

Kunst als Behandlungsoption

Kunsttherapie – ein neues Berufsbild

Seit 2011 ist die Schweiz das erste Land der Welt mit einem Berufsabschluss für alle Richtungen und Methoden künstlerischer Therapieformen. Kunsttherapeuten arbeiten sowohl nach individuellen Bedürfnissen als auch diagnoseorientiert. Kunsttherapie stärkt die Selbstregulation auf körperlicher, psychischer und sozialer Ebene und wird unter anderem mit Erfolg in der Onkologie sowie in der Psychiatrie eingesetzt. Nachfolgend sollen das Berufsbild und in späteren Folgen die einzelnen Fachrichtungen anhand von Fallbeispielen vorgestellt werden.

Wo stehen wir heute?

Unter Kunsttherapie versteht man im deutschsprachigen Raum häufig Gestaltungs- und Maltherapie. Deshalb fand in der Schweiz eine lebhaft Diskussionsum den Berufstitel statt, als sich grosse Berufsverbände künstlerischer Therapeutinnen und Therapeuten 2002 zur Organisation der Arbeitswelt: Konferenz der Schweizer Kunsttherapieverbände, OdA KSKV/CASAT (1), zusammenschlossen. Heute ist Kunsttherapeut ein eidgenössisch anerkannter Beruf mit fünf Fachrichtungen:

- Bewegungs- und Tanztherapie
- Drama- und Sprachtherapie
- Gestaltungs- und Maltherapie
- Intermediale Therapie
- Musiktherapie.

Wie funktionieren die Interventionen?

Kunsttherapeutische Wirkprozesse entstehen in der Triade aus Patient-Werk-Therapeut und beziehen damit immer ein Drittes, das entstehende Werk, als Katalysator der therapeutischen Erfahrung mit ein. Die therapeutische Beziehung vollzieht sich nicht hauptsächlich in der Interaktion zwischen Patient und Therapeut, sondern das selbstwirksam geschaffene Werk des Patienten wird zum Ausgangspunkt der therapeutischen Wirkung. Im Entstehungsprozess formt sich ein neuer Ort im Raum (bildende Künste) oder in der Zeit (darstellende Künste), der Schutz, Sicherheit und Spielraum im engeren

Dietrich von Bonin¹, Ulrike Breuer²

Korrespondenzadresse:

OdA KSKV/CASAT
Dietrich von Bonin
Rainweg 9H
3063 Utzigen



¹ Diplomierter Kunsttherapeut (ED) mit Fachrichtung Drama- und Sprachtherapie. Er leitet die Qualitätssicherungskommission der Höheren Fachprüfung Kunsttherapie.

² Diplomierter Kunsttherapeutin (ED) mit Fachrichtung Gestaltungs- und Maltherapie. Sie präsidiert den Dachverband OdA KSKV/CASAT.

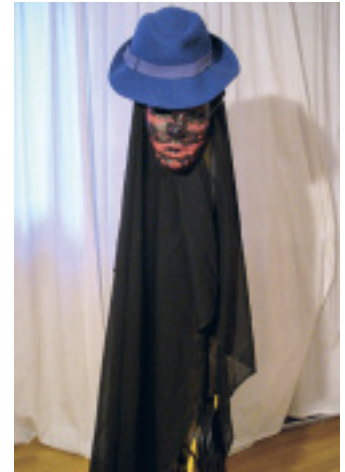
Wortsinn gewährt. Der Therapeut wird zum Begleiter, zum Zuhörer des Klienten in diesem Prozess und kann dessen gewonnene Erfahrung bezeugen und sicherstellen. Der neue Ort ist im Kern ein prä- oder nonverbaler Handlungsraum, in dem die Klienten im Dialog mit der eigenen Schöpfung ihre Integrität und Autonomie erfahren. Kunsttherapie vollzieht sich aktiv-handelnd und löst unmittelbar körperliche Reaktionen und Prozesse aus, die integraler Bestandteil des Behandlungsziels sind.

Welche Wirkmechanismen sind denkbar?

Diese Frage lässt sich am besten konkret, hier am Beispiel der Onkologie, beantworten. Eine onkologische Diagnose stellt für jeden Betroffenen das elementare Dasein infrage und löst Gefühle und Zustände aus, die weit über das Aussprechbare hinausgehen. Als häufigste sekundäre psychiatrische Diagnosen finden sich Anpassungsstörungen, akute Belastungsreaktionen, Depression, Angststörungen und posttraumatische Belastungsstörungen (2). Bei Brustkrebspatientinnen konnte gezeigt werden, dass die damit verbundenen Gefühle wie Ohnmacht, Verzweiflung und Verlassenheit sich indirekt bei gleichzeitigem Mangel an sozialer Unterstützung suppressiv auf die (natürliche) Aktivität der NK-Zellen (Killerzellen) des Immunsystems auswirken und mit einer ungünstigeren Prognose korrelieren (3).

Die hauptsächlich prä- oder nonverbalen Wirkfaktoren kunsttherapeutischer Interventionen können bei onkologischen Patienten in allen Krankheitsstadien Ausdrucks- und Transformationsprozesse anstossen, die den genannten destruktiven Gefühlen Raum und Inhalt geben, Lösungswege vermitteln und damit Selbstwirksamkeit und Selbstverantwortung als wichtige Kriterien der Lebensqualität und Kernbestandteil des Kohärenzgefühls positiv verstärken.

Weitere ungünstige, aber oft nur nebensächlich behandelte Faktoren im Kontext einer Krebserkrankung sind Distress und Rhythmusverlust (4). Die ständige Aktivierung der Hypothalamus-Hypophysen-Adrenalen-Achse und der Sympathikus-Adrenal-Medullaren-Achse bei chronischem Distress unter-



drückt die allgemeine Immunantwort und trägt zur Entwicklung und Progression mancher Krebsformen bei (5). Der ganze Zusammenhang zwischen Distress, Herzfrequenzvariabilität, Immunparametern und Krebs wurde durch Servan-Schreiber übersichtlich dargestellt (6). Insbesondere Brustkrebspatientinnen können von Distress und Rhythmusverlust betroffen sein (7).

Kunsttherapeutische Interventionen verringerten bei dieser Diagnose durch die beschriebenen Wirkfaktoren schon nach kurzer Zeit Angst, Depressivität und körperliche Symptome deutlich (8). Weiter induzieren Methoden der Drama- und Sprachtherapie eine tiefe, ruhige Atmung und eine hochgradige kardiorespiratorische Synchronisation durch Verstärkung der vagusinduzierten Anteile der Herzfrequenzvariabilität und tragen zu Distressabbau und einem positiven Körperbewusstsein bei (9).

Wie werden übermächtige Eindrücke verarbeitet?

Kunsttherapie wirkt als unmittelbare Erfahrung eigener kreativer Ressourcen, mit deren Hilfe Lebensprobleme, Traumata, Krisen und Krankheiten besser zu bewältigen sind. Hier ist es hilfreich zu verstehen, was Kunsttherapeuten unter Ausdruck und Eindruck verstehen. Gute und schlechte Eindrücke lösen körperliche und psychische Reaktionen aus. Erwünscht, wenn sie mit Wohlbefinden verbunden sind, unerwünscht, wenn sie zu Unwohlsein führen.

Der künstlerische Ausdruck – auch des Unerwünschten – befreit und führt oft zur Entdeckung von Erwünschtem und Vergessenem in der Biografie.

Eindrücke können überwältigen. Zum Beispiel im Rahmen der Diagnose einer schweren Krankheit, durch Leiden an den Symptomen einer Krankheit oder traumatische Lebenserfahrungen. Hier kann Kunsttherapie helfen, das gestörte Gleichgewicht zwischen Eindruck und Ausdruck wiederherzustellen.

Wie gezeigt wurde, wirken die Kunstmittel aber auch direkt auf den Organismus, was beispielsweise für die Musik eindrücklich durch die neuropsychologischen Forschungsergebnisse von Prof. Dr. Lutz Jäncke belegt ist. Kunsttherapeutisches Handeln manifestiert sich in Modulationen von neuronalen Erregungsmustern, in Atem, Stimme, Herzrhythmus oder Blutdruck. Die künstlerischen Mittel – Tanz, Drama und Sprache, Malen und Gestalten, Musik – wirken spezifisch und können durch geschulte Therapeuten gezielt zur Modulation gestörter Funktionen eingesetzt werden. Dies ist für verschiedene Gebiete der Kunsttherapie durch wissenschaftliche Forschung belegt. Ein Überblick zur aktuellen Forschung mit Schwerpunkt auf körperliche Erkrankungen befindet sich auf www.kskv-casat.ch.

Gibt es bewährte Indikationen oder bestimmte Altersgruppen?

Kunsttherapie kann unter anderem zur Behandlung folgender Störungen und Krankheitsbilder sinnvoll sein: psychosomatische Störungen, Burn-out, Angststörungen, Depression, bipolare Störung, posttraumatische Belastungsstörung, Migräne, chronische Schwäche. Als wichtige Begleittherapie bei Krebserkrankungen, in der Geriatrie und der Rehabilitation. Ferner methodenspezifisch bei: orthopädischen Erkrankungen, Schmerztherapie, neurologischen Erkrankungen wie Multipler Sklerose, Morbus Parkinson; in der Palliativmedizin, der Neonatologie; bei Sprach- und Sprechstörungen, Herzkrankheiten, Bluthochdruck und Störungen der Atemfunktion.

Kunsttherapie wird nicht nur in der Behandlung Erwachsener, sondern auch häufig in der Pädiatrie eingesetzt. Kinder sind einer Gesprächstherapie oft wenig zugänglich, sprechen aber sofort auf die kreative, aktive Zugangsweise der Kunsttherapie an. Schon sehr kleine Kinder sowie Kinder mit schweren Krankheiten sind leicht über die künstlerischen Mittel zu erreichen. Dementsprechend breit ist hier das Indi-



kationsspektrum. Sowohl bei Entwicklungsstörungen, zahlreichen psychosomatischen Problemen als auch ernsthaften Erkrankungen liegen für die Kunsttherapie positive Ergebnisse vor. In der Schweiz ist die Stiftung Art Thérapie aktiv, die verschiedene Formen der Kunsttherapie für hospitalisierte Kinder und Jugendliche ermöglicht und entsprechende Stellen in neun Universitäts- und Kantonsspitalern finanziert.

Bin ich begabt – oder nicht?

Kunsttherapie geht an die Basis, zu den einfachsten Elementen und eignet sich für jeden Menschen in fast allen Situationen – unabhängig von persönlichen Begabungen. Sie kann aktiv ausgeübt, aber auch passiv gehört, gesehen, erlebt, gespürt, bewegt werden – zum Beispiel durch Musiktherapie bei grosser Erschöpfung oder Schmerzen. Häufiger aber liegt der Akzent auf aktiver Gestaltung. Das Werk erscheint als Bewegungsform, als Bild, als Gestaltung, als Wort oder Klang. Die Patienten erleben, was es bedeutet, autonom, souverän und selbstkompetent handeln zu können. Was sie im gewählten Medium (Ton, Bewegung, Farbe) unter fachkundiger Anleitung gestalten, ist noch nie da gewesen und verhilft zu neuen Lösungswegen. «Meine Gestaltung wirkt auf meinen Atem, mein Körpergefühl, meinen Schmerz, meine Krämpfe, meine Lebenssituation zurück. Ich stehe auch zur eigenen Gestaltung <in Beziehung>.»

Wie funktioniert die Kostenerstattung?

Kunsttherapie bei anerkannten Therapeutinnen und Therapeuten (10) wird durch die Zusatzversicherungen der meisten Krankenkassen in der Schweiz erstattet. Im Einzelfall ist durch die Patienten die individuelle Kostenübernahme abzuklären.

Bestehen Kontraindikationen?

Bei hoch akut verlaufenden Krankheiten, zum Beispiel mit hohem Fieber, oder auch bei akuten Psychosen ist Kunsttherapie

in der Regel nicht indiziert. Je nach Methode gelten weitere Einschränkungen. So muss bei manchen Allergien beispielsweise mit Handschuhen gemalt oder gestaltet werden. Für alle aktiven Formen ist die Bereitschaft und die Fähigkeit der Patienten, die Therapie mitzugestalten, eine Voraussetzung. Passive Formen können bei Komapatienten und in der palliativen Medizin hilfreich und entlastend wirken.

Wie grenzt sich Kunsttherapie von benachbarten Therapieformen ab?

Kunsttherapie hat sich, neben der Behandlung körperlicher Krankheiten, auch in der Behandlung psychischer Probleme und Krisen als sehr wirksam erwiesen. Deshalb arbeiten Kunsttherapeuten in fast allen psychiatrischen Zentren. Kunsttherapie verwendet künstlerische Mittel, verläuft aktiv handelnd, hat ihre Wirkung vor allem ohne Worte (prä- oder nonverbal). In ihrem Zentrum steht das entstehende Werk als wirksames Mittel. Das Gespräch dient der Unterstützung im Gesundheitsprozess. Kunsttherapeuten verschreiben keine Medikamente.

Der Unterschied zur Ergotherapie zum Beispiel besteht in erster Linie im Einsatz künstlerischer Mittel bei geringem Fokus auf manuellen Handlungen und Abläufen zur Alltagsbewältigung.

Sind Schlussfolgerungen möglich?

Kunsttherapie übt einen positiven Effekt auf die körperliche und emotionale Verfassung sowie das Distressniveau des Klienten/der Klientin aus und trägt damit zu einer besseren Lebensqualität bei. Ein günstiger Effekt hinsichtlich neuroimmunologischer Kompetenz ist aufgrund der Wirkmechanismen denkbar, wurde aber bislang nicht explizit untersucht.

x

Literatur:

1. www.kskv-casat.ch. Ab August 2016: www.oda-artecura.ch
2. Henn W, Gruber H: Kunsttherapie in der Onkologie, Claus 2004, Richter Verlag.
3. Levy S, Herberman R, Lippman M, d'Angelo T: Correlation of stress factors with sustained depression of natural killer cell activity and predicted prognosis in patients with breast cancer. *Journal of Clinical Oncology* 1987; 5 (3): 348–353.
4. Filipski E, Li XM, Levi F: Disruption of circadian coordination and malignant growth. *Cancer Causes Control*: 2006; 17: 509–514.
5. Reiche EM, Morimoto HK, Nunes SM: Stress and depression-induced immune dysfunction: implications for the development and progression of cancer. *Int Rev Psychiatry* 2005; 17 (6): 515–527.
6. Servan-Schreiber D: Das Anti Krebs Buch. München 2007, Goldmann.
7. Bettermann H, Kröz M, Girke M et al.: Heart rate dynamics and cardiorespiratory coordination in diabetic and breast cancer patients. *Clin Physiol* 2001; 21: 411–420.
8. Thyme KE, Sundin EC, Wiberg B, Oster I, Aström S, Lindh J: Individual brief art therapy can be helpful for women with breast cancer: a randomized controlled clinical study. *Palliat Support Care* 2009 Mar; 7 (1): 87–95.
9. Cysarz D, von Bonin D, Lackner H, Heusser P, Moser M, Bettermann H: Oscillations of heart rate and respiration synchronize during poetry recitation. *Am J Physiol Heart Circ Physiol* 2004; 287 (2): 579–587.
10. www.kskv-casat.ch/therapeutenliste.php