

Rote Wut und gelbe Hoffnung

Die Kunsttherapeutin Ulrike Breuer begleitet Menschen in schwierigen Lebenslagen

YAËL DEBELLE

Ulrike Breuers Klientin Silvana hat jahrzehntelang unter den Folgen von sexuellem Missbrauch gelitten. In der Maltherapie lernt sie, mit ihrem Schmerz umzugehen und sich im Alltag zu behaupten.

Am Anfangspunkt von Silvanas Reise zu sich selbst steht ein Baum. Er trägt intensivgrüne Blätter, die Luft ist rot. «Spannungsgeladen», sagt Silvana*. Am Zielort ihrer Reise ist es luftig und offen. Feine Farbtupfer, in hellgelbes Licht getaucht, zeigen ihren Wunsch, Raum für ihre ganze Person zu finden. Der Weg dahin, das hat die 39-Jährige beim Malen erkannt, führt über ihre Vergangenheit. Doch die Frage «Woher komme ich?» ist schmerzhaft, denn ihre Kindheit ist von einer Missbrauchserfahrung geprägt.

Ihre Lebensreise hat Silvana im Rahmen einer Maltherapie aufs Papier gebracht. Kunsttherapeutin Ulrike Breuer schaut zu, wenn Silvana malt, ermuntert sie, stellt manchmal Fragen und sagt ihrer Klientin immer wieder, dass sein darf, was da ist. Oft erschrickt Silvana über ihre eigenen Gefühle, zum Beispiel wenn plötzlich grenzenlose Wut aufwacht, nur weil sie einen roten Klecks gemalt hat. Die Gespräche mit der Therapeutin helfen Silvana zu verstehen, was in ihr vorgeht. Oder manchmal auch nur zu akzeptieren, dass sie nicht alles verstehen kann und muss.

SICHERER RAHMEN. «Ich stachle die Wut der Klienten nicht an», sagt Breuer, die in Basel 2003 ihre eigene Praxis für Kunsttherapie gegründet hat. «Ich achte ihre Gefühle und respektiere ihre Grenzen.» Viele fühlen sich überfordert von den Emotionen, die im Rahmen einer Maltherapie hervorbrechen. Als Therapeutin schafft sie den sicheren Rahmen dafür. «Ich sage den Klienten klar,



Spannungsgeladen. Während der Maltherapie malt Silvana ihre Lebensreise auf Papier. Foto Pino Covino

dass ich keine Angst vor ihren Gefühlen habe.» Deshalb sei es wichtig, dass ein Therapeut mit sich im Reinen sei. «Die eigene Psychohygiene ist unerlässlich für Kunsttherapeuten», sagt die 55-Jährige. Die Arbeit sei oft berührend, umso wichtiger sei es zu erkennen, was zum Klienten gehört, und welches eigene Themen seien.

Silvana kann sich kaum an ihre Kindheit erinnern. Sie weiss nicht, ob sie als Kind schon einmal gemalt hat. Auch an den se-

xuellen Missbrauch kann sie sich nicht konkret erinnern, nur das Gefühl ist geblieben. «Der Missbrauch hat mich zum emotionalen Krüppel gemacht», sagt Silvana. Lange wollte sie das Erlebte selbst nicht wahrhaben – ihre Familie streitet bis jetzt ab, dass es passiert ist. «Das hat nur in deinem Kopf stattgefunden», heisst es. «Um den Missbrauch und die Konsequenzen davon auszuhalten, musste ich mich tief in mir innen verschliessen. Ich habe Teile von mir abgespaltet und mich

auch wirklich wie zwei Personen gefühlt.» In der Maltherapie erlebte sie das erste Mal, wie es sich anfühlt, wieder eins zu sein.

NONVERBALER AUSDRUCK. Ulrike Breuer erklärt, dass Menschen mit Gewalterfahrungen oft mit Gefühlen von Angst, Lebensbedrohung, Wut und Scham überflutet werden. Häufig bleibe eine Sprachlosigkeit zurück, weil das Erlebte tatsächlich nicht «fassbar» ist. Silvana hat jahrelang eine Gesprächstherapie gemacht,

hatte aber irgendwann das Gefühl, damit nicht mehr weiterzukommen. Die Kunsttherapie bietet ihr die Möglichkeit, sich auch nonverbal auszudrücken, mittels Bildern, Formen und Farben. Körperempfindungen wie Engegefühl, der Kloss im Hals oder die innere Leere können wahrgenommen und ausgedrückt werden. Die Hilflosigkeit, die Betroffene empfinden, wird über das Gestalten Schritt für Schritt in Handlungsfähigkeit umgeformt. «Es ist mir ein Anliegen, nicht nur die Probleme der Klienten zu wälzen. Ich unterstütze sie dabei, ihre Ressourcen zu finden», sagt Breuer.

VÖLLIGE ERSCHÖPFUNG. Sie selbst hat die Maltherapie während einer Lebenskrise kennengelernt. Nach 15 Jahren Arbeit als Krankenschwester und 15 Jahren als Versicherungskauffrau hat sie entschieden, die fünfjährige Ausbildung zur diplomierten Mal- und Kunsttherapeutin zu absolvieren. Neben der Tätigkeit in ihrer eigenen Praxis arbeitet sie auch Teilzeit im Generationenhaus Neubad als Kunsttherapeutin im Aktivierungsteam.

«Plötzlich konnte ich Nein sagen!», sagt Silvana und lacht dabei. Früher habe sie sich alles aufgeladen, bis zur völligen Erschöpfung gearbeitet. Auf ihre Veränderung hat ihr Umfeld nicht nur positiv reagiert. Am Arbeitsplatz kam es zu starken Spannungen – zu praktisch war die stets Ja sagende Angestellte. Silvana hat die Stelle selbst gekündigt. Ihre Entwicklung hat sie der Maltherapie zu verdanken, betont sie. «Heute freue ich mich auf alles, was ich durch das Malen noch lernen kann», sagt sie. «Und ich wünsche mir, dass vielmehr Menschen die Chance erhalten, diese Art Therapie zu machen.»

*Name von der Redaktion geändert



ein jahr
mit Madeleine Lack

Büffeln, wochenlang

Prüfungen, Prüfungen, Prüfungen! Ein grosses Thema im Moment. In der Schule sind haufenweise Tests in verschiedenen Fächern angesagt. Dazu kommen noch die zentralen Nachholtests. Alle KV-Schüler, die während eines Semesters Prüfungen verpasst haben, müssen den Schulstoff im betreffenden Fach für das ganze halbe Jahr nachholen.

Diese eine Prüfung am Semesterende zählt zu den bestehenden Noten im betreffenden Fach und der Durchschnitt daraus bestimmt die schlussendliche Zeugnisnote. Wenn man also im Schulfach Englisch und Deutsch bei je einer Prüfung krank war, muss man zwei Semestertests schreiben. Zudem müssen alle Lehrlinge im 2. Lehrjahr die Abschlussprüfung im Fach IKA (Information, Kommunikation, Administration) bestreiten.

SECHS BÜCHER. Ende Lehrjahr werden wir in allen Schulfächern und in der Branchenkunde geprüft. Für die Branchenkunde Versicherung gibt es insgesamt sechs Bücher. Damit wir Lehrlinge uns diesen Inhalt über das Jahr verteilt aneignen, gibt es bei der Basler Versicherung eine «Standortbestimmung». Diese findet immer vor den Sommerferien statt. In der Prüfung werden die Inhalte aus zwei Büchern zum Thema Versicherung geprüft. Diese Note zählt nicht für die eigentliche Lehrabschlussprüfung, fliesst aber in die Verteilung eines internen Leistungslohns (so etwas wie ein Bonus) ein. Die Basler Versicherung führt diese durch, damit wir bei der Lehrabschlussprüfung nicht alle sechs Bücher auf einmal lernen müssen, sondern uns das Fachwissen nach und nach aneignen können. Die nächsten Wochen dürfen wir KV-Lernenden also grösstenteils mit Büffeln verbringen!

In der Rubrik «ein jahr» begleiten wir vier junge Auszubildende. Madeleine Lack (Foto) macht eine Lehre als Kauffrau bei der Basler Versicherung. Valentin Ade studiert Medienwissenschaft und Wirtschaft an der Uni Basel, daneben ist er freier Mitarbeiter der BaZ. Die Schülerin Delia Huber aus Therwil weilt für ein Gastjahr in den USA. Klaus Bernhard ist Student im Masterstudio Design an der FHNW. Am 23. April: Klaus Bernhard.

Nachfrage nach künstlerischen Therapien ist gross

Der Beruf «Diplomierter KunsttherapeutIn» ist eidgenössisch anerkannt und geschützt

YAËL DEBELLE

Kunsttherapie wird als Behandlungsmethode bei Menschen mit Erkrankungen, bei verhaltensauffälligen Jugendlichen, Behinderten oder Menschen in Umbruchphasen angewendet.

Seit März dieses Jahres können Kunsttherapeuten über eine Höhere Fachprüfung (HFP) den schweizweit anerkannten und geschützten Titel «Diplomierter KunsttherapeutIn» erlangen. In der Kunsttherapie gibt es fünf Fachrichtungen: Mal- und Gestaltungs-therapie, Musiktherapie, Intermediale Therapie, Sprach- und Dramatherapie sowie Tanz- und Bewegungstherapie.

Mit dem anerkannten Abschluss werden einheitliche Standards garantiert. «Die eidgenössische Anerkennung be-

deutet, unter anderen Berufen im Gesundheits- und Sozialwesen als eigenständiger Beruf mit hohem Qualitätsstandard wahrgenommen zu werden. Sie gibt uns gegenüber Auszubildenden, Klienten und Arbeitgebern eine klare Identität», sagt Ulrike Breuer, Co-Präsidentin der Konferenz der Schweizer Kunsttherapieverbände (KSKV/CASAT).

PRAXEN UND SPITÄLER. Eine Bedarfsanalyse im Rahmen der eidgenössischen Anerkennung hat ergeben, dass die Nachfrage nach künstlerischen Therapien gross ist. Kunsttherapie kommt in einem weiten Feld zur Anwendung, sowohl in Privatpraxen als auch in Institutionen wie Spitälern, Psychiatrischen Kliniken oder Gefängnissen. Als eigenständiges

Therapieangebot wie auch als ergänzende Behandlungsmethode werde sie bei Menschen mit psychischen oder somatischen Erkrankungen angewendet, aber auch bei verhaltensauffälligen Jugendlichen, Demenzpatienten, Behinderten oder Menschen in Umbruchphasen, wie Susanne Bärlocher, Leiterin der Geschäftsstelle für die HFP-Kunsttherapie, erklärt. Kunsttherapie werde ausserdem, als Unterstützung und in interdisziplinärer Zusammenarbeit, bei Krebspatienten sowie in der Palliativmedizin eingesetzt. Sie fördert die Selbstheilungskräfte von Patienten und hilft bei persönlichen Entwicklungsprozessen.

Die Ausbildung zum/zur Kunsttherapeut/in erfolgt meistens nach einem Erstabschluss und Berufserfahrung in

den Feldern Pädagogik, Kunst, Gesundheits- oder Sozialwesen. Zahlreiche private Institute bieten die modularen Ausbildungsgänge an. Dabei wird neben Methodenkompetenz, theoretischem und medizinischem Wissen viel Wert auf Selbsterfahrung und künstlerische Entwicklung gelegt.

In der Region Basel gibt es bis jetzt nur Ausbildungsinstitute mit anthroposophischer Ausrichtung, die zur höheren Fachprüfung befähigen.

Weitere Informationen:

- > www.kskv-casat.ch (Konferenz der Schweizer Kunsttherapieverbände)
- > www.fiac.ch (Fachverband des Integrativen Ausbildungszentrums IAC)
- > www.svakt.ch (Schweizer Verband für Anthroposophische Kunsttherapie)

Die Lehrmethode ist wichtiger als das Dozentencharisma

STUDIE. Charisma, Erfahrung, Sympathie: Was sich viele Studenten von Dozenten wünschen, ist einer Studie zufolge für den Lernerfolg gar nicht so wichtig. Stattdessen profitieren Studenten viel stärker von der richtigen Lehrmethode ihres Professors. Zu diesem Ergebnis kommen Wissenschaftler um den Physik-Nobelpreisträger Carl Wieman in einer Studie. Die Forscher verglichen die Lernerfolge von zwei Studentengruppen an Physik-Einführungskursen der University of British Columbia (Kanada). Team eins wurde von einem erfahrenen Dozenten frontal unterrichtet, den Studenten allseits lobten. Team zwei betreute ein wenig erfahrener Dozent. Er setzte im Gegensatz zu seinem routinierten Kollegen auf einen interaktiven Lehransatz mit Arbeit in kleinen Gruppen und Diskussionen. Ergebnis: Die Studenten aus Team zwei arbeiteten am Ende engagierter mit und besuchten häufiger den Unterricht als Gruppe eins. Zudem schnitten Studenten aus dem zweiten Team bei einem abschliessenden Test deutlich besser ab. DPA

Die Kunst des kleinen Gesprächs

SMALL TALK. Wir mögen zwar in einer Gesellschaft leben, die sich auf Daten und Fakten verlässt. Doch gerade im Berufsalltag ist auch die emotionale Beziehungsebene wichtig. Wer Hemmungen hat, sich in kleine Gespräche zu vertiefen, oder befürchtet, keine interessanten Gesprächsthemen beisteuern zu können, ist im Kurs «Small Talk» an der Volkshochschule beider Basel am richtigen Ort. Imageberaterin Antoinette Anderegg sagt, worauf es bei der Unterhaltung ankommt (Juristische Fakultät, Basel). Informationen und Anmeldung: 061 269 86 66 > www.vhsbb.ch

ANZEIGE



Kindergarten – Primarstufe – Sekundarstufe I. Bei uns können die Kinder schon ab dem Kindergarten natürlich eintauchen in die englische Sprache, ohne die deutsche Muttersprache zu vernachlässigen. Minerva Volksschule, Tel. 061 278 98 88

www.minervaschulen.ch

Vorteil
MINERVA
Eine Schule der Kalaidas Bildungsgruppe Schweiz