

**MGT IN DER LOGOTHERAPEUTISCHEN  
BERATUNGSLANDSCHAFT**

**Diplomarbeit**

zum Abschluss der Ausbildung zum Mal- und Gestaltungstherapeuten  
am MGT Seminarinstitut Erwin Bakowsky GmbH

vorgelegt von

**MAXIMILIAN JANTSCHER**

(artgallery3000@gmx.at / 0664 300 88 33)

- Durchführungsstellen:** Eigene Praxis in Gundersdorf 77,  
8511 St. Stefan ob Stainz und im  
GMZ (Ganzheitsmedizinischem Zentrum Graz),  
Körblergasse 10, 8010 Graz
- Leitung:** Dr. Klaus Gstirner, 0650 38 15 700
- Supervisorin:** Bettina Tüchler-Puhr
- Begutachtung:** Mag. Sabine Riesenhuber
- Eingereicht bei:** Erwin Bakowsky, MSc./MA (MGT Institutsleitung)

Gundersdorf, 2017

## ABSTRACT

Was geschieht, wenn sich die Welt der Kreativität und die Welt der Psychologie treffen und sich miteinander paaren? Diese Diplomarbeit stellt eine Möglichkeit dar, die mal- und gestaltungstherapeutische Methodik in die logotherapeutische und existenzanalytische Beratungslandschaft mit Klienten zu komponieren und dadurch produktive Synergien zu entwickeln. Der theoretische Teil dieser Arbeit geht auf die Logotherapie- und Existenzanalyse (LTEA) und danach auf die Mal- und Gestaltungstherapie (MGT) und ihr Spezifikum ein; während der praktische Teil die Fallvignette einer Klientin ausführlich vorstellt, indem zusätzlich zum Berater/zur Beraterin und zum Klienten/zur Klientin das Bild als dritte Komponente hinzugezogen wird.

## KEYWORDS

Mal- und Gestaltungstherapie

Logotherapie und Existenzanalyse

Triade des mal- und gestaltungstherapeutischen Settings

Unbewusstes sichtbar machen

Träume, Märchen & Imaginationen



## DANKSAGUNG

Zuallererst, „*Doy gracias a Dios por ese don*“ („Ich danke Gott für diese Gabe“).

Weiters bedanke ich mich für die Liebe und Geduld meiner Frau Josefina und unseren Kindern Jasmin, Janet und Angelo Lionardo. Sie haben mich in vielerlei Hinsicht inspiriert und motiviert.

Mein besonderer Dank gilt auch meiner Supervisorin Frau Bettina Tüchler-Puhr für ihren professionellen Stil und ihre Unterstützung.

Natürlich gilt auch ein von Herzen kommendes „*merci*“ unserer Ausbilderin Fr. Mag. Sabine Riesenhuber für die unermüdliche Kraft und Führung, die sie in uns investierte und mit der sie uns zu fähigen MGTlern erzogen hat.

Zu guter Letzt meinen KlientInnen, dass ich eingeladen wurde in ihrem Lebenshaus ein Gast zu sein und dafür, dass sie mir wertschätzend für manch gut versperren und diskreten Raum den Schlüssel anvertrauten.



**VIELEN DANK**



## INHALTSVERZEICHNIS

<b>1</b>	<b>VORWORT – MEIN BIOGRAPHISCHER ZUGANG</b>	<b>6</b>
<b>2</b>	<b>EINLEITUNG</b>	<b>7</b>
<b>3</b>	<b>THEORETISCHER TEIL</b>	<b>9</b>
<b>3.1</b>	<b>LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYSE (LTEA)</b>	<b>9</b>
3.1.1	BEGRIFFSERLÄUTERUNGEN	9
3.1.2	DAS MENSCHENBILD IN DER LTEA	10
<b>3.2</b>	<b>NOETISCHE DIMENSION (GEIST)</b>	<b>11</b>
3.2.1	DAS KONZEPT DER LTEA	12
3.2.2	TECHNIKEN DER LTEA (AUSWAHL)	15
<b>3.3</b>	<b>MAL- UND GESTALTUNGSTHERAPIE (MGT)</b>	<b>16</b>
3.3.1	EINIGE ZIELE DER MGT	17
3.3.2	DER THERAPEUTISCHE PROZESS	17
3.3.3	DIE WIRKUNGSFAKTOREN DES THERAPEUTISCHEN MALENS UND DER MAL- UND GESTALTUNGSTHERAPEUTISCHEN METHODEN	18
3.3.4	DAS MENSCHENBILD VON C. G. JUNG	20
<b>4</b>	<b>PRAKTISCHER TEIL</b>	<b>22</b>
<b>4.1</b>	<b>PERSÖNLICHER STIL</b>	<b>22</b>
<b>4.2</b>	<b>ZIELGRUPPE</b>	<b>22</b>
4.2.1	MEINE INTENTIONEN UND AUSGANGSSITUATION	22
<b>4.3</b>	<b>PROJEKTVORBEREITUNG</b>	<b>23</b>
4.3.1	PROJEKTPLANUNG	23
4.3.2	AUSSENDUNG	23
4.3.3	TEILNAHMEBEDINGUNGEN/ INTERNE VEREINBARUNGEN	23
4.3.4	EINIGE GRUNDSÄTZE DER MGT	23
<b>4.4</b>	<b>BESCHREIBUNG DER ARBEITSRÄUME UND -MITTEL</b>	<b>24</b>
4.4.1	SCHAFFEN EINER ANGENEHMEN ATMOSPHÄRE	24
4.4.2	EINRICHTUNG UND ZEICHENMATERIAL	24
<b>4.5</b>	<b>ERSTGESPRÄCH</b>	<b>24</b>
4.5.1	MÖGLICHE FRAGEN UND THERAPEUTISCHE INTERVENTION IM ERSTGESPRÄCH	25
4.5.2	PERSÖNLICHE ERFAHRUNG	25
<b>4.6</b>	<b>AUFBAU EINES SETTINGS UND ZEITRAHMEN</b>	<b>25</b>
4.6.1	EINSTIEGSRUNDE	26
4.6.2	THEMENWAHL/METHODE/ARBEITSAUFTRAG	26
4.6.3	DER ERSTE MALAUFTRAG	27
4.6.4	GESTALTUNGSPROZESS	27
4.6.5	BILDBESCHREIBUNG	28
4.6.6	BILDTITEL	28
4.6.7	PROTOKOLL	28
4.6.8	REFLEXION/BILDERINTERPRETATION	28
4.6.9	ZUSAMMENFASSUNG /ERKENNTNIS	30
4.6.10	HAUSAUFGABEN	30

4.6.11	FOTOGRAFIEREN DES WERKES .....	31
4.6.12	DOKUMENTATION/EIGENER EINDRUCK/HYPOTHESE .....	31
<b>4.7</b>	<b>VORSTELLUNG EINER TEILNEHMERIN UND BESCHREIBUNG DES PROZESSVERLAUFES VON</b>	
	<b>FRAU PIA K. ....</b>	<b>31</b>
4.7.1	VORSTELLUNG .....	31
4.7.2	THEMA: ERSTGESPRÄCH .....	32
4.7.3	THEMA: BIOGRAPHIE-ARBEIT/RESSOURCENARBEIT MIT BELASTUNGSKREIS .....	32
4.7.4	THEMA: KOMPLEXSUCHE/ASSOZIATION ZU FREIHEIT .....	34
4.7.5	THEMA: WACHSEN.....	36
4.7.6	THEMA: ENTSCHEIDUNG – DER BRIEF.....	42
4.7.7	THEMA: KONFRONTATION MIT DER ANGST .....	45
4.7.8	THEMA: BERUFSORIENTIERUNG – SINNFINDUNG UND MÄRCHENARBEIT.....	48
4.7.9	THEMA: SUPERVISION MIT BETTINA TÜCHLER-PUHR .....	51
4.7.10	THEMA: BERUFSNEUORIENTIERUNG – COLLAGE ZUKUNFTSLANDSCHAFT.....	52
4.7.11	THEMA: BERUFSNEUORIENTIERUNG – IMPULSKARTE .....	53
4.7.12	THEMA: REFLEXION – FARBMEDITATION GRÜN .....	55
4.7.13	THEMA: UPDATE/FORTSCHRITT .....	56
4.7.14	ZUSAMMENFASSENDE VERLAUFSBESCHREIBUNG .....	56
<b>4.8</b>	<b>SCHLUSSGEDANKE.....</b>	<b>58</b>
<b>5</b>	<b><u>LITERATURVERZEICHNIS.....</u></b>	<b><u>59</u></b>
<b>5.1</b>	<b>BIBLIOGRAFIE.....</b>	<b>59</b>
<b>5.2</b>	<b>SKRIPTEN .....</b>	<b>59</b>
<b>5.3</b>	<b>INTERNETQUELLEN .....</b>	<b>59</b>
<b>6</b>	<b><u>ABBILDUNGSVERZEICHNIS .....</u></b>	<b><u>60</u></b>

## 1 VORWORT – MEIN BIOGRAPHISCHER ZUGANG

Als sechsjähriger Junge hatte ich in der Schuleinschreibung, ohne es zu wissen, wohl meine ersten Erfahrungen mit der Maltherapie gemacht. Als, quasi Reifeprüfung, erteilte man mir den Malauftrag: „*Zeichne ein Haus mit Familie*“. Das Ergebnis fruchtete und ich erntete den Bonus eines weiteren schulfreien Jahres. Die Erinnerung an Mamas Worte klingen mir noch in den Ohren, als wäre es erst gestern gewesen: „*Bub, wie konntest du nur Hände und Fenster vergessen?*“. Mit schulterzuckenden, kindlichen Gesten und zufriedenen Blickes wandte sich meine Aufmerksamkeit interessanteren Prioritäten wie Spielen & Co. zu.

Meine heutigen Erkenntnisse über die Maltherapie würden mich vermuten lassen, dass der „Bub“ seinerzeit in causa Schule, weder Hand anlegen, noch einen Blick ins Klassenzimmer wagen wollte. Bald ging diese Kindheitszeit in die Erinnerung der Jugend über und die großen Fragen des Lebens wurden von kleineren Fragen nach den eigenen Bedürfnissen, Existenzsicherung, Beruf, Karriere etc. verdrängt.

Als ich nach 15 Jahren Selbständigkeit in der Gastronomie, trotz voller Konten, eine Zeit der Trübsal erlitt, da mir jeglicher Lebenssinn gänzlich zu fehlen schien, war es unter anderem auch die Malerei, zu welcher ich fliehen konnte und die mich tröstete. Ich begab mich auf die Suche, den Sinn meines Lebens zu ergründen und zu finden. 2010 begann ich, als Kursleiter meiner eigenen Malschule, berufsbegleitend mit der Ausbildung zum Dipl. Lebens- und Sozialberater nach logotherapeutischen Methoden (ÖGL). 2013 entschloss ich mich zur Selbständigkeit in dieser Disziplin. Trotz Ausübung des Gelernten, war ich auf der Suche nach „Greifbarerem“, ohne wirklich zu wissen wonach ich eigentlich suchte. Desgleichen erging es mir auch in der Malereibranche.

In einer Supervisionsstunde mit meinem ehemaligen Ausbilder und Psychotherapeuten Dr. Klaus Gstirner, erkannte dieser meine Sehnsucht nach mehr und schlug mir vor die Lebensberatung mit der Liebe zur Malerei zu vereinen und die MGT zu kontaktieren. Dieser Ratschlag war für mich eine Offenbarung endlich meine Berufung gefunden zu haben. In der Ausbildung zum Lehrgang Dipl. MGT (2013-2016) in Kombination mit der LSB nach logotherapeutischen Methoden und meiner jahrzehntelangen Erfahrung in der Malerei mit dem Bild, veränderte sich meine Berufslandschaft völlig zu Gunsten meiner KlientInnen, sowie meiner eigenen Euphorie und Qualifikation zum Beruf und Leben. Meine Diplomarbeit soll davon zeugen.

## 2 EINLEITUNG

Was geschieht, wenn sich die Welt der Kreativität und die Welt der Psychologie treffen und sich paaren? Die vorliegende Arbeit stellt eine Möglichkeit dar, die mal- und gestaltungstherapeutische (MGT) Methodik in die logotherapeutische (LT) Beratungslandschaft mit Klienten zu komponieren und dadurch produktive Synergien zu entwickeln. Innerhalb der Beratungs- und Therapieprozesse sind dann häufig überraschende Wendungen zu beobachten, die neue Erkenntnisse und Perspektiven eröffnen, die wiederum zu positiven Ergebnissen führen. Die MGT sowie die LT im Hier und Jetzt.

Alles Bemühen um den Einzelnen wird nicht umsonst sein, auch wenn es oft so aussieht als würden die angewandten therapeutischen Methoden nicht die Massen erreichen, sondern nur jene, die sich in Krisen befinden. Aber dort, wo es durch diese Kombination der MGT mit der LT im Leben eines Menschen zu einer Veränderung kommt, hat sich Sinn im Leben des Klienten bzw. der Klientin und auch des Therapeuten verwirklicht. Hierzu eine kleine Geschichte.

### **Seesterne retten**

Ein furchtbarer Sturm kam auf. Der Orkan tobte. Das Meer wurde aufgewühlt und meterhohe Wellen brachen sich ohrenbetäubend laut am Strand. Nachdem das Unwetter langsam nachließ, klärte der Himmel wieder auf. Am Strand lagen aber unzählige von Seesternen, die von der Strömung an den Strand geworfen worden waren.

Ein kleiner Junge lief am Strand entlang, nahm behutsam Seestern für Seestern in die Hand und warf sie zurück ins Meer. Ein Mann, der die Szene eine Zeitlang beobachtet hatte, ging zu dem Jungen und sagte: „Du dummer Junge! Was du da machst ist vollkommen sinnlos. Siehst du nicht, dass der ganze Strand voll von Seesternen ist? Die kannst du nie alle zurück ins Meer werfen! Was du da tust, ändert nicht das Geringste!“

Der Junge schaute den Mann einen Moment lang an. Dann ging er zu dem nächsten Seestern, hob ihn behutsam vom Boden auf und warf ihn ins Meer. Zu dem Mann sagte er: „Für ihn wird es etwas ändern“! (Vgl. POOSTCHI 2016<sup>6</sup>, 39).

**Der theoretische Teil** dieser Diplomarbeit geht vorerst kurz auf die Logotherapie- und Existenzanalyse (LTEA) und danach auf die Mal- und Gestaltungstherapie (MGT) und ihr Spezifikum ein.

**Der praktische Teil** beschreibt die Zielsetzung und Rahmenbedingungen des Praxisprojektes und gibt dann einen Einblick in das Verständnis der therapeutischen Arbeitsweise in diesem Kontext. Es folgt die Darstellung von Einzelprozessen und anschließend wird eine Fallvignette ausführlich vorgestellt. Eine Auswertung des Projektes, die Reflexion des Autors und dessen Schlussfolgerung runden die Arbeit schlussendlich ab.

### **Gleichheitsgrundsatz**

Zur besseren Lesbarkeit werden bei dieser Diplomarbeit personenbezogene Bezeichnungen, die sich zugleich auf Frauen und Männer beziehen, generell nur in der Deutschen üblichen männlichen Form ausgeführt, also z.B. „Gestalter“ statt „Gestalterin“ oder „Therapeut“ statt „Therapeutin“. Dies sollte jedoch keinesfalls eine Geschlechtsdiskriminierung oder Verletzung des Gleichheitsgrundsatzes zum Ausdruck bringen.



### 3 THEORETISCHER TEIL



Abb. 1

*„Ich habe den Sinn meines Lebens darin gesehen, anderen Menschen zu helfen, in ihrem Leben einen Sinn zu finden.“* Viktor Frankl

(www.wien.orf.at, Stand 25.04.2017).

#### 3.1 LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYSE (LTEA)

Ausgehend von der Psychoanalyse Sigmund Freuds und der Individualpsychologie Alfred Adlers entwickelte Viktor Emil Frankl in den frühen dreißiger Jahren des 20. Jahrhunderts einen eigenständigen Ansatz, für den er den Doppelbegriff „Logotherapie und Existenzanalyse“ prägte. Logotherapie und Existenzanalyse, auch „Dritte Wiener Richtung der Psychotherapie“ oder „Dritte Wiener Schule“ genannt, ist eine international anerkannte, empirisch untermauerte, sinnzentrierte Psychotherapierichtung. Seine Methodik geht von der Annahme aus, dass der Mensch existentiell auf Sinn ausgerichtet ist und nicht erfülltes Sinnerleben zu psychischen Krankheiten führen kann, sowie psychische Erkrankungen von einem eingeschränkten individuellen Sinnbezug begleitet werden. (Vgl. www.viktorfrankl.org, Stand 25.03.2017).

##### 3.1.1 Begriffserläuterungen

###### 3.1.1.1 Logotherapie

"Logos" bedeutet im Zusammenhang mit der Logotherapie "Sinn". Logotherapie heißt also nicht, dass man etwa versucht, die Patienten mit logischen Argumenten zu überzeugen; vielmehr versucht man ihnen zielorientiert und methodisch bei der eigenen Sinnfindung zu helfen. Logotherapie ist die angewandte Psychotherapie auf Grundlage des von Viktor Frankl entwickelten psychologischen Modells. (Vgl. ebd.).

###### 3.1.1.2 Existenzanalyse

Existenzanalyse ist einerseits eine der Logotherapie zugrundeliegende Forschungsrichtung, andererseits selbst Teil des therapeutischen Prozesses. Grundsätzlich bedeutet Existenzanalyse Analyse auf Existenz hin, das heißt auf ein eigenverantwortetes, selbstgestaltetes und menschenwürdiges Leben hin.

In der "allgemeinen Existenzanalyse" wird das Sinnbedürfnis des Menschen als wichtige Grundmotivation sowie die grundsätzliche Möglichkeit der Sinnfindung im menschlichen Leben erörtert. Auf diese Weise wird die therapeutische Wirkung einer gelingenden Sinnfindung erklärt und begründet.

In der "speziellen Existenzanalyse" wird das konkrete, individuelle Leben eines Patienten, eines Klienten oder einer Gruppe auf die möglichen existentiellen Wurzeln einer seelischen Erkrankung hin durchleuchtet. Damit erstellt sie die Grundlage für eine Logotherapie als angemessene, spezifische Therapie "vom Existentiellen" her. Der therapeutische Aspekt der Existenzanalyse liegt also in der Erhellung der konkreten existentiellen Situation und der Vorbereitung der Unterstützung bei der „selbständigen“ Sinnfindung. (Vgl. ebd.)

### 3.1.1.3 Abgrenzungen

Die von Ludwig Binswanger (1881–1966) entwickelte „Daseinsanalyse“ ist eine an Martin Heidegger angelehnte, eigenständige Methode der Psychotherapie.

Die sogenannte „personale Existenzanalyse“ (Längle) ist eine in den 1990er Jahren entstandene, eigenständige Therapierichtung, die einige, von Frankl entwickelte, Konzepte übernommen hat. Sie wird trotz ihrer Namensähnlichkeit nicht zu der von Viktor Frankl begründeten „Dritten Wiener Richtung der Psychotherapie“ gezählt. (Vgl. ebd.).

### 3.1.2 Das Menschenbild in der LTEA

Viktor Frankl hat sein Menschenbild im Konzept seiner „Dimensional Ontologie“ vorgelegt. Menschen haben demnach drei Dimensionen: Die physische Dimension (Soma/Körper), die psychische Dimension (Psyche/Seele) und die noetische Dimension (Noos/Geist).

Die **somatische Ebene** des Menschen ist einfach zu definieren, ihr sind alle leiblichen Phänomene zuzuordnen. Sie umfasst das organische Zellgeschehen und die biologisch-physiologischen Körperfunktionen inklusive der dazugehörigen chemischen und physikalischen Prozesse. Unter der **psychischen Ebene** des Menschen ist die Sphäre seiner Befindlichkeit zu verstehen, seine Gestimmtheit (Trieb), Gefühle, Instinkte, Begierden, Affekte. Zu diesen seelischen Phänomenen gesellen sich noch die intellektuellen Begabungen des Menschen, seine erworbenen Verhaltensmuster und sozialen Prägungen. Kurz um, Kognitionen und Emotionen sind in der psychischen Dimension „daheim“. Was bleibt für die **geistige Ebene** übrig? Un-

endlich viel! Das „Urmenschliche“, nämlich die freie Stellungnahme zu Leiblichkeit und Befindlichkeit. Eigenständige Willensentscheidungen („Intentionalität“), sachliches und künstlerisches Interesse, schöpferisches Gestalten, Religiosität und ethisches Empfinden („Gewissen“), Werteverständnis und Liebe sind in der Geistigkeit des Menschen anzusiedeln. (Vgl. LUKAS 2006<sup>3</sup>, 20).



Abb. 2

Alle drei *Dimensionen* menschlichen Daseins sind nicht wertbar oder trennbar, sondern sind ineinander verwoben und stehen in einem besonderen Verhältnis zueinander. Während die physische und die psychische Dimension in engem Zusammenhang stehen (psychophysischer Parallelismus), kann sich der Mensch nach Ansicht Frankls aufgrund seiner geistigen Dimension über sein Psychophysikum erheben. Nur das Psychophysikum kann demnach erkranken; die noetische Dimension des Menschen bleibt gesund und steht nach Auffassung Frankls jenseits jeder Krankheit (Psychiatrisches Credo). Dieser philosophisch-theoretische Unterbau der Logotherapie wird Logotheorie genannt. Sie unterstützt dabei Lebenslagen sinnvoll auszufüllen oder umzuwerten. Ein Extremfall der Anwendung sind nach Frankl „noogene Neurosen“, bei denen der Lebenssinn gänzlich fehlt. (Vgl. [www.doktor-loder.ch](http://www.doktor-loder.ch), Stand 26.03.2017).

Weil die Logotherapie vorwiegend in der noetischen Dimension des Menschen ansetzt, gebraucht Frankl u.a. die Formulierung „Die Logotherapie ist eine Psychotherapie vom Geistigen her und auf Geistiges hin“ (LUKAS 2006<sup>3</sup>, 21).

### 3.2 Noetische Dimension (Geist)

- Geist ist nicht messbar, aber erfahrbar.
- Geist ist in seinem Ursprung unbewusst und ein Urphänomen.
- Der Mensch weiß, dass es Seiendes gibt. So weiß er auch zutiefst, dass es einen Geist gibt.
- Aus diesem geistig Unbewussten resultiert mein präreflektives Wertverständnis (Werte sind einfach da – das Schöne, das Gute, die Liebe etc.).

- Stellt das spezifisch Menschliche dar.

(Mitschrift 2010 Ausbildung zum LSB 2 Semester „Vom Werden des Menschen“).

### **3.2.1 Das Konzept der LTEA**

Frankls Konzept leitet sich aus drei philosophischen und psychologischen Grundgedanken ab. Freiheit des Willens, Wille zum Sinn und Sinn im Leben.

#### **3.2.1.1 Freiheit des Willens**

Die Logotherapie/Existenzanalyse sieht den Menschen als nicht nur bedingtes, sondern auch als grundsätzlich entscheidungs- und willensfreies Wesen, das befähigt ist zu inneren (psychischen) und äußeren (biologischen und sozialen) Bedingungen eigenverantwortlich Stellung zu nehmen. Die Freiheit des Menschen ist dabei definiert als der Gestaltungsfreiraum des eigenen Lebens im Rahmen der jeweils gegebenen Möglichkeiten. Diese Freiheit ist begründet in der geistigen Dimension des Menschen, die neben Körper und Psyche seine eigentliche Persönlichkeit und Würde ausmacht. Als geistige Person ist der Mensch nicht mehr nur reagierendes oder abreagierendes, sondern auch agierendes, gestaltendes Wesen.

Die Freiheit des Menschen spielt auch in der angewandten Psychotherapie eine entscheidende Rolle, insofern sie dem Patienten Freiräume gegenüber der somatischen oder psychischen Erkrankung aufschließt, bzw. im Rahmen der von Frankl entwickelten Techniken der Paradoxen Intention, der Dereflexion und der Einstellungsänderung durch die Differenzierung von Symptom und Person dem Patienten einen Großteil seiner Selbstbestimmungsfähigkeit zurückgibt. (Vgl. LUKAS 2006<sup>3</sup>, 32).

#### **3.2.1.2 Wille zum Sinn**

Der Mensch ist nicht nur frei, sondern in erster Linie frei auf etwas hin. Seine Gestaltungsfähigkeit sucht nach Ausdrucksmöglichkeiten in sich und der Welt. Logotherapie und Existenzanalyse betrachten die Suche nach Sinn als Grundmotivation des Menschen. Kann der Mensch seinen "Willen zum Sinn" in der Lebenspraxis nicht zur Geltung bringen, so entstehen bedrückende Sinn- und Wertlosigkeitsgefühle. Die existentielle Frustrierung des Sinnbedürfnisses kann zu Aggressionen, Sucht, Depressionen, Verzweiflung und Lebensmüdigkeit führen und auch psychosomatische Krankheiten und neurotische Störungen auslösen oder verstärken.

Die Logotherapie/Existenzanalyse (LTEA) hilft dem Patienten, Hemmungen und Blockaden, die ihn im Prozess seiner Sinnsuche behindern zu erkennen, aufzuheben oder zu bewältigen. Sie sensibilisiert ihn für die Wahrnehmung von Sinnmöglichkeiten; dabei macht die LTEA dem Menschen keine Sinnangebote, sie unterstützt ihn vielmehr bei der Verwirklichung der von ihm selbst entdeckten Sinnmöglichkeiten. (Vgl. ebd.).

### 3.2.1.3 Sinn im Leben

Die LTEA ist von dem Gedanken getragen, dass Sinn eine Wirklichkeit in der Welt ist und nicht nur im Auge des Betrachters liegt. Demnach ist der Mensch durch seine Willensfreiheit und Verantwortungsfähigkeit aufgerufen, das Bestmögliche in sich und der Welt zur Geltung zu bringen, indem er in jeder Situation den Sinn des Augenblicks erkennt und verwirklicht. Wesentlich ist hier auch, dass das Sinnangebot des Augenblicks, obwohl objektiv gegeben, situations- und personengebunden ist und als solches einem fortwährenden Wandel unterliegt. Die LTEA offeriert daher keinen allgemeinen Lebenssinn, sondern verhilft dem Patienten zu jener Offenheit und Flexibilität, die Voraussetzung für eine sinnvolle Gestaltung seines Alltags ist. Denn in jeder Situation warten auf jeden Menschen jeweils andere Sinnmöglichkeiten darauf, von ihm erkannt und verwirklicht zu werden. (Vgl. ebd.).

### 3.2.1.4 Das „Sinn-Organ“ Gewissen

Sinn muss nicht nur, sondern kann auch gefunden werden und auf der Suche nach ihm leitet den Menschen das Gewissen. Mit einem Wort, das Gewissen ist ein Sinn-Organ. Es ließe sich definieren als die Fähigkeit, den einmaligen und einzigartigen Sinn, der in jeder Situation verborgen ist, aufzuspüren.

Zum näheren Verständnis, wie etwas so Subjektives wie das Gewissen etwas Objektives wie den „Sinn der Situation“ erspüren kann, bietet sich das Gleichnis vom Kompass an.

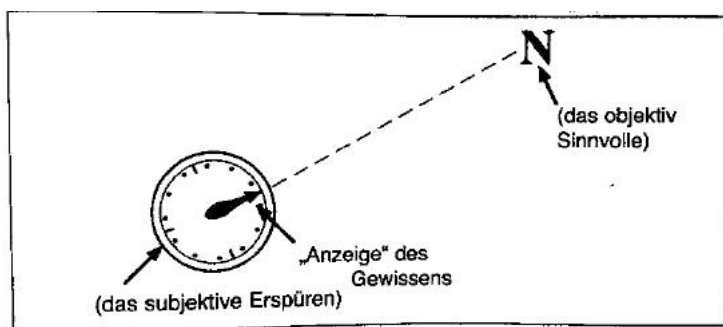


Abb. 3

Der Norden sei das jeweils Sinnvollste, das mit der Lebenssituation eines Menschen korrespondiert. Der Kompass sei das diesem Menschen zugehörige geistige Organ, das den „Ruf an ihn“ empfangen kann. Und die Kompassnadel sei das „Anzeiginstrument“ des Gewisses, das auf einer konkreten Aufgabe hinweist. Dies würde bedeuten, dass das Gewissen bei zwei Menschen, die sich in absolut gleicher Lage befinden, dasselbe anzeigen müsste, falls keiner von beiden irrt. Freilich ist das nur eine fiktive Überlegung, weil zwei Lebenssituationen niemals identisch sind, weder im Verlauf eines Einzellebens, noch im Vergleich mehrerer Personen miteinander. Deshalb bezeichnet Frankl den jeweils aufzufindenden Sinn ja als „einmalig und einzigartig“. Nun kann das Gewissen irren, was mit einer schwankenden, den Norden verfehlenden, Kompassnadel zu symbolisieren ist. Aber es ist auch jeden Menschen unbenommen, gegen sein Gewissen zu handeln, symbolisch, mit dem funktionierenden Kompass in der Hand nach Süden zu marschieren. (Vgl. LUKAS 2006<sup>3</sup>, 33).

In der Psychologie wurde das Gewissen lange Zeit als „Über-Ich“ umschrieben, was nach Frankl nicht zulässig ist. Stellt doch das von Freud definierte Über-Ich die Menge der übernommenen Normen und Sitten dar, also unser tradiertes Moralbewusstsein, das uns während unseres Heranwachsens von Eltern, Lehrern, kirchlichen und staatlichen Autoritäten eingeimpft worden ist. Das Gewissen hingegen ist ein aller Moral vorgängiges Wertverständnis, das jeder von uns intuitiv in sich trägt. Es ist das an seinem Ursprung unbewusste ethische Empfinden, das zu unserer existenziellen „Grundausrüstung“ gehört. Wollte sich ein Straftäter darauf ausreden, dass sein Gewissen nicht genügend entwickelt sei, müsste man ihm folglich entgegenhalten, dass allenfalls sein Über-Ich schwach entwickelt sein kann, sein Gewissen aber „spricht“ wie das der anderen Menschen auch. (Vgl. ebd., 34).

Im Rahmen der Psychotherapie ist die Über-Ich-Problematik jedenfalls deutlich erkennbar und von echten Gewissensüberlegungen durchaus abgrenzbar. Ein Patient, der sich damit herumquält, was die Leute wohl von ihm denken und halten, horcht auf sein Über-Ich. Einer, der im Entscheidungsprozess um die Sinnhaftigkeit einer Sache ringt, steht in Zwiesprache mit seinem Gewissen. (Vgl. ebd., 35).

### **3.2.1.5 Persönlicher Zusatz – Der unbewusste Gott**

Wenn ich das Konzept der LTEA studiere, scheint es mir persönlich, besonders wichtig auf eines der Bücher Frankls mit dem Titel „Der unbewusste Gott“ bewusst einzugehen. Frankl meint, dass jeder Mensch eine Beziehung zu Gott habe, sei sie auch unbewusst, nämlich ver-

drängt. In einer existenzanalytischen Traumanalyse, die sich primär auf das unbewusst Geistige konzentriert, begegnet Frankl selbst bei atheistischen und sich als nichtreligiös bezeichnenden Menschen dem Phänomen der unbewussten Gottbezogenheit. Frankl spricht von einer unbewussten intentionalen Beziehung zu Gott, die jedem Menschen zu eigen ist. (Vgl. FRANKL 1948. Kap. 4).

Frankl sieht das Religiöse nicht wie C.G. Jung im Es, als archetypisches Phänomen angesiedelt, sondern im unbewusst Geistigen verwurzelt. "Zu Gott wird der Mensch nicht getrieben, er kann sich vielmehr für oder gegen ihn entscheiden." (BÖSCHEMEYER 1977, 96). Dem religiösen Menschen spricht Frankl einer tieferen Sinnfindung zu, als dem nicht-Religiösen. Denn ersterer fragt, wenn er nach Sinn fragt, zugleich nach dem Auftraggeber des Lebens, nach Gott. Der nichtreligiöse Mensch weiß sich nur seinem Gewissen verantwortlich, nicht aber Gott. Trotzdem bleibt er für Frankl mit der Frage nach dem Sinn unbewusst auf Gott bezogen. Nur aus diesem Grund ist es ihm überhaupt möglich nach Sinn zu fragen, aber er bleibt bei seiner Wegsuche auf dem Vorgipfel stehen. (Vgl. [www.muenster.de](http://www.muenster.de), Stand 22.06.2017).

### **3.2.2 Techniken der LTEA (Auswahl)**

Die Existenzanalyse arbeitet methodisch in erster Linie mit dem Gespräch, wobei eine gewisse Offenheit für adjuvante Mittel besteht (Verhaltenstherapie, Traumarbeit, Imagination, Körperarbeit, kreative Mittel u.a.). Das Gespräch wird dialogisch begegnend geführt. (Vgl. [www.viktorfrankl.org](http://www.viktorfrankl.org), Stand 05.04.2017).

#### **3.2.2.1 Paradoxe Intention**

Indikation: Vor allem Zwangs- und Angststörungen; vegetative Syndrome. Der Patient lernt unter Anleitung des Arztes oder Therapeuten, Angst- und Zwangsgedanken durch Selbstdistanzierung und Ironisierung zu überwinden und dadurch den Kreislauf von Symptom und Symptomverstärkung zu unterbrechen. (Vgl. ebd.).

#### **3.2.2.2 Dereflexion**

Indikation: Unter anderem Sexual- und Schlafstörungen, auch Angststörungen. Das übermäßige Beobachten an sich autonomer Vorgänge kann deren natürlichen Ablauf stören. Auch an sich schwache und natürliche Angst- oder Trauergefühle werden durch übersteigerte Aufmerksamkeit verstärkt, wodurch sie wiederum vermehrt Aufmerksamkeit auf sich ziehen. Ziel

der Dereflexion ist es, diesen neurotisierenden Teufelskreis zu durchbrechen, indem die übertriebene Aufmerksamkeit von einem Symptom bzw. einem natürlichen Vorgang abgezogen wird.

### 3.2.2.3 Einstellungsänderung (auch: Einstellungsmodulation)

Bestimmte Lebenshaltungen- und Erwartungen können den Menschen so sehr von der Wirklichkeit und den Möglichkeiten seines Daseins entfremden, dass sie neurotische Störungen entweder verstärken oder durch wiederholte Fehlentscheidungen und Selbstprägung auslösen. Ziel ist es hier nicht, dem Patienten von außen eine andere Einstellung nahezulegen; vielmehr soll der Patient selbst dazu geführt werden, Einsicht in unrealistische oder lebensfeindliche Einstellungen zu gewinnen und neue Grundhaltungen zu entwickeln, auf deren Basis Leben gelingen kann. (Vgl. ebd.).

### 3.2.2.4 Sokratischer Dialog

Der Sokratische Dialog ist eine Gesprächsmethode der LTEA. Durch gezieltes Fragen und Gegenfragen soll dem Patienten die ihm eigene Einsicht seiner Freiheiten und Gestaltungsmöglichkeiten bewusstgemacht werden. Im Sinne der von Sokrates konzipierten Weise handelt es sich hierbei um eine Art geistige Hebammenarbeit – wiederum gilt, dass der Prozess der Einsichtsfindung und der Inhalt der Einsicht nicht vom Therapeuten, sondern vom Patienten selbst ausgeht. Sinn muss gefunden werden, kann nicht gegeben werden. (Vgl. ebd.).

## 3.3 MAL- UND GESTALTUNGSTHERAPIE (MGT)



Abb. 4

*„Das Anschauen und Verfertigen der inneren Bilder bedeutet das Lebendigmachen der Seele!“ C.G. Jung*

Die Mal- und Gestaltungstherapie ist ein psychodynamisches Therapieverfahren in welchem bildnerische Gestaltungen einen zentralen Stellenwert einnehmen. In einem therapeutischen Kontext sind Bilder ein wichtiges Kommunikationsmittel. Bilder und Gestaltungen hinterlassen einen tieferen Eindruck als Worte. Sie sind der bildnerische Ausdruck von Emotionen, Erfahrungen, Sehnsüchten und Visionen. Sie spiegeln sowohl Krisen und Belastungen als



auch Ressourcen wieder und zeigen Möglichkeiten auf, wie man Symptome mindern oder beseitigen kann. (Vgl. [www.mgt.or.at](http://www.mgt.or.at), Stand 30.03.2017).

### **3.3.1 Einige Ziele der MGT**

- Ihren Gefühlen einen bildnerischen Ausdruck zu geben.
- Deren psychische Selbstregulationsprozesse und Ressourcen zu aktivieren.
- Über die Bilder und Gestaltungen symbolische Hinweise auf psychisch und psychosozial bedingte Ursachen von Störungen und Erkrankungen zu finden.
- Einen neuen Umgang und eine neue Haltung in Bezug zur eigenen Krise bzw. Erkrankung einzuüben. (Vgl. [www.mgt.or.at](http://www.mgt.or.at), Stand 30.03.2017).

### **3.3.2 Der therapeutische Prozess**

In Konflikt- und Krisensituationen, sowie bei psychisch bedingten Erkrankungen können therapeutische Interventionen mit kreativen Medien und Methoden sehr hilfreich sein. Sie bieten Klienten die Möglichkeit, Innere Bilder und Emotionen auszudrücken. Dies schafft Erleichterung und unterstützt deren Bewusstwerdung. Die damit verbundene Aktivierung von schöpferischen Energien ist eine unserer größten Ressourcen. Bilder geben aber auch wichtige Hinweise auf vergangene und gegenwärtige biographische Themen. Im therapeutischen Bildgespräch werden Verbindungen dazu hergestellt und es wird an Lösungen von Blockaden und neuen stärkenden inneren Bildern gearbeitet. So können sich psychische und psychosomatische Krankheitssymptome in konstruktive Prozesse verwandeln. Diese Bewusstmachung unterstützt die Neuorganisation des Erlebens und des Verhaltens.

Die notwendigen aktiven Schritte zur Verhaltensänderung können jedoch nur von den Klienten selbst kommen. Mal- und Gestaltungstherapeuten verstehen sich als Begleiter dieser Prozesse.

Sie unterstützen die Klienten in ihren selbständigen Entwicklungsprozessen, deuten aber nicht deren Bilder oder geben Verhaltensratschläge. Sie besitzen jedoch ein methodisches Wissen, welches dazu beitragen kann, dass sich Sichtweisen und Verhalten von Klienten langfristig verändern können. Mal- und Gestaltungstherapie ist kein Ersatz für eine ärztliche oder psychotherapeutische Krankenbehandlung. Sie kann jedoch innerhalb eines klinischen Kontextes eine wertvolle begleitende Therapiemaßnahme sein. (Vgl. ebd.).

### **3.3.3 Die Wirkungsfaktoren des therapeutischen Malens und der mal- und gestaltungstherapeutischen Methoden**

Therapeutisch wirksam sind von Henzler und Riedel in der Maltherapie vier zusammenwirkende Prozesse: 1. auf dem Gestaltungsvorgang selbst, 2. auf dem sich dabei mit vollziehenden Imaginationsvorgang bzw. Symbolisierungsvorgang, 3. auf dem Besprechungs- und Interpretationsvorgang und 4. auf dem Begegnungs- und Beziehungsvorgang zwischen Therapeut und Klient bzw. Gruppe und Klient während des Malens und Besprechens. (Vgl. HENZLER/RIEDEL 2004, 25).

#### **3.3.3.1 Gestaltungsvorgang**

Das Wesentliche am Gestaltungsvorgang schließlich ist die symbolschaffende Arbeit und Farbe und Form bei der Strukturierung des offenen Bildraumes, zu der auch die Entstrukturierung eingefahrener Muster gehört und damit im übertragenen Sinn auch die Strukturierung des äußeren sowie des inneren Raumes der Person, wozu der Ich-Komplex und die Beziehung des Ich zum umfassenderen Selbst gehört. (Vgl. ebd., 59). Der betreffende Mensch erlebt sich wieder als Gestalter, als Handelnder, nicht mehr nur als bloß passiv Erleidender. Der Gestaltende arbeitet beim Malen direkt an seiner Selbstgestaltung, seiner Individuation und damit an seiner Selbstheilung. In ihm erwacht der Mut, sich wieder zu orientieren, zu sammeln und zu finden. (Vgl. ebd., 26).

Zu den MGT-Methoden zählen intuitives Zeichnen & Malen, Malen nach Musik, in der Natur, spontanes Malen, d.h. Schmieren, Patzen, Kritzeln, beidhändiges Malen, aus der Bewegung, Objektarbeit (dreidimensionales Gestalten), Modellieren mit Ton, plastisches Gestalten mit unterschiedlichen Materialien uvm.

#### **3.3.3.2 Imaginations- und Symbolisierungsvorgang**

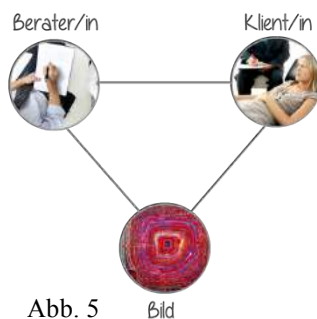
Das Wesentliche am Symbolisierungsvorgang wiederum ist, dass der Malende in seiner Imagination, die sich vor und während des Malvorgangs abspielt, mit den Ressourcen seines Unbewussten, mit dessen Erfahrungsreichtum und den in ihm wirkenden Kräften und Mächten in Kontakt kommt und somit sein Problem in einen umfassenderen Zusammenhang gestellt sieht, der es ihm ermöglicht, es auf einer neuen Ebene zu sehen und schließlich zu „überwachsen“. (Vgl. ebd., 58).

Imaginations- und Symbolisierungsvorgang werden in der MGT durch geleitete Phantasieren, Naturmeditation, Arbeiten mit inneren Bildern, Meditation, etc. ermöglicht.

### 3.3.3.3 Besprechungs- und Interpretationsvorgang

Das Wesentliche am Besprechungsvorgang ist demgemäß, dass im Rahmen einer behutsam empathischen Gesprächsatmosphäre die Botschaft noch bewusster gemacht wird, die im Bild, das bewusste und unbewusste Inhalte verbindet, bereits enthalten und gestaltet ist. Es kommt dabei darauf an, mit dem Gestalter gemeinsam eine Sprache über sein Bild zu entwickeln, die fähig ist, sowohl eng am Bild zu bleiben wie auch die im Bild gestalteten Vorgänge als seelische Prozesse transparent zu machen. (Vgl. HENZLER/RIEDEL 2004, 25/58). Zum Besprechungs- und Interpretationsvorgang gehören Achtsamkeit und Empathie als vorausgesetzte Grundhaltung im Besprechungssetting.

Die Triade des mal- und gestaltungstherapeutischen Settings:



„Das Bild ist gleichsam ein Drittes zwischen dem Therapeuten und dem Klienten, es wird im Grunde ‚zwischen ihnen‘ gemalt, ist wie eine Botschaft, wie ein Brief, der zwischen ihnen hin und her geht. (HENZLER/RIEDEL 2004, 43).

### 3.3.3.4 Begegnungs- und Beziehungsvorgang

Das Wesentliche am Beziehungsvorgang dürfte sein, dass der Therapeut bzw. die Therapeutin eine Vertrauensbeziehung zu konstellieren, ein positives „Mutter-Feld“ aufzubauen vermag, das sich in erster Linie in der Atmosphäre äußert, die zwischen Therapeut und Klient aufkommt. Eine Atmosphäre des Getragenen Seins, die den hingeebenen Schaffensprozess erst ermöglicht, in dem sich der Malende, während er an den positiven Kräften des „Mutter-Feldes“ und des Therapeuten teilhat, als aktiver Gestalter eines Bildes und damit in übertragenem Sinn auch seines Geschickes erfährt. (Vgl. HENZLER/RIEDEL 2004, 58).

Für den Begegnungs- und Beziehungsvorgang ist es wichtig das Vertrauen aufzubauen, den Unterschied zwischen verbaler und nonverbaler Kommunikation zu erkennen, Bildbesprechungen (individuell, paarweise, in Kleingruppen) durchzuführen, und Gruppenfeedback zu erhalten. Ein besonderes Augenmerk, bei der Beziehung zwischen Klienten und Therapeuten, gilt der Phänomene der Übertragung und Gegenübertragung. Dieses Konzept muss in der Mal- und Gestaltungstherapie jedoch erweitert verstanden werden, da viele Übertragungen nicht direkt auf den Therapeuten, sondern auf die Gestaltung projiziert werden. (Vgl. Stocker 2008).

### **3.3.4 Das Menschenbild von C. G. Jung**

Jung sieht den Menschen als einen, der im gelebten Vollzug des Individuationsprozesses zu dem werden soll, der er eigentlich ist. Das ist menschliche Aufgabe, das ist menschliches Vermögen, das ist aber ebenso sehr Grundlage für die Theorie des therapeutischen Prozesses. Die Jung'sche Psychologie ist von einem Menschenbild geprägt, das den Menschen in einem umfassenden Sinnzusammenhang sieht, in schöpferischer Wandlung stehend, der fehlende Wandlung als bedrückend erlebt; zudem einem Selbstverständnis verpflichtet. Für all das Geschehen hat er noch eine Dimension über das Offensichtliche hinaus und bleibt deshalb auch geheimnisvoll. Sinnhaft erlebbare Wirklichkeit steht immer in einem Zusammenhang mit geistiger Wirklichkeit. (Vgl. KAST 2012<sup>8</sup>, 9).

#### **3.3.4.1 Das Konzept einer Maltherapie nach C. G. Jung**

Das Therapiekonzept Jungs baut auf die natürliche Entfaltungstendenz eines jeden Lebewesens, auf die Entelechie. Es setzt auf die Fähigkeit, zu wachsen, sich zu entwickeln, auf die Fähigkeit zum Überwachsen der Probleme durch eine immer differenziertere Entfaltung der besonderen Gestalt, auf die ein jeder von uns angelegt ist. Eines der großen Symbole, in denen auch Jung diesen Prozess immer wieder darstellt, ist der Baum. So wie ein Baum die Wunden seiner Rinde, die im Sturm verlorengewandene Äste oder die, um die er beschnitten wurde, überwächst. So versucht auch die menschliche Psyche, die in ihr angelegte Gestalt optimal zu verwirklichen, was auch immer sich dem entgegenstemmen mag. Beim Menschen nennen wir diesen Vorgang den Individuationsprozess. (Vgl. HENZLER/RIEDEL 2004, 14).

#### **3.3.4.2 Der Individuationsprozess nach C. G. Jung**

Unter dem Individuationsprozess wird der Prozess der dialogischen Auseinandersetzung zwischen dem Bewusstsein und dem Unbewussten verstanden. Bewusste und unbewusste Inhalte vereinigen sich in den Symbolen. (Vgl. KAST 2012<sup>8</sup>, 9).

#### **3.3.4.3 Symbole**

Symbole sind Brennpunkte menschlicher Entwicklung. In Ihnen verdichten sich existentielle Themen, in ihnen sind Entwicklungsthemen und damit verbunden auch immer Hemmungsthemen angesprochen. Das wird dann deutlich, wenn wir bedenken, dass Symbole Komplexe abbilden. (Vgl. ebd., 44).

#### **3.3.4.4 Komplexe**

Jung sagt über die Komplexe, sie würden eine eigentümliche Phantasietätigkeit entwickeln; im Schlaf erschiene die Phantasie als Traum, aber auch im wachen Zustand würden wir unter der Bewusstseinschwelle weiter träumen (vgl. ebd.).

#### **3.3.4.5 Übertragung**

In der Einführung zur *Psychologie der Übertragung* beschreibt C. G. Jung den Vorgang der Übertragung auf folgende Weise: „Im Patienten werden frühere Erfahrungen und Objektbeziehungen wieder lebendig. Damit verbundene Erinnerungen und Gefühle werden auf den Therapeuten projiziert. Dies ermöglicht ein Bewusstwerden und Durcharbeiten der neurotischen Schwierigkeiten.“ (JUNG 1997, 2). Je nachdem welche Beziehungserfahrungen in der Kindheit prägend waren, bilden sich positive oder negative Übertragungen aus, die unbewusst auf den Therapeuten projiziert werden (vgl. ebd.).

#### **3.3.4.6 Gegenübertragung**

In der bereits vorhin erwähnten Einführung zur *Psychologie der Übertragung* stellt C. G. Jung zum Phänomen der Gegenübertragung folgenden Zusammenhang her: „In der Praxis ist die Übertragung des Patienten unlöslich mit der Gegenübertragung des Therapeutischen verwoben. Woraus sich das Arbeitsbündnis der beiden bildet.“ (JUNG 1997, 2).

## 4 PRAKTISCHER TEIL

### 4.1 Persönlicher Stil

Der Psychoanalytiker Irvin D. Yalom drückt ebenso meinen Arbeitsstil treffend aus:

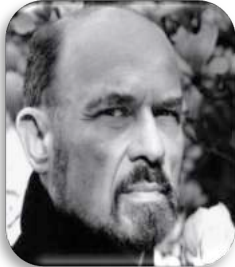


Abb. 6

„Ich betrachte meine Patienten (Klienten) und mich am liebsten als gemeinsame Reisende, ein Begriff, der die Unterscheidung zwischen ‚ihnen‘ (den Leidenden) und ‚uns‘ (den Heilern) aufhebt.“  
(YALOM 2002, 23)

Ich möchte einen Überblick über das präventive und sinnorientierte Begleiten nach den Richtlinien der logotherapeutischen, sowie der mal- und gestaltungstherapeutischen Methodik geben. In meinem Projekt beziehe ich mich auf die von Viktor Frankl und Elisabeth Lukas logotherapeutischen Ansätze, sowie den mal- und gestaltungstherapeutischen Ansätzen von C. G. Jung, Ingrid Riedel, Verena Kast, Gisela Schmeer und Bettina Egger/Christa Henzler. Ich orientiere mich methodisch und inhaltlich an den Büchern von Gregg M. Furth *Heilen durch Malen* und Bettina Egger, sowie Luise Reddemann *Imagination als Heilsame Kraft*.

Als Lebensberater, Maltherapeut und Künstler möchte ich meinen Klienten mit Professionalität, Erfahrung, Empathie und ehrlichem Interesse dienen. Als Wegbegleiter erachte ich dieses gemeinsame Reisen als hohes Privileg, welches keineswegs farb- oder formlos auch mein eigenes Lebensgemälde bereichert bzw. verändert.

### 4.2 Zielgruppe

Menschen, die keinen psychischen Krankheitswert aufweisen, jedoch an Grenzen angekommen sind bzw. in Gefahr stehen dorthin abzudriften. Weiters Sinn- und Orientierungssuchende, die sich begleitet wissen möchten oder den Wunsch nach Selbsterfahrung haben.

#### 4.2.1 Meine Intentionen und Ausgangssituation

Optimale und qualitative Begleitung der Klienten in Ihren Veränderungs- und Sinnfindungsprozessen. Visualisierung von inneren Bildern, die durch die MGT nach außen gebracht werden sollen. Da das Wort Therapie leider immer noch bei vielen Menschen in Europa das Ge-

fühl eines Krankheitswerts hervorruft, benannte ich die Treffen „Lebensbegleitung mit mal- und Gestaltungsmethoden“. In euphorischer Manie erklärte ich den Teilnehmern anhand von meinem eigenen Individuation-Prozess und der dabei gewonnenen Selbsterfahrung, wie und was das Malen und Gestalten mit unserem inneren Menschen zu tun hat und was es nach außen hin bewirkt. Die Neugierde war wohl anfangs größer als meine Überzeugungskraft.

### **4.3 Projektvorbereitung**

#### **4.3.1 Projektplanung**

Zeitraum: November 2016 - Juni 2017

Einzelsetting: Treffen nach Vereinbarung, pro Einheit zw. 90 - 120 min

Ort: In hauseigener Praxis/Atelier und im GMZ

#### **4.3.2 Aussendung**

Das Anwerben der Klienten erfolgte von meinem Netzwerk aus über SMS, Facebook, Webseite, Mundpropaganda und der Bezirkszeitung.

#### **4.3.3 Teilnahmebedingungen/ interne Vereinbarungen**

- Klienten ohne psychischen Krankheitswert.
- Compliance bzw. Mitarbeit erforderlich und konstruktiv.
- Pünktliches Erscheinen.
- Gegenseitige Wertschätzung.
- Kein Konsum von Drogen jeglicher Art (Alkohol etc.) unmittelbar vor dem Setting.

#### **4.3.4 Einige Grundsätze der MGT**

Vorab die Erläuterung einiger Grundsätze der MGT, welche den Klienten entlasten indem sie gewissen Anspruchserwartungen bzw. Anfangsängsten entgegensteuern sollen.

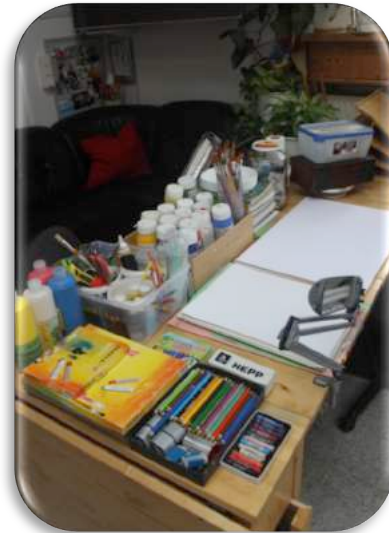
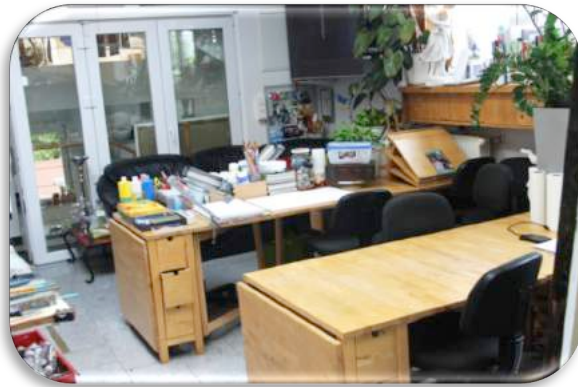
- Besondere Fertigkeiten und Fähigkeiten werden nicht vorausgesetzt.
- Jeder Mensch besitzt Kreativität.
- Keine Kunstwerke schaffen; malen wie ein Kind, spontan, naiv und frei.
- Es gibt kein Falsch, nur ein Richtig.
- Es kommt nicht darauf an, jedes Bild fertigzustellen, auch Skizzen und Entwürfe sind in Ordnung (Play/Pause Taste).
- Vielseitige Gestaltungsmöglichkeiten. Ausprobieren verschiedener Materialien.

## **4.4 Beschreibung der Arbeitsräume und -mittel**

### **4.4.1 Schaffen einer angenehmen Atmosphäre**

Vor jedem Setting und je nach Bedarf gestalte ich das Atelier um. Verschiedene Düfte/Duftkerzen/Räucherstäbchen sowie Kerzen, Deko und Meditations-CDs sorgen für ein gutes Ambiente und vermitteln dem Klienten eine gewisse Wertschätzung.

Abb. 7 und 8



### **4.4.2 Einrichtung und Zeichenmaterial**

Damit der Klient mit Freude beginnen konnte, bot ich eine große Vielfalt an Materialien an. Ob Flüssigfarben wie Acryl/Wasserfarben oder Trockenfarben wie Pastell, Ölkreiden, Buntstifte, Kohle, Bleistifte und allerlei Material für Collagenarbeit, Ton, Krimskrams für Objektarbeiten, Zeichenblätter aller Art, Leinwände und Unmengen an Zubehör waren im Sortiment und standen zur Verfügung. Anfangs schien es, als würden sie damit überfordert sein, aber überraschend schnell löste sich der Knoten und man nützte das Materialsortiment ohne Hemmungen großzügig sowie experimentell aus.

## **4.5 Erstgespräch**

Um den Klienten etwaige Unsicherheiten zu nehmen, biete ich auch eventuell ein Erstgespräch mit einer mal- und gestaltungstherapeutischen Schnuppereinheit an. Das Prozedere der Aufklärung und der Abklärung sind hier anzusiedeln, sowie gesetzliche Bestimmungen wie Schweigepflicht; Ablauf der Beratungs- und der MGT-Methoden; Auftrag an die Beratung; Zeitrahmen; ob die Chemie stimmt; Compliance, Protokoll, Hausaufgaben etc.; Honorar; Terminvereinbarung etc.



#### **4.5.1 Mögliche Fragen und therapeutische Intervention im Erstgespräch**

- Welche Erwartungen stellen Sie an den Therapeuten?
- Welches Therapieziel setzen Sie sich persönlich?
- Erfahrungen mit MGT vorhanden?
- Wunderfrage (Methode der lösungsfokussierten Kurzzeittherapie von Steve de Shazer 1970er Jahre)
- Drei Wünsche von einer Fee (wie man es aus Märchen kennt).
- Erster Gestaltungsauftrag, ein HWG-Bild (Hallo-wie-geht's-Bild).

#### **4.5.2 Persönliche Erfahrung**

Das Erstgespräch zeugt von einem hohen Stellenwert und von Spannung. Entweder der Klient schweigt und scannt den Therapeuten völlig auf Kompetenz, Aussehen, Kleidung, Geruch und Zahnhygiene ab oder er plappert drauf los was das Zeug hält mit der, von ihm zu gutem Recht geglaubten Meinung, man hat sich endlich dazu durchgerungen, den immer wieder verschobenen oder ungewollten, aber notwendigen Beratungstermin nun doch wahr zu nehmen. Diese ersten 15-20 Minuten des Dampfablassens finde ich therapeutisch sehr wertvoll, da sie dem Klienten signalisieren ein Gegenüber zu haben, das mit seiner völligen Aufmerksamkeit zuhört. Nicht selten staune ich darüber, wie viel Frust, Ärger, Ängste, Not, Bedürfnisse etc. sich beim Klienten jahrelang ansammeln musste, bis man sich dazu entschieden hat professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Geschieht dies, möchte man seinen angesammelten, ich nenne es einmal Müll, in wenigen Minuten entsorgen. Zu Achten sei dabei darauf, dass diese sogenannte Müllwelle im Erstgespräch nicht ins uferlose abdriftet und beide, Klient sowie Therapeut, ertrinkt.

#### **4.6 Aufbau eines Settings und Zeitrahmen**

Dauer: 90-120 min.

- Einstiegsrunde (15-30 min.).
- Themenwahl/Methode/Arbeitsauftrag (15 min. z.B. Imagination).
- Der erste Malauftrag.
- Gestaltungsphase (15 min. Stegreifbilder bis 60 min).
- Bildbeschreibung.
- Bildtitel/Protokoll (10 min.).
- Reflexion/Bilderinterpretation (30-60 min).
- Zusammenfassung/Erkenntnis (15 min.).

- Hausaufgaben.
- Fotografieren des Werkes.
- Dokumentation/Eigener Eindruck/Hypothese

#### 4.6.1 Einstiegsrunde

Jedes Treffen beginnt mit einer netten Begrüßung und dem Ritual der Befindlichkeitsrunde. Mit welchem Gefühl bin ich da? Wie geht es mir im Hier und Jetzt? Weiteres nehme ich Bezug auf Erkenntnisse vorhergehender Treffen bzw. des letzten Settings, auf sich zugetragene Ereignisse zum Thema und eventuell auf geschriebene Protokolle. Meines Erachtens ist zu Beginn eines Settings eine 15 bis 30-minütige Gesprächsführung grundsätzlich erforderlich, um ein Arbeitsbündnis herzustellen.

#### 4.6.2 Themenwahl/Methode/Arbeitsauftrag

So individuell wie der Mensch selbst ist, so individuell ist auch die Methode bzw. die Vorgehensweise jeder einzelnen Person.



Abb. 9

„Die Aufgabe wechselt nicht nur von Mensch zu Mensch entsprechend der Einzigartigkeit jeder Person, sondern auch von Stunde zu Stunde, gemäß der Einmaligkeit jeder Situation.“

(www.de.wikiquote.org, Stand 15.04.2017)

Ich unterstreiche die Meinung vieler erfahrener Therapeuten, die behaupten, dass es wichtig sei, für jeden Klienten eine eigene Therapiemethode zu entwickeln. Der Therapeut baut eine Beziehung zum Klienten auf, welche von Aufrichtigkeit, bedingungsloser positiver Anteilnahme und Spontaneität zeugt. Es kommt darauf an, dass die Therapie spontan und die Beziehung dynamisch ist, sich ständig weiterentwickelt und, dass das Erleben und die Hinterfragung des Prozesses kontinuierlich mitverfolgt werden. (Vgl. YALOM 2002, 47).

Einen immer gleichen Therapieverlauf anzubieten gleicht eher einem Computerprogramm, das weder dem Menschenbild der Logotherapie, noch dem der MGT entspricht, welches die Einzigartigkeit der Person in allen Facetten hervorhebt. Was so viel heißt wie, dass Technik für den Neuling etwas anders als für den Experten bedeutet. Man braucht Technik, um Klavier spielen zu lernen, doch irgendwann, wenn man Musik machen will, muss man die erlernen.

te Technik hinter sich lassen und den eigenen spontanen Einfällen (Inspirationen) folgen bzw. vertrauen.

In meinen Anfängen als MGTler folgte ich einem festgefahrenen und in allen Facetten strukturierten Programm, so quasi einem Themenkatalog; zuerst kommt dies, dann jenes usw. Schnell machte ich die Erfahrungen, ständig herumkünsteln zu müssen und wunderte mich über unzufriedene Resultate. Mit der Zeit vertraute ich immer mehr auf die eigene Intuition bzw. Inspiration und siehe da, Klient und Therapeut erfreuten sich einer weit authentischeren, harmonischeren und spannenderen Form des Arbeitens am Prozess.

#### 4.6.3 Der erste Malauftrag

HWG-(Hallo wie geht's )-Bild. Freie Materialwahl. Eine wunderbare Einstiegsmöglichkeit um mit Material und Kreativität zu experimentieren. Diese Übung dient quasi als Bestandaufnahme des gegenwärtigen körperlich-seelisch-geistigen Zustands der Teilnehmer, anhand dessen sich gut der Status quo feststellen lässt. Ich habe noch kein einziges Mal erlebt, dass es hier nicht fruchtete, was wieder einmal beweist, dass das Unbewusste exakt weiß was und wohin es will und dem Bewussten signalisiert, den Prozess ins Fließen bringen zu wollen.



Abb. 10

„Nicht nur im Künstler,  
in uns allen fließt dieser Strom,  
aus dem Bilder auftauchen wollen.“  
(grafikunddesign.com, Stand 15.04.2017)

Anweisungen bzw. Anregungen für das HWG-Bild sind: Wie geht es Ihnen momentan? Wie sind Sie hier angekommen? Aktuelle Lasten, Gedanken, Ziele, Freuden, Trauer, Leid, Schuld, Prioritäten, Erfolge etc., bringen Sie es aufs Papier und malen Sie es sich von der Seele.

#### 4.6.4 Gestaltungsprozess

Was ein Aktivwerden für den Klienten bedeutet, gilt ebenso für den Therapeuten:

- Hilfestellung und Erklärung von Material.
- Beobachtung und Mitschrift,
- Anwesenheitspflicht des Therapeuten

Damit der Malprozess gut abgeschlossen werden kann, weise ich den Klienten 10 und 5 min. davor auf die verbleibende Restzeit hin. Was nicht bedeutet, das Werk fertigzustellen zu müssen, aber zumindest gezielt auf die „Pause/Stopp-Taste“ zu drücken.

#### **4.6.5 Bildbeschreibung**

Das auf dem Bild sichtbar Gemachte.

#### **4.6.6 Bildtitel**

Meine Erfahrung, dem Bild einen Titel zu geben, erweist sich häufig als ein Segen für alle Beteiligten. Nicht selten beschreibt dieser das Hier und Jetzt bzw. den aktuellen Bezug oder könnte auch schon der Konflikt/Komplex selbst sein.

#### **4.6.7 Protokoll**

Ein kurzes, 5-10-minütiges, Protokoll in Stichworten erweist sich als sehr nützlich für die anschließende Reflexionsrunde mit dem Klienten und seinem Werk. Den Sinn eines kontinuierlich geführten Protokolls erklärt, meines Erachtens, Jacobi sehr treffend mit folgenden Sätzen: „Die Erfahrung zeigt, dass sich beim Gestalten einer Bilderserie für den Maler meistens ein ‚Thema‘ herausbildet und sich durch das Malen ein innerseelischer Entwicklungsprozess anbahnt und abzeichnet“ (HENZLER/RIEDEL 2004, 63). Das Alternieren von Störungs- und Dissoziationsphasen mit geordneten Phasen oder der von innen kommende Impuls, das Chaotische des seelischen Innenraumes durch Formung und Gestaltung zu bannen, lässt sich nirgends so eindeutig beobachten, wie in einer Serie von Bildern desselben Malers, schreibt Jacobi und betont damit besonders deren diagnostischen Wert (ebd.).

#### **4.6.8 Reflexion/Bilderinterpretation**

Für den Therapeuten ist es wichtig, die Beziehung zwischen dem Gestaltungsprozess, dem entstandenen Werk, sowie dem Maler zu erfassen (Triade).

##### **4.6.8.1 Reflexion**

Das Werk liegt gut sichtbar vor dem Gestalter. Es ist unumstritten, dass das Stellen von Fragen (Sokratischer Dialog etc.) zu den wichtigsten therapeutischen Methoden zählt.

Reflexionsfragen könnten sein:

- Erzähle etwas über dein Bild oder
- Wie erging es dir beim Malauftrag?

- Hattest du sofort eine Idee, was du malen wolltest?
- Wie war die Materialwahl und für welches hast du dich entschieden?
- Wie ist es dir beim Malen ergangen?
  - War es für dich ein angenehmes Malen oder hattest du Widerstände?
  - Kamen dir, während deines Malens, noch weitere Ideen, Ausdrücke, Impulse?
  - Kamst du mit der Zeit aus?
- Wie geht es dir jetzt, wenn du das Bild betrachtest?
  - Bist du zufrieden?
  - Hat dein Motiv etwas mit deinem aktuellem Leben zu tun (Lebensbezug)?
 (Fragen frei wiedergegeben nach E. Bakowsky).

#### 4.6.8.2 Bilderinterpretation

Nicht ohne Grund betont Jacobi nochmals: „Da meine Erfahrung mit Bildern mir zeigen, dass in jeder Serie auch eine ‚Bildbotschaft‘ an den Gestalter gerichtet ist, geht es mir in den in dieser Arbeit vorgenommenen Bilderserien-Interpretationen vor allem darum, diese ‚Botschaft‘, das heißt das ‚Thema‘ zu finden, das sich in der Serie zum Ausdruck bringt“ (HENZLER/RIEDEL 2004, 63). Weiter schreibt sie: „Bilder aus dem Unbewussten erklären und deuten zu wollen, ist ein gefahrenreiches Unterfangen, das nur mit äußerster Behutsamkeit angegangen werden darf. Oft deuten sich die Bilder von selbst, oft sind sie lediglich Momentaufnahmen. Andere Bilder wieder sind von größerem Gewicht, sie beleuchten Grundzüge und Situationen ihres Autors, die für sein ganzes Leben schicksalhaft bestimmt sein können“ (ebd.).

Bei der Bilderinterpretation orientiere ich mich hauptsächlich an den Kriterien aus Gregg Furths Buch *Heilen durch Malen*. Das Vorwort hierzu lieferte die uns bekannte Fr. Prof. Elisabeth Kübler-Ross:



Abb. 11

„Gregg Furth hat ein Buch geschrieben, das endlich das sehr kostbare Werkzeug der Bilderinterpretation für Therapeuten und Laien gleichermaßen zugänglich macht. Als mein Schüler, und ein Schüler der englischen Analytikerin Susan Bach, hat Gregg Furth vielleicht mehr Wissen und Begabung auf diesem Gebiet als irgendjemand anderes, der zurzeit in den Vereinigten Staaten damit arbeitet.“

(FURTH 2008, 11)

Das Credo der Bilderinterpretation lautet, die Deutungshoheit hat der Klient. Der Therapeut besitzt zwar ein großes Wissen an Selbsterfahrung, Techniken, Symbolauslegungen etc., kann aber schlussendlich nur auf die Auslegung des Klienten vertrauen (vgl. FURTH 2008).

#### **4.6.8.3 Brennpunkte**

Unter Brennpunkten, wie Furth sie nennt, versteht man Richtlinien oder Kernpunkte (focal points). Sie unterstützen dieses Unterfangen enorm.

- Der erste Eindruck
  - Welches Gefühl übermittelt das Bild?
  - Was ist auffällig?
  - Hindernisse
  - Was fehlt?
  - Was ist der Mittelpunkt?
  - Größe
  - Unterstreichungen
  - Verzerrte Formen
  - Wiederholungen
  - Versetze dich selbst in das Bild
  - Ausradierungen
  - Einschlüsse und Einzäunungen
  - Die Rückseite der Bilder
  - uvm.
- (FURTH 2008, 8)

#### **4.6.9 Zusammenfassung /Erkenntnis**

Die letzten 15 min. eines Settings sind wohl zum einen die Spannendsten und zum anderen die Intensivsten, wie auch die Wertvollsten. Der Kern der Sache wird beleuchtet und die daraus gewonnenen Erkenntnisse besprochen.

#### **4.6.10 Hausaufgaben**

Manche Klienten verlangen rigoros Hausaufgaben, andere würden nie wiederkommen, wenn sie welche bekämen. Beispiele für eine Hausaufgabe könnten sein:

- Ein Werk fertig zu gestalten oder dessen Fortsetzung (Play Taste).
- Protokolle schreiben.
- Neue Gestaltungsaufträge.
- Selbstreflexionen.
- Träume aufschreiben.
- Buch oder ein Kapitel daraus lesen.
- Übungen, verschiedene Aufgaben bewältigen uvm.

#### **4.6.11 Fotografieren des Werkes**

Bilder sind Briefe, die, wenn sie mal verfasst (gemalt) worden sind, jederzeit hervorgeholt und gelesen werden können, auch nach der XVI. Sitzung. Sie können in der Praxis deponiert werden (Gefahr der Fremddeutung wird vorgebeugt) oder mit nach Hause genommen werden, um sie nochmals in Ruhe zu studieren oder einer Hausaufgabe nachkommen zu können.

Das Fotografieren der Bilder hat vielerlei Notwendigkeiten:

- Motiv immer bei der Hand haben,
- Bilderserie beobachten,
- Herumexperimentieren des Therapeuten ohne das Original zu beschädigen,
- uvm.

#### **4.6.12 Dokumentation/Eigener Eindruck/Hypothese**

Während eines Settings dokumentiere ich Datum, Thema, Gestaltungsprozess, Bildbeschreibungen, Bildtitel, wichtige Informationen und Aussagen, Erkenntnisse, Emotionen bzw. Reaktionen des Klienten.

Nachdokumentation: Eine letzte Durchsicht und Notizen (mit roter Schrift) über meine persönlichen Eindrücke und Hypothesen wie auch Ideen und Inspirationen finden noch auf den Mitschriften ihren Platz. Nicht selten ergibt sich daraus ein folgender Malauftrag.

### **4.7 VORSTELLUNG EINER TEILNEHMERIN UND BESCHREIBUNG DES PROZESSVERLAUFES VON FRAU PIA K.**

#### **4.7.1 Vorstellung**

Bei der Klientin handelt es sich um eine eher zierliche, kleinere, 34-jährige Frau mit langen schwarzen Haaren, die auf den ersten Blick sehr selbstbewusst auftrat. Sie wirkte rational, freundlich, überaus korrekt und kontrolliert. Mit der Zeit erkannte man jedoch an ihrer Gestik und Mimik eine wahrnehmbare Unsicherheit. Sie war stets pünktlich, kam immer gepflegt und gut gekleidet. Ihr Berufsstand als Lehrerin für Rechnungswesen, Volkswirtschaftslehre und Mathematik an einer höheren Schule brachte einen Lohn um die € 3.050.- brutto. Sie lebt in ihrer neubezogenen, um die 100 m<sup>2</sup> großen, selbst finanzierten Wohnung in der Innenstadt. Ihre Mutter ist Krankenschwester, ihr Vater war Jurist. Ihre Kindheit genoss sie im Beisein ihres älteren Bruders, der verheiratet ist und einen 8-jährigen Sohn hat. Sie selbst ist ledig und alleinstehend. Im jungen Erwachsenenalter durchlebte sie eine Lebensgemeinschaft, welche

missglückte, da ihr damaliger Partner einen Ski-Unfall erlitt, mit deren Konsequenzen weder er noch sie umzugehen vermochten. Frau K. ist eine begeisterte Natur- und Tierliebhaberin.

#### **4.7.2 Thema: Erstgespräch**

02.09.2016

Das Prozedere der Aufklärung, der Abklärung, sowie der Ablauf sind hier anzuedeln. Frau K. klagte über ihr Leid, über ihr Alter, die Partnerlosigkeit, die dominante Mutter, die Liturgie im Job und die nicht mehr auszuhaltende Direktorin der Schule an der sie seit Jahren unterrichtet. Am Ende ihrer Auslegung folgten Sätze wie: „Ich bin verzweifelt. Ich kann nichts, außer meinen Job. Ich bin nur mehr frustriert und fürchte, mein Leben sinnlos zu verleben.“ Nach diesem Hilferuf und der Formulierung ihres Therapiezieles: „Ich möchte endlich wissen wie es in meinem Leben weitergehen soll“, betitelte sich der Auftrag an die Beratung quasi von selbst mit *Lebens- und Berufsorientierung mit Sinnfindung*.

Therapeutische Intervention: Da unser Erstgespräch sehr emotional war und den dafür vorgesehenen Zeitrahmen ausfüllte, wurde auf einen Gestaltungsauftrag (GA) vorerst verzichtet. Ich setzte Ihr jedoch vor ihrer Entlassung die Wunschfee auf die Schulter, welche der Klientin leise ins Ohr flüsterte: „Drei Wünsche hast du frei, benenne sie“. Diese waren *Gesundheit für alle, glücklich sein mit Lebenssinn, die Liebe (Partner, Kinder, Familie)*.

#### **4.7.3 Thema: Biographie-Arbeit/Ressourcenarbeit mit Belastungskreis**

16.09.2016

Biografie-Arbeit ist eine strukturierte Form zur Selbstreflexion der Biografie in einem professionellen Setting. Die Reflexion einer biografischen Vergangenheit dient ihrem Verständnis in der Gegenwart und einer möglichen Gestaltung der Zukunft ([www.pflegewiki.de](http://www.pflegewiki.de), Stand 12.06.2017).

Einstiegsrunde: Nach einer kurzen Befindlichkeitsfrage, welche die Klientin nach 15 min. zusammenfassend mit *Mein frustrierendes Leben* betitelte, war es meine Intention sie vorerst einmal an einen Kraft-Ort zu bringen, um sie zu stärken, indem auf nur positiv Erlebtes/Zukünftiges hingewiesen werden sollte. Hierfür schien mir als Start die Technik der Collage (französisch für kleben) angemessen. Durch Sammeln, Ausschneiden, Kleben von Bildern aus Illustrierten, soll ein neues Ganzes geschaffen werden. Das schien mir in diesem Fall





den, zu schätzen; Ziele, Visionen und Wünsche, die jeder für sich hat aufzuschreiben und Erwartungen an mich zu formulieren.

Eigener Eindruck/Hypothese: Um meinen Eindruck zu schildern, erwähne ich eine Geschichte, die mir während der Reflexion mit der Klientin immer wieder in den Sinn kam. Die Geschichte vom Adler, der glaubte ein Huhn zu sein; schlussendlich flog er doch in die Freiheit und kehrte nie mehr zurück. Mir scheint Frau K. hat das Fliegen verlernt oder es noch nie erlernt.

#### 4.7.4 Thema: Komplexsuche/Assoziation zu Freiheit

30.09.-07.10.2016

Einstiegsrunde: Die Klientin hat ihre Collage zwei Wochen auf sich wirken lassen und kommt schlussendlich zur Erkenntnis, doch einiges an Schätzen zu besitzen, welche signalisieren, dass doch noch nicht alles verloren zu sein scheint. Mein Fokus richtete sich nun auf das Auffinden von Blockaden bzw. Komplexen. Besonders erwähnt sie des Öfteren, wie wichtig ihr die Freiheit sei, was mir wiederum signalisierte zu hinterfragen, ob jene ihr denn fehle. Spontan lud ich sie auf ein Assoziationsexperiment ein. Ergebnis: Freiheit, Meer, Sonne, Wind, Sturm, Trauer, Angst. Arbeitsauftrag: Malen Sie aus den Begriffen *Freiheit* und *Angst* ein Bild.

Gestaltungsphase/Bildbeschreibung: Frau K. nimmt ein DinA4 Blatt und wählt Bunt- und Bleistifte aus. Nach einigem Überlegen zeichnet sie munter darauf los. Beginnend von rechts nach links. Die Euphorie änderte sich, als sie sich der linken Seite annahm. Nachdenkpausen und Verzögerungen begleiteten nun den Malprozess. Auf der rechten Seite sieht man eine Gestalt, die sehr bunt und fest mit dem Boden verbunden dasteht. Dahinter weitere neun einfarbige Gestalten. Auffällig ist, dass keine der Gestalten ein Gesicht hat. Gesichtslos sind auch die, auf der linken Seite monochrom, mit Bleistift dargestellten, zwei Gestalten, wo nur der Oberkörper dazu gezeichnet wurde. Statt einem Gesicht stehen im männlichen Gesicht die Worte *Glück/Spaß* und im weiblichen *Lachen/Freude*. Der Mann steht hinter der Frau und ist an der rechten Schulter leicht schattiert. Ihrem Rücken

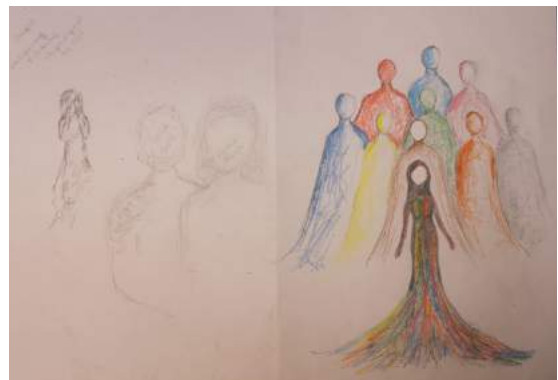


Abb. 13

zugewandt, findet sich am linken äußeren Bildrand eine weitere leicht anradierte Person, die sich mit ihren Händen das Gesicht verdeckt. Füße, welchen den Kontakt zum Boden herstellen sollten, scheinen generell gänzlich zu fehlen. Über der Figur im Hintergrund stehen die Worte *Angst, Ablehnung, Kränkung, ungenügend zu sein*.

Reflexion/Bildinterpretation: Die Klientin interpretiert ihr Bild folgendermaßen:

**Rechte Seite:** Hier findet die Freiheit ihren Platz. Die gut verwurzelte bunte Gestalt sei sie selbst. Die weiteren Gestalten symbolisieren positive Eigenschaften, die sie gerne hätte oder teilweise schon hat, wie etwa rot für Liebe, Leidenschaft und Stolz; braun für Treue und Loyalität; orange für Spontaneität, Risiko, etwas wagen; dunkelblau für Geduld, Rücksichtnahme, Kraft, Führung, Verantwortung; gelb für Teilen, Helfen, Familie, Unterstützung. Grün, grau, rosa und hellblau bleiben vorerst offen.

**Linke Seite:** Die zwei Personen im Vordergrund wenden sich von der Frau am linken Blatt- rand ab. Diese Frau soll ebenfalls sie selbst darstellen.

Therapeutische Intervention: Da alle Personen hinter der Frau mit dem bunten Kleid ein angemaltes Gesicht haben, nur die Person hinter ihr, so wie sie selbst, ein leeres, legte ich mein Augenmerk besonders darauf und fragte nach, wer die Person sei? Frau K. antwortete, dass das auch sie selbst sei (braun für Treue und Loyalität). Nun kreiste meine Fragestellung (Sokratischer Dialog) um die sich manifestierten Begriffe *Treue, Loyalität, Angst, Ablehnung, Kränkung, Ungenügend zu sein*. Daraus ergab sich, dass die Klientin weder ihren Job, noch ihre Arbeitgeberin ertragen kann, sich ihrer Chefin gegenüber aber zu Treue und Loyalität verpflichtet fühlt, da sie ihr teure Lehrerfortbildungen finanzierte und auch ihre Position und Autorität als Lehrerin an der Schule gefördert habe.

Bei meiner Frage, warum sie nicht den Beruf kündigt bzw. wechselt, kamen bemerkbare Ängste hoch wie: Ihre Dienstgeberin wäre gekränkt und aufgeschmissen ohne sie. Weiter würde sie ihren nicht schlecht bezahlten Job und damit ihre finanzielle Existenz aufs Spiel setzen. Außerdem hätte sie so lange an der Universität diese Fachrichtungen studiert und somit keine Qualifizierung für anderes; habe Angst was Kollegen und Freunde über sie denken könnten und meinte: „Ich kann nicht, es gibt keinen Plan B.“ Trotz Fehlen des Plan B, nimmt die Klientin folgende Erkenntnisse mit: Lebensgefühl neu erleben (Ressourcenblatt); die Sehnsucht nach einer Partnerschaft; Bedürfnisse und Werte die sie gerne leben würde; Konfrontation zwischen Freiheit und Angst.

Eigener Eindruck/Hypothese: Die fehlenden Beine und damit der fehlende Bodenkontakt symbolisieren für mich, dass der Klientin buchstäblich der Halt und damit die Standhaftigkeit fehlt, wobei die gegebene Arbeitssituation die Klientin in eine Opferrolle bringt, in der sie sich verpflichtet fühlt, ein Leben lang ihren Beruf als Pädagogin, der sie seit etwa zwei Jahren anwidert und extrem frustriert, auszuüben. Ebenso quält sie der Gedanke, was die andern über sie denken könnten, was die Klientin wiederum in einen Konflikt mit Ihrem eigenen Ich bringt.

Abb. 14

Analyse ausgewählter Bildelemente:

Frau, Hand vor dem Gesicht haltend.

Worte: Angst vor Ablehnung, Kränkung, davor ungenügend zu sein.

Verena Kast schreibt hierzu: „Bei der Opfer-Aggressor-Thematik geht es in vielfacher Weise um Verhältnisse von Macht und Ohnmacht, und dies hat wiederum viel zu tun mit Angst, Aggression und der Regulierung des Selbstwertgefühls“ (KAST 2000<sup>5</sup>, 9).



Im Rahmen der Psychotherapie ist die Über-Ich-Problematik jedenfalls deutlich erkennbar und von echten Gewissensüberlegungen durchaus abgrenzbar. Ein Patient, der sich damit herumquält, was die Leute wohl von ihm denken und halten, horcht auf sein Über-Ich. Einer, der im Entscheidungsprozess um die Sinnhaftigkeit einer Sache ringt, steht in Zwiesprache mit seinem Gewissen (Siehe Kapitel 3.1.3.4. Das Sinn-Organ)

Hausaufgabe: Beschreiben Sie die fehlenden Farbgestalten (grün, grau, rosa und hellblau) und ihre Eigenschaften

#### 4.7.5 Thema: Wachsen

21.10.-04.11.2016

Meine Intuition wäre *Wachsen in der Individualität*, indem die Klientin mit ihren Stärken und Schwächen vertraut wird, sowie die Angst benennt und ihr ein *Gesicht* gibt.



Abb. 15

Einstiegsrunde: Nach der Befindlichkeitsrunde und Lob an ihre hervorragende Compliance, präsentiert Frau K. ihre Hausaufgabe über die wir uns ausführlich austauschten.

Reflexion/Bilderinterpretation: Die Farb-Gestalten in *Abbildung 13*, wurden nun zu Farbkreisen, die nun personifiziert bzw. benannt wurden.

1 DUNKELBLAU = PAPA: Führung, Verantwortung, Geduld, Kraft, Rücksichtnahme.

2 GELB = MAMA: Unterstützung, Anteilnahme, Ruhe, Mitgefühl, teilen, Hilfe leisten, sportlich.

3 BRAUN = ICH JETZT: Loyalität, Toleranz, Rückhalt, Respekt, Treue.

4 WEISS (kein ORANGE zur Hand) = BRUDER MARTIN: Etwas wagen, Offenheit, sensibel, Kreativität, Spontanität, Risiko.

5 GRAU = NEU: Engagement, charmant, witzig, standhaft, emotional, zielstrebig, ehrgeizig, wissbegierig, Durchhaltevermögen, begehrenswert.

6 ROSA = NAOMI/PAULA: Freunde, Selbstwertgefühl, hilfsbereit (teilen), vorurteilsfrei, Verständnis.

7 GRÜN = NATUR/EMILIA: Naturverbundenheit, Erdung, Tierliebe, Gelassenheit, Verbundenheit, Erinnerung.

8 ROT = PARTNER: Liebe, Treue, Stolz, Romantik, Feuer, Leidenschaft, gemeinsame Ziele, Interessen und Träume.

9 HELLBLAU = YING YANG: Harmonie, Frieden, Einklang, Glückseligkeit

Dialog zwischen dem Therapeuten und der Klientin:

Therapeut: Wenn sie auf einen Werte-Kreis verzichten müssten, welcher wäre es?

Frau K.: Oh, auf keinen. Naja, vielleicht auf Rot = PARTNER, weil er nicht präsent ist. Nein, doch nicht. Auf keinen, ich gebe keinen her.

Arbeitsauftrag: Malen Sie ein Fortsetzungsbild, das Bild 2 (Abbildung 13) und Bild 3 (Abbildung 15) zusammenfasst.

Gestaltungsphase/Bildbeschreibung: Wieder verwendet sie Buntstifte. In sich kehrend gestaltet die Klientin eine Waage auf deren Mittelachse eine Person sitzt. Auf der rechten Waagschale sitzt ebenso eine Person. Auf der linken Schale stehen sieben farbige Personen, die die Waage in ein Ungleichgewicht bringen.

Reflexion/Bilderinterpretation: „Die Linke Seite der Waage ist die Gute, das Positive, die gegenüberliegende Seite, das Schlechte. Jemand, wahrscheinlich ich, sitzt auf dem Waage- rand. In der Mitte sitze auch ich.“



Abb. 16

Analyse ausgewählter Bildelemente: Waage

*Bilanz* (lateinisch *bilancia*, deutsch ‚(Balken-)Waage‘; aus lateinisch *bi* doppelt und lateinisch *lanx* Schale) ist ein in vielen Fachgebieten vorkommender Begriff, worunter allgemein eine nach bestimmten Kriterien gegliederte, summarische und sich ausgleichende Gegenüberstellung von Wertkategorien verstanden wird. Die Balkenwaage als Vorbild der Bilanz. Beide Seiten tragen den gleichen Betrag (de.wikipedia.org/wiki/Bilanz, Stand 05.06.2017).

Eigener Eindruck/Hypothese: Buchhaltung und Bilanzierung heißt nicht nur Jahresabschlüsse erstellen, sondern umfasst auch Controlling. Da sich die Klientin beruflich, unter anderem, mit Bilanzierung beschäftigt, greift intuitiv das Unbewusste beim Arbeitsauftrag *Malen Sie ein Bild welches Bild 2 und 3 zusammenfasst* ein, indem es ihr gut Vertrautes als Bilanzziehung (Bilanzierung) sichtbar macht. Hier gilt ein Abwiegen der Ressourcen gegenüber der Angst, welche die Klientin zu wichtigen Erkenntnissen führen sollte.

Therapeutische Intervention: Meine weitere Absicht ins Geschehen einzugreifen gilt nun dem Drängen, das Dargestellte von der Klientin näher beschreiben zu lassen.

Dialog zwischen dem Therapeuten und der Klientin:

Therapeut: Wie geht es jetzt der Person in der Mitte?

Frau K.: Sie hält die Balance, aber auch ohne sie wäre die Stellung so wie sie ist.

Therapeut: Was tut sich auf der rechten Seite?

Frau K.: Die Person ist allein und verlassen.

Therapeut: Wenn sie die Möglichkeit hätte, entweder die Personen links einzuladen zu ihr zu kommen oder selbst zur Gruppe zu gehen, wie würde sie sich entscheiden?

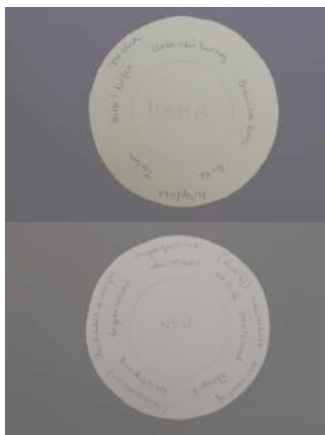
Frau K.: Sie würde zur Gruppe gehen.

Therapeut: Sind alle Personen auf der Waage?

Frau K.: Ja sicher... Moment, es fehlen Gelb (Mama) und Grau (Neu). Oh, das habe ich vergessen!

Therapeut: Na so etwas.

„Vergessene“ Teile aus Bild 3 (Abbildung 16):



GELB = MAMA: Unterstützung, Anteilnahme, Ruhe, Mitgefühl, teilen, Hilfe leisten, sportlich.

GRAU = NEU: Engagement, charmant, witzig, standhaft, emotional, zielstrebig, ehrgeizig, wissbegierig, Durchhaltevermögen, begehrenswert.

Arbeitsauftrag: Klarerweise bot sich nun der Arbeitsauftrag von selbst an. *Gestalten Sie aus den Begriffen MAMA und NEU etwas Neues.*

Intention: Verdacht auf Mutterkomplex. Die Mama Zuhause, die Mama (Chefin) in der Arbeit (Loyalität, Treue, Erwartungen, etc.). Gibt es in diesen Punkt keine Änderung, ist auch das *NEU* hinfällig, was ja ebenfalls weggelassen wurde.

Gestaltungsphase/Bildbeschreibung: Freie Materialwahl; die Klientin entscheidet sich für eine Objektarbeit mit Buntpapier inkl. Holzsockel. Sorgfalt und tiefe Gedanken begleiten diesen Gestaltungsprozess. Das Bild zeigt bunte Flammen verschiedener Größen.

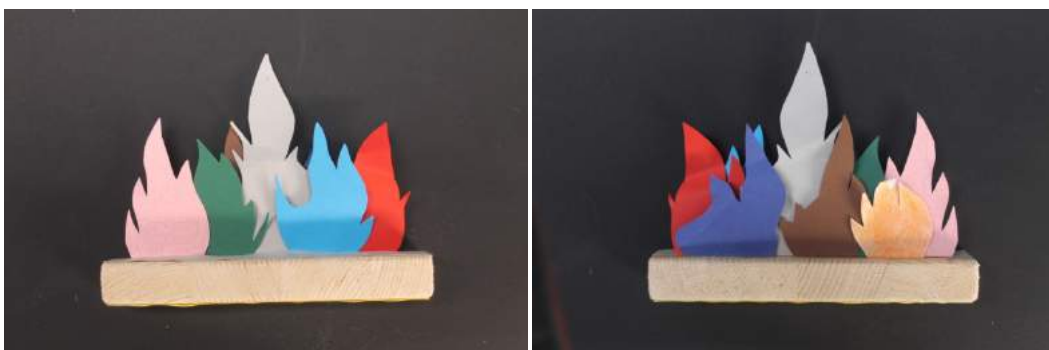


Abb. 17

Reflexion/Bilderinterpretation: Es handelt sich weiterhin um die Personen bzw. deren Werte.

Therapeutische Intervention: Besonders hier möchte ich auf die, in Kapitel 4.6.8.3. erwähnten, Brennpunkte hinweisen wie etwa, mein erster Eindruck: Da brennt etwas; Was fehlt? Die Farbe Gelb (Mama); Größe? Die mittlere graue Flamme thront über alle anderen.

Dialog zwischen dem Therapeuten und der Klientin:

Therapeut: Warum haben Sie ihre Mutter weggelassen?

Frau K.: Ich habe sie nicht weggelassen, da am Sockel ist sie.

Therapeut: Ah, warum dort?

Frau K.: Wollte GELB nicht dabeihaben, MAMA gehört nicht aufs Bild.

Therapeut: Gibt es eine Begründung hierfür?

Frau K.: Sie ist zu präsent, hilft mir nicht!

Therapeut: Wie könnte sie Ihnen helfen?

Frau K.: Indem sie nicht präsent ist (Klientin weint).

Folgendes Ereignis, welches die Klientin zum Weinen brachte, wurde ausführlicher fokussiert. Die damals 12-jährige Pia K. musste sich beim Elternsprechtag in Anwesenheit ihrer Mutter und vor ihrem Lehrer, der ihr ohnehin nicht zu Gesicht stand, Unfähigkeit und schlechte Mitarbeit vorwerfen lassen. Stattdessen die Tochter zu schützen, bestärkte die Mutter den Ankläger und ermahnte ihre Tochter noch obendrein sich mehr zu bemühen. Dieser, aus der Sicht der Klientin, Verrat der Mutter an die Tochter, brachte eine Wunde hervor, die noch immer schmerzt und besonders in ihrem jetzigen aktuellen Bezug immer wieder aufbricht (Abbildung 14). Weitere Vorwürfe an die eigenen Mutter folgten. Darunter „kann kein Geheimnis für sich behalten“, „Beziehung schwierig“, „ständiger Leistungsdruck, große Erwartungen“ etc. Frau Mama Zuhause und Frau Mama (Chefin) in der Arbeit hatten buchstäblich vieles gemeinsam.

Analyse ausgewählter Bildelemente: *SOCKEL/GELB = MAMA (Mutterkomplex)*

C.G. Jung unterscheidet zwischen einem Mutterkomplex des Mannes und der Frau. Er ordnet die männlichen Züge, die einer Frau innewohnen, dem Animus zu und die weiblichen Komponenten eines Mannes der Anima. Daraus folgert er, dass die innewohnende Weiblichkeit eines jeden Menschen sich größtenteils nach dem richtet, wie man seine Mutter erlebt hat, bzw. welche Teile aus dem kollektiven Unbewussten man auf seine persönliche Mutter projiziert.



ziert. Diese innewohnende, von der Mutter geprägte Weiblichkeit, projiziert der Mann nach außen und das ist sozusagen seine Brille, durch die er Frauen im Außen wahrnimmt und die sein Frauensuchbild bestimmt.

Die Frau hingegen trägt diese Weiblichkeit gemäß ihrer Natur in ihrem Inneren und versucht diesem inneren Mutterbild nachzueifern oder lehnt es komplett ab, oft ist es eine Mischung aus beidem, je nach dem, was die Frau an der Mutter schätzt und was nicht. (Vgl. [www.prantner.cc](http://www.prantner.cc), Stand 17.05.2017).

#### Weitere therapeutische Intervention:

Ich setzte verschiedene Objekte in den Belastungskreis der Collage (Abbildung 12) und notierte die Reaktion der Klientin. Als Frau MAMA an der Reihe war, folgten einige Minuten der Stille. Ihre anschließende Reaktion, wieso ich ihre Mutter in den Belastungskreis positionierte, glich einer Empörung. Auch der Wertekreis NEU durfte absolut nicht hinein. MAMA und NEU fanden ihren Platz auf der Nur-Positives-Collage. Bei der Zeichnung mit dem Titel *Angst* (Abbildung 13) kam ein klares Kopfnicken. Die Angst vor der Kündigung rückte ins Rampenlicht, der es nun bestimmt war sich zu widmen.



Abb. 18

Zusammenfassung/Erkenntnis: Die Klientin fühlt sich gestärkt, sich der Angst zu stellen. Sie allein vermag die Position der Waage nicht zu verändern. Ihre Ressourcen wiegen mehr als die Belastung (Waage-Bilanz-Ziehung). MAMA und NEU gehören auf die Ressourcen Collage zum Positiven. Die momentane Wut auf Frau Mama ist eine Projektion auf die Chefin bezogen.

#### Analyse ausgewählter Bildelemente: Frau Mama im Belastungskreis – Projektion

Das Wort *Projektion* kommt vom Lateinischen *proicio*, was *hinwerfen* und *vorwerfen* bedeutet. Auch der psychologische Begriff der Projektion kann umgangssprachlich grob als *unbewusster Vorwurf* übersetzt werden, und als ein *Hineinsehen* von etwas in eine Person oder Situation, was dort nicht oder nicht im vorgeworfenen Ausmaß vorhanden ist. Projektion bezeichnet in der Neurosenlehre allgemein, und von Schulen unabhängig, einen Abwehrmecha-

nismus. Der Begriff *Projektion* umfasst das Übertragen und Verlagern eines innerpsychischen Konfliktes durch die Abbildung eigener Emotionen, Affekte, Wünsche und Impulse, die im Widerspruch zu eigenen und/oder gesellschaftlichen Normen stehen können. Eine solche Projektion richtet sich auf andere Personen, Menschengruppen, Lebewesen oder Objekte der Außenwelt. (Vgl. [www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org), Stand 23.05.2017).

Eigener Eindruck/Hypothese: Die Klientin sieht sich in einer Opferrolle, der sie nicht zu entinnen vermag. Bei meiner anschließenden Dokumentation kommen in mir Bilder und Vergleiche hoch, wie bereits erwähnt: Ein Adler, der erkennt, dass er ein Adler ist, aber als Huhn leben muss, oder vielleicht ein etwas kleinerer Vogel, ein Spatz, der im goldenen Käfig neben der weit geöffneten Türe hockt, sich aber seinem Gefängnis gegenüber verpflichtet fühlt es nicht zu verlassen bzw. Angst hat sich der großen Welt zu zeigen. In dieser Opferrolle baut sich die Klientin ein Feindesbild gegenüber der Chefin auf, welches sie auf ihre Mutter projiziert, damit sie es bekämpfen bzw. sich damit auseinandersetzen kann. Das erklärt nun auch die Vorwürfe an Frau Mama, obwohl auf ihrem Wertekreis Unterstützung, Anteilnahme, Ruhe, Mitgefühl, teilen, helfen und sportlich stehen und die Klientin auf keinen Fall wollte, dass Frau Mama in den Belastungskreis manövriert wird, sondern sie zu ihren positiven Ressourcen zählt.

Beim Gedanken an die Kündigung, wechselt bei der Klientin das Stimmungsbarometer vom *ich kann nicht* zum *so geht es nicht weiter*. In meiner Aufgabe als Begleiter sehe ich nun den Sinn darin, der Klientin zu helfen sich von der Opferrolle zu befreien, um sie ins Tun zu begleiten. Sozusagen von der Verzweiflung des *ich kann nicht*, zur Erkenntnis des *ich kann* (Freiheit des Willens) und anschließend zur Entscheidung des *ich will* (Wille zum Sinn).

#### 4.7.6 Thema: Entscheidung – Der Brief

11.11.-18.11.2016

Abb. 19

Einstiegsrunde: Bei der Befindlichkeitsrunde wurden die erworbenen Erkenntnisse *ich kann* (Waage etc.) nochmals hinterfragt, besprochen und gefestigt.

Arbeitsauftrag: Schreiben oder gestalten Sie aus Ihren erworbenen Erkenntnissen einen Brief der Sie zu einer Entscheidung führen könnte.



Gestaltungsphase/Bildbeschreibung: Frau K. entschließt sich schlussendlich fürs Schreiben und bleibt ihrer Farbgebung (Negatives farblos, Positives bunt) treu. Beginnend auf der linken Seite.

**Linke Seite:** Die Worte mit einem grauen Schatten unterlegt: „Ich kann nicht, weil ich Angst habe, ich selbst nicht immer an mich glaube.“

**Rechte Seite:** ICH MUSS mein Leben selbst gestalten; ICH WERDE kündigen – ich kündige; ICH WERDE meine Ziele verfolgen – ich verfolge meine Ziele; ICH WERDE über meinen Schatten springen–ich springe über meinen Schatten

Reflexion/Bilderinterpretation: Trotz gewissenhafter Auseinandersetzung mit ihrer Situation kündigen zu müssen, kommt bei der Klientin der Angstfaktor Menschenfurcht stark zu tragen: „Ich habe Angst vor den Menschen und ihrer Reaktionen bei einer Kündigung.“ Der Schatten Angst/Menschenfurcht wurde nun anvisiert.

Analyse ausgewählter Bildelemente: Schatten/Angst

„Ich werde über meinen Schatten springen.“

„...weil ich Angst habe“ – Angststörung

„...ich selbst nicht immer an mich glaube“ – Selbstwert/Minderwertigkeitskomplex

Der Schatten ist in der Analytischen Psychologie nach Carl Gustav Jung einer der wichtigsten Persönlichkeitsanteile und zugleich, in seinem überpersönlichen Aspekt, ein Archetyp des kollektiven Unbewussten. Der psychologische Begriff des Schattens hat sowohl eine individuelle als auch eine kollektive Bedeutung. (Vgl. wikipedia.org, Stand 23.05.2017).

**Schatten:** Jedermann ist gefolgt von einem Schatten, aber je weniger dieser im bewussten Leben des Individuums verkörpert ist, um so schwärzer und dichter ist er. Wenn nun die verdrängten Tendenzen des Schattens nichts als böse wären, so gäbe es kein Problem. Aber der Schatten ist in der Regel nur etwas Niedriges, Primitives, Unangepasstes und Missliches, und nicht absolut böse. Er enthält auch kindische oder primitive Eigenschaften, die in gewisser Weise die menschliche Existenz beleben und verschönern würden; aber man stößt sich an hergebrachte Regeln, an Vorurteilen, an Anstand und Sitten, an Prestigefragen aller Art; und insbesondere letztere, weil sie mit den Problemen der Person eng zusammenhängen, vermögen oft eine verhängnisvolle Rolle zu spielen und jede Entwicklung der Psyche zu unterbin-

den. Eine bloße Unterdrückung des Schattens ist jedoch ebenso wenig ein Heilmittel, wie Enthauptung gegen Kopfschmerzen. (JACOBI 1940, 124).

So bitter aber auch der Kelch sein mag, er kann einem nicht erspart werden. Denn erst, wenn wir gelernt haben, uns von unseren Schatten zu unterscheiden, indem wir seine Realität aus einem Teil unseres Wesens erkannt und anerkannt haben und dieser Erkenntnis auch immer gegenwärtig bleiben, kann die Auseinandersetzung mit dem übrigen Gegensatzpaaren der Psyche gelingen. Damit beginnt nämlich erst jene objektive Einstellung zur eigenen Persönlichkeit, ohne die es auf dem Wege zur Ganzheit kein Weitschreiten gibt. (JACOBI 1940, 125).

**Angst:** Angststörungen ist ein Sammelbegriff für psychische Störungen, die gekennzeichnet sind durch exzessive, übertriebene Angstreaktionen beim Fehlen von einer akuten äußeren Gefahr oder Bedrohung. Typisch ist dabei eine diffuse, nicht-fassbare unspezifische Angst oder eine konkrete Furcht (Phobie) vor einem Objekt oder einer Situation. (www.wikipedia.org, Stand 15.05.2017).

**Minderwertigkeitskomplexe:** Der Minderwertigkeitskomplex oder das Minderwertigkeitsgefühl ist ein seelisches Empfinden, das ein Gefühl der Unvollkommenheit ausdrückt. Der Psychologe Alfred Adler hat den bis dahin nur in der Kunst- und Literaturtheorie verwendeten Stilbegriff für die Psychologie entdeckt und als zentralen Begriff der Individualpsychologie eingeführt. (www.wikipedia.org, Stand 22.05.2017).

Therapeutische Intervention: Ich wandte eine mir schon oft hilfreiche, logotherapeutische Methode an, wo man Werte (wie zum Beispiel Partner, Freunde, Glaube, Hobbies, Gesundheit, Kultur und Beruf etc.) um das Ich (Ego) kreisen lässt. Hier geht es darum, die Werte des Klienten hoch aufzuzeigen. Möglicherweise hat man falsche Wertvorstellungen oder eine einseitige Werthierarchie. Krisenträchtig ist immer, wenn ein Wert überbetont wird.

Am Flipchart skizzierte ich der Klientin eine Grafik (ich nenne sie Ego-Sonne, ein Begriff den mein ehemaliger Ausbilder Dr. Klaus Gstirner bei seinen Ausbildungslehrgängen schon von mir übernommen hat). Ins Zentrum setze ich nun die Klientin und ihre Angst. Um diese herum jene Menschengruppen von deren Reaktion bei einer Kündigung sie Angst hat. Gruppe

für Gruppe wird nun durchgearbeitet und mit der Angst konfrontiert, um aufzuzeigen, ob sie berechtigt ist oder nicht.



Abb. 20

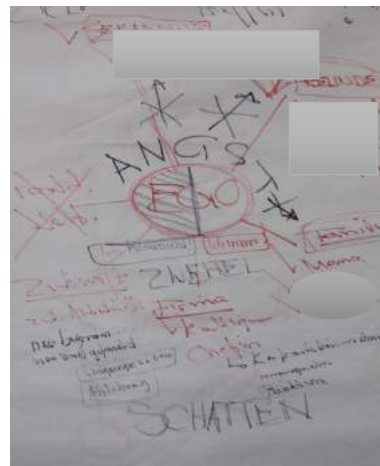


Abb. 21

Resultat: Jegliche Angst verliert ihre Macht und wird im Keim erstickt. Bis auf eine Ausnahme, das persönliche Kündigungsgespräch mit der Chefin.

#### 4.7.7 Thema: Konfrontation mit der Angst

25.11.2016/02.12.2016/09.12.2016/16.12.2016

Einstiegsrunde: Frau K. kommt gut gelaunt zum Setting. Unser letztes Beisammensein hat sie aufgrund ihrer Entscheidung von *ich kann nicht* zu einem *ich muss, ich werde* und damit aus einer schweren Frustrationsphase geführt. Zuversichtlich frönt Sie: „Ich ziehe das durch“. Wichtig für den nächsten Schritt war, dass wir einen Kraft-Ort (Collage) schufen und der Klientin anhand von Folgebildern bewusst wurde, dass die Ressourcen schwerer wiegen (Waage) als der Komplex Angst.

Therapeutische Intervention: Die Klientin auf das Kündigungsgespräch mit der Chefin vorzubereiten stellte sich nun als Auftrag an die Beratung heraus. Die MGT-Methode des Rollenspiels verlangte förmlich danach in Anspruch genommen zu werden. Um den bestmöglichen Nutzen daraus zu erzielen, musste nun die Person Chefin bzw. der Charakter ihrer 37-jährigen Vorgesetzten so gut als möglich beleuchtet werden. Resultat: Launisch; manipulierend; dominant, aber trotzdem freundlich; ungeduldig; Lebenseinstellung ehrgeizig; schlau etc. Auch auf besondere Gesten und Mimik, besondere Aussagen und Redewendungen der Chefin musste Rücksicht genommen werden. Ausdrücklich betonte Frau K., dass ihre Chefin keine Partner-

beziehung habe. Auf die Frage hin, was ihre größten Befürchtungen beim Kündigungsgespräch seien, äußerte sich die Klientin wie folgt: Dass ihre Vorgesetzte sie zu ködern versucht mit Sonderkonditionen wie mehr Geld, kürzere Arbeitszeiten etc.; dass sie ihr vorwerfen wird, optimale Arbeitsbedingungen aufzugeben und die Chance, je wieder so eine gute Stellung zu haben vertan wäre; dass sie sehr teure, bereits wahrgenommene Seminare zurückerstatten müsste; dass die Chefin es so dreht, wie sie es gerne hätte, da sie sehr schlau sei. Ein Fuchs, der weiß wie er seine Beute fängt; dass sie, die Klientin nachgeben und doch noch einen Rückzieher machen würde.

Eigener Eindruck/Hypothese: Während unserer Strategie, wie wir vorgehen könnten, schien es manchmal, als würde ihr nicht mehr der Berater, sondern ihr Lebenspartner (den sie nicht hat) gegenüber sitzen. Ich lasse mich auf diese Übertragung ein, da es eine Stimmung völliger Vertrautheit signalisierte und ich keine Gefahr der Intimitäten befürchtete und dachte, dass es der Klientin zum Positiven nützt, geht es doch schlussendlich um eine wichtige Lebensentscheidung.

Arbeitsauftrag: Herstellen und Gestalten von zwei Masken, wobei eine der Klientin zukommt und die andere ihrer Chefin.

Gestaltungsphase/Bildbeschreibung: Mit viel Geduld und Details wurden die Masken angefertigt. Hierfür benötigte die Klientin absolute Ruhe.



Abb. 22

Reflexion/Bilderinterpretation/Rollenspiel:

Auf die Gestaltung der Masken wurde nicht näher eingegangen, da sie laut Klientin intuitiv entstanden sind. Die rechte Maske, welche einem Fuchs gleicht, wird der Frau Chefin zugeordnet, die Linke, die auch einen Schleier beinhaltet, der Klientin.

Auf den Wangen ihrer Maske sind zwei Knöpfe (schwarz/weiß) zu finden, was auf das Ying-Yang Zeichen deutet, welches Frau K. auf den Wertekreisen mit den Begriffen *Harmonie*, *Frieden*, *Einklang*, *Glückseligkeit* beschrieb.



Abb. 23

Therapeutische Intervention: Ich kläre die Klientin ausführlicher über das Rollenspiel auf.

**Rollenspiel 1:** Ich bediente mich der weißen Maske mit dem Schleier. Die Klientin schlüpfte in die Rolle/Maske ihrer Chefin und spiegelt deren Persönlichkeit relativ sicher und gekonnt.

Erkenntnisse: Als Chefin nahm sie ihr Gegenüber anfangs als unsicher, zum Schluss als dominant war. Ein Gespür als Person Chefin erfahren zu haben wie: Emotionen, Ängste, Enttäuschung, Ärger etc. Die Möglichkeiten der Vorwürfe, Macht bzw. Druck ausüben zu können. Ködermöglichkeiten erkennen. Akzeptanz und ihre Folgen.

**Rollenspiel 2:** Die Klientin in der Rolle/Maske von Frau K. Der Berater der ihre Vorgesetzte personifiziert stellt Fragen, wie *warum diese Entscheidung? Bist du unzufrieden, können wir die Arbeitsweise ändern? Wäre es eine Option, mehr Lohn zu erhalten? Eine Auszeit von 3 Monaten? Bedenke, du hast dich besonders in den letzten Jahren gut in die Firma integriert, Ansehen erworben, eine sichere Position erkämpft, soll das alles umsonst gewesen sein? Denkst du nicht, du machst einen großen Fehler? Arbeitszeiten sind Mo-Do. Du kannst ja nebenbei noch vieles machen! Zurück gibt es keines, wer einmal geht, der geht, ist dir das bewusst? Teure Seminare müssen zurückerstattet (€ 3.600.-) werden, wie stellst du dir das vor?*

Zusammenfassung/Erkenntnis: Frau K. zog aus diesem Rollenspiel einen großen Nutzen, sowie viele wichtige Erkenntnisse und wird sich dementsprechend vorbereiten. Der Refrain ihres Entschlusses *Ich ziehe das durch, ich kündige* war unüberhörbar. Genauso wie *Ich muss aus dieser Liturgie ausbrechen, möchte Neues erleben und unbekannte Ufer betreten, wenn ich auch nicht genau weiß, wohin.*

Eigener Eindruck/Hypothese: Einige Symbole (wie z.B. Ying Yang) manifestieren sich immer wieder in den Werken der Klientin. Die Klientin ist sich ihrer Sache und deren Folgen völlig sicher. Die daraus folgende Verantwortung und Konsequenzen ist sie im Stande zu tragen. Der Angst wurde die Macht genommen und sie verlor dadurch ihre Existenzberechtigung (Angst kann nicht bestehen, wenn es keinen Träger hierfür gibt). Meiner Ansicht nach, ist Frau K. bereit, wie von ihr benannt, neue Ufer zu betreten, welche uns in folgenden Settings beschäftigen sollten.



Abb. 24

Hausaufgabe: Aber zuvor war es mir wichtig, eine Generalzusammenfassung unserer Settings zu machen, um jeglichen Zweifel (Kündigung), wenn es ihn noch gäbe, zu beleuchten bzw. ihm entgegenzuwirken. Hierfür erhielt sie als Hausaufgabe ein Abschlussprotokoll von allen Werken zu erstellen und zu versuchen, den roten Faden draus zu erkennen.

Reflexion des Protokolls: Bei der Betrachtung ihrer Objekte, war Frau K. sehr erstaunt über ihre Produktivität und Kreativität. Wie einen Filmstreifen, verfolgten wir den Prozess. Besonders das Anfangsprozedere erschreckte Frau K. extrem, welches aufzeigte, dass sie die Macht der Angst zu ersticken drohte. Bei der Frage, wie nun ihr Zustand sei und welche Eindrücke sie wahrnimmt, antwortete sie: „Erleichtert, befreit, es ändert sich etwas. Ich habe keinen Zweifel oder Angst, die Kündigung kann kommen.“ Des Weiteren sagt Sie: „Erkannt habe ich auch meine vielen Werte und Ressourcen, die mir bei weitem nicht in diesem Ausmaß bewusst waren.“ Bei der Frage, was sie nun mit dem Belastungskreis machen will, ob verbrennen, zerreißen, vergraben etc., entgegnete sie: „Ich lasse ihn, weil er wiederkommen wird.“

Anfang Dezember erfolgte die Kündigung. Nach der Kündigung äußerte sich die Klientin darüber, dass ihr eine schwere Last von den Schultern genommen wurde und sie nun ein fröhlicherer Mensch sei. Diese Erleichterung wurde Zuhause sogar mit einem Glas Wein zelebriert.

Ihre Arbeitgeberin war trotz allem einsichtig und akzeptierte schlussendlich ihre Entscheidung, wenn auch schwermütig und trotz Versuchen sie umzustimmen. Frau K. war sehr stolz auf sich.

#### **4.7.8 Thema: Berufsorientierung – Sinnfindung und Märchenarbeit**

13.01.2017/03.02.2017

Einstiegsrunde: Frau K. kommt sehr motiviert zum Setting, ist nun doch diese Bürde der Ängste und Zweifel von ihr genommen. Davor war sie innerlich für den eigentlichen Auftrag



*Berufsneuorientierung* blockiert gewesen. Begleitend zum Kündigungsprozedere wurden Vor- und Nachteile, Kündigungszeit, Beihilfen, Unterstützung durch das AMS (Arbeitslosengeld), nötige behördliche Wege etc., aufgezeigt.

Therapeutische Intervention: Besonders der Sinn wurde fokussiert. Erklärung des Erreichens eines Zieles über den Sinn anhand einer Grafik. Nach logotherapeutischem Verständnis muss das Ziel den *Willen zum Sinn* beinhalten. Nicht ausreichend sei nur der *Willen zur Lust* (Psychoanalyse/Freud) oder der *Wille zur Macht* (Individualpsychologie/Adler).

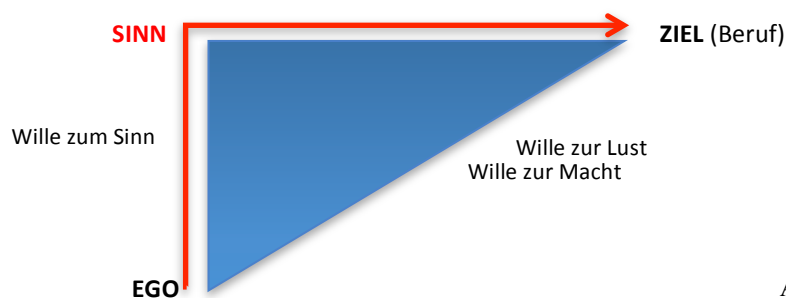


Abb. 25

#### Analyse ausgewählter Bildelemente:

Der Mensch ist ein Wesen auf der Suche nach einem Sinn. Neben dem *Willen zur Macht* (Adler) und dem *Willen zur Lust* (Freud) stellt Frankl den *Willen zum Sinn*. Er sieht im Zentrum seelischer Konflikte vor allem Sinndefizite. Unerfüllter oder falsch erfüllter Sinn führt demnach zu existenziellen Frustrationen. Ziel der Logotherapie, seines berühmten tiefenpsychologischen Ansatzes, ist deshalb in erster Linie die Unterstützung des Patienten bei der Sinnfindung und bei der Bewältigung von Leid. (Vgl. [www.adlerbuch.de](http://www.adlerbuch.de), Stand 22.05.2017).

Arbeitsauftrag: Märchen mit *Happy End* begeistern die Klientin. Nach *Hans im Glück* der Gebrüder Grimm (auf CD) folgte der Auftrag *Malen Sie eine Szene daraus, die Sie besonders berührt bzw. angesprochen hat oder immer noch beschäftigt*. Auch gesehene Symbole während des Märchens oder des Malprozesses sollten hier eingebaut werden.

Gestaltungsphase/Bildbeschreibung: Diesmal wählte die Klientin Buntstifte und ein Din A3 Blatt und machte sich zügig an die Arbeit.



Abb. 27

Reflexion/Bilderinterpretation: Die Klientin beschreibt das Bild in Stichworten: Schönes Bild; er ist glücklich und zufrieden, obwohl er betrogen wurde; Bild war im Kopf; leuchtende Farben, sonniger Tag; Baum: Grün, Frühling, Sommer, Natur, Standhaftigkeit, Schatten, Größe, Leben, Energie, volles Laub, steht prächtig und wächst geduldig.

Bildtitel: Die fette Gans.

Therapeutische Intervention: Was assoziieren Sie mit Gans? Ergebnis: Gans/Zweifel

Eigener Eindruck/Hypothese: Mir schien, dass sich nach der besiegten Angst nun der Geselle Zweifel wieder stark machte.

Hausaufgabe: Um mehr zu erfahren, bat ich die Klientin als Hausaufgabe ein Protokoll ihres Bildes zu schreiben und es mir per E-Mail zu schicken. Außerdem beabsichtigte ich mit der Hausaufgabe den Prozess am Fließen zu halten, da die Klientin eine Woche aussetzen würde.

Reflexion des Protokolls: Aus dem eineinhalb Seiten Protokoll, wurde die Geschichte quasi nochmals erzählt. Teilweise erzählt die Klientin schon auf poetische Weise (Ressource) ihr Empfinden der Natur, während Hans die Gans durch Wald und Wiese trägt. Von großer Bedeutung war der letzte Absatz ihres Protokolls: *Die fette Gans lässt sich tragen. Sie hat Angst selbst zu laufen. Sie lässt sich lieber tragen und führen, da dies eine weniger anstrengende Art zu Reisen ist. Sie würde gerne die Eigeninitiative ergreifen und selbst den Weg gehen, doch ist sie zu faul und bequem und hat Angst davor. Die Angst es könnte ihr etwas zustoßen oder es könnte etwas passieren, mit dessen Situation sie nicht umgehen kann, ist stets präsent. Anders als Hans, hat die Gans Schwierigkeiten damit jede Situation anzunehmen und das*

*Beste daraus zu machen. Sie hat Bedenken, aus ihrer Wohlfühlzone auszubrechen. Der sichere und bekannte Weg war bis jetzt ein angenehmer, machte sie jedoch nicht glücklich, doch wurde sie auch nie enttäuscht oder verletzt. Wie schön es doch wäre, selbst im Gras zu laufen und den wunderschönen Tag zu genießen, dachte die Gans. (Anmerkung der Klientin: Gänse können auch fliegen!)*

Zusammenfassung/Erkenntnis: „Die Fette Gans, das bin ich...“

Eigener Eindruck/Hypothese: Die Klientin fasst Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft zusammen.

**Vergangenheit:** Angst und Zweifel (Opfer/Täter, Entscheidung)

**Gegenwart:** Bedürfnisse der Selbständigkeit (Selbstwert)

**Zukunft:** Finale Voraussicht, „Gänse können auch fliegen!“ (Wille zur Freiheit, Wille zum Sinn, Sinn im Leben, Vision/Ziel) sowie statt einem Getrieben sein ein Berufen sein anzustreben.

Analyse ausgewählter Bildelemente: Die fette Gans

Denn das eigentliche Menschsein ist – in striktem Gegensatz zur psychoanalytischen Auffassung – eben nicht Getrieben sein; es ist vielmehr, um mit Jaspers zu sprechen, „entscheidendes Sein“ oder – etwa im Sinne von Heidegger, aber auch von Biswanger – „Dasein“; es ist in unserem eigenen, existenzanalytischen Sinne verantwortlich zu sein: Es ist existenzielles Sein. Der Mensch kann also sehr wohl „eigentlich“ sein. Auch wo er unbewusst ist; aber er ist andererseits nur dort „eigentlich“, wo er nicht getrieben, sondern verantwortlich ist. Eigentliches Menschsein fängt überhaupt erst dort an, wo kein Getrieben sein mehr vorliegt; um dort auch aufzuhören, wo das Verantwortlichsein aufhört. Eigentliches Menschsein ist erst dort gegeben, wo nicht ein Es den Menschen treibt, sondern wo ein Ich sich entscheidet. (Vgl. FRANKL 2010, 16).

#### **4.7.9 Thema: Supervision mit Bettina Tüchler-Puhr**

07.02.2017

Bei der Supervision wurde mir meine Hypothese und auch die Analyse über die fette Gans bestätigt und folgendes festgehalten: Das Planen eines neuen Weges/Lebensabschnittes benötigt Zeit zum Nachdenken und organisieren, welche man der Klientin zugestehen muss. Am Bild mit der Gans bleiben (Imagination). Selbst sein, nicht getragen werden. Das Unbewusste

darf sich entfalten (Berufung/Beruf). Die Gans ist ein weibliches Tier (Gänsemutter) mögliches (optimales) Berufsfeld im sozialen Bereich. Arbeitsauftrag: Zukunftslandschaft gestalten lassen.

#### 4.7.10 Thema: Berufsneuorientierung – Collage Zukunftslandschaft

17.02.2017

Einstiegsrunde: Selbstständig gestaltete die Klientin eine Collage, welche sie sehr zeitaufwendig mit viel Geduld und vielen Gedanken angefertigt hat. Besonders lobte ich wieder einmal ihre Compliance und ihr fleißiges Dranbleiben am Prozess.

Gestaltungsphase/Bildbeschreibung:



Abb. 27

suchen                      handeln                      finden

Reflexion/Bilderinterpretation: Bei der Collage kommt die professionelle Strukturierung zu tragen, welche die Schulfächer Rechnungswesen, Volkswirtschaftslehre und Mathematik mit sich bringen. Die Collage ist in drei Bereiche gegliedert: SUCHEN, HANDELN und FINDEN.

Bei SUCHEN sind Begriffe angeführt wie *Werkstatt/Küche, Zutaten (gestalten, formen, recherchieren), Müll*. Was so viel bedeutet wie, in die Werkstatt darf alles an Ressourcen, Freuden, Qualifikationen, Informationen, Gedanken, Wünsche, Ideen etc. hinein. In den Müll

kommt alles, was nicht in Frage kommt, wie eben z.B. der Lehrberuf.



Abb. 28 und 29

Abb. 30



Bei HANDELN sind zwei Schachtel zu finden. Auf der ersten Schachtel steht außen ein Spruch *Was würdest du heute tun, wenn du nicht so verdammt vorsichtig wärst?* In der Schachtel sind mehrere Schlüssel. Die Klientin äußert sich dazu wie folgt: „Für das Ziel passt nur ein Schlüssel, diesen muss ich finden. Danach eine Entscheidung treffen. Was ich auf den Schlüssel schreibe, muss praktiziert werden. Auch auf der zweiten Schachtel steht außen ein Spruch

*Belastung liegt in dem, was wir sein sollen. Freude liegt in dem, was wir sind.* In diese Schachtel werden die Schlüssel abgelegt, die nicht infrage kommen werden.

Bei FINDEN ist eine Türe und ein grünes Blatt mit einem vierblättrigen Kleeblatt und dem Spruch *Stück für Stück pures Glück – für dich zu sehen.* Interpretation: Ziel/Entscheidung.



Abb. 31

Zusammenfassung/Erkenntnis: Die Klientin erkennt, dass es in eine soziale Berufsschiene bzw. ein Psychologie-Studium gehen soll/muss.

Therapeutische Intervention: Begleitung und Hilfestellung für die Klientin mit Kontakten, Bewerbungen, Schnuppereinheiten sowie erforderlichen Praktika.

#### **4.7.11 Thema: Berufsneuorientierung – Impulskarte**

03.03.2017/10.03.2017/17.03.2017

Arbeitsauftrag: Wähle aus vielen Impuls-Karten fünf aus, die dich besonders ansprechen; mit dem Hintergedanken deines aktuellen Bezuges der Berufsorientierung.

Intention: Impulskarten (Kraftkarten) sind Bewusstwerdungskarten und dienen dazu, das Leben bewusster wahrzunehmen und zu gestalten. So kann man leichter erkennen, auf welche Aspekte der Fokus gelegt werden könnte. Wo stehe ich jetzt und wo will ich hin? Die Bedeutung einer Kraftkarte kann darin liegen, Zugang zu den eigenen Ressourcen zu finden. In diesen Karten liegt ein Ressourcengeheimnis, das dem Malenden immer wieder, im Laufe der Jahre, eine neue Quelle der Erkenntnis bieten kann.

Gestaltungsphase/Bildbeschreibung: Die Klientin wählte nach langem Überlegen sechs, statt fünf, Karten und fragte mich, ob das in Ordnung sei. Ich wiederholte den Auftrag nur fünf zu wählen. Schweren Herzens legte sie die überschüssige Karte wieder zurück.



Abb. 32 - 36

Reflexion/Bilderinterpretation: Nach dem Erklären der Karten, bat ich die Klientin die beschriebenen Bilder auf einen Begriff zu reduzieren

1. **Moosfeld:** Die Liebe zum Wald; weiche Pölsterchen; Ruhe; fallen lassen; Sicherheit – SICHERHEIT.
2. **Eisblätter:** Bild intuitiv genommen; keine Ahnung – OFFENES.
3. **Hündchen:** Liebe zu Tieren; süß/putzig; flauschig – TIERLIEBE.
4. **Baumstamm:** Ich mag Holz/Geruch; verwurzelt sein/Standhaftigkeit; Kraft/Stärke; Formbarkeit/Holz bleibt Holz – VERWURZELT.
5. **Stadt:** Lichterkette gefällt mir; Lebendigkeit; Gegenstück zu den anderen; Vielfältigkeit; spontan; das Ungewisse; aufregend; man weiß nie was kommt – KONTRAST.

Ergebnis: SICHERHEIT-OFFENES-TIERLIEBE-VERWURZELT-KONTRAST.

Nach ausführlicher Auseinandersetzung mit den Begriffen wurden diese in die Werkstatt bzw. in die Küche (Abbildung 30) abgelegt.

Therapeutische Intervention: Bei der Frage, wie es der Klientin zurzeit gehe, erwiderte sie: „Es stagniert momentan, es steht alles.“ Die Klientin treibe es rigoros in die soziale Berufsschiene, jedoch fehle es ihr in dieser Sparte an jeglichen Erfahrungen und Knowhow, was sie stagnieren lies. Ich zog die von ihr gewählte sechste Karte, welche ich unbemerkt zur Seite gelegt hatte, hervor mit der Frage: „Ändert sich dadurch etwas an der Situation?“.

Erkenntnisse: Ich muss in Bewegung, im Fluss bleiben und darf auf keinen Fall zur fetten bequemen, faulen Gans werden. Diese besonders wichtige Erkenntnis, brachte uns ein dynamisches und motiviertes Weiterarbeiten am Prozess ein.



Eigener Eindruck/Hypothese: Ihr Unbewusstes wusste exakt, dass sie zu den fünf Karten die sechste benötigte. Das erklärt mir auch das schwermütige Zurücklegen, obwohl sie jene, genauso wie die Eisblätter, nur intuitiv nahm. Ich wäre verwundert gewesen, wenn diese zusätzlich (von 150) erwähnte Karte nicht im Hier und Jetzt ihren Impuls bzw. Platz gefunden hätte.

#### 4.7.12 Thema: Reflexion – Farbmeditation Grün

07.04.2017

In den letzten drei Wochen arbeitete die Klientin hart an sich. Informationen über verschiedene Berufsgruppen wurden eingebracht, wie beispielsweise Ergotherapeutin, Hebamme, Heilmasseurin bzw. Physiotherapeutin, Studium als Sozial-Pädagogin, Psychologin etc. Schnuppereinheiten und Praktika in Hilfsorganisationen und sozialen Einrichtungen wie Familien- und Jugendbetreuungscentren, der Flüchtlingshilfe etc. wurden gemacht, damit die Klientin einen Einblick erhalten konnte, welcher den Weitblick *Wohin geht es, was zieht mich an, was macht Sinn?* unterstützen sollte.



Abb. 38

„Es liegt nicht am konkreten Beruf als solchen, sondern jeweils an uns, ob jenes Persönliche und Spezifische, das die Einzigartigkeit unserer Existenz ausmacht, in der Arbeit zur Geltung kommt und so das Leben sinnvoll macht oder nicht.“ (www.franklzentrum.org, Stand 22.06.2017)

Arbeitsauftrag: Wir starteten mit einer 10-minütigen meditativen Musik zu ihrer Lieblingsfarbe Grün, inklusive ihrer Impulskarte Eisblätter (Offenes) und den Gedanken, den Kern des Prozederes der letzten drei Wochen festzuhalten.



Gestaltungsphase/Bildbeschreibung: Zügig malte die Klientin mit Wasserfarben drauf los; so als wüsste sie ganz genau, was sie darstellen würde. In kurzer Zeit war das Bild fertiggestellt. Besonders das Symbol der Spirale kam hoch, welche die Klienten rechts als eine Art Trichter anlegte. Viel Laub wirbelt herum. Ein Baum mit mächtigem Stamm und allerlei Ästen.



Abb. 39

Bildtitel: Der Wirbelsturm

Reflexion/Bilderinterpretation: Die Klientin meinte nun ganz aufgeregt (ohne, dass ich sie danach fragte) die Bedeutung der Kraftkarte Eisblätter zu erkennen: Der Kern muss bleiben - Ich selbst bleiben; innere Energie; eine Schutzhülle – Sicherheit; Ruhepunkt.

Des Weiteren zum Bild *Wirbelsturm*: Spirale führt von innen (Ratlosigkeit) nach außen (zu neuen Ufern); aufgewühlte Blätter – IST Zustand – aktueller Bezug – *Ich bin in Bewegung*; Baum – Standhaft, Stärke, fest verwurzelt.

Therapeutische Intervention: Die Klientin hatte nun ein festes Fundament unter ihren Füßen und ihr war klar, was zu tun wäre. Wir vereinbarten uns in einem Monat wiederzutreffen und den Stand der Dinge zu betrachten.

#### **4.7.13 Thema: Update/Fortschritt**

05.05.2017

Frau K. meldete sich für die Aufnahmeprüfung eines Psychologiestudiums an. Parallel dazu nahm sie Kontakt mit Ergotherapeutinnen auf.

#### **4.7.14 Zusammenfassende Verlaufsbeschreibung**

Am Anfang stand Frau K. den mal- und gestaltungstherapeutischen Methoden sehr skeptisch gegenüber. Auch nach der ersten Einheit der Ressourcencollage erwartete ich mir eine weit positivere Resonanz, welche aber anfangs, zu meinem Bedauern, leider ausblieb, jedoch in Folge des Prozesses ihre volle Wirkung zu Tage brachte.

Frau K. kam mit einer starken Unzufriedenheit und mit einem hohen Frustrationspegel in meine Praxis. Sei es der blöde Job, das ständige Hadern mit sich selbst, die Partnerlosigkeit oder generell die Sinnlosigkeit ihrer Existenz auf diesem Planeten; all das deutete darauf hin,



dass die Klientin in eine Depression abdriftete. Besonders Ihr Job machte ihr zu schaffen. Sie sah sich als ständiges Opfer, der im goldenen Käfig neben dem offenen Türchen saß, aber jenen nicht zu verlassen imstande war, sei es nun aus Treue und Loyalität oder Feigheit. Eine wiederkehrende Situation aus ihrem Elternhaus, besonders der Mutterrolle, schien sich hier zu spiegeln, was auch in Projektionen gegenüber ihrer Mutter ausgelebt wurde und damit den, in der Regel harmonischen, Hausfrieden völlig durcheinanderbrachte. So ergab sich nun an die Beratung der Auftrag *Lebens- und Berufsorientierung die Sinn macht*.

Ich sah anfangs meine Aufgabe darin, die Klientin einerseits im Selbstwert zu stärken und andererseits der sich manifestierenden Angst einer Kündigung die Macht zu nehmen und sie schlussendlich zu einer Entscheidung zu führen, da das Fehlen jener es schlussendlich war, das ihren Lebensfluss ins Stocken brachte. Zu Beginn versuchte Frau K. alles zu einer Kopfsache zu machen, aber im Laufe des Prozesses gewann sie immer mehr Vertrauen zu ihren Unbewussten und erlaubte ihrer Intuition freien Lauf um sich auszudrücken.

Mit den hervorragenden Methoden der Logotherapie und der MGT, sowie der begeisterten Mitarbeit der Klientin, wurden Komplexe vom Unbewussten nach außen befördert und darüber reflektiert. Manchmal auf eine spielerische Art und Weise und ein anderes Mal eher hemmend, zurückhaltend, mit Tränen und Wutausbrüchen. Aber immer waren diese Methoden, zugunsten der Klientin, eine Offenbarung und ein Weiterkommen in ihrem Prozess. Als besonders wertvoll erwies sich, dass die Werke der Klientin immer parat und greifbar waren, sodass man darüber reflektieren bzw. miteinander kombinieren konnte. Die Werke waren sozusagen nicht verloren gegangen oder drohten in Vergessenheit zu geraten, was nicht selten in der herkömmlichen Gesprächstherapie der Fall ist. So konnte ein Puzzleteil nach dem anderen gestaltet und besprochen werden, was schlussendlich zu einem Ganzen führte. Ein Prozess, der eine intensive Auseinandersetzung erforderte

Aus einem geringen Selbstwert wurde eine Persönlichkeit, aus Zweifel Sicherheit und aus Angst Mut. Tugenden, welche erlauben zu neuen Ufern und Weiten aufzubrechen, die es zu erforschen gilt. Mit fast zu beneidendem Enthusiasmus macht sich die Klientin auf, sich einen Beruf anzueignen, wo sie eine Spur, sozusagen eine Sinn-Spur legen möchte, die ihr und ihren Mitmenschen guttut. Zwei Spuren werden nun verfolgt:

1. Psychologie Studium mit anschließendem klinischen Psychologen, um sich später in der Beratungsszene zu finden. Im Mai meldete sie sich zur Aufnahmeprüfung an.
2. Die Ausbildung zur Ergotherapeutin.

Welche der beiden Spuren es auch werden wird, eines ist sich die Klientin heute schon sicher, die MGT wird sie begleiten.

#### **4.8 Schlussgedanke**

Die Anwendung der MGT und deren Kraft, Wirkung und Essenz lässt sich in meiner Beratungslandschaft nicht mehr wegdenken. Während des Schreibens meiner Diplomarbeit bestätigte sich dies hunderte Male. Immer wieder finde ich in Werken Anknüpfungspunkte, die ich logotherapeutisch optimal nützen kann und die sich wiederum in einen Gestaltungsauftrag formulieren lassen. Ganz besonders in der Welt der Träume, Märchen und Imaginationen.

„I have a dream...“, sagte Martin Luther King,

„Es war einmal...“, erzählten die Gebrüder Grimm,

und Albert Einstein meinte einst:

„Logic will get you from A to B. Imagination will take you everywhere.“

Träume, Märchen und Imaginationen können als mal- und gestaltungstherapeutische Methoden verwendet werden um Belastungen aufzuarbeiten, denn das Unbewusstsein will sich ausdrücken und wie könnte es das besser, als durch die Unbegrenztheit in Träumen, Märchen und Imaginationen. Anschließend Reflexionen zwischen Klient, Werk und Therapeut bringen Erkenntnisse, welche uns oft staunen lassen. Jeder der damit arbeitet lernt ein weiteres Spektrum kennen – nicht nur für seine Klienten, sondern auch für sich selbst. Eine Therapiemethode für die man kein künstlerisches Know-how mitzubringen brauchen, aber den Mut sich auf Neues einzulassen.

## **5 Literaturverzeichnis**

### **5.1 Bibliografie**

- BÖSCHEMEYER, Uwe (1977): Die Sinnfrage in Psychotherapie und Theologie. De Gruyter: Berlin.
- FRANKL, Viktor (1948): Der unbewußte Gott. Amandus: Wien.
- FURTH, Gregg (2008): Heilen durch Malen. Books on Demand: Norderstedt.
- HENZLER, Christa/RIEDEL, Ingrid (2004): Maltherapie. Kreuz: Stuttgart.
- JACOBI, Jolande (1940): Die Psychologie von C. G. Jung. Patmos: Ostfildern.
- JUNG, Lorenz (1997): Die Psychologie der Übertragung. dtv: München.
- KAST, Verena (2000<sup>5</sup>): Abschied von der Opferrolle. Herder: Freiburg im Breisgau.
- KAST, Verena (2012<sup>8</sup>): Die Dynamik der Symbole. Patmos: Ostfildern.
- LUKAS, Elisabeth (2006<sup>3</sup>): Lehrbuch der Logotherapie. Profil: München und Wien.
- POOSTCHI, Kambiz (Hrsg.) (2016<sup>6</sup>): Goldene Äpfel. Spiegelbilder des Lebens. Via Nova: Petersberg
- YALOM, Irvin (2002): Der Panama Hut. Wilhelm Goldmann: München.

### **5.2 Skripten**

- Ausbildung zum LSB 2. Semester (2010): Mitschrift „Vom Werden des Menschen“. Graz.
- Stocker, Maria (2008): Skriptum „Ethik im therapeutischen Handeln“.

### **5.3 Internetquellen**

- <http://www.wien.orf.at/news/stories/2546700/>, Stand 25.04.2017. Website des ORF Wien.
- <http://www.viktorfrankl.org/d/logotherapie.html>, Stand 25.03.2017).  
Website des Viktor-Frankl-Instituts.
- [http://www.doktor-loder.ch/Praxishomepage/1\\_Logotherapie.html](http://www.doktor-loder.ch/Praxishomepage/1_Logotherapie.html), Stand 26.03.2017).  
Website der Praxis von Dr. Loder.
- <http://www.muenster.de/~wosi/Frankl.htm#124>, Stand 22.06.2017.  
Website der Stadt Münster.
- <http://www.viktorfrankl.org/d/logotherapie.html>, Stand 05.04.2017.  
Website des Viktor-Frankl-Instituts.
- <http://www.mgt.or.at>, Stand 30.03.2017.  
Website des Fachverbands für Mal- und Gestaltungstherapie.
- <http://www.de.wikiquote.org/wiki/ViktorFrankl>, Stand 15.04.2017. Website Wikipedia.

<http://www.grafikunddesign.com/Kunsttherapie/Kunsttherapie.html>, Stand 15.04.2017.

Website Praxis für Kunsttherapie von Monika Brunsmann.

<http://www.pflegewiki.de/wiki/Biographiearbeit>, Stand 12.06.2017. Website Pflegewiki.

<https://de.wikipedia.org/wiki/Bilanz>, Stand 05.06.2017. Website Wikipedia.

<http://www.prantner.cc/hilfzurselbsthilfe/komplexe/mutterkomplex.html>, Stand 17.Mai 2017. Website der Praxis von Michaela Prantner.

[https://de.wikipedia.org/wiki/Projektion\\_\(Psychologie\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Projektion_(Psychologie)), Stand 23.05.2017.

Website Wikipedia.

[https://de.wikipedia.org/wiki/Schatten\\_\(Archetyp\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Schatten_(Archetyp)), Stand 23.05.2017. Website Wikipedia.

<https://de.wikipedia.org/wiki/Angststörung>, Stand 15.05.2017. Website Wikipedia.

<https://de.wikipedia.org/wiki/Minderwertigkeitskomplex>, Stand 22.05.2017.

Website Wikipedia.

<http://www.adlerbuch.de/Individualpsychologie/Frankl-Viktor-E-Der-Wille-zum-Sinn::152.html>, Stand 22.05.2017. Website der Bücherseite Adlerbuch.

<https://www.franklzentrum.org/wirtschaft/wirtschaft-arbeit-sinn.html>, Stand 22.06.2017.

Website des Frankl Zentrums.

## **6 Abbildungsverzeichnis**

Abb. 1: Portrait Viktor Frankls; <http://www.deathreference.com/En-Gh/Frankl-Viktor.html>

Abb. 2: Grafik Körper, Geist, See;

<http://www.heilpraxisnet.de/naturheilverfahren/anthroposophische-medizin.php>

Abb. 3: Kompass; Elisabeth Lukas (2006<sup>3</sup>): Lehrbuch der Logotherapie, Seite 33.

Abb. 4: Portrait C. G. Jungs; [http://www.goodreads.com/author/show/38285.C\\_G\\_Jung](http://www.goodreads.com/author/show/38285.C_G_Jung)

Abb. 5: Triade; Maximilian Jantscher

Abb. 6: Portrait Irvin Yaloms; <http://www.okuryazar.tv/irvin-d-yalom-nietzsche-agladiginda/>

Abb. 7: Hauseigenes Atelier; Maximilian Jantscher

Abb. 8: Hauseigenes Atelier; Maximilian Jantscher

Abb. 9: Portrait Viktor Frankls; <http://www.deathreference.com/En-Gh/Frankl-Viktor.html>

Abb. 10: Portrait Paul Klees;

[https://de.wikipedia.org/wiki/Paul\\_Klee#/media/File:Paul\\_Klee\\_1911.jpg](https://de.wikipedia.org/wiki/Paul_Klee#/media/File:Paul_Klee_1911.jpg)

Abb. 11: Portrait Elisabeth Kübler-Ross<sup>3</sup>; <https://notoriouslygreen.com/2017/03/13/would-kubler-ross-eat-vegan/>

Abb. 12: Ressourcenarbeit mit Belastungskreis von Pia K.; Maximilian Jantscher

Abb. 13: Assoziationsbild von Pia K.; Maximilian Jantscher

Abb. 14: Auszug aus Assoziationsbild von Pia K.; Maximilian Jantscher

Abb. 15: Hausaufgabenbild Farbkreise von Pia K.; Maximilian Jantscher

Abb. 16: Fortsetzungsbild Waage von Pia K.; Maximilian Jantscher

Abb. 17: Objektarbeit bunte Flammen von Pia K.; Maximilian Jantscher

Abb. 18: Auszug aus Belastungskreis von Pia K.; Maximilian Jantscher

Abb. 19: Entscheidungsbrief von Pia K.; Maximilian Jantscher

Abb. 20: Grafik Ego-Sonne; Maximilian Jantscher

Abb. 21: Ego-Sonne auf Flipchart; Maximilian Jantscher

Abb. 22: Rollenspiel Masken von Pia K.; Maximilian Jantscher

Abb. 23: Farbkreis blau Ying Yang von Pia K.; Maximilian Jantscher

Abb. 24: Pinnwand mit Werken von Pia K.; Maximilian Jantscher

Abb. 25: Grafik Sinn; Maximilian Jantscher

Abb. 26: Märchenarbeit Bild von Pia K.; Maximilian Jantscher

Abb. 27: Collage Zukunftslandschaft von Pia K.; Maximilian Jantscher

Abb. 28: Begriffskärtchen/Zukunftscollage von Pia K.; Maximilian Jantscher

Abb. 29: Begriffskärtchen/Zukunftscollage von Pia K.; Maximilian Jantscher

Abb. 30: Schlüssel/Zukunftscollage von Pia K.; Maximilian Jantscher

Abb. 31: Tür/Zukunftscollage von Pia K.; Maximilian Jantscher

Abb. 32: Impulskarte Moosfeld; Adventjugend Österreich – Reinhard Schwab

Abb. 33: Impulskarte Eisblätter; Adventjugend Österreich – Reinhard Schwab

Abb. 34: Impulskarte Hundewelpen; Adventjugend Österreich – Reinhard Schwab

Abb. 35: Impulskarte Baumstamm; Adventjugend Österreich – Reinhard Schwab

Abb. 36: Impulskarte Eisläufer in der Stadt; Adventjugend Österreich – Reinhard Schwab

Abb. 37: Impulskarte Wasserfall; Adventjugend Österreich – Reinhard Schwab

Abb. 38: Portrait Viktor Frankls; <http://www.deathreference.com/En-Gh/Frankl-Viktor.html>

Abb. 39: Bild, der Wirbelsturm, von Pia K.; Maximilian Jantscher

# ANHANG

## Tabellarischer Überblick der Mal- und Gestaltungstherapie – Einheiten

Datum	TN	Thema/Material	Stunden
02.09.2016	Frau K.	Erstgespräch	1,5
09.09.	Frau Elia	Erstgespräch	1
16.09	Frau K.	Ressourcenarbeit: „Collage“	1,5
20.09.	Herr T.	Erstgespräch	1
30.09.	Frau K.	Assoziation: „Freiheit“	1,5
07.10.	Frau K.	Bildreflexion	1,5
21.10.	Frau K.	Bildreflexion	1,5
24.10.	Herr T.	Biographie-Arbeit	1,5
04.11.	Frau K.	Biographie-Arbeit	1,5
11.11	Frau K.	Logotherapeutische Intervention	2
18.11.	Frau K.	Schreiben: „Der Brief“	2
25.11.	Frau K.	Rollenspiel	2
02.12	Frau K.	Maskenbau	1,5
09.12.	Frau K.	Rollenspiel mit Reflexion	1,5
16.12.	Frau K.	Reflexion Kündigung	1,5
17.12.	Herr M.	Erstgespräch	2
19.12.	Frau Elia	Biographie-Arbeit	1,5
30.12.	Frau K.	Resümee	1,5
09.01.2017	Frau P.	Kennenlernen	2
09.01.	Frau Elia	Stimmungsbild	1,5
11.01.	Frau Sc.	Erstgespräch	2
13.01.	Frau P.	Bildreflexion	2
13.01.	Frau K.	Märchenarbeit	1,5
16.01.	Frau Elia	Ressourcenarbeit	2
17.01.	Frau L.	Kennenlernen	1,5
30.01.	Frau P.	Bildreflexion	2
31.01.	Frau L.	Imagination	2
01.02.	Frau Elia	Ressourcenarbeit	2
03.02.	Frau K.	Fortsetzung „Märchen“	2
06.02.	Frau P.	Imagination	2
07.02.	Frau K.	Supervision: Bettina Tüchler-Puhr	2
08.02.	Frau Elia	Inneres Kind	1,5
13.02.	Herr T.	Tragische Trias: „Tod, Leid, Schuld“	1,5
15.02.	Frau Elia	Ressourcenarbeit	1,5
17.02.	Frau K.	Objektarbeit	2
20.02.	Herr T.	Sokratischer Dialog	2
22.02.	Frau Elia	Familienaufstellung	1,5
27.02.	Herr T.	Wachsen	2
03.03.	Frau K.	Ressourcenarbeit	1,5
03.03.	Frau Elia	Ressourcenarbeit	1
05.03.	Herr T.	Bildreflexion	2
07.03.	Frau L.	Das innere Kind	1,5
10.03.	Frau K.	Reflexion: „Bewerbung & Co“	2
10.03.	Frau Elia	Der Dialog	2
13.03.	Frau P.	Reflexion Collage	2

13.03.	Herr T.	Biographie-Arbeit	2
15.03.	Frau Sta.	Kennenlernen	2
20.03.	Frau P.	Bilderreflexion	2
28.03.	Herr T.	Reflexion der Objektarbeit	2
28.03.	Frau L.	Vaterkomplex	1,5
31.03.	Frau K.	Fortsetzung: „Bewerbung & Co“	2
04.04.	Herr T.	Inneres Kind	2
06.04.	Frau Sta.	Sokratischer Dialog	2
07.04.	Frau K.	Imagination	2
07.04.	Herr T.	Wachsen: „Meine Garten“	2
08.04.	Frau Elia	Ressourcenarbeit	2
10.04.	Frau P.	Biographie-Arbeit	2
12.04.	Herr T.	Fortsetzung: „Mein Garten“	2
14-18.04	Frau Sta.	Die fünf Tages Therapie	28
26.04.	Herr T.	Reflexion: „Bildmaterial“	2
01.05.	Frau P.	Wachsen	2
02.05.	Herr T.	Selbsterfahrung	2
05.05.	Frau K.	Update und Reflexion	2
10.05.	Herr T.	Wachsen	2
17.05.	Herr T.	Ressourcenarbeit	2
30.05.	Herr T.	Imagination	2
06.06.	Herr T.	Logotherapeutische Intervention	2
13.06.	Herr T.	Fortsetzung	2
03.06.	Frau Elia	Update	2
22.06.	Frau Ella	Biographie-Arbeit	1,5

Gesamtstunden      151,5