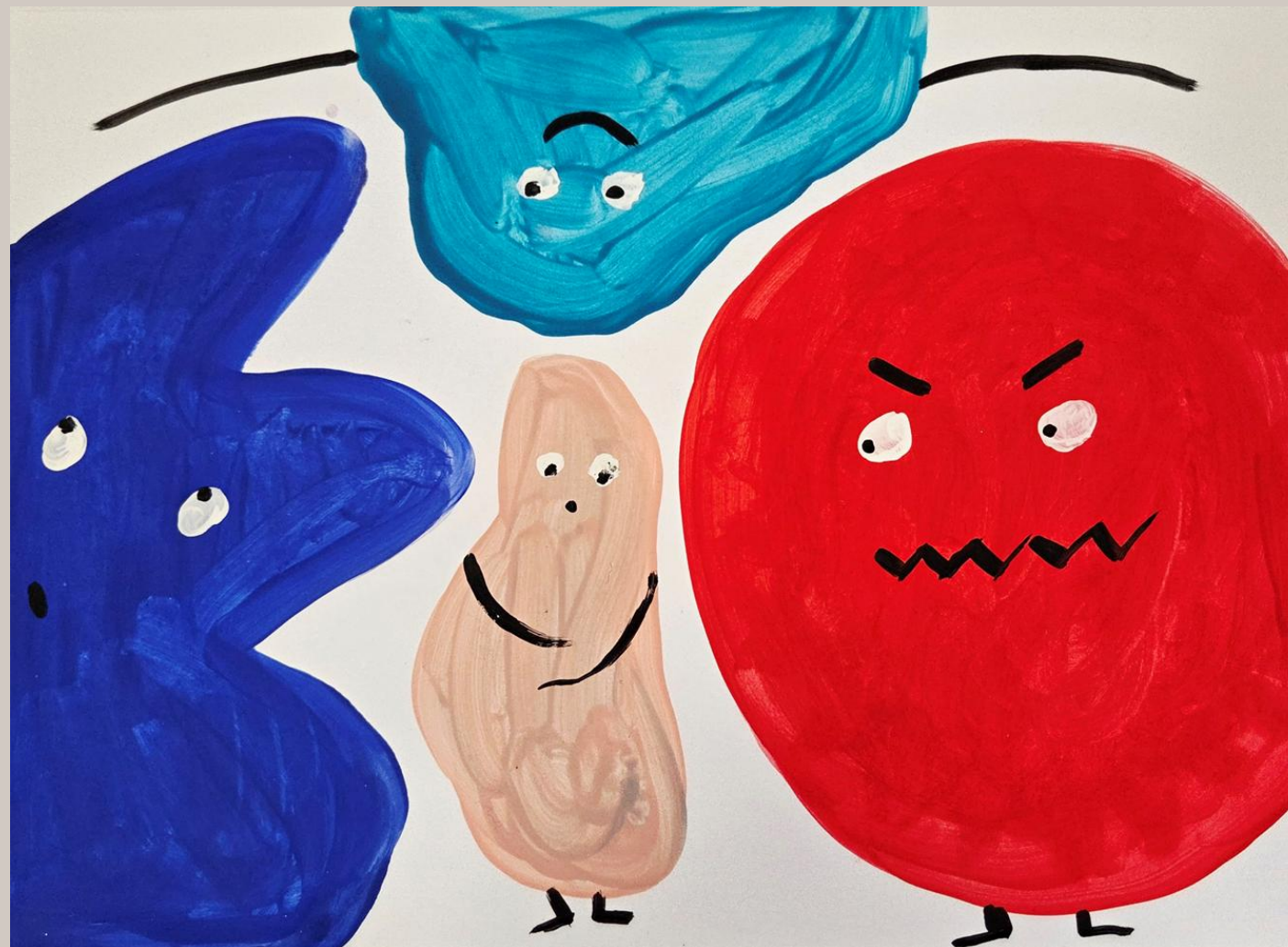
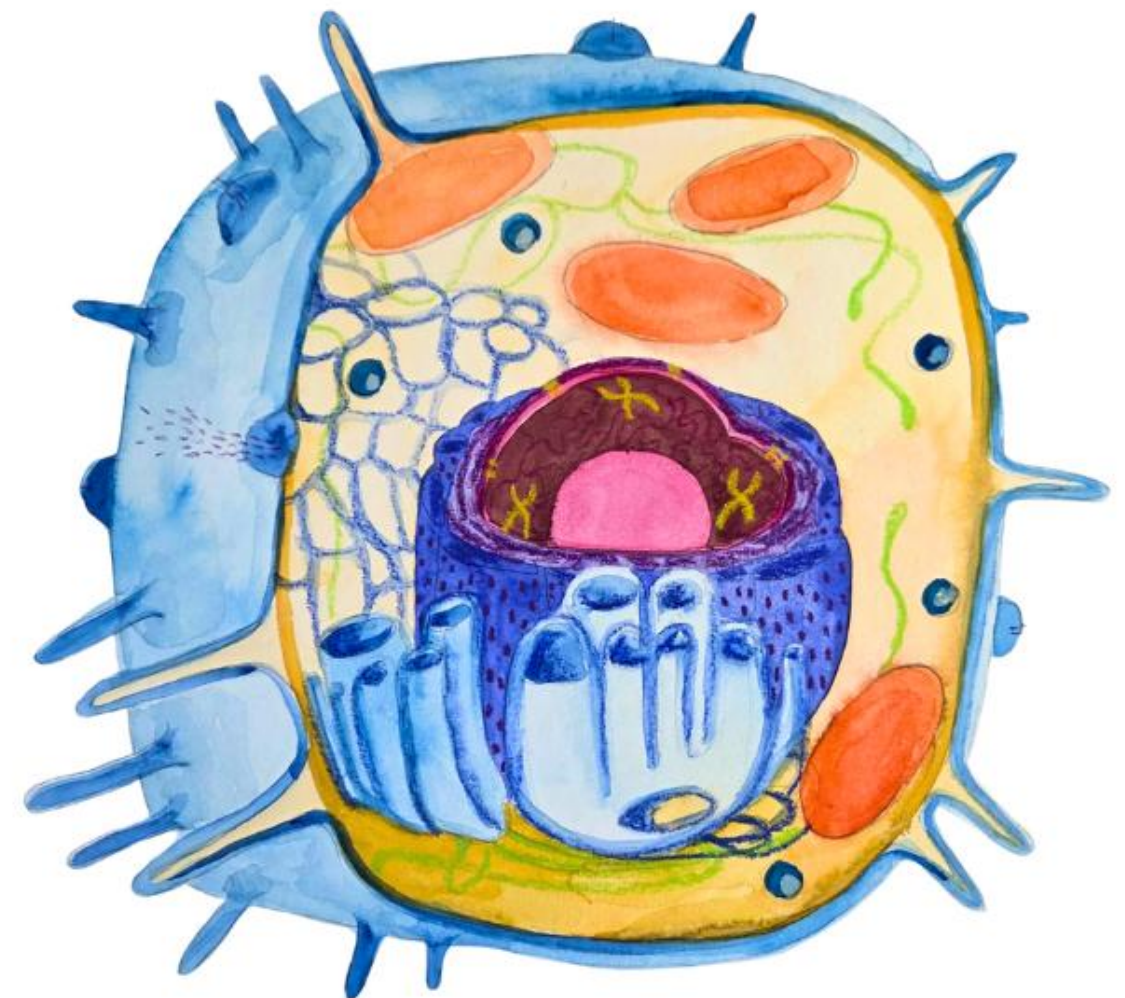


Bilder der Verbundenheit: systemische Perspektiven auf die Arbeit mit inneren Anteilen in der Kunsttherapie



Inhalt

- Vorstellung
- Grundannahmen systemisch orientierter Kunsttherapie
- Einblick in die Systemtheorie
- Arbeit mit inneren Anteilen
- “Mein Symptom als Begleiter”
- “Was es braucht”
- Abschluss und Ausblick
- Vorstellung Kompetenz!Box
Einfach machen: Gestalterische Methoden in Therapie und Coaching



Lena Kannicht

- Dipl. Kunsttherapeutin
- Systemische Beraterin
- Systemische Supervisorin
- Autorin & Dozentin
- Seit 16 Jahren im Klinischen Bereich tätig (Psychiatrie und Psychosomatik)
- Seit 14 Jahren selbstständig



Grundannahmen systemisch orientierter Kunsttherapie

Jeder Mensch ist kreativ.

Kreativität wird nicht nur als eine künstlerische Begabung verstanden, sondern als grundlegende menschliche Fähigkeit zur Problem-lösung und Kommunikation (Rogers et al., 2021).

Sie kann auch als Zustand des „Flows“ beschrieben werden, in dem Menschen durch eine vollständige Hingabe an einen schöpferischen Prozess zu innerer Balance gelangen (Csikszentmihalyi, 2021).

Diese Fähigkeiten stehen uns allen zur Verfügung und sind die Basis für menschliche Entwicklung.

Eine solche Sichtweise fördert ein positives Selbstbild und ermutigt Klientinnen, ihre eigenen kreativen Potenziale wiederzuentdecken und zu entfalten.



Jeder Mensch kann spielen.

Der Psychologe Donald W. Winnicott beschreibt das Spiel als eine Möglichkeit, die Realität zu erleben und zu gestalten (Winnicott, 2015). So können neue Perspektiven und Identitäten eingenommen und Handlungsstrategien erprobt werden.

Die Kunsttherapie ermöglicht es den Klientinnen, die gestalterische Erfahrung und spielerisches Experimentieren in einem geschützten Raum ohne Angst vor Bewertung oder Kritik zu erleben und so das Repertoire der Handlungsmöglichkeiten zu erweitern.



Jeder Mensch ist ein Künstler.

Joseph Beuys erweitert den Kunstbegriff mit seiner bekannten Aussage „Jeder Mensch ist ein Künstler“ und verweist damit auf das universelle, schöpferische Potenzial eines jeden Menschen. Künstlerisches Schaffen wird als aktiv gesellschaftsverändernder Prozess zur sozialen Plastik und ermächtigt damit jeden zu Mitverantwortung, Selbstwirksamkeit und Veränderung der inneren und äußeren Welt. Gelebt wird diese Idee auch in der Living Museum Bewegung (Maier & Ehemann, 2019), die als Revolution in der Psychiatriegeschichte gilt. Künstlerisches Schaffen ermöglicht die Entstigmatisierung von Menschen mit psychischen Erkrankungen, Partizipation, Akzeptanz und soziale Integration sowie ein positives Selbstkonzept als Künstlerin.



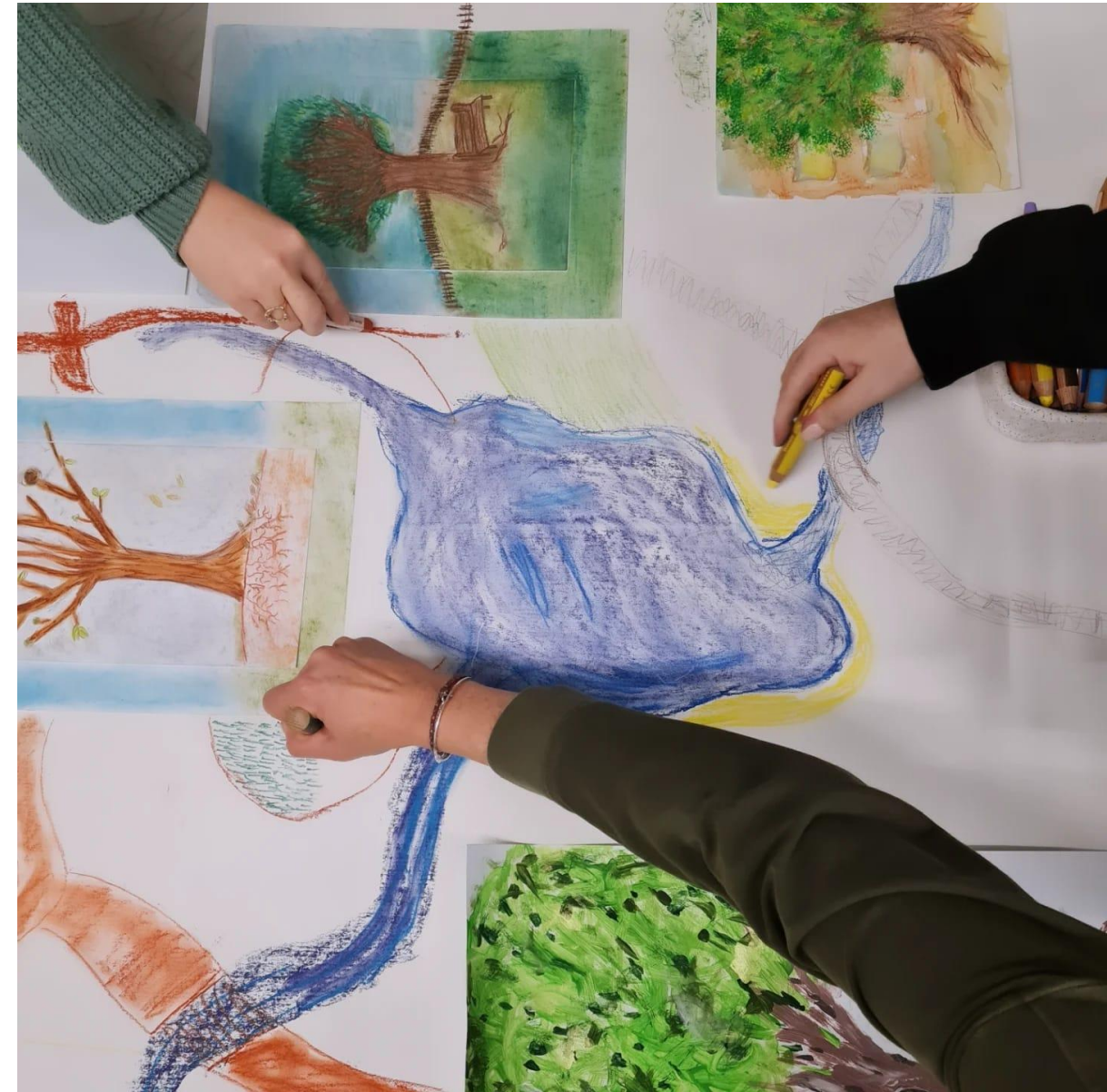
Wille zur Selbstwerdung.

In der humanistischen Psychologie wird vom Willen der Selbstwerdung oder Selbstaktualisierung als eine in jedem Menschen innewohnende, natürliche Kraft ausgegangen. So strebt jeder nach persönlichem Wachstum, der vollen Entfaltung des eigenen Potenzials, und hat den Willen zur authentischen Selbstverwirklichung (Maslow, 2024; Rogers, 2021). Auch C.G. Jung spricht von Selbstwerdung als innerem Drang, der bewusst erfassten und gelebten seelischen Ganzwerdung (Jung, 2003). Der künstlerisch-kreative Ausdruck kann unter anderem durch Symbolisierungsprozesse einen bedeutenden Beitrag zu Selbstwerdung leisten.



Der Mensch als lebendiges System.

Nach der Systemtheorie von Niklas Luhmann (Luhmann, 2021) wird der Mensch nicht isoliert betrachtet. Er wird als Teil eines größeren sozialen Systems verstanden, das unter anderem Familie, Arbeit und Kultur umfasst. Auch der Mensch selbst kann im Sinne der systemischen Therapie als lebendiges, selbstorganisierendes und autonomes System verstanden werden, in dem unterschiedliche innere Anteile, Bedürfnisse und Emotionen in ständiger Wechselwirkung zueinander und zu anderen stehen. In der Kunsttherapie werden Beziehungsstrukturen, Muster und Dynamiken sichtbar und im therapeutischen Prozess positiv verändert.



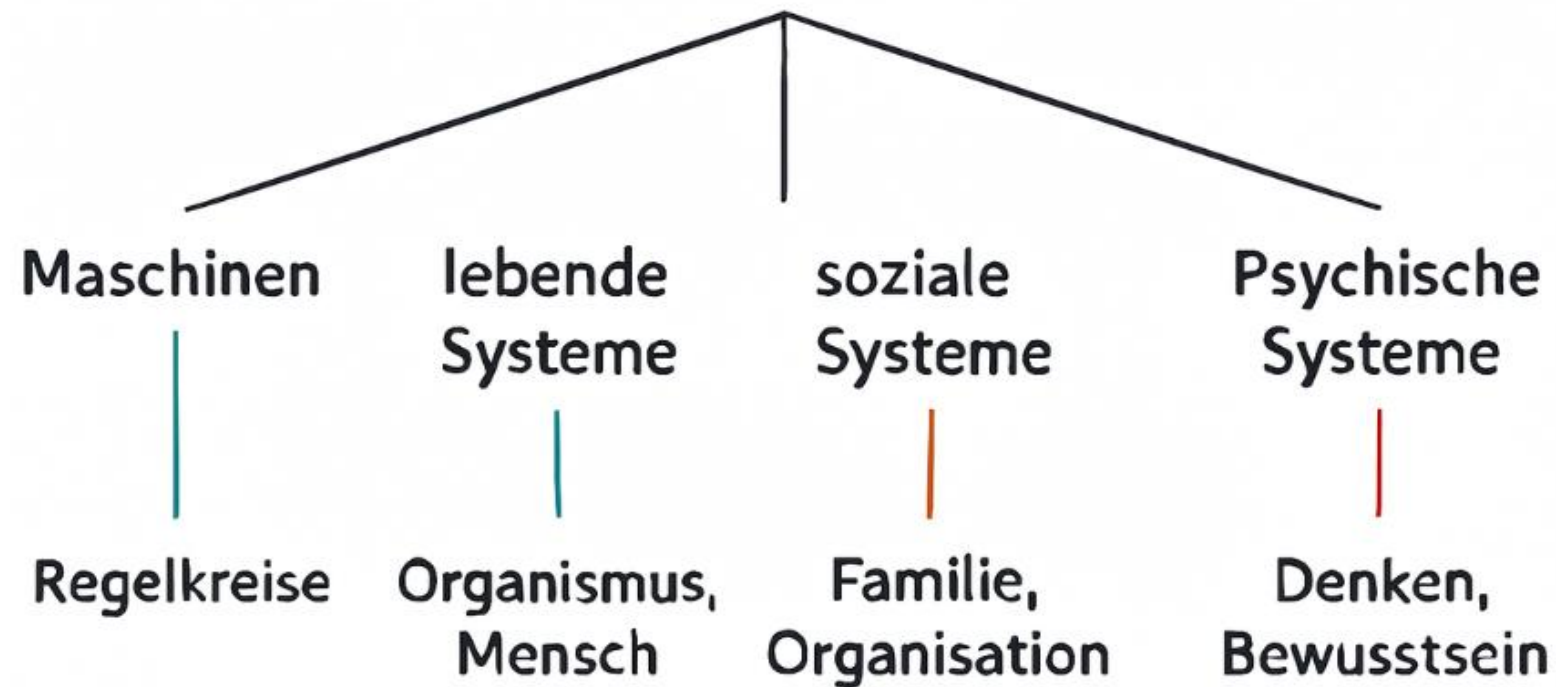
Ressourcen und Lösungsorientierung.

Anstatt Defizite zu fokussieren, werden vorhandene Kompetenzen gefördert und gestärkt. Diese Perspektive entspricht der Positiven Psychologie, die davon ausgeht, dass Menschen über innere Ressourcen verfügen, die durch gezielte Interventionen aktiviert werden können. Durch den Fokus auf die Lösung, wie sie insbesondere durch Steve de Shazer formuliert wurde, können effektiv zukunftsgerichtete, positive Veränderungen herbeigeführt werden. In der Kunsttherapie werden im künstlerischen Prozess oft Lösungen im Bild sichtbar, bevor diese den Klientinnen bewusst verfügbar sind. Der Fokus auf diese vorhandenen Potenziale wirkt sich stärkend und gewinnbringend auf Veränderungsprozesse aus (de Shazer, 2014).



Einblick in die Systemtheorie

Organisation von Systemen



Jedes Lebewesen organisiert sich selbst



(©Dreamstime)



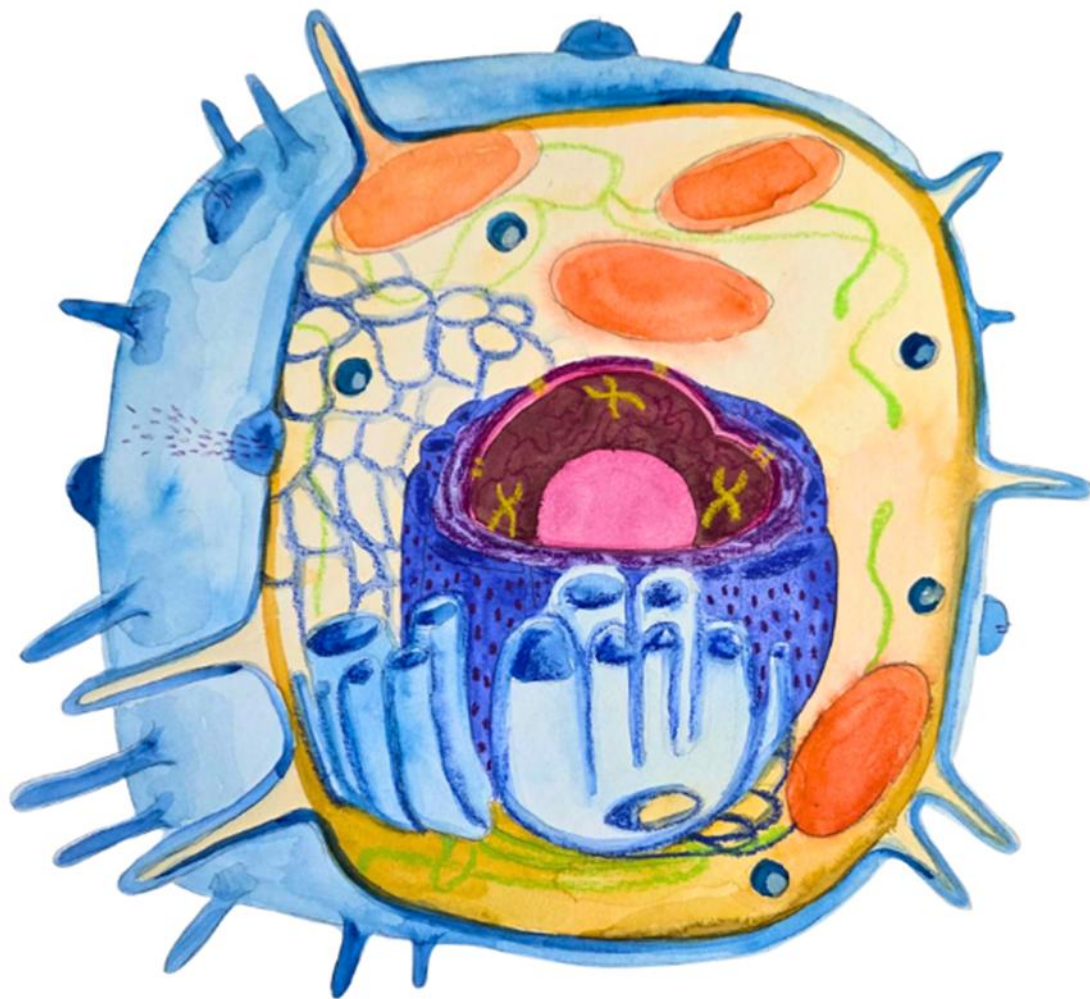
Neurobiologe Humberto Maturana:

Autopoiesis

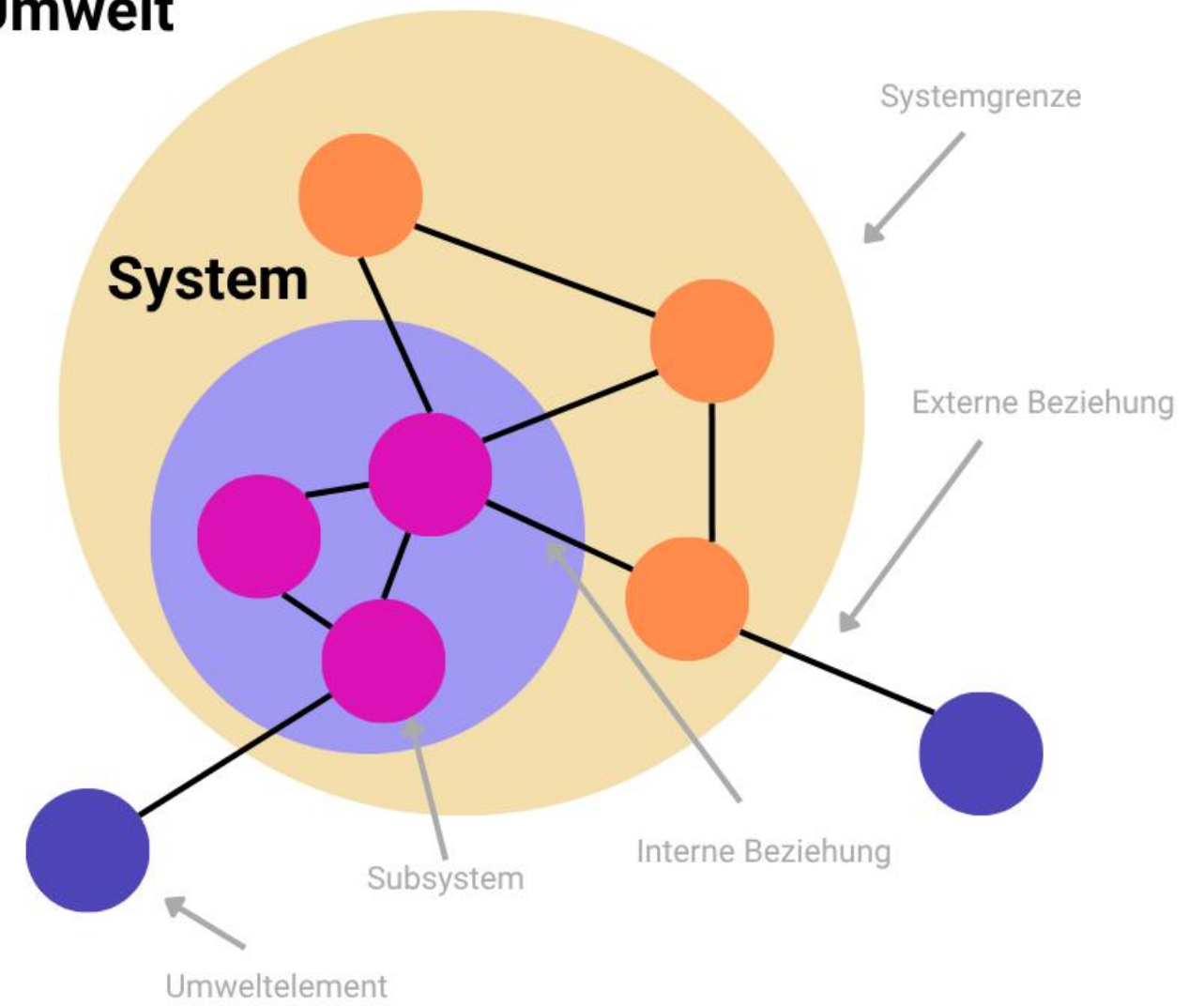
Maturana & Varela (1980)

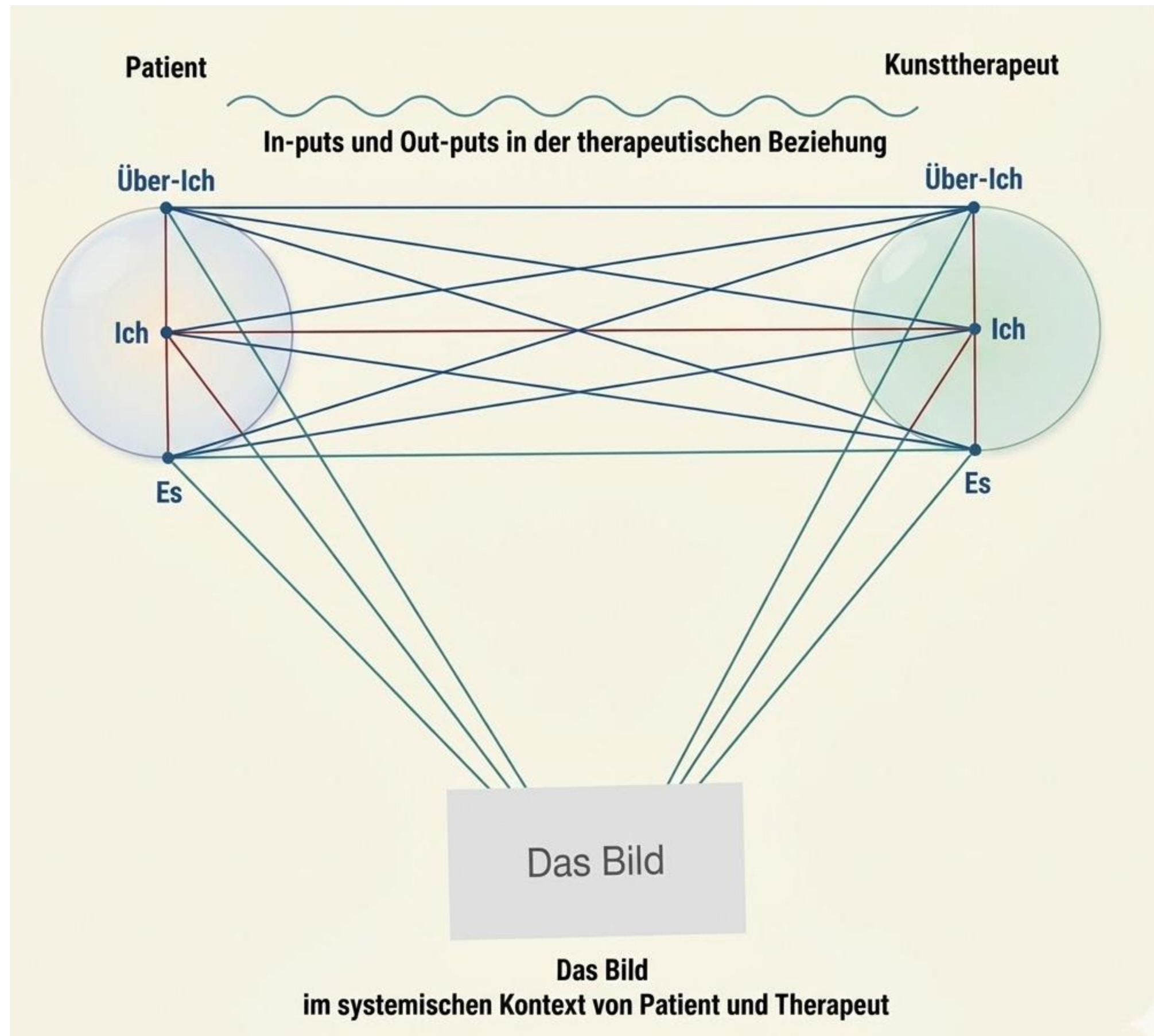


(©L.Kannicht)



Umwelt





Arbeit mit inneren Anteilen

Mein Symptom als Begleiter

- Eine neue Sichtweise auf einen ungeliebten Anteil/ Symptom oder Problem entdecken
- Material: dickes Papier, Pastell oder Ölkreiden

Mein Symptom als Begleiter

Fragen zur Vertiefung:

Was regt sich in Ihnen, wenn Sie Ihr Symptomwesen betrachten? Wie könnte es heißen? Welcher Name würde ihm gefallen? Wie lange hat es Sie schon begleitet? Was war für Sie durch die Begleitung möglich und was unmöglich? Angenommen, es würde Sie noch eine Weile begleiten, in welcher hilfreichen Weise könnte es dies tun? Was genau müssten Sie an Ihrem Bild ändern (z. B. ein Accessoire hinzufügen), um diese unterstützende Transformation darzustellen?

Oder: An welcher Stelle im Raum müsste das Bild hängen, damit es weniger bedrohlich auf Sie wirkt?

Was es braucht

- Probehandeln, den eigenen Handlungsspielraum erweitern
- Papier DIN A4–DIN A3, Transparentpapier im selben Format, Pastellkreiden, Ölkreiden, Buntstifte, Wasserfarben

Was es braucht

Fragen zur Prozessbegleitung

Wie ging es Ihnen mit dem Experiment heute?
Wie wirken die beiden Bilder auf Sie, wenn sie so nebeneinander liegen? Was sind Unterschiede und Gemeinsamkeiten? Welches Bild ist Ihnen näher? Welches Bild möchten Sie heute mitnehmen?

Abschluß und Ausblick

- Symptome als sinnhafte Lösungsversuche
- Selbstwirksamkeit: Das Gestalten macht innere Dynamiken begreifbar und veränderbar
- Ressourcenfokus: Lösungen sind oft schon als Potenzial vorhanden, auch wenn der Ist-Zustand (noch) gewürdigt werden muss
- Wertschätzung: Der systemische Blick nimmt den Druck von der „Heilung“ und ersetzt ihn durch das Verstehen des „guten Grundes“
- Irritation als Chance



Vorstellung der Kompetenz!Box



Insgesamt enthält die Box
106 Karten mit Methoden und
Materialempfehlungen.

Kategorien:

1 Ankommen

2 Ressourcen

3 Struktur und Stabilisierung

4 Körper und Gefühle

5 Krisen, Konflikte und Transformation

6 Kommunikation

7 Psychohygiene

8 Abschied

9 Material

Für Einzel, Paare und Gruppen



Zusatzmaterial:

- Audios
- Videos
- Grafiken
- Handouts
- Anleitungen
- Einkaufszettel u.v.m

Zielgruppen und Anwendungsbereiche

Die Kompetenz! Box „Einfach machen“ richtet sich an **Fachkräfte** die ihr Repertoire um gestalterische Methoden erweitern möchten.

Die Kompetenz! Box allein befähigt nicht zur Kunsttherapie.

Weiterführende Informationen zum Berufsbild Kunsttherapie finden Sie unter www.DFKGT.de



Kommende Seminare und Workshops

Einfach machen! Seminar
8.-9. Mai 2026
Praxis Julia Schmelz
Stuttgart

Einfach machen! Seminar
12.-13. Oktober
Systemisches Institut
Tübingen

Einfach machen! Seminar
30.-31. Oktober
M.E.G
Gießen



Weitere Informationen unter:
[www.lenakannicht.de/
workshops-seminare-und-vorträge](http://www.lenakannicht.de/workshops-seminare-und-vorträge)

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



www.lenakannicht.de

@lenakannicht

Literatur

Bilder © Lena Kannicht, Dreamstime, Gisela Schmeer

Csikszentmihalyi, M. (2021): Flow und Kreativität: Wie Sie Ihre Grenzen überwinden und das Unmögliche schaffen (M. Klostermann, Übers.; 5. Auflage dieser Ausgabe). Klett-Cotta.

Dannecker, K. (2010): Psyche und Ästhetik: Die Transformationen der Kunsttherapie (2., durchgesehene Auflage). Medizinisch Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft.

de Shazer, S. (2014): Wege der erfolgreichen Kurztherapie (12. Auflage). Klett-Cotta.

Grawe, K. (2004): Neuropsychotherapie. Hogrefe, Göttingen.

Jung, C. G. & Franz, M.-L. von (Hrsg.). (2003): Der Mensch und seine Symbole (16. Auflage). Walter.

Luhmann, N. (2021): Soziale Systeme: Grundriß einer allgemeinen Theorie (18. Auflage). Suhrkamp.

Maier, T., & Ehemann, R. (2019): Die Living Museum Philosophie. In: Dr. Gabriele Senti (Hrsg.), Leading Opinions—Neurologie und Psychiatrie (Bd. 2, S. 34–45). Universimed.

Maslow, A. H. (2024): Motivation und Persönlichkeit (17. Auflage). Rowohlt.

Rogers, C.R., Dorfman, E., Gordon, T., & Hobbs, N. (2021): Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie (21. Auflage). Fischer Taschenbuch.

Schmeer, G. (2006): Krisen auf dem Lebensweg: Psychoanalytisch-systemische Kunsttherapie (2. Auflage). Klett-Cotta.

Schmidt, G. (2014): Einführung in die hypnosystemische Therapie und Beratung (6. Auflage). Carl Auer.

Spreti, F. von, Martius, P. & Förstl, H. (2005): Kunsttherapie bei psychischen Störungen. Elsevier, Urban & Fischer.

Stachelhaus, H. (1994): Joseph Beuys: Jeder Mensch ist ein Künstler (Erweiterte Neuausgabe, 2. Auflage). Heyne.

Winnicott, D.W. (2015): Vom Spiel zur Kreativität (14. Auflage). Klett-Cotta.