



- ▶ Kreative Verfahren wie Kunsttherapie und Musiktherapie in Leitlinien als **evidenzbasierte supportive Methode bei Patientinnen mit Brustkrebs**.
- ▶ Kunsttherapie geht auf den individuellen Copingstil ein und wirkt sich **positiv auf Wohlbefinden und Lebensqualität** aus.
- ▶ **Duktografie als maltherapeutische Methode:** Werkzeug, um verbesserten Zugang zum eigenen Werk zu finden und unter professioneller Begleitung für sich selbst Lösungen und Antworten zu finden.

Ein Angebot an der Universitätsklinik für Frauenheilkunde Innsbruck

Kunsttherapie in der gynäkologischen Onkologie

In der Tagesklinik der Onkologischen Station an der Universitätsklinik Innsbruck (Leiter Univ.-Prof. Dr. Alain G. Zeimet) findet an zwei Nachmittagen in der Woche Kunsttherapie statt. Das Angebot im Gruppensetting wird sehr gut angenommen. Patientinnen, die während ihres stationären Aufenthaltes von diesem kostenlosen Therapieangebot Gebrauch gemacht haben, kommen oft auch weiterhin, um sich beim Wiedereinfinden ins Alltagsleben begleiten zu lassen (Abb. 1).

Durch bewusstes Gestalten können wir Prozesse in unserem Gehirn verändern – zuerst im Bild und dann in unserem Leben. Wenn 90 % der Prozesse im Gehirn über Bilder ablaufen, so lässt sich schon erahnen, dass im Gestalten des Bildes die heilsame Wirkung der Kunst liegt (Henzler, Riedel, 2004, S. 39). Bereits zahlreiche Künstler aus der Kunstgeschichte wie Paul Cézanne, Claude Monet, Vincent van Gogh, Frieda Kahlo u. v. m. beschrieben die Wirkung kreativen Gestaltens auf die Psyche.

Situation in Österreich, Deutschland und der Schweiz

Kreative Verfahren wie Kunsttherapie und Musiktherapie wurden aufgrund evidenzbasierter Erkenntnisse im Juni 2004 von der Deutschen Krebsgesellschaft in die nationalen Leitlinien zur Behandlung von Brustkrebs als geeignete Methode aufgenommen (Henn, Gruber, 2004, S. 9; Sinapius, 2009, S. 103).

In Österreich läuft zurzeit ein Verfahren zur

Anerkennung der Kunsttherapie als eigenständiges Berufsbild im Gesundheitsbereich. Laut Dachverband der schweizerischen Berufsverbände für Therapien mit künstlerischen Medien ist der Titel „Diplomierte Kunsttherapeutin“ und „Diplomierter Kunsttherapeut“ genehmigt und geschützt.

Wirksamkeitsforschung

Nach dem Motto „Medizin nach Maß, nicht von der Stange“ hat sich die Wirksamkeitsforschung mittlerweile in der gesundheitspolitischen Situation etabliert. Therapeutische Wirksamkeiten können durch Gruppenvergleiche (Kohorten) von randomisierten (durch Zufall ausgesuchte Patientengruppen mit vergleichbarer Struktur)



Dr. Daria Daniaux
Kunsttherapeutin;
Universitätsklinik
für Gynäkologie und
Geburtshilfe,
Medizinische
Universität Innsbruck

PatientInnengruppen im Doppelblindverfahren bewiesen werden. Dieses Prinzip der reproduzierbaren, randomisierten und vergleichbaren Kohortenstudie mit experimentellem Ansatz unter Laborbedingungen gilt mittlerweile als goldener Standard in der gegenwärtigen Methodologie der Wirksamkeitsforschung (Petersen, in: Henn, Gruber 2004, S. 61 f.). ▶



Abb. 1: Malsituation – v. l. n. r.: Maltherapeutin Dr. Daria Daniaux, Stationsleiter Univ.-Prof. Dr. Alain G. Zeimet, Patientin

Mal- und Gestaltungstherapie an der Innsbrucker Frauenklinik

Ziele:

- individuellen Copingstil fördern
- Krankheitsverarbeitung unterstützen
- Selbstheilungskräfte aktivieren
- psychische Entlastung, Erleichterung von Symptomen wie Angst oder Hilflosigkeit

Wirkfaktoren:

- Mobilisierung von emotionalen und sozialen Ressourcen
- Entwicklung von Bewältigungsstrategien
- Entschlüsselung von förderlichen und hemmenden Lebensmustern
- verbesserte mentale Verfassung mit Einfluss auf den Krankheitsverlauf
- Modifizierung von Verhaltensweisen durch den Gestaltungsprozess
- Entwicklung neuer Fähigkeiten und Handlungsspielräume durch den Ausdruck innerer Bilder

Zielgruppe: stationäre und ambulante Patientinnen vor Beginn ihrer Therapie, während des Therapieverlaufes und nach ihrer Entlassung

Methoden und Material: Imaginationen, Verwandlungszyklen, Collagen, Messpaining, Körperbilder, Duktografie, Keramik, Plastik und Skulptur, Ausdruckstanz, Kraftbilder u. v. m

Setting: Einzel- und Gruppensetting von 2–8 Personen

Finanzierung: Vielen Dank an den Zonta-Club Innsbruck für die finanzielle Ermöglichung!

„Indem wir gestaltend tätig sind, gestalten wir auch unser Selbst“

Marianne Kersten, Erich Trüg

Im Zuge der Tumorerkrankung werden Patientinnen von einer Vielfalt an psychischen Symptomen wie Angst, Depressionen, Hilflosigkeit, Kontrollverlust, Wut oder Verlust der Lebensfreude bis hin zu Suizidgedanken begleitet. Etwa die Hälfte der Patientinnen ist in der Lage, ihre Situation mit der Krebserkrankung mithilfe der eigenen Ressourcen zu bewältigen (Marian, in: Henn, Gruber 2004, S. 55; vgl. Pouget-Schors und Degner, 2002). Ein kunsttherapeutischer Ansatz, der auf den individuellen Copingstil eingeht, intensiviert die Krankheitsverarbeitung und wirkt sich positiv auf Wohlbefinden und Lebensqualität der Patientinnen aus (Vollmer, Staroszynsky, in: Henn, Gruber, 2004, S. 71).

Krebserkrankung als Anlass, neue Wege zu beschreiten

Die Krebserkrankung kann ein Anlass sein, bisherige Lebensmuster zu entschlüsseln, die aus psychischer Sicht einen Beitrag zur Krankwerdung geleistet haben könnten, und der Mensch zu werden, der man eigentlich ist. Förderliche Überlegungen können sein: Erlaube ich es mir, Angst und Wut auszu-

drücken, oder mache ich alles mit mir selber aus? Haben Kommunikation und lebendiger Austausch einen Stellenwert in meinem Leben? Erlaube ich mir Kreativität? Welchen Ballast kann ich abwerfen? etc. (Paul, 2012: MGT mit Brustkrebspatientinnen, Diplomarbeit MGT, Wien, S. 10).

Der Einsatz von Farben und unterschiedlichen Mitteln der Malerei fördert seelische Entwicklungen und wirkt ausgleichend auf Körper, Geist und Seele. Maltherapie ermöglicht, sich zu begegnen, selbst wenn es noch keine Worte für das Erlebte gibt.

Künstlerisches Tun: lösungsorientiert und neue Spielräume

Das gestalterische Tun ermöglicht den Menschen einen direkten Zugang zu ihrem Inneren, Gedanken und Gefühle werden zu Bildern. Künstlerisches Tun ist lösungsorientiert und eröffnet neue Spielräume (Eberhart, Knill, 2010, S. 13).

Hier ist der Ausdruck ohne Worte möglich. Die therapeutisch begleitete Auseinandersetzung mit dem entstandenen Werk führt oft zu möglichen Lösungswegen und Schritten

zur besseren Krankheitsbewältigung, was wiederum den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen kann.

Durch das Malen eines Bildes werden Visualisierungsübungen unterstützt und Imaginationen über die Wirksamkeit der Behandlung sowie die Vorstellung des gewünschten Ergebnisses haben tatsächlich eine Wirkung. Diese Vorstellung in Form eines Bildes zu Papier zu bringen verstärkt diese Wirkung.

Patientinnen mit reduziertem Allgemeinbefinden fällt es leichter, über ein zuvor angefertigtes Bild zu sprechen, als frei zu visualisieren.

Durch das Malen gelingt es leichter, Bilder und Symbole zu finden, um den Tumor zu bekämpfen und das gesunde Gewebe zu stärken (Simonton, 2002, S. 45; Ditz, 2006, S. 288).

Intermodales Dezentrieren

Schöpferisches und produktives Denken erfordert Zurücktreten und Loslassen. Das ist der Grund, warum kreative Einfälle und Lösungen oft in einem völlig anderen Kontext auftauchen (Eberhart, Knill, 2010; S. 13 f.).

Es gibt Erkenntnismodelle der Psychosomatik, insbesondere in der Biofeedbackforschung, die nachprüfbar Hinweise gefunden haben, nach denen geistige Kräfte Krankheiten sowohl heilen als auch hervorrufen können.

Der Körper kann nicht zwischen tatsächlich erfahrener und visualisierter Erfahrung unterscheiden. Umso verständlicher und bedeutender ist die Tatsache, dass die mentale Verfassung Einfluss auf den Krankheitsverlauf hat (Kienzl, 2006, S. 44).

Ablauf einer Therapieeinheit

Ein individuell auf die Bedürfnisse der Teilnehmerinnen angepasstes Thema wird besprochen, ev. eine Imagination dazu durchgeführt. Zunächst erfolgt der Malprozess (ca. 45 min), dann die Bildbesprechungsphase. Durch Fragen der Therapeutin/des Therapeuten wird die Patientin befähigt, Antworten auf ihre Fragen zu finden oder zu neuen Erkenntnissen zu gelangen.

Beispiele aus der Praxis

Das „Kraftbild“ – die Spirale: Eine Patientin mit Zervixkarzinom wurde beim ersten Besuch aufgefordert, ein „Kraftbild“ zu malen (Abb. 2). ▶

Es entstand eine Spirale, entlang der sie ihren Krankheitsverlauf mit grauen und schwarzen Steinen markiert hat. Sie werden kleiner, heller und leichter auf dem Weg. Die Herzen stehen für das positive Gefühl des Getragenseins in einer schweren Zeit durch Freunde, Familie und Krankenhauspersonal. Die nach innen führende Spirale stellt für die Patientin den Weg zur eigenen Mitte dar. Dort findet sie Vertrauen, Zuversicht, Hoffnung und positive Gedanken, die in Form der Sonne dargestellt sind. Man darf sich auch erlauben, in sich zu kehren und sich um sich selbst zu kümmern. Sie hat nun das Gefühl, in ihrer Mitte angekommen zu sein und vertraut darauf, dass alles gut wird. Dieses Kraftbild begleitete sie nicht nur während ihres Klinikaufenthaltes, auch heute noch, ein Jahr nachdem sie als gesund entlassen wurde, profitiert sie von ihren gefundenen Ressourcen.

Duktografik nach Daniaux: Die Duktografik ist eine Methode, die durch individuelle Zuordnung von Farben und Formen an Gefühle den Teilnehmenden ein Werkzeug mitgibt, verbesserten Zugang zum eigenen Werk zu finden und unter professioneller Begleitung für sich selbst Lösungen und Antworten zu finden. Wie beim Fingerabdruck verfügt jeder Mensch über eine einzigartige und individuelle Strichführung (Pinselduktus). Diese zu entschlüsseln ist das Ziel der Duktografik.

Eine andere Krebspatientin der Station machte folgende Erfahrung: Sie hatte durch die Erkrankung einen neuen Zugang zu bestimmten Lebensthemen gefunden. Nun stellte sie sich die Frage, ob sie ein Jahr früher in Pension gehen sollte, obwohl sie ihre Arbeit sehr gerne mochte. Der Nachteil wären finanzielle Einbußen, der Vorteil mehr Zeit für ihre Familie und Freunde. Nach der Anfertigung der Duktografik (Abb. 2) versetzte sie sich gedanklich in beide möglichen Situationen. Der Vergleich der beiden Darstellungen (Abb. 3) mit der in der Duktografik dargestellten Gefühle zeigte große Wirkung. Situation A (für vorzeitigen Ruhestand) zeigten die für sie eindeutig positiveren Symbole. U. a. hatte sie unbewusst die Anzahl der entfernten Lymphknoten in einer vernetzten Struktur dargestellt, ein aufwärts führender Weg, die Sonne etc. In Situation B (Verbleiben am Arbeitsplatz) zeigten sich Strukturen, die auf die Patientin einengend wirkten und für sie für Einschränkungen in ihrer Entfaltung sprachen. Trotz des ebenfalls vorkommenden Symbols für Zu-

kunft und Freude (sie mochte ja ihre Arbeit) überwiegen die einschränkenden Symbole. Die Entscheidung war für sie klar. Einen weiteren Termin bei einem anderen Beratungsgespräch für diese Entscheidungsfindung sagte sie daraufhin ab.

Literatur:

- Daniaux Daria (2016): MGT mit onkologischen Patientinnen an der Frauenklinik Innsbruck, Diplomarbeit, MGT Wien
- Eberhart Herbert, Knill Paolo: Lösungskunst, Lehrbuch der kunst- und ressourcenorientierten Arbeit (2010), S. 13 ff.
- Henzler, Christa, Riedel Ingrid (2004): Malthérapie, Kreuz-Verlag
- Kienzl Andreas: Humor trotz Tumor (2006)
- Paul Ursula (2012): MGT mit Brustkrebspatientinnen, Diplomarbeit MGT, Wien
- Trüg Erich, Kersten Marianne (2004): Praxis der Kunsttherapie, Arbeitsmaterialien und Techniken, Schattauer, Stuttgart

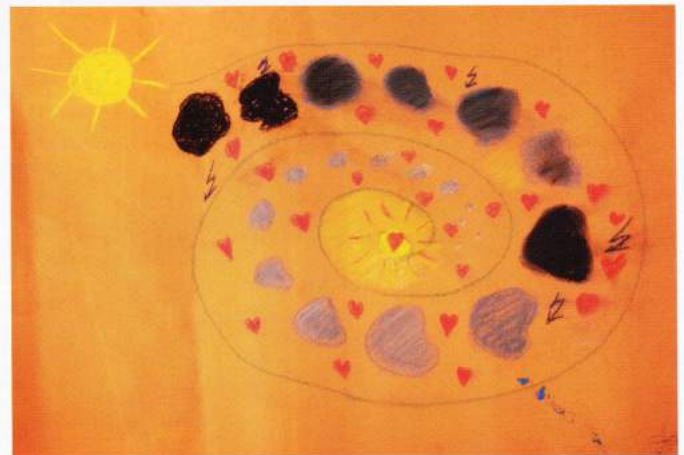


Abb. 2: „Die Spirale“ – Erkenntnis einer Krebspatientin über bisherige Lebensmuster



Abb. 3: Duktografik



Abb. 4: Entscheidungssituation einer Patientin