizophrener Psychosen sei, wie es auch schon Bleuler und andere Psychiater formuliert haben.

Was heißt ambulanter Status?

Die Sozialpsychiatrische Psychosen-Ambulanz (SPA) und Krisentagesklinik bilden eine integrierte Behandlungseinheit für Menschen mit erstmaliger oder wiederholter Psychoseerfahrung und deren Angehörige in Eimsbüttel und Eppendorf. Wir bieten langfristige therapeutische Begleitung und akute Krisenhilfe an.

Unter den unterschiedlichen psychotherapeutischen Gruppen finden alltagsbezogen verbindliche und unverbindliche Gruppenangebote statt. Ich biete zwei unverbindliche offene Kreativgruppen und eine verbindliche Jahresgruppe an, auf die ich jetzt eingehe: Die Jahresgruppe findet einmal in der Woche für drei Stunden mit sechs Patienten statt.

Warum Jahresgruppe?

1. Beziehungsaufbau, Wachstum für das Vertrauen
2. Stabilität kann langsam spürbar werden für die Patienten
3. Begleitung in einer erneuten Krise. Beziehungs-Kontinuität
4. Kontinuität im schöpferischen Prozess
5. Die inneren Bilder, der Boden entwickelt sich für eine Arbeit, die individuellen Pflanzen bekommen Wurzeln

Meine therapeutische Arbeit hat einen analytischen Ansatz, den ich an zwei Punkten kurz darstelle:

1. Seele ist Bild, sagt C.G. Jung. Wenn wir »bilden«, Bilder schaffen, geben wir der Seele ein Gefäß. Die Seele macht sich durch die Bilder erkenntlich, wir lernen ihr Wirken durch das Schaffen von Bildern kennen.
2. Individuation, wobei der Schwerpunkt auf der Differenzierung und Entwicklung der individuellen Identität und Persönlichkeit, ihrer sozialen Kompetenzen, ihrer Arbeits-, Beziehungs- und Genussfähigkeit liegt. Im weiteren Prozess geht es dann um die Vertiefung der individuellen Identität durch die Auseinandersetzung mit dem kollektiven Unbewussten – die Selbst-Werdung.

Weg zur Individuation – der Weg zu unserer ureigenen Gestalt

Individuationsweg: es werden mit der Zeit tiefere Themen angesprochen oder gemalt, Begegnung mit unseren unbewussten Bildern. Es kommt darauf an, die Bilder aus dem Unbewussten dem Bewusstsein anschließen zu können.

Erläuterung zum Unbewussten: Das Unbewusste ist ein Bereich von Energien, die den Lebensprozess tragen und steuern.

Zugang zu dem Unbewussten ist möglich über:

- die Symbole
- das unbewusste Malen
- das »Unbewusste malt immer mit«
- Träume

Was heißt Begegnung der Sinne?

Begegnung mit Farben und Formen. Im kreativen Prozess erleben die Patienten sich mit ihren ganzen Sinnen. Über das Auge nehmen sie die Atmosphäre wahr. Ich biete in einer optischen Mitte eine Blume, umgeben mit farbigen Tüchern und Naturelementen an. Den Tastsinn erfahren sie über

- das Malen teilweise auf Kleisteruntergrund mit Gouache-Farben,
- die Arbeiten mit Ton oder
- durch andere Materialien.

Der Geruchssinn wird mit ätherischen Ölen/Aurasoma geweckt.

Durch den haptischen Kontakt – die Berührung – erfahren sich die Patienten gegenseitig, indem sie sich mit Massagebällen massieren. Über Musik und Klangwerkzeuge bringen sie ihren Körper in Bewegung, ein Tanz kann entstehen. Die Gruppenmitglieder nehmen Kontakt über ihre Augen auf. Partner begegnen sich.

Durch die Kontinuität meines therapeutischen Angebotes, was sich aus Imaginationsreisen, Meditation, Märchen, Masken, Reisen durch den Körper, Traumarbeit, Ausdrucksmalen zusammensetzt, können sich die Sinne wieder entwickeln. Die unbewussten Themen und Komplexe werden auf der Bildebene deutlich. Sie können über das Gespräch und über die weitere Arbeit am Bild oder Objekt vertieft werden.

Methode

Wir beginnen mit einer Eingangsrunde, um zu erfahren, was bringen die Patienten mit, was hat sie beschäftigt, Gefühle, innere Erlebnisse, Erinnerungen, Träume. Im schöpferischen Prozess kann etwas von innen nach außen gebracht und auf das Papier übertragen werden. Die Malenden erfahren sich »im Fluss«: Sie erleben Spaß und Freude an der schöpferischen Arbeit, am Experimentieren mit ihren Möglichkeiten und entwickeln neue Phantasien. Sie treten durch das schöpferische Tun in einen intensiven Prozess ein, sie begeben sich auf ihren individuellen Weg.

Durch den Kontakt mit Farben, die durch die Hände auf das mit Kleisteruntergrund gestrichene Papier aufgetragen werden, können Gefühle wahrgenommen werden, wie z.B. Sehnsucht nach Berührung und gestreichelt werden. »Beim Malen spürte Herr G., wie gut ihm dies tat.«

Das Malen hat eine Erweiterung durch die Musikinstrumente bekommen.

Durch das Erleben mit den Instrumenten werden die inneren Bilder und Gefühle der Patienten freigesetzt und können in Bilder umgesetzt werden. Das innere Erleben konnte in das Bild einfließen. Wie z.B. sich berühren und eine Antwort malen. Die tieferen Sinne werden belebt durch das Tanzen, Kontakt mit dem Partner oder körperlich mit einem Massageball oder mit einem Symbol, was im Bild entstanden ist, welches auf den Rücken des Partners gemalt wurde.

Oder Märchenarbeit.

Die Märchenarbeit, finde ich, ist eine wichtige therapeutische Methode. In einer Märchenarbeit werden Teilaspekte des psychischen Konflikts aufgezeigt. Wichtig ist, dass die Patienten es nicht mehr abspalten müssen. Die Erweiterung der Märchenarbeit bringt die Patienten ganz zu ihrem individuellen Lebensthema. Die Imagination bringt uns zu unseren inneren Bildern / Konflikten. Schon als Kind konnten wir uns Bilder visualisieren, da knüpft die Märchenarbeit an. Und besonders bei Psychose-Patienten ist diese Methode hilfreich, da sie oft nach ihrer akuten Psychose unter einer Depression leiden.

Erweitertes Verständnis der Gruppenarbeit: Begegnung mit Sich, Begegnung mit anderen Menschen.

Allgemein wozu: die einzelnen Sitzungen sind **prozessorientiert** aufgebaut, die unterschiedlichen Themen mit den verschiedenen Materialien ermöglichen, die innere Ordnung wieder herzustellen. Durch das Malen erfahren sie Entspannung.

Die Lebensgeschichten tauchen in der Bildebene auf und können so bearbeitet werden. Teilweise tauchen sie über das Symbol oder in einer Märchenarbeit auf. Über die Wahrnehmung der Sinne können mehr Gefühle erlebt werden – Ängste, Konflikte, Hemmungen, Blockaden, das Selbstwertgefühl kann in der Therapie seinen Ausdruck bekommen und verändert und gestärkt werden.

Um Sie einzustimmen auf die Fallbesprechung, leite ich Sie durch eine kurze Meditation, die ich mit den Patienten gemacht habe und woraus dieses Bild entstanden ist. Wenn sie möchten, können sie sich gern darauf einlassen. (Abb. 2 »Meditation«)

Meditation – Die Rückkehr in den Bauch

»Schließen Sie Ihre Augen, setzen Sie sich bequem hin, so dass ihre Arme und Beine entspannt sind. Gehen Sie langsam nach innen und beginnen Sie, ihren Atem zu entspannen. Beobachten Sie das Ein- und Ausatmen. Fühlen Sie das sanfte Heben und Senken des Bauches: er hebt sich beim Einatmen und senkt sich beim Ausatmen. Atmen Sie ein, atmen Sie aus. Langsam und vorsichtig. Der Bauch hebt und senkt sich. Alles ist sehr entspannt, sehr einfach. Erlauben Sie sich, ihre Aufmerksamkeit langsam und vorsichtig in Ihren Bauch kommen zu lassen. Fühlen Sie Ihren Bauch, fühlen Sie, wie er sich hebt und senkt. Fühlen Sie Ihren Atem, wie er kommt und geht. Fühlen Sie Ihren Bauch. Stellen Sie sich Ihren Bauch ganz weiträumig vor. Während Sie sich auf ihn konzentrieren und ihn fühlen, stellen Sie sich ihn vor wie eine große Schale, die viel Platz hat und sehr entspannt ist. Geben Sie allen Gefühlen, allen Gedanken, allen Empfindungen, die kommen, unendlich viel Raum. Akzeptieren Sie alles: es gibt keine Verurteilung, nur Akzeptieren. Stellen Sie sich Ihren Bauch wie eine große Schale vor, einen Platz, in dem Sie alle ihre Gefühle aufbewahren können, so groß, dass jedes Gefühl, das entsteht, darin Platz hat. Es ist ein Raum, in dem Sie ihre Gefühle aufbewahren und beobachten können. Egal, wie stark das Gefühl ist, Sie können es genau hier in Ihrem Bauch aufbewahren. Sie lassen es zu, ohne zu verurteilen.

Stellen Sie sich jetzt im Zentrum Ihres Bauches eine Flamme vor, die stark und konstant brennt. Stellen Sie sich vor, dass sie brennt und dass sie durch nichts ausgelöscht werden kann, weder durch Gefühls-



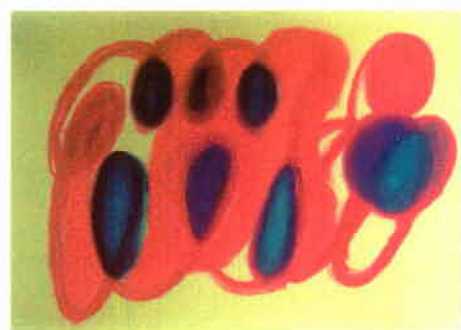
1



2



3



4



7



6



5



8



9



10



11

und Gedankenstürme noch durch das Chaos, das sie umgibt. Sie brennt weiter, sehr stark, sehr hell, egal, was um sie herum geschieht. Nichts kann die Flamme berühren. Empfinden Sie die Intensität, die Beständigkeit dieser Flamme. Unser Zentrum ist wie diese Flamme. Unser Beobachter ist wie dieses Kerzenlicht. Er beobachtet, er fühlt, er erlaubt alles und bleibt dabei ruhig und entspannt.

Er kennt keine Verurteilung. Er muss nicht reagieren, er muss nicht panisch werden.

Sie beobachten, fühlen und lassen alles zu, zentriert, entspannt, ruhig, integriert. In jedem von uns wartet dieser Raum darauf, entdeckt und enthüllt zu werden. Und jetzt nehmen Sie einen tiefen Atemzug und erlauben Sie, ganz langsam zurückzukommen. Kommen Sie langsam zurück und öffnen Sie ihre Augen.«

Therapeutischer Prozess einer Patientin – dargestellt mit ihren Bildern

Ich fahre nun fort mit der Fallbeschreibung, exemplarisch zeige ich Ihnen einige Bilder aus der Jahresgruppe von 40 Sitzungen. Es handelt sich um eine 34jährige verheiratete Werbekauffrau, die erstmalig im September 1999 zur stationären Aufnahme mit einem paranoiden-halluzinatorischen Syndrom kam. Nach der stationären Aufnahme kam Frau B. in die Ambulanz, um sich weiter zu stabilisieren. Für die Kunsttherapeutische Jahresgruppe entschied sich Frau B., um mehr über sich zu erfahren an Hand der Bilder, von sich mehr zu verstehen und stabiler zu werden.

Die Jahresgruppe hatte folgende Inhalte:

- Begegnung mit sich –
- Begegnung mit Farben und Formen –
- Begegnung mit anderen Menschen –
- Begegnung mit unseren Sinnen –
- Begegnung mit den unbewussten Bildern.

Die 1. Sitzung

Ich begrüße die Teilnehmer und sage kurz etwas zu dem Konzept und den Strukturen. Wo soll es für den einzelnen hingehen? Es geht um den Punkt »ins Tun zu gehen«, sich mit dem Material zu erfahren. Es geht darum, den Raum wahrzunehmen, die Musikinstrumente auszuprobieren, dies in sich zu erleben, mit einem Bild und einem Instrument sich der Gruppe vorzustellen, sich zusammenzufinden. Im Verlauf der Gruppe werden wir die Integration des Bildes mit den musikalischen und körperlichen Ausdrucksmöglichkeiten erfahren. Im zwischenmenschlichen Raum werden die Patienten gegenseitig einen Bildaustausch entwickeln. Die grafische, bildnerische Kommunikation entsteht.

In der Eingangsrunde frage ich, was sich die Patienten für die Jahresgruppe vorstellen und was ihre Ziele sind. Frau B, wie schon erwähnt, möchte sich ausdrücken in den Bildern, um mehr von sich zu verstehen und stabiler zu werden.

Die Zeit für das Malen beträgt ca. eine Stunde. Danach kommen wir wieder zusammen und besprechen die Bilder. Reflektion der Gruppe. Eingangsthema war:

»Was möchten Sie von sich der Gruppe zeigen?«

Frau B. zeigt sich mit ihrem Mann. Die Schwierigkeiten, die sie miteinander haben, drücken sich in der Haltung aus. Die Beine sind nicht auf dem Blatt. Die Beziehung hat nicht genügend Stabilität. Hintergrund: Meer, Sonne, Strand, Urlaub – das, was sie zur Zeit nicht haben. Rückmeldung von ihr war, sie hat sich getroffen im Bild. Es geht um sie. (Abb. 3 »Frau B. mit ihrem Mann«)

Die 2. Sitzung: Über die Musik in die Bewegung kommen, die Bewegung malen lassen

Vorher leite ich eine kurze Auflockerung für den Körper und eine kurze Meditation an. Den Raum wahrnehmen. Klangwerkzeuge ausprobieren und den anderen zeigen in der Gruppe. Sie haben danach 20 Minuten Zeit zu malen. Eine Bewegung aus dem Bild vergrößern; zum Tanz werden lassen und wieder zurückkommen aufs Bild. (Abb. 4 »Bewegungsbild Pink und Blau«)

Frau B. ist ganz berührt von der sinnlichen Erfahrung, die sie beim Malen und bei der Bewegung spürte. Die Schlaufen, die sie in pink malte, bedeuten »Liebe« und »Fraulichkeit«. Blau steht für den Partner. Sie dachte an ihren Mann, dass ihm diese sinnliche Erfahrung gut tun würde.

Die 6. Sitzung: Das Unbewusste malen lassen – Imaginationsreise zu einem Baum (Abb. 5 »Der Baum«)

Frau B.: Drei hochgewachsene Bäume stehen zusammen. Der Hintergrund erinnert an eine Toscanalandschaft. Warme Farben. Ein leer wirkendes Haus steht am rechten Rand. Die Perspektive ist schräg in sich. Nach Nachfragen, was sie genau mit den Bäumen verbinde, fällt ihr als erstes der Kinderwunsch mit

ihrem Mann ein. Selbst findet sie diese Assoziation nicht ganz stimmig. Wir kommen zu ihrer Herkunftsfamilie: Sie wuchs als Einzelkind sehr behütet auf. Auch heute noch ist der Kontakt mit den Eltern sehr eng. In der Psychose durchlebte sie das Kind in sich. Ansonsten steht sie ihre Frau im Beruf. Die Ablösung von den Eltern ist von ihr ausgesprochen worden. Ein großes Thema!

Die 9. Sitzung: Eine Märchenarbeit – Der Teufel mit den drei goldenen Haaren

Ich lese nur drei Viertel des Märchens vor und den Schluss mögen sie selber schreiben. Ein Bild darf gemalt werden, was sie nach dem Lesen am deutlichsten vor ihrem inneren Auge haben. (Abb. 6 »Märchenbild – Verträumt«)

Frau B. beendet das Märchen mit folgenden Text: »Die Prinzessin war so ungeduldig und des Wartens müde, dass sie sich selbst auf den Weg machte, um die drei goldenen Haare des Teufels zu besorgen. Endlich in der Höhle angekommen, traf sie auf den Teufel und stellte sich ihm entgegen und sagte: »Du bist zwar der Teufel, aber ich bin die Prinzessin. Ich bin den langen Weg allein hierher gekommen und fordere jetzt drei goldene Haare von dir.

Diese Haare benötige ich, um meinem Vater zu beweisen, dass ich sehr gut alleine zurechtkomme und er mir keinen Ehemann besorgen muss.«

Der Teufel war so erstaunt, über so viel Tollkühnheit, dass er sich sofort die drei goldenen Haare ausriss und sie der Prinzessin gab und ihr zusätzlich viel Glück wünschte mit den Worten: »Der Weg ist das Ziel«

Der Schlüssel in ihrem Text ist, dass die Prinzessin selber die Verantwortung übernimmt und sich dem Bösen (dem Teufel) stellt, um ihre Autonomie gegenüber ihrem Vater zu bekommen. Mit der negativen Seite sich auseinander zu setzen und abzugrenzen. Auf der Bildebene stellte Frau B. die Prinzessin und den Prinzen dar. (Die Prinzessin und der Prinz – auf der Übertragungsebene: sie und ihr Mann. Der Ausdruck des Bildes ist verträumt.

Die 14. Sitzung: Gruppenarbeit

In einer Gruppenarbeit wird die Zusammengehörigkeit der Gruppenmitglieder deutlich, wie in einer Familie. Nähe und Distanz – Symbiose – Separation (separates Selbst)

Jeder malt zehn Min. an einem Platz und wechselt dann zum nächsten Platz. Die Aufgabe hier besteht darin, den inneren Ausdruck zu Papier zu bringen. Bis jetzt waren 14 Sitzungen für individuelle Bilder. Zu diesem Zeitpunkt spreche ich die Gruppe an, um sie auf der Bildebene in Kontakt zu bringen. Wichtig ist in diesem Prozess, darauf zu achten, was sie dabei erleben und welche Gruppendynamik entsteht. (Abb. 7 »Gruppenbild«)

Das Gruppenbild lebt durch seine Farbigkeit. Symbole einer großen Blume, kleiner Blumen, einer Uhr, einer im Garten stehender Figur, eines Segelbootes und eines abstrakten Gesichtes.

In der Nachbesprechung wird deutlich, dass die eigenen Gruppenteilnehmer sich in ihrem eigenen Bild wahrnahmen, was die Gruppenteilnehmer aufgriffen und im Malprozess erweiterten. Es war eine harmonische Arbeit, wo jeder seinen Raum bekommen hatte. Grenzen wurden teilweise deutlich herausgestellt, teilweise auch ~~missachtet~~. Sie fanden sich als Gruppe.

Die 21. Sitzung: Sinneswahrnehmung

Sich mit Klangwerkzeugen spüren, in die Bewegung gehen, laufen, trampeln, die Stimme ertönen lassen, sich beim Spüren Zeit lassen, sich gegenseitig mit Massagebällen massieren, danach ins Malen gehen, ein Bild aus dem Inneren entstehen lassen, dann wird ein Pergament auf das Bild gelegt und ein Partner malt eine Antwort (Abb. 8 »Antwortbild«)

Frau B. gestaltet ein Blumenbild. Zwei Blumen sind zu Gesichtern geworden. Auf der Übertragungsebene könnte es ihren Mann und sie selbst darstellen.

Die lebendigen, (farbenfrohen) leuchtenden Farben sind getrübt. Ein zarter Versuch, die Harmonie in ihrer Ehe wiederherzustellen. Sie bekommt von Frau H. eine Antwort, die Farben werden kräftiger, die Gesichter sind deutlicher zu sehen, ein Glückskäfer erscheint. Als Schutz gibt es Regenschirme. Die beiden Blumen im Hintergrund haben männlich-weibliche Eigenschaften.

Die 22. Sitzung: Maskenarbeit

Ich greife die Bilder der letzten Sitzung und deren Antworten auf. Die Patienten sollen die Bilder auf sich wirken lassen und sich vorstellen, dass ein Gesicht aus diesen Bildern entsteht. Ich sage den Patienten:

»Schauen Sie es genau an! Lassen Sie sich Zeit dafür! Wie sieht es aus – alt, jung, tierisch, menschlich gezeichnet?« Wir beginnen mit einer Entspannung und schauen auf das Bild. (Abb. 9 »Maskenbild«)

Frau B.: Eine Maske entsteht, deren Mund und Nase am auffälligsten sind, besonders der breite, sinnliche Mund. Es geht um das Thema Sich-selbst-lieb-haben.

Die 35. Sitzung: Ein Ort für die innere Sicherheit des Gefühls (Abb. 10 »Bild mit unterschiedlichen Materialien, Baum«)

Frau B. bekam Zugang zu sich selbst durch die Gouache-Farben in Erdtönen und den Pastellfarben. Sie hat sich Zeit genommen, beide Materialien zu erfahren. Beim Tun ist ganz wichtig, sich nicht zu verlieren. Bei der Arbeit und in der Familie scheint sie sich eher *nicht* zu spüren. In ihrem Bild steht ein gut geerdeter Baum. Der kreative Prozess hat ihr spürbar gut getan.

Die 38. Sitzung: Die vorletzte Stunde

Fantasiereise: Sie treffen auf ein Tier, mit dem sie Kontakt aufnehmen. Das Tier berichtet ihnen, was das Wesentliche oder das Bedeutungsvolle in der Therapie für sie war.

Technik – ein Bild dazu gestalten und das Gesagte von dem Tier aufschreiben. Frau B. geht in den Wald, um ihren eigenen Weg zu suchen. Dichter Tannenwald, kräftig-brauner Weg, Sie selbst trägt ein energievoll-rotes Kleid, sie hält ein kleines Reh fest. Ihr fällt viel für ihre Zukunft ein. (Abb. 11 »Fantasiebild«)

Frau B.: »So. Nun bist du also im tiefen, tiefen Wald! Zeit, Resümee zu ziehen! Du hast viel geschafft in diesem Jahr! Du kannst wieder arbeiten. Du kannst wieder lesen und Theater spielen. Du kannst mit der Angst, allein zu sein, besser umgehen. Du bist wieder eine Frau – kein Kind mehr. Aber leider nimmst du immer noch Tabletten und bist immer noch zu dick! Und du musst dir Gedanken machen, was deine wirklichen Lebensziele sind, ohne es zu verklären und in Wunschlösser zu verfallen! Das Wesentliche ist, dass du mit deinem Leben zufrieden bist und was du dazu ändern musst! Was ist dir wichtig?«

Mit diesen Fragen hört der innere Dialog erst einmal auf. Das Jahr geht zu Ende. Frau B. hat viel über sich erfahren. Sie ist vom Kopf zum Gefühl gekommen und spürt eine innere Stabilität, die am Anfang des Jahres noch nicht spürbar war. Frau B. möchte in der nächsten Jahresgruppe ihren Prozess fortführen.

Zusammenfassung

Das Jahr hatte den Inhalt:

- Begegnung mit sich –
- Begegnung mit Farben und Formen –
- Begegnung mit anderen Menschen –
- Begegnung mit unseren Sinnen –
- Begegnung mit den unbewussten Bildern

Die aufgebauten Themen ermöglichten ein prozessorientiertes Arbeiten. Tieferes Erleben der unbewussten Bilder wurde möglich. Positive Ressourcen wurden herausgearbeitet, um die innere Stabilität / Ordnung wieder herzustellen.

Bei dem »Antworten Malen« dem Partner etwas geben und sich selber. Ein Umschlusseffekt passiert, damit ist gemeint, dass der Patient, der eine Antwort malt, eine positive Bewegung für den Partner und für sich selber gestaltet.

Mir wurde deutlich, durch den Widerstand der Patienten in den einzelnen Sitzungen, dass es für mich immer wieder wichtig ist, mich bewusst einzufühlen in ein psychotisches Erleben, um das Wachrufen des psychotischen Erlebens des Patienten durch behutsamere Dosierungen von Themen in meinem eigenen Bewusstsein zu steuern. Es geht für mich um das umfassend genügende Verstehenkönnen. Damit ich sie auf »Ihrem Weg« wirklich abholen kann und eine Vertrauensbasis entsteht.

Themen der einzelnen Sitzungen chronologisch:

1. Sitzung – sich mit einem Symbol der Gruppe vorstellen
2. Über die Musik in die Bewegung kommen, die Bewegung malen
3. Kritzelbildmethode
4. Meditationsbild
5. Resümee von den 5 Sitzungen, »noch ein Symbol kommt hinzu«
6. Imaginationsreise zum Baum
7. Individuelle Themen

8. Fantasiereise durch den Körper
9. Märchenarbeit »Der Teufel mit den drei goldenen Haaren«
10. Mit dem Märchen wird weiter gearbeitet
11. Wo bin ich jetzt – was sind die eigentlichen Themen?
12. Alltagssituation mit den Eltern aus der Kindheit
13. Für den Partner ein Bild malen, was er gebraucht hätte als Kind
14. Gruppenarbeit – jeder malt 10 Minuten und rückt ein Platz weiter
15. Sinnesübung – mit der Musik ins Malen gehen – mit einer liegenden Acht (Unendlichkeitssymbol) beginnen und innerlich schauen, was für Impulse aufsteigen
16. Fantasiereise zum archetypischen Vater oder Mutter
17. Über Musik mit einem Thema mit der linken Hand ins Malen gehen
18. Das letzte ½ Jahr Resümee – das eigene Thema, worum geht es bei jedem
19. Die Erweiterung von der letzten Sitzung – individuelle Themen
20. Fantasiereise – Rucksack gefüllt mit den eigenen Themen
21. Das progressive therapeutische Spiegelbild – eine Antwort – Sinneserfahrung
22. Die Bilder vom letzten Mal und deren Antwort auf sich wirken lassen und eine Maske modellieren
23. Weiterarbeit mit den Masken – wir gehen mit der Maske auf eine Visionsreise. Sie zeigt ihnen Plätze, Orte, wo sie erwünscht sind, wo Gefühle sein dürfen
24. Gemeinschaftsarbeit, um das Jahr gut abzuschließen. Es ist das letzte Mal vor Weihnachten
25. Die erste Sitzung im neuen Jahr / Sinnliche Berührung mit den Gouache-Farben
26. Über die Bewegung, das innere Bild hochsteigen lassen: Unbewusstes Malen
27. »Ein gemalter Schrei« oder »Ein lautes Bild«
28. Wenn Sie schreien oder laut sein dürfen, in welcher Situation möchten Sie sich so erleben?
29. Märchenarbeit – Aschenputtel / Aus der Identitätskrise zur Partnerreife
30. Gelingen heißt : Einseitigkeit aufheben
31. Erweiterung der Märchenarbeit – aus dem Bild von letzter Woche eine Geschichte
32. Schreiben und dazu ein Bild malen
33. Wenn Sie ein Baum wären, wie würde der im Leben stehen? Wo?
34. Eine Baumskulptur aus Ton, angelehnt an die letzte Stunde
35. Gruppenarbeit – zusammen ein Baum gestalten
36. Ein Ort für die innere Sicherheit des Gefühls – wo hat der Baum seinen Platz?
37. Innerer Ausdruck
38. Individuelle Themen
39. Fantasiereise
40. Letzte Gruppensitzung, ein Jahr ist vorübergegangen. Reflexion und »Was war am Anfang«? Mit welcher Thematik habe ich die Gruppe gestartet? Thema für heute: ein **gemeinsames Mandala malen**, von der Mitte ausgehend.