

## Therapie mit Pinsel und Farbe

Kunsttherapie kommt bei dementen Patienten, Multipler Sklerose und in der Onkologie zum Einsatz

Die Maltherapie löst psychische Ängste und gibt Schwerkranken neuen Lebensmut. Sie eignet sich für Erwachsene, Jugendliche und Kinder in psychischen oder physischen Belastungs- und Krisensituationen. Für manche ist die Therapie ein Anreiz, auch danach weiter zu malen und sich künstlerisch fortzubilden. Einige präsentieren ihre Arbeiten auch in Ausstellungen.

Die Therapie mit Pinsel und Farbe bietet die Möglichkeit, inneren Bildern und Stimmungen Raum und Farbe zu geben. Die Maltherapeutin und bildende Künstlerin Mag. Birgit Fiedler, die im Geriatriezentrum am Wienerwald mit dementen Patienten arbeitet, erklärt: „Farben stimulieren, erfreuen, beruhigen und trösten. Malen in der Geriatrie ermöglicht den Patienten das Erleben verbliebener Fähigkeiten und bietet ihnen gleichzeitig ein für sie nur mehr selten stattfindendes Erfolgserlebnis. Malen erlaubt, Reste von Erinnerung zu konservieren. So wirkt es positiv auf den Selbstwert der Patienten.“

### Gruppenmalen in der Geriatrie

Im Geriatriezentrum am Wienerwald sind nicht nur für demente Patienten einmal wöchentlich Malkurse auf dem Programm. Ihre Bilder werden auch im Rahmen von Vernissagen ausgestellt. Gemalt wird in Gruppen. Es sind vorwiegend großflächige Bilder, an denen sich auch mehrere Personen beteiligen. Wasserfarben und weiche Pinsel werden bevorzugt, aber auch Bleistiftzeichnungen sind sehr beliebt. Dazu Fiedler: „Die Arbeit mit diesen Patienten erfordert einfache Techniken. Sie müssen einer oft stark eingeschränkten Feinmotorik entsprechen, leicht anzuwenden und schnell nachvollziehbar sein.“ Wie Experten für Kunsttherapie des Weiteren betonen, lässt sich durch die Arbeit mit Farbe und Pinsel die Ausdauer der Patienten steigern, können Muskeltonus und Bewegungsabläufe normalisiert werden. Die Maltherapie spielt eine aktive Rolle bei der Behandlung von MS-Patienten. Künstlerische Betätigung, vor allem die ruhige, eher beschauliche Arbeit in der Maltherapie, lässt oft verschlossene kreative Kanäle wieder offen fließen und bietet einen Rahmen, in dem auch schwer gehandycapete Menschen eine Möglichkeit finden, ihre Handlungsfähigkeit intensiv zu erleben. „Dadurch wird deren Persönlichkeit gestärkt“, sind Maltherapeuten zuversichtlich. Wie von den Patienten die verschiedenen Farben benutzt werden, wie der Pinsel gehalten wird, lässt für den Fachmann die emotionale Befindlichkeit erkennen oder wie motorisch fit der malende Patient ist.

### Beruhigende Aktivität für onkologische Patienten

Auch in der Onkologie wird die Gestaltung eines Bildes als therapeutisches Mittel eingesetzt. „Der aktive Umgang mit Farbe und Formen eröffnet den Kranken eine neue Sicht der Welt, wirkt aber auch beruhigend auf die Patienten“, stellt der Onkologe Prof. Dr. Heinz Ludwig, Wilhelminenspital Wien, fest und sagt: „Ich halte die Maltherapie durchaus für positiv für onkologische Patienten. Die Beschäftigung mit Pinsel und Farbe und die Auseinandersetzung mit den verschiedenen Maltechniken kann sogar dazu führen, dass das künstlerische Talent bei manchen Patienten erst durch diese Therapie erweckt wird. Manche malen nach Überwindung der Krankheit weiter und perfektionieren sich so weit, dass sie Vernissagen abhalten. Manche Patienten können sich nämlich mit Pinsel und Farbe besser ausdrücken, als sie es verbal könnten. Für diese Menschen ist die Maltherapie eine echte Bereicherung.“

### Zugang zum Unbewussten

Entscheidend für den Maltherapeuten ist, ein ehrliches Vertrauensverhältnis zum Patienten bzw. Klienten aufzubauen, indem man „ihn dort abholt, wo er gerade steht“, sagt der Kunsttherapeut mit

eigenem Atelier, Fritz Kohaut. „Maltherapie stellt die Kreativität als Zugang zum Unbewussten in den Mittelpunkt. Es wird versucht, die künstlerische Ader der Klienten für Therapiezwecke fruchtbar zu machen.“ Damit öffne sich ein Zugang zu verdrängten oder neu erlebten Gefühlen und bis dahin verschütteten Gefühlsbereichen. „Wir geben keine Themen vor, kein Material, keine bestimmten Farben. Es ist Sache des Klienten, sich auszusuchen, was ihn am meisten in dem Augenblick, wo er zum Pinsel greift, bewegt“, betont Kohaut. „Was gemalt wird, sind Bilder der Seele – und die brauchen niemandem zu gefallen. Sie sind Ausdruck dessen, was die Patienten fühlen, wollen, brauchen, hoffen oder erlebten.“ Der Maltherapeut sei nur Begleiter.

## Form der Psychotherapie

Die Allgemeinmedizinerin und Psychotherapeutin Dr. Swanhild Piringer, die am Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern in Wien jahrzehntelang mit Morbus-Crohn- und Colitis-ulcerosa-Patienten erfolgreich gearbeitet hat, versteht Maltherapie als „eine Form der Psychotherapie, in der kreative Mittel zum Darstellen und Sichtbarmachen von sonst unbewussten Gedanken und vor allem Gefühlen genutzt werden“. Das sei besonders gut aus den Bildbeschreibungen, die Patienten zu ihren Werken selbst geben, zu ersehen (siehe Abbildungen). Etwa wenn ein Bild so interpretiert wird: „Die Quelle wird vom Regen aus der Wolke gespeist, der Fluss – dem Darm entsprechend – hat unnatürlicherweise einen geraden Verlauf wie ein starres Rohr.“ Andere Beispiele sind: „Die Gedanken und Gefühle im Herzen sind gut, aber wenn sie aufsteigen, sind sie nur noch Scheiße“ oder „Ich habe einen Weg zu mir selbst gefunden in der Enge der Felsen. Der Weg führt ins Nichts“. In der entspannt-spielerischen Atmosphäre des Malens und Gestaltens können viele Patienten Themen zum Ausdruck bringen, über die sie sonst lieber nicht sprechen. „Manche sind richtiggehend stolz drauf, was sie da produziert haben und wie gut man manchmal im Bild die Problematik ihres Lebens, mit der sie sich derzeit gerade herumschlagen, erkennen kann“, stellt Piringer fest. Die Laien-Maler sind oft über das Ergebnis selbst überrascht. Sie sagen: „Ich habe mich so bemüht, dass nur ja nichts drauf ist, woran man meine Probleme erkennen könnte, und jetzt sind sie wieder so deutlich geworden“, sagt Piringer. Nicht nur Patienten, auch Ärzte machen Maltherapie – mit sich selbst. „Um zu sehen, wie ich bin“, so der Wiener Allgemeinmediziner MR Dr. Maher Damen-Barakat, der seine Bilder „für sich selbst zur Selbsterkenntnis“ malt. „Das kommt allerdings auch meinen Patienten zugute“, meint der malende Arzt. Ein selbstgemaltes Bild „Die Quelle wird vom Regen aus der Wolke gespeist, der Fluss – dem Darm entsprechend – hat unnatürlicherweise einen geraden Verlauf wie ein starres Rohr.“

GB

Copyright 2006 ÄrzteWoche, Wien  
Ein Unternehmen von Springer Science+Business Media