

M A R I A B E R G



Von Mensch zu Mensch

Kunsttherapie

DIE KUNST, SICH SELBST ZU BEGEGNEN

In der **Kunsttherapie** haben die Kinder und Jugendlichen die Möglichkeit, sich über verschiedenste kreative Materialien auszuprobieren und auszudrücken und inneres Erleben sichtbar werden zu lassen. Der Umgang mit den künstlerischen Materialien stellt eine Erforschung des eigenen Selbst dar. Die Patient*innen begegnen sich im Tun mit den eigenen Stärken und Schwächen, Blockaden und Möglichkeiten sowie ihren Gefühlen.

Die Kinder und Jugendlichen erfahren dabei durch unsere Therapeut*innen eine einfühlsame Begleitung. Sie sind nicht allein, während sie Krisen und Erfolge durchleben, erfahren Halt und offene Ohren. Erst durch das Gesehen- und Gehaltenwerden während des schöpferischen Prozesses und der wertefreien Annahme von psychischen Inhalten, Krisen und Erfolgen erlebt das Kind und der/die Jugendliche Bestätigung seines bzw. ihres Selbst und heilsame Erfahrungen.

Am Anfang eines Prozesses überwiegen Unsicherheiten: Wie viel möchte ich von mir zeigen? Was denken die Anderen, das Gegenüber von mir? Werde ich dem gerecht, kann ich das überhaupt? Dies sind Denkweisen und Verhaltensweisen, welche sich im gesellschaftlichen Lebensalltag bilden. Es wird verglichen und nach Leistung bewertet, Anforderungen werden zu Überforderungen. Schwächen, Hilflosigkeit und Ängste werden unterdrückt und als nicht akzeptabel angesehen. Sie sind jedoch Zustände, welche zum Menschsein dazugehören und an denen wir wachsen. Es geht daher darum, eine Akzeptanz seines Selbst zu gewinnen.

Über das künstlerische Arbeiten sollen die Kinder und Jugendliche in der Selbstwahrnehmung ihrer Gefühle geschult werden. Sie begegnen ihren Emotionen – Wut, Trauer, Hilflosigkeit usw. – und erfahren, dass sie ihnen nicht ausgeliefert sind und sich als aktiv Gestaltende erleben können. Aus einem Erfahrungsprozess wird ein Lernprozess, der eigene Lösungsstrategien hervorbringt und das Selbstwertgefühl steigert. Hierfür stehen ihnen eine Vielzahl an künstlerischem Materialien wie Ton, unterschiedlichste Farben, Speckstein, Holz, Pappmaché uvm. zur Verfügung.

Gearbeitet wird in Gruppen- und Einzeltherapien. Innerhalb der Peergruppe geht es um Interaktion und Reflektion mit Gleichaltrigen oder jungen Menschen mit ähnlichen Erfahrungen. Inhalte aus Gruppentherapien können im Einzel noch einmal aufgegriffen und aufgearbeitet werden. Einzeltherapien greifen den momentanen Stand und die Bedürfnisse des Einzelnen auf. Hier kann können im therapeutischen Prozess vertieft und verstärkt einzelne Gefühlen und Blockaden bearbeitet und Ressourcen aktiviert werden.