

Sigrid Winter

## Bewegte Kunst InBetween

Heilsame gestalterische - ArtDialoge  
In bewertungsfreien Entfaltungsräumen

IHP Manuskript 2308 G \* ISSN 0721 7870



Sigrid Winter

# **Bewegte Kunst** **InBetween**

Heilsame gestalterische - ArtDialoge

In bewertungsfreien Entfaltungsräumen



## Gliederung:

- A Einleitung
  - 1. Der heilpädagogische Entfaltungsraum
    - 1.1 Methoden und Konzepte aus der Heilpädagogik
    - 1.2 Kunst in der Begegnung - Kunst der Begegnung
    - 1.3 Gestalterische Dialoge
      - 1.3.1 Nährender Dialog
      - 1.3.2 Spiegelnder Dialog
      - 1.3.3 Dialog in der Haltung eines Gegenübers
      - 1.3.4 Der Dialog im Spiel (*heilpädagogische Spieltherapie n. C. Rogers*)
  - 2 Der Entfaltungsraum im therapeutischen Sandkasten
    - 2.1 Geschichte/Material/Methode
    - 2.2 Wirkung
    - 2.3 Der Dialog im Sand
    - 2.4 Sandbildprozesse
  - 3 Entfaltungsraum Kunst & Gestaltungstherapie /Art Counseling
    - 3.1 Methode des impulsgeführten abstrakten Malens – Ausdrucksmalen
    - 3.2 Bilder aus dem „Atelier Begegnung“
    - 3.3 Arbeiten mit Gefühlsketten und Erlaubnissen nach P.Levin
    - 3.4 Falldarstellung eines 9 jährigen Mädchens
- B Abschließende Gedanken
- C Literatur

## A Einleitung

Wer bin ich, was mache ich und wie verknüpfe ich alles, damit neue Entfaltungsräume entstehen können? Seit vielen Jahren bin ich als Heilpädagogin in unterschiedlichen Praxisfeldern tätig. Meine Aufgabe und Freude ist es Kinder und Jugendliche zusammen mit ihren Eltern in für sie schwierigen Lebenssituationen zu begleiten und neue Wege bzw. Entfaltungsräume gemeinsam zu erschließen.

Es ist für mich **Kunst**, in einen **heilsamen Dialog** zu meinen KlientenInnen zu treten. Mein Ziel ist es, in der Beziehungsgestaltung (*ArtDialog*) in meinem Gegenüber nicht gelebtes Leben oder unberücksichtigte Bedürfnisse wieder ins Bewusstsein zu führen. Dazu lernte ich unterschiedliche kreative Methode und /Konzepte aus der Humanistischen Psychologie kennen, die ich mit meiner Grundprofession, der Heilpädagogik, nun gut verknüpfen kann und im Folgenden beleuchten möchte.

# 1 Der heilpädagogische Entfaltungsraum

Ich habe mich ganz bewußt für die Fachdisziplin der Heilpädagogik entschieden, da diese immer auf ein interdisziplinäres Zusammenarbeiten mit anderen Fachdisziplinen wie z.B. der Medizin, Psychologie und Pädagogik ausgerichtet ist.

Sie verknüpft und integriert, führt zusammen und baut neue Brücken und hat immer auch das Ganzheitsprinzip im Blick! Dieses Menschenbild umfasst sowohl Defizite als auch Ressourcen. Heilpädagogik ist infolgedessen immer Entwicklungsbegleitung. Zum Selbstverständnis der Heilpädagogik gehört auch, dass jeder Mensch, unabhängig vom Grad seiner Beeinträchtigung, nicht nur ein uneingeschränktes Lebensrecht hat und eine Würde besitzt, sondern auch erziehungs- und entwicklungsfähig ist.

## 1.1. Methoden und Konzepte aus der Heilpädagogik

Konzepte der Heilpädagogik bewegen sich in einer Matrix von Gesellschaft, Individuum, HeilpädagogieIn sowie dem Wechselspiel von Methodik und Praxis.

Dazu kommt die Erkenntnis, dass sich die Vielfalt heilpädagogischen Handelns und heilpädagogischer Handlungsfelder auch in einer methodischen Vielfalt widerspiegelt.

„Klassisch“ heilpädagogische Methoden und Tätigkeitsfelder, einhergehend mit zentralen Konzepten, sind u. a.:

- Heilpädagogische Entwicklungsbegleitung für Kinder/Jugendliche und Erwachsene
- Heilpädagogische Spieltherapie nach C.Rogers und andere Verfahren der Kindertherapie
- Heilpädagogische Rhythmik, Psychomotorik und Wahrnehmungsförderung
- und weitere kreativ/gestalterische Verfahren wie die Kunst & Gestaltungstherapie etc.

Hinzu kommen aktuelle Methoden, welche an die Weiterentwicklung der Heilpädagogik als Disziplin und Profession im Kontext gesellschaftlicher oder rechtlicher Veränderungen anknüpfen wie z.B. das Methodenrepertoire der systemischen Beratung von Familien und anderen Bezugspersonen. Die Umsetzung der oben aufgelisteten Methoden in der Praxis bedeutet, ein tiefes Verstehen des zu begleitenden Menschen und seines Umfeldes, eine hohe Sensibilität in der Prozesssteuerung der Methodenvielfalt, eine herausragende Fähigkeit Kommunikation anzuregen und zu gestalten, sowie eine achtsame und feinfühlig Haltung zu zeigen.

Zusammenfassend könnte man sagen, dass durch die **gezielte Verknüpfung kraftvoller Methoden** neue Entfaltungsräume geschaffen werden können.

## 1.2 Kunst in der Begegnung - Kunst der Begegnung

Martin Buber: „Der Mensch wird am Du zum Ich“

Die Integration künstlerischer Ansätze in das **heil - pädagogisch – therapeutische** Handeln dient dem übergeordneten Ziel, gemeinsam mit beeinträchtigten und behinderten Menschen individuelle Wege gelingenden Lebens zu suchen, sowie Möglichkeiten der Persönlichkeitsentfaltung aufzuzeigen. Neue **Handlungskonzepte** können sich im **Dialog** entwickeln, in dem das Gegenüber umfassend im Blick steht und nicht nur auf die Förderung einzelner Fähigkeiten reduziert wird. Im Anbieten unterschiedlicher therapeutischer und haptischer Ansätze wie z.B. der Spieltherapie, dem Sandspiel, der Kunst & Gestaltung oder auch dem Handwerk etc., werden dem Kind bzw. Menschen mit Beeinträchtigungen und Behinderungen neue Wege eröffnet, um die eigenen Emotionen, Erfahrungen zum Ausdruck zu bringen, **ohne diese versprachlichen zu müssen**. Dadurch werden neue Bewältigungsstrategien entwickelt, kränkende und verletzende Erfahrungen können überwunden und in das eigene Lebenskonzept aufgenommen werden.

**Im DIALOG** – werden **kreative Zwischen-Räume** gestaltet!

Erfüllende Beziehung kann in der heil - pädagogisch - therapeutischen Begleitung **haptisch** aufgebaut und erlebt werden. Haptik bietet eine fundierte Möglichkeit im **dialogischen Prozess** und nützt diesen „**Raum Dazwischen**“ zur Entwicklung.

Sie kann sich im Prozess der Bewegungen und in Form von Impulsen äußern. Anhand dieser sichtbaren Eigenaktivität können wir in **einen ressourcenorientierten Dialog** treten und positive Entwicklungen fördern.

Um mit Menschen kreativ arbeiten zu können, ist für mich „Raum“ von großer Bedeutung. Dabei definiere ich Raum vielfältig im Sinne von Räumlichkeit, Atmosphäre, Zeit, Möglichkeit, Freiheit – Kunstraum, Raum zur Begegnung, Raum zum Sein und Werden - und vor allem der Dialog im „**Dazwischen**“.

### 1.3 Gestalterische Dialoge

Jedes Counseling ist Dialog: Dialog der Blicke, Dialog der Worte, Dialog der Körpersprache, Dialog der Medien, Dialog der Stimmen und der Stimmungen. Wesentlicher Inhalt jedes therapeutischen Prozesses ist nicht nur, dass Menschen etwas über sich erfahren und für sich entdecken, sondern dass sie in diesem **Prozess** auch üben, in lebendigen Kontakt mit anderen Menschen zu gehen. Viele Störungen und Probleme sind Probleme des Kontaktes und der Kommunikation. Da gibt es Unaussprechliches, für das keine Worte gefunden werden können. Es wiederholen sich immer wieder gleiche Kommunikationsmuster und somit finden die KlientenInnen keinen Ausweg aus diesen störenden Mustern.

Der **gestalterische Dialog** kann für die Kommunikation und die Kontaktfähigkeit den KlientenInnen neue Räume und Entwicklungswege eröffnen, sie neue Ausdrucks-, Wahrnehmungs- und Austauschmöglichkeiten erproben lassen und damit ihr Kommunikationspotential fördern. Darunter verstehe ich, dass unmittelbar mit Hilfe von gestalterischen Medien zwischen Counselor und KlientIn kommuniziert wird. Diese Dialoge sind ein wunderbares Übungs- und Erlebnisfeld. Hier wird deutlich, was zwischen zwei Menschen passiert, was möglich ist und was nicht, wo der Dialog offen ist und wo er stockt. Kommunikationsmuster und Themen werden erlebbar und sichtbar.

Das besondere für den Counselor im Dialog ist einerseits, dass die **eigene Art und Weise** der Kommunikation mit dem/der KlientIn und die besondere Art und Weise der Kommunikationsmuster dem/der KlientIn für beide sichtbar werden. Somit hat die/der KlientIn die Möglichkeiten, sich an ihrer Kommunikationsweise zu reiben und mit ihr auseinander zu setzen. Diese beidseitige und aufeinander bezogene Unmittelbarkeit birgt oft Hinweise auf Möglichkeit, Auswege aus Kommunikations- blockaden zu finden. Diese Form von Dialog sehe ich als eine kraftvolle und bereichernde Möglichkeit, neue Wege in der Entwicklung zu eröffnen und zu fördern.

Als Counselor sind wir immer auch Nährende, Spiegelnde und Gegenüber für unsere KlientenInnen. Dabei verkörpern wir manchmal alle drei Qualitäten gleichzeitig, so dass sich kein Aspekt in den Vordergrund stellt. Im Folgenden möchte ich diese wesentlichen Qualitäten, die ich in einem gestalterischen Prozess wiederkehrend einnehme, darstellen.

#### 1.3.1 Nährender Dialog

Jeder gestalterische Dialog ist sowohl Kontaktaufnahme als auch eine Kontaktentwicklung. Unter einem nährenden Dialog verstehe ich, dass ich als Counselor wenig Kontrapunkte oder Reibungsfläche anbiete, sondern eher unterstützend und begleitend präsent bin. Hier gebe ich dem/der KlientIn Raum und mache Angebote, die er/sie wie Nahrung aufgreifen oder ablehnen kann. Daraus kann sich dann ein Wechselspiel der gegenseitigen Begleitung, Unterstützung und Anregung entwickeln.

#### 1.3.2 Spiegelnder Dialog

Häufig wird im gestalterischen Dialog seitens des Counselors auch gespiegelt. Spiegeln heißt dabei: Ich greife zum Beispiel die Farben, die Formen, die Bilder, die Bewegung, die Gefühle, die Haltung, Gestaltungsthemen, die Atmosphäre usw. auf. Zu spiegeln ist mir in der Annäherungsphase besonders wichtig, um ein Gespür für den/die KlientIn zu bekommen. Somit kann eine Verbindung, eine Kontaktstelle und ein gemeinsamer „Beziehungsboden“ geschaffen werden.

### 1.3.3 Dialog in der Haltung des Gegenübers

Die Qualität als Gegenüber bietet dem/der KlientIn Reibungsfläche. Emotionen dürfen lebendig werden und Interaktionsmöglichkeiten, sich mit einem Gegenüber zu reiben, zu entfalten. Somit besteht die Entwicklungschance der Differenzierung bzw. den Ausloten von Grenzen, die dem/der KlientIn mehr Wahlmöglichkeiten verschaffen.

#### Fazit

Neben den oben erörterten Haltungen ist es für mich als Counselor von zentraler Bedeutung, meinen Blick nicht auf die Probleme gerichtet zu halten, sondern im Hier und Jetzt Lösungen bzw. Situationen zu finden, in denen das genannte Problem nicht auftritt. Beim Erarbeiten von Lösungsschritten ist es mir wichtig, das Augenmerk auf die Ressourcen des/der KlientIn zu halten.

### 1.4 Der Dialog im Spiel (*heilpädagogische Spieltherapie nach C. Rogers*)

Im Rahmen meiner langjährigen Tätigkeit in einer Praxis für Psychotherapie und Kinder- und Jugendpsychiatrie hatte ich die Möglichkeit, ein therapeutisches Spielzimmer mit zu gestalten. Dies ist ein Raum, bestückt mit den unterschiedlichsten Materialien und Nischen zum Gestalten von kreativen Dialogen, der die Möglichkeit schafft sich neu zu erleben und zu entfalten. In Anlehnung an den Methodenansatz der heilpädagogischen Spieltherapie nach C. Rogers eröffne ich diesen Raum.

Dieser Ansatz ist eine entlastende und heilende Methode, die dem/der KlientIn hilft, seine/ihre schwierige Lebenssituation bzw. ihre/seine individuelle Problematik im **Spiel** darzustellen, ihre/seine Überforderung sichtbar zu machen und eine für ihn/sie akzeptable Lösung zu finden. In der heilpädagogischen Spieltherapie werden Aspekte aus der geleiteten (*direktiven*) Spieltherapie und der freien (*non-direktiven*) Spieltherapie kombiniert, um die Vorgehensweise wählen zu können, die für den/die KlientIn in seiner/ihrer Situation die größten Vorteile bietet. Zusätzlich lasse ich Elemente aus meiner Weiterbildung des Kinderpsychodramas und der Verhaltenstherapie einfließen.

Es hat sich in meinem beruflichen Alltag gezeigt, dass auf Grund zunehmender Kontaktprobleme der KlientInnen vor allem **Nonverbale Zugänge** gefunden werden müssen. Da entdeckte ich das **Sandpiel** nach Dora Kalf. Dieser Ansatz fasziniert mich, so dass ich mich zur zertifizierten Sandspieltherapeutin habe ausbilden lassen. Dadurch erhalte ich die Möglichkeit, das Spielzimmer mit dem Sandkasten und den Symbolen aus aller Welt zu erweitern.

## 2 Der Entfaltungsraum im therapeutischen Sandkasten

### 2.1 Geschichte/Material/Methode

Entwickelt wurde die Sandspieltherapie von der Therapeutin Dora M. Kalff (1904-1990) durch die Verbindung der analytischen Psychologie C.G Jungs und dem anfänglichen diagnostischen, später therapeutischen „Weltspiel“ der Londoner Ärztin Margaret Lowenfeld. Diese Therapieform ist eine fundierte Methode zur Psychosozialen Diagnostik und ermöglicht nonverbale therapeutische Zugänge.

*„... die grundsätzliche Idee ist, freien Raum für den Klienten herzustellen, vollständig frei, aber auch geschützt. Innerhalb dessen Rahmens kann alles passieren, was zu dieser Person gehört ...“ (Dora M. Kalff)*

#### Material

1. Zwei Sandkisten (*eine ist mit trockenem, die andere mit nassem Sand gefüllt*)
2. Figuren aus allen Lebensbereichen (*Menschen, Tiere, Pflanzen, Häuser, Fahrzeuge...*)

#### Die Methode des Sandspiels

Durch das Spielen mit dem „Urmaterial“ Sand und Wasser, sowie Miniaturfiguren aus aller Welt, wird es Kindern und Erwachsenen möglich, sich mit vorsprachlichen Erinnerungen und dem eigenen Unbewussten zu beschäftigen und ihnen Gestalt zu geben. Es ist ein projektives, nondirektives Verfahren und unterscheidet sich von herkömmlicher Spieltherapie. Es beruht auf der Fähigkeit des Menschen zur **Symbolbildung** und den Selbstheilungskräften der Seele.

### 2.2 Wirkung

Die Urelemente Wasser und Sand sowie verschiedene Materialien und Figuren erlauben den Kindern und Erwachsenen, Bilder im Sand zu gestalten. Sie sind Momentaufnahmen dessen, was den „Gestalter“ gerade innerlich bewegt. So werden Empfindungen, Erfahrungen oder unbewusste Konflikte sichtbar, die auch Lösungsmöglichkeiten enthalten können. Das gemeinsame Nachdenken über die Inhalte des Sandbildes und die begleitende Geschichte, die zu dem Bild entsteht, helfen sich auf diese Weise verständlich zu machen. Dieser Prozess kann ein tiefes eigenes Verständnis eröffnen, denn das Sandbild erzählt oft eine verschlüsselte Geschichte, ähnlich wie in Träumen, so könnten die Figuren dabei die Worte sein.

### 2.3 Der Dialog im Sand

Das konkrete In-die-Hand-nehmen und Bearbeiten des Sandes bewirkt eine direkte **Kontaktaufnahme mit der inneren Welt**. So werden Inhalte im eigenen Wortsinn wahrnehmbar und begreifbar, was erst eine Auseinandersetzung mit ihnen ermöglicht. Das Spielen im Sand stellt einen eigenen Prozess dar.

#### Der/Die KlientIn steht im Dialog mit sich selbst

So verläuft die Arbeit mit sich selbst im Schweigen des In - sich - hinein - Hörens ab.

Sie kommt auf eine natürliche Art zu Ende, indem der KlientIn z.B. sagt:

„Jetzt bin ich fertig“ oder indem eine gewisse physische Distanz hergestellt wird.

### **Spaziergang im Bild (*Austausch*)**

Das gemeinsame Nachdenken über die Inhalte des Sandbildes und die begleitende Geschichte, die zu dem Bild entsteht, helfen, sich auf diese Weise verständlich zu machen. Dieser Prozess kann ein tiefes eigenes Verständnis eröffnen, denn das Sandbild erzählt oft eine verschlüsselte Geschichte.

Im Verlauf **mehrerer Sandspielsitzungen** können sich Blockaden auflösen und innere Entwicklungsprozesse vollziehen, die der Bewältigung vergangener und aktueller Konflikte dienen, und es kann zu positiven Veränderungen und Weiterentwicklungen kommen. Sichtbar werden kann dieses beim Betrachten einer Serie aufeinander folgender Sandbilder.

## **2.4 Sandbildprozesse**

**Arbeitsfeld:** Praxis für Psychotherapie und Kinder- und Jugendpsychiatrie

**Falldarstellung eines 12 jährigen Jungens** (*Fiktiver Name „Felix“*)

„Von der Schaffung eines freien Raumes unter unfreiwilligen Bedingungen“

### **Vorstellungsanlass**

Auf Grund des plötzlichen Todes der Mutter stellte der Vater seinen Sohn Felix mit 12 Jahren in der ambulanten Praxis vor. Der Vater berichtete von Kontaktproblemen, dass sein Sohn am liebsten in seinem Zimmer vor dem Computer sitzt und sich vor allem andern verschließt. Er spiele meistens alleine und ist in keine Vereine integriert. Er traue sich wenig zu, wirke traurig und grüblerisch. Er spreche auch nicht mit dem Vater über den Verlust seiner Mutter. Zudem habe er die Lust am Lernen verloren und schaffe somit vielleicht nicht den gewünschten Schritt in die Realschule.

### **Familienanamnese**

Die Eltern emigrierten mit ihrem Erstgeborenen Sohn und ihren Angehörigen nach Deutschland. Die Mutter litt unter Depressionen, so dass sie sich in ärztliche Behandlung begab. Kurz darauf wurde der zweite Sohn geboren. Während dieser Zeit verschlechterte sich der Zustand der Mutter, so dass sie sich suizidierte. Nach Aussagen des Vaters bekamen seine beiden Söhne nicht viel vom Krankheitszustand ihrer Mutter mit, da die Großmutter die Versorgung der Kinder in schwierigen Phasen übernahm. Der Vater ließ seine Söhne im Glauben, dass ihre Mutter an einer Krankheit verstarb.

### **Setting und Therapieverlauf**

Die Sandspieltherapie, wurde im Alter von 12,0 - 13,5 Jahren durchgeführt und umfasste 36 Stunden (*mit Diagnostik*), wovon Felix in 22 Stunden Bilder aufbaute. Die verbleibenden Stunden verliefen auf der Basis der heilpädagogischen Beziehungsgestaltung, in der vor allem das Kontakt- und Beziehungsverhalten gefördert wurde. Die Kontakte liefen anfangs im wöchentlichen Turnus und später im Abstand von 2-3 Wochen. Zusätzlich fanden begleitende Gespräche mit dem Vater statt.

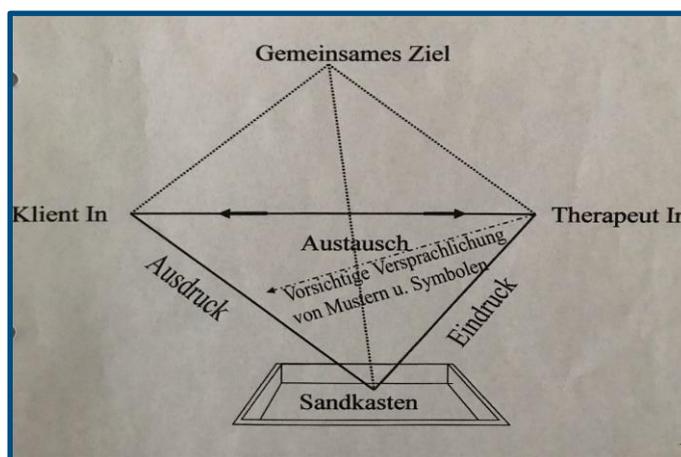
Die Übergeordneten Themen der Therapie bestrafen in erster Linie die Herstellung einer sicheren vertrauensvollen therapeutischen Beziehung, um eventuell eine Nachreifung in der Mutter-Kind-Dyade zu ermöglichen. Des Weiteren die Trauerarbeit, das fehlende Selbstwertgefühl, Entwicklung der eigenen Identität, Zugang zu eigenen Emotionen zu finden und der eigenen Individuation Raum zu geben.

In den Gesprächen mit dem Vater wurden parallel dazu Spannungen zwischen Vater und Sohn, die Frage der elterlichen Kontrolle und das Bedürfnis nach eigenen Freiräumen thematisiert. Diese Themen versuchte ich zunächst auf einer nonverbalen Ebene anzuregen, in dem Vater und Sohn gemeinsam Bilder im Sand gestalteten. Auf dieses Angebot konnten sich beide gut einlassen, so dass *eine vorsichtige Annäherung* von beiden Seiten möglich war und somit das Verständnis füreinander langsam wuchs.

Trotz des jugendlichen Alters war Felix von dem nonverbalen Ansatz der Sandspieltherapie sehr angetan und hielt die Stunden pünktlich ein. Er war erleichtert, in den Stunden zu reden, wenn er dies wünschte oder schweigend ein Sandbild aufzubauen. Der „freie und geschützte Raum“ der Therapie ermöglichte einen Kontakt mit eigenen, tiefen Emotionen in einer Art, wie es auf rein verbaler Ebene nicht möglich gewesen wäre. Dora Kalff war davon überzeugt, dass das Sandpiel im „sichereren Raum“ den/der KlientIn ermöglicht, ... „Kontakt mit ihrem Unbewussten aufzunehmen, präverbale Erfahrungen auszudrücken und blockierte Energien freizusetzen. Sie ging davon aus, dass das Ergebnis dieser Ausdrucksmöglichkeit die Aktivierung regenerativer und heilender Kräfte war (Dora Kalff: *Konzepte und Anwendung des Sandspiels*, S.17).

Im therapeutischen Sandspiel, als projektivem Verfahren, das „innerpsychische“ Vorgänge in die Außenwelt hinaus verlagern kann, laufen auch komplexe Übertragungsgeschehen ab. Bei einer rein verbalen Analyse finden zwischen KlientIn und Counselor Übertragungsgeschehen statt, welche als Übertragung und Gegenübertragung in der Fachwelt bekannt sind. Im Sandspiel gibt es aber noch mindestens ein drittes Element, nämlich den *Sandkasten als aufnehmendes Gefäß für Projektionen und Übertragungen*.

Während der klassischen Analyse versuchen zwei Menschen einen dritten Kommunikationsbereich die symbolische Dimension zu erarbeiten, während beim Sandspiel dieser symbolische Raum von Anfang an konkret und materiell (*durch Kasten und Sand*) vorhanden ist. Jörg Rasche spricht daher von einem doppelt projektiven Verfahren. (Rasche, Jörg: *a.a.O.*, S.10)



**Bild 1:** Schaubild: Die therapeutische Triade nach L. von Keyserlingk

Zu Beginn der Therapie nehme ich Felix in der Übertragung kaum wahr, so dass ich eine gewisse Emotionslosigkeit des Jungens vermute. Daraufhin beginne ich im Therapieverlauf u. a. auch seine Empathiefähigkeit zu überprüfen, in dem ich die emotionale Befindlichkeit einzelner Figuren in seinen dargestellten Szenen versuche heraus zu arbeiten. Der Junge kann auf Nachfrage die Gefühle stimmig benennen und wird für mich, vor allem in der Endphase, in der Übertragung wesentlich klarer wahrnehmbar. Die Blockade im psychischen System scheint durch den Sand in Bewegung geraten zu sein. Dies wird auch verdeutlicht auf der interaktiven Beziehungsebene. Felix wird präsenter im Kontakt, traut sich beispielsweise in den Widerspruch zu gehen, Grenzen auszuloten und seine Meinung zu verschiedenen Themen offen darzustellen, so dass sein anfänglich überaus angepasstes Verhalten zunehmend mehr in den Hintergrund rückt. Zudem verändert sich auch sein eher kindlich wirkendes Erscheinungsbild, so dass Felix jetzt jugendlicher, seinem Alter entsprechender erscheint.

Das Sandspiel verknüpft Körper, Psyche und Geist wieder zu einer Ganzheit. „Die Hände sind Mittler zwischen Geist und Materie, zwischen innerer Vorstellung und konkreter Schöpfung.“ (Ruth Ammann (1989): a.a.O., S. 14)

## **Bildbeschreibung - 4 Phasen im Sandspielprozess**

### **1. Annäherungsphase im Sand**



**Bild 2:** Initialbild in der 1. Stunde

### **Geschichte zu dem Bild**

*„Ein Außerirdischer landet in der Wüste bei den Archäologen. Er wundert sich über die übergroßen Tiere. Gleichzeitig überlegt er, ob dieser Ort ein neuer Lebensraum für ihn werden könnte. Er sieht die Baustelle auf der es einen Unfall gab. Das Auto steckt im Sand fest und der Rettungshubschrauber fliegt die Archäologen ins Krankenhaus. Die Kamera beobachtet alles und sendet Warnsignale an die Station der Forscher, falls die Dinos die unsichtbare Grenze überschreiten. Geschieht dies, dann sendet sie Laserstrahlen aus, die tödlich sind. Auch das kleine Feuer soll die Dinos hindern, näher an die Forschungsstelle zu kommen. Gerade befindet sich nur der feuerspeiende Drache in der Nähe der Kamera, er wagt es aber nicht die Grenze zu überschreiten. Seine Gefährten sind anderweitig beschäftigt. Einer sucht Wasser zwei andere streiten gerade um einen Käfer und der Flugsaurier legt Eier in den Sand.“*

Das Initialbild erzählt von drei unterschiedlichen Lebenswelten. Einmal die **gegenwärtige Welt** oder aktuelle Situation in der sich der Junge befindet. Er möchte erforschen, herausfinden, was die Ursache des Unfalls (*Tod seiner Mutter*) gewesen sein könnte.

Dazu muss „Altes“ ausgegraben und erforscht werden. Um dies ungestört tun zu können, benötigt er eine Kamera, die Hinweis auf eine überzogene Selbstüberwachung, Selbstkontrolle sowie ein hohes Schutzbedürfnis sein könnte. Dies ist nötig, um starke Gefühle aus der Vergangenheit zurückzuhalten bzw. abzuwehren. In der **Welt der Dinosaurier**, die auf die Vergangenheit hinweist, finden Kämpfe ohne Sieger statt.

Es handelt sich demnach um gleich starke Gegner, die sich ohne erkennbares Ziel gegenseitig zerstören.

Dort liegen vermutlich ungelöste Konflikte, bedrohliche Gefühle wie ein „unbearbeitetes Erbe“, das immer wieder versucht in den gegenwärtigen Alltag oder ins Bewusstsein seiner Gedankenwelt einzudringen. Altes muss erforscht werden, aber darf man es wirklich erforschen? Die „ungelösten Kämpfe“ könnten einerseits Felix's depressive Symptomatik aufzeigen als auch auf das Krankheitsbild der Mutter hinweisen. Ebenso verdeutlichen sie einen Schwebезustand, in dem sich der Junge gerade befindet und der auch in der Übertragung klar spürbar war. Des Weiteren weisen diese Kämpfe vermutlich auch auf die Frage nach seiner Heimat (*innere/äußere*) hin. Der Kontakt zur oder das Leben in einer **außerirdischen Welt** könnte auf das Rückzugsverhalten in eine „Traumwelt“ hinweisen.

In der Erzählung von Felix verlässt der Außerirdische, mit dem sich der Junge im Bild identifiziert, gerade das UFO, seine gewohnte, vertraute Welt/Umgebung und wird aufgefordert in Kontakt mit einem neuen Material (*Sand*) und einem Counselor zu treten. Noch ist er unsicher, ob dies ein geeigneter „Landeplatz“ für ihn werden könnte.

Oft geben Initialbilder bereits Hinweise auf die Grundproblematik des/der KlientenInnen und beinhalten daher für den Counselor wichtige Informationen.

## 2. Kampf- und Regressionsphase



**Bild 3:** Sandbild in der 6. Stunde - Kampf

## **Geschichte zum Bild**

*„Hier kämpfen die Afrikaner gegen die Amerikaner, keiner gewinnt. Die Afrikaner flüchten und lassen ihr Boot zurück. Im Busch herrscht der Gorilla, der die Löwen ärgert. Die lustigen Affen lassen sich nicht fangen. Der Stier ärgert ebenso die Löwen, weil sie Tiere auffressen. Der Gorilla möchte, dass der Krieg aufhört. Als Frieden einkehrt kommen die Forscher und untersuchen das Dinoskelett und die schönen Steine, die von einem Planeten in den Busch von Afrika gestürzt sind.“*

Erst als ich mit ihm im Bild verbal spazieren gehe und mich mit ihm über die mutigen lustigen Affen, die sich auf den Rücken von gefährlichen Tieren bewegen austausche, kann ich ihm ein Lachen entlocken, das die spürbare Anspannung etwas löst. Er identifiziert sich mit dem Gorilla, der im Busch herrscht und den Überblick hat. Ein Gorilla kann viele Mensch und Tier, in Angst und Schrecken versetzen. Er gilt als unberechenbar, was auf seine momentanen schwankenden Gefühlszustände (*Trauer/Wut/Aggression*) hindeuten könnte. Zudem könnte der Gorilla ein Hinweis sein, dass er sich mit seiner möglichen Sexualität, dem Eintritt in die Pubertät, auseinandersetzt. Bei seinem extrem gehemmten, ängstlichen, nach außen überangepassten Verhalten (*Persona*), könnte man die lustigen kleinen Affen auf den Rücken von den Löwen als Ausdruck des „Schattens“ im Sinne von „sich lustig machen“ deuten, z.B. Autoritätspersonen wie Eltern, Lehrer. Ein Wunsch, jemanden zum „Affen zu machen“, d.h. ihn lächerlich zu machen oder abzuwerten, könnte damit ausgedrückt sein.

Nach C.G. Jung handelt es sich bei dem Schatten um den „Ausdruck der eigenen Unvollkommenheit und Irdischheit, das Negative, das mit den absoluten Werten nicht übereinstimmt. Der Schatten kann nicht besiegt werden, sondern beides, das Gute und das Böse, gehört zur wahren Persönlichkeit. Vor diesem Hintergrund gehört das Annehmen des Schattens zum Teil des Entwicklungsprozesses, in dem Felix seine Persönlichkeitsstruktur erweitert und, „... die Systeme des Bewussten und Unbewussten in sich vereinigt“ (*Neumann, 1990b, S.95*).

Die Soldaten im vorderen Bereich sind Symbole für moderne allerdings in die Gruppe eingebundene Helden. Sie tragen Waffen, kämpfen bis zum Tod und müssen sich einem allgemeinen Ziel unterordnen, das nicht in Frage gestellt werden darf. Der individuelle Held, als Zeichen eines starken „Ichs“ ist nicht sichtbar, sondern der in der Gruppe, das Heer. Der Held als Ausdruck des Ichs ist noch nicht differenziert, sondern geht im Kollektiv unter. Dies lässt auch auf eine geringe „Ich-Stärke“ bzw. geringen Selbstwert, wie eine depressive Symptomatik schließen.

Diese dargestellten Kampfszenen könnten zudem auch auf die ungeklärte Familiendynamik hinweisen, in der noch einiges erforscht werden muss, vor allem der plötzliche Tod der Mutter, der im Symbol des Dinosaurierskeletts abermals auftaucht. Mit diesem Bild stellt sich der Junge möglicherweise die Frage: „Was ist wirklich passiert? Wer übernimmt die Führung in der Familie? Wo ist mein Platz? Wie kann Frieden einkehren?“

In den folgenden Wochen laufen parallel Gespräche mit dem Vater, in denen überwiegend die Familiendynamik wie Autoritätskonflikte von mir thematisiert werden. Ebenso versuche ich vorsichtig das „Schweigen“ über den Tod der Mutter anzusprechen, doch signalisiert der Vater deutlich, dass er selbst noch nicht wirklich bereit ist, darüber zu sprechen. Beide, Vater und Sohn, befinden sich demnach noch in der ersten Phase des Trauerprozesses vom Nicht-Wahrhaben-Wollen. In den anschließenden Stunden sucht sich der Junge vermehrt die therapeutische Beziehung, in denen er in Form von Spielen Grenzen auslotet.

### 3. Phase - Aufbruch - Anpassung an das Kollektiv



**Bild 4:** Sandbild in der 19. Stunde - Das Bauprojekt

Etwas Neues wird geboren, das sich schützen kann. Ein neues Haus, wird gebaut, eine neue Identität wird entwickelt. Ruth Ammon beschreibt in ihrem Buch „Traumbild Haus“ sehr anschaulich, dass wir vor allem freie und leere Räume brauchen, damit Neues entstehen kann. Der Sandkasten, ein freier und zugleich begrenzter Raum, bietet Felix ein gutes Übungsfeld, um sein bestehendes Selbstbild („*Ich bin der Welt schutzlos ausgeliefert*“) in ein neues („*Ich kann mich schützen*“) zu verwandeln. Im Abschlussbild Nr. 21 wird die Bereitschaft zur „Reise in die Welt“ angekündigt. Zudem sehen wir im Abschlussbild (*Bild 5*), wie die verschiedenen Saurier (*Wesensanteile*) friedlich zusammenleben. Ein Saurier ist an einer Krankheit gestorben. Auch das verstorbene Tier hat seinen Platz und wird nicht vergraben, sondern bleibt in sichtbarer Verbindung mit den anderen Tieren. Es lebt somit symbolisch weiter. Zudem erhält das Weibliche wieder seinen Platz, welcher bisher nicht sichtbar gewesen ist. Dieser darf jetzt wieder sein, z.B. auch im Zitat des Jungens, „*das Muttertier...*“, eine Gefühlsregung wird spürbar. Das Mütterliche (*weibliche*) darf sprachlich erwähnt werden. In dieser Phase beginnen Vater und Sohn über den Verlust der Mutter zu sprechen.

#### 4. Abschiedsphase



**Bild 5:** Das friedliche Zusammenleben der Saurier



**Bild 6:** Aufbruch - die Reise in die Welt

Felix hat die beiden Bilder (*Bild 5 und 6*) in seiner letzten Stunde erstellt. Er hat diese separat gesehen, also nicht eine Geschichte erzählt. Es kommt vor, dass sehr ehrgeizige KlientInnen oftmals zwei Kästen gestalten. In einem solchen Fall werden zwei Seiten ihrer psychischen Struktur abgebildet, welche der/die KlientIn (*noch*) zu verbinden sucht (vgl. *E. Pattis*).

In diesen erstaunlichen **Sandspielprozessen** lassen sich auch die Trauerphasen, die vom Nicht-Wahrhaben-Wollen über die aufbrechenden Emotionen, in das Wiederfinden des Verloreneren in verwandelter Form münden, nachvollziehen. Es sind nicht nur die Schlussbilder, die zählen, es ist vielmehr der **ganze Gestaltungsprozess**.

Die Arbeit mit dem Sandbild eröffnet mir viele Möglichkeiten. Ich benutze es auch sehr gerne im Counseling, wenn z.B. bereits ein Thema/Anlass da ist, aus dem sich der Vorschlag ergibt, mit Sand zu gestalten, manchmal fangen wir einfach an und aus dem erstelltem Sandbild ergibt sich das Thema des/der KlientIn.

### 3 Entfaltungsraum Kunst & Gestaltungstherapie/Art Counseling

#### 3.1 Methode des impulsgeführten abstrakten Malens - Ausdrucksmalen

Während meiner Weiterbildung zum Art Counselor entdeckte ich weitere bereichernde Ansätze/Methoden, wie das **Intuitive Malen** und das **Malsspiel** nach Arno Stern. Diese Ansätze verdeutlichen mir wieder, wie wichtig zunächst der **Dialog mit sich selbst** ist, um in einen Dialog zum Anderen, gut treten zu können.

In der Praxis werde ich dann auf einen ungenutzten kleinen Raum, der sich in Angrenzung zum Spielzimmer befindet, aufmerksam. Diesen darf ich als Atelier umgestalten. Ich nenne diesen Raum „Atelier Begegnung“. Es wird ein geschützter, bewertungsfreier Raum, in dem man lt. Arno Stern seine „**eigene Spur**“ auf dem Papier erkunden kann. Einfach malen ohne sich erklären müssen, ohne über das entstandene Bild sprechen zu müssen, ohne etwas vorführen zu müssen und mit allem, was man ausdrücken möchte, willkommen zu sein.

Das entstandene Bild wird weder bewertet noch kommentiert. Das Spiel mit Farben, Formen steht im Vordergrund. Ich darf erleben, wie KlientenInnen lernen, sich auf das eigene Empfinden zu verlassen und nicht auf das was von außen kommt. Dadurch wird das Selbstvertrauen gestärkt und es gibt ein Gefühl von Sicherheit

### 3.2 Bilder aus dem „Atelier Begegnung“



Bild 7



Bild 8

### 3.3 Arbeiten mit Gefühlsketten und Erlaubnissen nach P. Levin

In meiner Basisausbildung der Kunst & Gestaltungstherapie im Rahmen der Zukunftswerkstatt lerne ich die Arbeit mit dem Gefühlsstern (*Udo Baer*) kennen und verknüpfe diesen mit der Entwicklungslehre nach Pamela Levin.

### 3.4 Falldarstellung eines 9 jährigen Mädchens

Ein Vater stellte seine 9jährige Tochter wegen Mobbing Erfahrungen und einer schwierigen Trennungssituation der Eltern in der Praxis vor. In der Schule zeigte das Mädchen sich überangepasst und erzielte meist überdurchschnittliche Leistungen, trotz extremer Prüfungsängste.

Aufgrund der Überanpassung des Mädchens im Kontakt zu mir und ihrer Umwelt wähle ich die Arbeit mit dem Gefühlsstern, damit sie selbst mehr Zugang zu ihrer Gefühlswelt bekommt und lernt, diese unterschiedlichen Gefühle altersentsprechend zu leben.

Die Arbeit mit dem Gefühlsstern, insbesondere das Probieren und Finden der Farbzuordnungen, ist in der Regel sehr intensiv. Es entsteht meist eine dichte Atmosphäre: Gefühle kommen und gehen. Zunächst lasse ich sie einen Kreis auf ein Blatt Papier zeichnen und teile diesen in 8 Felder. Anschließend leite ich das Mädchen an, mit einem Gefühl, das ihr sehr vertraut ist, der „Freude“, zu beginnen. Sie darf dazu eine für sie stimmige Farbmischung mit Muster etc. wählen und das entsprechende Feld gestalten. Im Anschluss daran biete ich ihr an, dieses Gefühl im Körper zu spüren, zu lokalisieren und ihm einen Körperausdruck zu verleihen. Den Körperausdruck gestalten wir dann auch als Tonfigur. Dieses Vorgehen beansprucht Zeit, so dass wir meist ein Setting von 45 Minuten dafür benötigen. In den darauffolgenden Einheiten werden Nachbargefühle gefunden oder das Gefühl, das für sie gerade wichtig ist, bis der Gefühlsstern für das Mädchen fertig ist. Diese intensive Arbeit mit dem Gefühlsstern lässt dem Mädchen ihre Gefühlswelt erlebbar und sichtbar werden.

## Arbeiten mit dem Gefühlsstern



**Bild 9:** Gefühlsstern



**Bild 10:** Mein sicherer Ort



**Bild 11:** Welches Gefühl sitzt auf dem Thron?

Als das Mädchen ihre Gefühlswelt gestalterisch fertig gestellt hat, äußert sie selbst das Bedürfnis, für ihre Gefühle nun einen abgeschlossenen „Sicheren Raum/Ort“ zu gestalten. Sie stattet diesen „sicheren Ort“ mit viel Liebe zum Detail aus. Die Gefühle bekommen eine sanfte Ruhestätte; es gibt einen Tisch mit Spielen usw.!

### **Welches Gefühl sitzt auf dem Thron? (Bild 11)**

In den folgenden Stunden stellt das Mädchen mit Hilfe ihrer gestalteten Gefühlswelt ihre momentanen Beziehungs- und Kontaktprobleme dar. Anschließend probieren wir gemeinsam verschiedene Lösungsschritte aus und formulierten Erlaubnisse, die sie sich in ein Tagebuch aufschreibt und in der Stunde immer wieder laut ausspricht. Jeder neue Schritt wird überprüft und im Körper nachgespürt, sowie im Rollenspiel ausprobiert. Zweifel, als ungut erlebte Emotionen, Umentscheidungen und Rückschritte werden als wichtiger Teil des Veränderungsprozesses gesehen. Diese kleinen Schritte der Neustrukturierung helfen dem Mädchen, mehr Selbstsicherheit und Selbstvertrauen zu entwickeln und sich in Kontakten selbst besser zu spüren und abzugrenzen.

Ausgehend vom Recycling, der Möglichkeit, an jeder Stelle des Lebens die vorausgegangenen Cycles aufgreifen zu können, stärkt das kreative Tun die Kraft des Seins, fördert damit die Kraft der Geschicklichkeit und führt zur Stärkung der Kraft der Identität.

### **Recycling - Lernen sich Herausforderungen zu stellen (Erlaubnisse n. P. Levin)**

Du darfst erwachsen sein und alle unterstützenden Erlaubnisse nutzen, immer wieder.

Die folgenden Erlaubnisse/Botschaften habe ich verstärkt in diesem Setting einfließen lassen:

#### **Kraft des Seins (Sicherung der Existenz)**

- Es ist gut, dass es Dich gibt. Du hast ein Recht hier zu sein.
- Du darfst Bedürfnisse haben und zulassen. Du darfst dir Zeit lassen.
- Du bist richtig wie du bist.

### **Kraft des Tuns**

- Du darfst ausprobieren und experimentieren. Du darfst neugierig und intuitiv sein.
- Du darfst erforschen und deine Sinne nähren. Du darfst die Initiative ergreifen.
- Du darfst dir Unterstützung holen. Du darfst Handeln und Initiative ergreifen.

### **Kraft des Denkens** (*sich emotional und rational positionieren*)

- Du darfst dich ärgern. Du darfst eigene Gefühle haben.
- Du darfst gleichzeitig denken und fühlen.
- Du darfst Grenzen ausprobieren und Nein sagen.
- Du brauchst nicht für die anderen Menschen zu denken.

### **Kraft der Identität** (*Aufbau der Individualität*)

- Du darfst deine eigenen Gefühle haben.
- Du darfst wissen wer du bist.
- Du darfst stark sein und gleichzeitig Bedürfnisse haben.

### **Kraft der Geschicklichkeit**

- Du darfst es auf deine Art und Weise tun.
- Vertraue deinem Gefühl und lass es dein Handeln leiten.
- Du kannst Dinge bekommen, die du brauchst ohne dafür leiden zu müssen.

## **B Abschließende Gedanken**

Die Entwicklung eines **heilsamen DIALOGS** mit gestalterischen Elementen, Farbe oder dreidimensionalen Bildern im Sand können Verbindungen auf mehreren Ebenen schaffen. Das Innere kommt auf unterschiedliche Weise ins Schwingen und immer klingen andere Bereiche des Seelenlebens an. Durch das Vernetzen von verschiedenen kreativen Ansätzen, z.B. auch Klangbilder, die in Bewegung und Tanz umgesetzt werden, lassen sich noch viele andere Übungen und Gedanken ergänzen, erweitern und neu verbinden. Dadurch finden auch Personen, die sich bei der Arbeit mit Farbe zurückhaltend zeigen, einen Zugang zu ihrer innewohnenden Kreativität. Dies begleitet sie auf dem Weg und ermutigt sie Neues zu wagen.

Für mich ist der **gestalterische Prozess** ein wundervolles und wertvolles Medium, um KlientenInnen darin zu unterstützen, ihre eigenen Kreativitätsräume zu öffnen und die Lust am Tun zu entdecken. So habe ich mich auch mit der Wirkung von Musik und Klängen bei mehrfach behinderten Kindern und Jugendlichen befasst, und zum Ende der betreffenden Gruppe, durfte jedes Kind seine Werke einzeln in der Gruppe mit Klang und Bewegung präsentieren.

Ziel des Counselings überhaupt ist, den KlientenInnen einen sicheren, geschützten Raum für ihre Selbsterfahrung zu bieten und sie im lösungs- und ressourcenorientierten Kontakt zu sich und ihrer Umwelt zu unterstützen. Der gestalterische Prozess „**InBetween**“ ist für mich auch immer einzigartig, achtet Kompetenzen der KlientenInnen, ist prozessual und interaktiv. Dadurch können sich neue Austausch und Wahrnehmungsmöglichkeiten eröffnen, alte Muster hinterfragt werden und andere Perspektiven gefunden werden. Das ist für mich **Bewegte Kunst**, die in Bewegung setzt und neue **Kunterbunte-Räume** für Kommunikation und Kontakt bereitstellt. Zudem erleichtert eine **Methodenvielfalt** die Kontaktaufnahme zu den KlientenInnen, denen diese Form der Prozessarbeit zunächst fremd ist. Somit können sie durch das vielfältige Materialangebot sinnliche Erfahrungen machen, die neue Wirkräume eröffnen und vielfältige Facetten des eignen Erlebens aufspüren. Gleichzeitig eröffnet sich experimentierfreudigen KlientenInnen dadurch eine unendliche „**Spielwiese mit kunterbunten Freiräumen**“, auf der sie ihren ganz **persönlichen DIALOG** mit sich und anderen tanzen lassen können.

Diese wertvollen Momente möchte ich mit meiner Arbeitsweise unterstützen und Menschen auf ihren unterschiedlichen Lebenswegen mit Vertrauen und Wertschätzung begleiten.

## **C Literatur**

Dora M. Kalff (2000): Sandspiel (4.Auflage) Seine Wirkung auf die Psyche, München Basel, Reinhardt Verlag.

Ruth Ammon (1987): Traumbild Haus, von den Lebensräumen der Seele, Olten und Freiburg im Breisgau, Walter-Verlag.

Erich Neumann (1999): Das Kind - Struktur und Dynamik der werdenden Persönlichkeit, Fischer Taschenbuch.

Eva Pattis Zoja (2012): Expressive Sandarbeit: Eine Methode psychologischer Interventionen in Katastrophengebieten und extremen sozialen Notlagen, Psychosozial-Verlag.

Paro Christine Bolam (2014): Love To Create. Befreie den Künstler in dir!, Freiburg, Aurum Verlag.

Arno Stern (2012): Das Malspiel und die natürliche Spur. Malort, Malspiel und die Formulation., Drachen Verlag.

Udo Baer (2016): Gefühlssterne, Angstfresser, Verwandlungsbilder: Kunst- und Gestaltungstherapeutische Methoden und Modelle (2. Auflage), Berlin, Semnos Verlag.

Dr. Klaus Lumma, Brigitte Michels, Dagmar Lumma (2009): Quellen der Gestaltungskraft, Hamburg, Windmühle Verlag.

Dr. Frauke Schwaiblmair (2022): Musiktherapie als Psychotherapie für Menschen mit Intelligenzminderung oder fehlender Sprache, 30. Musiktherapie-Tagung am Freien Musikzentrum München e.V., Verlag Zeitpunkt Musik.

## Zusammenfassung

In der vorliegenden Arbeit werden einzelne kreative Methoden in ihrer Kurzform skizziert, in einem kunsttherapeutischen Prozessbeispiel zur Darstellung gebracht und dabei für die KlientenInnen stärkende Wirkfaktoren entdeckt. Insbesondere wird die Einzigartigkeit und Vielfältigkeit eines **ArtDialogs** im gestalterischen Prozess hervorgehoben, die neue Kommunikation- und Kontaktmöglichkeiten in einem freien, geschützten Entfaltungsraum aufzeigen.

## Biografische Notiz

Name: Sigrid Winter

Wohnort: Nürnberg

Berufsbezeichnung: Zertifizierte Sandspieltherapeutin,  
staatl. anerkannte Heilpädagogin

Fachrichtung: Kunst- & Gestaltungstherapie

LehrCounselor: Eva Maria Haußner-Stauch

LehrTrainer: Astrid-Brehmer-Kreis, Brigitte Michels,  
Andrea Hauf, Irene Treutlein



**IHP Bücherdienst** \* Schubbenweg 4 \* 52249 Eschweiler  
Tel.: 02403 4726 \* Fax: 02403 20447 \* eMail: office@ihp.de  
www.buecherdienst.ihp.de  
IHP Manuskript 2308 G \* ISSN 0721 7870  
2023

