



Ursula Straub

Integrales Gestalten mit Tonerde

Grundlagen und Wirkung
Integraler Kunsttherapie

 hogrefe

Integrales Gestalten mit Tonerde

Integrales Gestalten mit Tonerde

Ursula Straub

Ursula Straub

Integrales Gestalten mit Tonerde

Grundlagen und Wirkung
Integraler Kunsttherapie



Ursula Straub
Institut für Integrale Pädagogik und Persönlichkeitsentwicklung
Freiburgstraße 384
3018 Bern
Schweiz
integralepaedagogik@bluewin.ch

Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://www.dnb.de> abrufbar.

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Kopien und Vervielfältigungen zu Lehr- und Unterrichtszwecken, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:

Hogrefe AG
Lektorat Psychologie
Länggass-Strasse 76
3012 Bern
Schweiz
Tel: +41 31 300 45 00
E-Mail: verlag@hogrefe.ch
Internet: <http://www.hogrefe.ch>

Lektorat: Dr. Susanne Lauri
Bearbeitung: Edeltraud Schönfeldt, Berlin
Herstellung: René Tschirren
Umschlagabbildung: Ursula Straub, Bern
Umschlag: Claude Borer, Riehen
Satz: Claudia Wild, Konstanz
Druck und buchbinderische Verarbeitung: Finidr s.r.o., Český Těšín
Printed in Czech Republic

1. Auflage 2018
© 2018 Hogrefe Verlag, Bern

(E-Book-ISBN_PDF 978-3-456-95864-4)
ISBN 978-3-456-85864-7
<http://doi.org/10.1024/85864-000>

Nutzungsbedingungen

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

Anmerkung

Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigelegt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

Inhalt

Geleitwort	7
1 Zu diesem Buch	9
2 Tonerde als Werk- und Wirkstoff	15
3 Die Hände als Werkzeug	23
4 Die Methode des Integralen Gestaltens mit Tonerde	35
4.1 Grundlegende Gedanken zur Methodik	35
4.2 Dem Leben Spielraum geben – der Gestaltungsraum	38
4.3 Die kunsttherapeutische Haltung	45
4.3.1 Schaffens-Raum und Schaffens-Zeit	46
4.3.2 Konfluenz und Resonanz	46
4.3.3 Annehmen	47
4.3.4 Anregung zur Selbstgestaltung	48
4.3.5 Umgang mit Schwierigkeiten und Krisen	49
4.3.6 Begegnung und Beziehung	49
4.3.7 Intervention	50
4.3.8 Konfrontation	52
4.4 Der integrale Ansatz	55
4.4.1 Die Bedeutung von Jean Gebsters Werk für die Integrale Kunsttherapie	55
4.4.2 Die Bewusstseinsstrukturen nach Jean Gebser – ihre Manifestation und Wirksamkeit in Gestaltungsprozessen ..	58
4.4.3 Störungen in der Entwicklung der einzelnen Bewusstseinsstrukturen	79
4.5 Kunsttherapeutische Betrachtungskriterien	83

4.5.1	Aufnahmegespräch – Situation und Lebensgeschichte	87
4.5.2	Symptome	88
4.5.3	Methodenspezifisches Erarbeiten von Therapiezielen	88
5	Gestaltungswege und Wachstumsprozesse	93
5.1	Die Entwicklung von Lebensraum	93
5.1.1	Der Spielraum	94
5.1.2	Urraum und Urform	97
5.1.3	Der organisch gewachsene Raum	107
5.1.4	Der konstruierte, gebaute Raum	109
5.1.5	Der sakrale Raum	116
5.1.6	Das Gefäß	120
5.2	Der Mensch als Werdender	124
5.2.1	Schöpfungsmomente	124
5.2.2	Geborgenheit und Öffnung – Geburtsprozesse	128
5.3	Körper-bewusst-sein	139
5.4	Im Angesicht des Lebens	149
5.5	Vom Gesicht zur Maske	155
5.6	Der Mensch in Beziehung	159
6	Selbst- und Lebensgestaltung	175
6.1	Archetypische Bilder, Urbilder, Symbole	175
6.2	Das Selbst	178
6.3	Vom Inbild zur Selbstgestaltung	183
7	Prozesse der Wandlung	191
7.1	Gestaltend unterwegs	191
7.1.1	Das Tier als Wegbegleiter	199
7.2	Kindheitserinnerungen	203
7.3	Ent-Wicklung, Ent-Faltung, Metamorphose	214
7.4	In der Ordnung sein	218
7.5	Das Leben bewegen oder Die Kraft der Aufrichtung	225
7.6	Von der Handlung zur Haltung	226
	Dank	232
	Literaturverzeichnis	233
	Weiterführende Literatur zur therapeutischen Maskenarbeit	235
	Bildernachweis	235
	Die Autorin	237
	Register	239

Geleitwort

Kreativität ist dem Menschen eingeboren. Um sich entwickeln zu können, braucht sie einen geeigneten Nährboden. Gesunde Kinder sprudeln vor kreativer Fantasie förmlich über und erwerben im Spiel wertvolle Fähigkeiten, die einen hilfreichen Umgang mit den Widrigkeiten des Lebens erlauben. Dieser Prozess setzt sich auch beim Erwachsenen ein Leben lang fort. So häufen sich die Hinweise, dass schöpferische Fähigkeiten des Menschen nicht bloßes Nebenprodukt einer Evolution, sondern höchst nützliche Anpassungsleistungen an das (Über-)Leben in einer komplexen Umwelt sind. Kreativität und schöpferische Fähigkeiten stärken das Wohlbefinden und den sozialen Zusammenhalt, sie helfen dabei, unser Dasein symbolisch zu transzendieren und ihm Sinn zu verleihen. Jedem Menschen wohnt der Drang inne, sich, seinem Erleben und seiner Welt auf vielfältige Weise Ausdruck zu verleihen und sich in diesem Tun neu zu begegnen.

Kunsttherapie, wie Ursula Straub sie lebt und lehrt, hat mit Kunst weniger zu tun als mit der Entdeckung oder Wiederentdeckung dieser Fähigkeiten. Die Integrale Gestaltungsarbeit mit Tonerde hilft, den vielfältigen Facetten der menschlichen Existenz gestaltend auf die Spur zu kommen. So wird sie im ganz wörtlichen Sinn zur Selbsterfahrung. Gerade im Umgang mit schweren Krisen oder Krankheit sind kreative Fähigkeiten oft lebenswichtige Ressourcen. Im Selbsta Ausdruck kann der Kranke¹ wieder Zugang zur eigenen Lebendigkeit finden. Psychosomatische Leiden fixieren Menschen sehr häufig auf ihre Symptome, die zum Mittelpunkt des gesamten Lebens werden und den Betroffenen dadurch von seiner Lebendigkeit abschneiden können. Die kreative Ader wird verschüttet, der Zugriff auf die eigenen Ressourcen versperrt. Weil befriedigende Erklärungen und Krankheitskonzepte häufig fehlen, treiben die Symptome als Krankheit ohne Namen ihr Unwesen.

1 Hinweis zur Verwendung der männlichen und weiblichen Form im gesamten Text: Wo aus Gründen der Übersichtlichkeit die weibliche Form verwendet wird, ist die männliche selbstverständlich mit einbezogen und gemeint.

Ich hatte das Privileg, die Arbeit von Ursula Straub in meiner eigenen Ausbildung zur integralen Kunsttherapeutin kennenzulernen und sie im klinischen Alltag anzuwenden. Eingebettet in einen therapeutischen Rahmen konnte das Gestalten mit Tonerde als heilsames Gegenüber sprechen, indem es Ausdruck für Leiden fand, dem oftmals eine Sprache jenseits der Symptome fehlte. Manchmal erfuhr der Betroffene auf erschütternde Weise das erste Mal wieder Kontakt mit sich selbst. In dem sicher umgrenzten Spielraum entstanden Geschichten, die dabei halfen, an Erinnerungen anzuknüpfen und diese mit den anderen Gruppenmitgliedern zu teilen. Manche Gestaltungen entwickelten sich zu wichtigen Symbolen oder Lebensbegleitern, manchmal genügte auch die glatte, geschmeidige Oberfläche der Tonerde, die, zu einer Kugel geformt in Händen gehalten, eine sinnlich beglückende Achtsamkeitserfahrung wurde. Begrenzt von quälenden Symptomen war die Integrale Gestaltungsarbeit manchmal auch eine Zumutung und erforderte neue, kreative Wege, das Material innerhalb der eigenen körperlichen Grenzen zu bearbeiten. Überall entstanden so Wege im Umgang mit Schmerzen und Leid, nicht mehr mit dem Ziel, dieses auszumerzen, sondern es mehr und mehr zu verwandeln.

Mit ihrem Buch bereitet Ursula Straub auch mir den fruchtbaren Boden, in den ich in meiner täglichen Arbeit das Samenkorn der Kreativität legen und auf dem ich sie immer neu entfalten kann. Ein wahrer Schatz reicher Erfahrung breitet sich vor den interessierten Lesern und Leserinnen aus, der nicht nur im klinisch-therapeutischen Setting „Entwicklungshilfe“ bietet.

In diesem Sinne möchte ich mich bei Ursula Straub für ihre wertvolle Arbeit ganz herzlich bedanken: Möge diese, so wie unsere Zusammenarbeit, immer weiter wachsen und gedeihen.

Bern, im Dezember 2017

Dr. med. *Barbara Riedl*, FMH Innere Medizin, Psychosomatik SAPPM
Oberärztin Psychosomatik Inselspital Bern

1

Zu diesem Buch

Tonerde als elementarer Werk- und Wirkstoff, dessen Nutzungsgeschichte weit in die Vorzeit zurück führt, verbindet uns heute mit den oft verschütteten Quellen eines elementaren Materials, das sich zum gestalterischen Ausgleich körperlich-psychischen Ungleichgewichtes wiederentdecken lässt. Wenn wir uns die ersten Gestaltungen des kleinen Kindes mit Stift, Farbe oder Tonerde vergegenwärtigen und die spontan daraus wachsenden Formen betrachten, haben wir die Urformen des bildnerischen Ausdrucks, die Grundlagen der späteren Figuration, vor uns. Greifen Erwachsene in kunsttherapeutischen Prozessen zurück auf dieses natürliche, selbstverständliche Entstehenlassen, öffnen sich ihnen unerschöpfliche Möglichkeiten, wie sie ihr Leben gestaltend in die Hand nehmen können.

In diesem Buch möchte ich aufzeigen, dass fehlende, verletzte oder verschüttete gestalterische Grundlagen, und damit gestalterisches Potenzial, auch später im Erwachsenenalter wieder ent-deckt und ent-wickelt werden können. Eindrucks-voll lässt sich beobachten, wie Erwachsene diese Urformen in und mit der Tonerde tastend wiederentdecken. Dieser Prozess ist wie ein Ausgraben und In-der-Tiefen-Schürfen. Was zutage gefördert wird, hat nichts mit dem herkömmlichen Verständnis von „Können“ zu tun. Viel eher als das Suchen einer äußerlich erkünstelten Form ist dieser ursprüngliche Vorgang ein Zulassen und Finden, ein Anknüpfen am universellen Formenschatz, der uns als Menschen aller Kulturen verbindet. Hier geht es nicht um das Erzielen eines guten Resultates, sondern um den Weg des Formens an der werdenden Gestaltung und damit um ein Formen an sich selbst. Dieses Wirken an der eigenen Wirklichkeit hat die Kraft, Lebensprozesse anzurühren, nachwirken zu lassen, anzunehmen, zu wandeln und zu integrieren. Die daraus gewonnene Essenz nehmen wir mit in den Alltag.

Gestaltungsprozesse sind Wandlungsprozesse. Das begleitete Wirken an sich selbst ist ein Weg, der Schritt für Schritt gegangen sein will. Er führt über Höhen und durch Tiefen, durch Licht und Schatten.

Gestaltungen [...] sind hilfreiche Wegweiser, Stationen des Innehaltens. Therapeutisches Ziel? – Der Weg, die Bewegungen des Unterwegsseins sind Ausgangspunkt und Ziel zugleich. Sie sind Herausforderung, Aufbruch und Ankommen – Momente der Selbstwerdung. (Straub, 2010, S. 99)

Gehen und Wandeln haben in ihrer vielschichtigen Wortbedeutung miteinander zu tun: Gehend können wir uns fortbewegen, einen Ort verlassen und uns irgendwo hinbegeben. Wenn wir zeigen oder sagen, wie es uns geht, drücken wir unsere Befindlichkeit aus. Wir können einen Hinweis geben, worum es geht, worum es sich handelt. Wandelnd können wir bedächtig und langsam umhergehen. Wir können etwas wandeln, das heißt umformen und verändern. Uns wandeln heißt uns verändern.

Gehen und Wandeln bedeuten Bewegung. Formende Bewegung kann sich erstarrten oder festgefahrenen Lebens annehmen. Dies gilt es im zur Verfügung stehenden Gestaltungsraum, im Spielraum, zu üben: zu erleben, zu erfahren und damit die Teilhabe am eigenen Leben und an der Mitwelt zu wagen. Als Metaphern deuten die Wörter „gehen“ und „wandeln“ auf die Vielschichtigkeit des gestaltenden Geschehens hin.

Gehen und Bewegen sind in meiner kunsttherapeutischen Arbeit etwas Wesentliches. Nicht mein Standpunkt zählt, auch nicht unbedingt meine Positionierung, sondern meine Beweglichkeit, an der und mit der ich täglich arbeite: manchmal weite Wege begleite, Grenzen erfahren lasse, Umwege schätzen lerne, Schwellen und Übergänge beachte, vertrauend präsent bin, wenn Höhen und Tiefen ausgelotet werden. Und das bedeutet: dem Leben Spielraum geben, wenn es eng wird, und warten können, bis die Hände innere Impulse von Bewegung und Aufbruch aufnehmen, um in der Berührung eigene Wege zu finden und gestalterisch zu gehen.

Durch die aus den Händen hervorgehende Gestaltung spricht Leben zu ihren Schöpferinnen und Schöpfern. Im „Bewohnen“ einer Gestaltung, in der Verbindung mit dem Geschaffenen sowie im Betrachten aus Distanz kann Leben zu sich selber zurückfinden. Gestaltendes Wirken an sich selbst lässt die eigene Wirklichkeit wesentlich und wesensnah als bewegliche Substanz – der Tonerde verwandt – formen und transformieren.

In diesem Buch werden beispielhaft für Lebensthemen und -situationen Wandlungsprozesse gezeigt. Es beleuchtet die im Hintergrund wirkende Methode des Integralen Gestaltens mit Tonerde. Vor allem möchte ich damit kunsttherapeutisches Werkzeug anbieten, mit dem sich Menschen begleiten und dazu anregen lassen, gestaltend an sich selbst zu wirken.

Es ist mir wichtig, in meinen Texten Raum zu öffnen für Zitate von Autorinnen und Autoren, deren Gedanken und Aussagen mich in meinem Denken anregen, hinterfragen oder bestätigen. „Citar es citarse – Zitieren heisst sich begegnen.“, sagt Julio Cortázar (in Knott 2017, S. 91). In diesem Sinne finde ich besonders im Werk

des Kulturphilosophen, Bewusstseinsforschers und Dichters Jean Gebser seit vielen Jahren einen Raum der Begegnung. Meine Antwort auf diese Begegnungen mit meinem geschätzten geistigen Lehrer ist die Anwendung seines Gedankengutes in meiner Lebens- und Arbeitsgestaltung.

Mit der Etablierung der Kunsttherapie als anerkanntem Beruf in der Schweiz schließt sich für mich eine lange Pionierphase, als deren Ergebnis nun dieses Buch vorliegt. Möge es wirken.