

Objektfreie Kunsttherapie – Bild und Sprache

Die Wissenschaft ist nur eine Methode zur Erkenntnis der Welt. Ein anderer komplementärer Weg war und ist die Kunst. Schon die gemeinsame Existenz von Kunst und Wissenschaft ist eine gute Illustration des Komplementaritätsprinzips. Man kann den Weg der Wissenschaft oder der Kunst gehen. Beide Wege des Herangehens an die Probleme des Lebens sind gleichermaßen berechtigt, obwohl jeder für sich genommen, unvollständig ist. Grundpfeiler der Wissenschaft sind die Logik und das Experiment. Fundament der Kunst sind Intuition und Einsicht. Wissenschaft und Kunst schließen sich nicht aus, sondern ergänzen sich gegenseitig. Wirkliche Wissenschaft ist der Kunst verwandt, und umgekehrt enthält echte Kunst immer auch Elemente der Wissenschaft. In ihren höchsten Erscheinungsformen sind beide ebenso wenig voneinander zu trennen wie die Eigenschaften „Welle und Teilchen“ im Atom. Sie zeigen uns die komplementären Seiten des menschlichen Erkennens und Verstehens, und vermitteln nur vereint ein vollständiges Bild der Welt.

Schöpferisches Handeln erfordert schöpferisches Denken. Das Verwirklichen individueller Anliegen im weitesten Sinn bedarf kreativer Impulse. Sie kommen dann ins Spiel, wenn man sich von jenen starren Mustern löst, die das Denken, Vorstellen und Handeln in allzu vorgegebene Bahnen lenken, die als Spuren der Wiederholung immer tiefer die Muster des Gewohnten prägen. Für sich allein ist kreatives Denken dennoch wirkungslos, wenn es sich nicht auch in Handlungen ausgestaltet und bewährt.

Die Erkenntnisse der Allgemeinsemantik (Korzybski, Le Whorf, Hayakawa u. a.) zeigen deutlich auf welche Art und Weise die sprachliche Verdinglichung das Verständnis der Welt und damit auch die Handlungen beeinflusst. Diese semantischen Strukturen sind im kognitiven System etabliert: was man sagt, ist ein Output davon, wie man denkt; das ist dem egoischen System (Ich) nur teilweise bewusst, weil es damit identifiziert ist. Diese Identifizierungen loszulassen fällt schwer, weil sie mit der Illusion von Sicherheit verknüpft sind.

Durch Sprache und Denken wird eine vom sinnlichen Erleben abstrahierte Verdinglichung von ursächlich phänomenalen (nicht sprachlichen) Erfahrungsprozessen erzeugt. Das wirkt sich dahin gehend aus, dass diese Abstraktionen mit der Realität des sensorisch Erlebten identifiziert werden; dadurch ist die Unterscheidung zwischen dem primären sensorischen Erleben und Wahrnehmen und den sekundären Abstraktionen durch sprachliche Benennungen nicht mehr präsent. Wenn man aber zwischen dem, was unmittelbar erlebt und wahrgenommen wird und dem, wie man es benennt, nicht unterscheiden kann, wenn man also die sprachlich verdinglichte Wirklichkeit für das Wirkliche selbst hält, dann ist ein Kreis geschlossen, der die Möglichkeiten für alternative Erfahrungen gefangen hält. Hier kann die Kreativität der objektfreien Bildsprache, die subliminalen Botschaften objektfreier Bilder, eine Hilfe und ein Weg sein.

Ein objektfreies Bild lässt sich als visuelles Feld definieren, das mit unterschiedlichen kognitiv emotiven Phänomenen identifiziert werden kann. Dadurch ist es etwas anderes als seine gegenständliche Schwester, die sich an gegenständlichen Inhalten orientiert und sie mehr oder weniger gelungen darstellt. Die Verlagerung der Aufmerksamkeit auf ein objektfreies Bild ist deshalb dafür geeignet, den Klienten aus der Statik seines Haftens an seinem gegenständlich bedingten Welt- und Selbsterleben herauszuführen. Das objektfreie Gestalten vermittelt ihm ein dynamisches Ausdrucks- und Handlungserleben, das in einer anderen als der ihm bekannten, emotional gegenständlichen Form des Erlebens auf ihn einwirkt, weil es etwas ist, das seine Seh- und Handlungsgewohnheiten überschreitet.

Wir haben gelernt, die Welt „substantivierend“ zu sehen. Schon früh im Laufe unserer Entwicklung wird das, was man sieht und sehend erlebt, mit semantischen Codierungen (begrifflichen Benennungen) verbunden, sodass sich eine unbewusste Vorstellung von „Gegenständigkeit“ entwickelt; unser gesamtes Ich- und Welterleben wird davon dominiert. Ein Wechsel auf objektfreie Ausdruckshandlungen und eine damit verbundene Bildbetrachtung sind deshalb auch ein Wechsel auf andere Funktionsniveaus im neurologischen System. Anders, als bei der Betrachtung eines gegenständlichen Bildes, ist nämlich die Betrachtung eines objektfreien Bildes frei von begrifflich codierten Objekten der Realwelt. Beim Betrachten eines objektfreien Bildes ist der Klient dazu angehalten, das objektfreie Bild in der Eigenheit seiner Eigenschaften zu erleben, denn anders als Eigenschaften vermittelnd ist es nicht. Der Klient ist dabei unmittelbar wahrnehmend und muss sich einfüllen, sodass er seinen Blick nicht

objektivierend, sondern völlig subjektiv gebraucht. Dabei wird das visuelle Wahrnehmungs- und Empfindungssystem von seinem üblichen Verbundensein mit semantischen Verdinglichungen und begrifflichen Benennungen getrennt. Das ist eine ungewohnte und neue Situation; das objektfreie Bild repräsentiert eine eigene und von der gewohnten Alltagswelt isolierte Realität. Der Klient wird mit einer rein sensorischen Bildbetrachtung konfrontiert, bei der er das Bild nicht auf die übliche Weise substantivierend benennen und mit den Objekten der Realwelt in Verbindung bringen kann. Die einem objektfreien Bild eignende Ordnung (die Konfiguration der bildnerischen Merkmale) ist demnach kein Abbild einer Ordnung von Objekten der Außenwelt, sondern sie ist der Ausdruck des psychischen Systems des Klienten. „Die Aufgeräumtheit kleinbürgerlicher Küchen-schränke und Wohnzimmer ist zwar (auch) ein Ausdruck, aber sicher kein Maßstab für die Ordnung des menschlichen Geistes“ (Fritz B. Simon).

Meine Studien zur Funktions- und Wirkungsweise des objektfreien Ausdrucks haben mich zur Phänomenologie, zur allgemeinen Semantik und zur Psychologie des Wollens und Wahrnehmens geführt. Im Vordergrund meiner Interessen standen und stehen die Fragen: wodurch unterscheidet sich das objektfreie vom gegenständlichen Zeichnen (oder Malen)? Werden dabei eventuell unterschiedliche kognitive Funktionen aktiviert? Lässt sich diese Aktivierung verstehen und therapeutisch nutzen? Könnte es sein, dass sich diese beiden Varianten des Ausdrucks im Hinblick auf ihre Wirkung auf das Erleben, das Denken und das unmittelbare kreative Handeln unterscheiden? Wie wirkt sich das objektfreie Zeichnen auf das Psychische und die Kognition aus? Wie könnte eine derartige Nutzung aussehen? Zum Umsetzen sind verbale Interventionen erforderlich, die ein objektfrei gestaltetes Bild mit einem therapeutisch relevanten und brauchbaren kognitiven Kontext verbinden. Damit ist zunächst die Funktion der therapeutischen Frage angesprochen: Was frage ich als? Wofür frage ich? Was weiß ich und wessen kann ich mir sicher sein?

Nach diversen Wegen und Umwegen zum Verstehen der Funktionsweise objektfreier Gestaltungen ist mir klar geworden, dass die verbalen Interventionen im Zusammenhang mit objektfreien Bildern genauso objektfrei sein müssen wie die Bilder selbst. Vereinfacht gesagt: Man fragt nicht „was“ ist es, sondern „wie“ ist es? Diese grundlegende Frage nach dem Adjektiv „wie“ und „wozu“ anstelle eines substantivierenden „was“ und „warum“ bereitet den Weg für ein Denken in Funktionen und Prozessen, die vom verdinglichten Haften am Gegenständ-

lichen wegführen. Das hat außerdem noch den Vorteil, dass man nicht von vornherein irgendetwas "wissen" muss (das entweder „richtig“ oder „falsch“ sein kann) sondern, dass man sich vom Nichtwissen ausgehend zusammen mit dem Klienten, das erforderliche Wissen erarbeiten kann, das zu einem Verstehen führt. Dieses „Wissen“ ist dann allerdings kein Wissen um ein „Was“; es ist vielmehr eine Einsicht in Kausalitäten und Wirkungszusammenhänge, die Klient und Therapeut gemeinsam erkannt haben. „Die Unwiederholbarkeit des individuellen Geschehens verlangt vom Betrachter eine geistige Haltung, die von einem steten und aktuellen Fluss des spontanen und kreativen Denkens geprägt ist“ (Laurent Verycken).

Das Zeichnen eines objektfreien Bildes ist eine strukturierende Prozedur. Sie kann auf den Klienten einen ordnenden Einfluss haben, weil sie sowohl bewusst wie unbewusst auf Wahrnehmung, Unterscheidung, Beurteilung und Entscheidung beruht. Im Zusammenwirken mit einer phänomenologisch ausgerichteten und strukturierten Kommunikation ermöglicht das Ineinanderwirken von Bildintervention, Bildgestaltung und Kommunikation einen kognitiv und emotiv ordnen Prozess. Im Unterschied zum gegenständlichen Gestalten (das auf anderen methodischen Voraussetzungen beruht) schöpft das objektfreie Zeichnen aus dem Chaos. Chaos ist die Fülle des Möglichen. Was dabei entsteht, ist weder vom Klienten noch für den Therapeuten vorhersehbar. Dennoch bildet sich eine sinnhafte Struktur. Sie entsteht durch ein beständiges, zumeist unbewusst qualifizierendes Urteilen beim Wahrnehmen im Prozess des objektfreien Gestaltens und dem damit verbundenen Wählen und sich Entscheiden im Kontext von Farbe, Bewegung und Form. Ein solches objektfreies Gestalten eines Bildes mag dem Klienten zunächst verwirrend erscheinen; es gibt nichts, woran er sich halten kann. Diese Verwirrung entsteht deshalb, weil nichts vorgegeben ist und möglichen Erwartungen entspricht. Das ist therapeutisch nützlich, weil die Aufmerksamkeit ganz auf das gelenkt wird, was aktuell geschieht. Die Aktualität dieses Geschehens fördert ein begriffsfreies Wahrnehmen und Selbsterleben.

Die Überlegungen der allgemeinen Semantik haben uns gezeigt, dass das Wahrnehmen für gewöhnlich mit angelernten begrifflichen Interpretationen verbunden ist. Das ist beim objektfreien Zeichnen insofern anders, als nichts vorhanden ist, dem etwas begrifflich Bekanntes zugeordnet werden könnte. Ein objektfreies Bild ist zunächst völlig bedeutungsfrei und deutungsoffen; im Hinblick auf begrifflich verdinglichte Phänomene bedeutet es nichts, weil nichts abgebildet worden ist. Deswegen dominiert das Wahrnehmen; die üblichen Verbalisi-

sierungsmuster greifen nicht. Was wahrgenommen wird sind Nuancen von Farben und Formen, graduell unterschiedliche Intensitäten von Bewegungsspuren, Transparenz und Verdichtung, Zartes und Festes, Feines und Grobes, helles bis dunkles, Disharmonisches und Harmonisches; ein breites Spektrum sensorisch-visueller Eindrücke, die frei von Verdinglichung sind.

Jedes psychomentele Phänomen, sei es ein Gedanke, eine Vorstellung, ein Gefühl, eine Stimmung, eine somatische Empfindung oder eine Handlung kann in Form einer objektfreien Zeichnung zum Ausdruck gebracht werden; und zwar deshalb: weil diese Phänomene selbst objektfrei sind! Deren Ausdruck im objektfreien Bild ist deshalb nicht über begrifflich etikettierte Objekte, sondern nur über das Wahrnehmungserleben zugänglich. Die Bedeutung eines objektfreien Bildes offenbart sich in seiner Wirkung auf den das Bild wahrnehmenden Klienten. Weil dieses Wahrnehmen vom verdinglichten und gegenständlichen Assoziieren emanzipiert wird (das ist ein wichtiger Aspekt in den Methoden der objektfreien Kunsttherapie), deshalb entsteht ein unmittelbarer Kontakt zum aktuellen Selbsterleben des Klienten, der therapeutisch genutzt werden kann. Dieses Erleben wird in der Bildbetrachtung durch Unterscheidungen im qualifizierenden Urteilen erreicht.

Unterscheiden beruht auf Vergleichen. Mehr unbewusst als bewusst ist der Klient beim objektfreien Zeichnen dauernd damit beschäftigt, zu vergleichen. Er unterscheidet in den Farben, den Formen, in den Bewegungen und in den Orten des Flächenraumes. Je weniger er unterscheidet, umso ausdrucksärmer wird sein Bild sein. Je mehr er unterscheidet, umso differenzierter kann er sein Bild gestalten. Das hat nichts mit Können, aber viel mit Wahrnehmen zu tun. Die Aufgabe, um die es in einem Prozess des objektfreien, kognitiv emotiven Zeichnens geht, betreffen grundsätzlich das Selbsterleben des Klienten. Zum Beispiel: wie erlebt er sich in dem Moment, in dem er einen bestimmten Gedanken denkt? Wie erlebt er sich jetzt, wenn er sich eine Problemsituation vorstellt und erinnert? Er bekäme also unter anderem die Aufgabe: „Zeichnen Sie ein objektfreies Bild, wie Sie sich jetzt beim Denken dieses Gedankens erleben.“ Jetzt kommt ein weiterer Aspekt des Unterscheidens dazu. Wie von selbst und ohne viel darüber nachdenken zu müssen, beginnt etwas im Klienten zu unterscheiden und zu vergleichen; und zwar so, dass die formalen externen Qualitäten des entstehenden Bildes mit den internen Qualitäten des Selbsterlebens intuitiv aufeinander abgestimmt werden,

sodass sie korrespondieren. Das hat offensichtlich mit einem qualitativen Beurteilen auf subliminaler Ebene zu tun.

Der Klient zeichnet ein ungegenständliches Bild. Diesen Prozess des Gestaltens erlebt er unbewusst qualifizierend. Etwas in ihm bewertet nämlich, was er tut und sieht. Dieses Bewerten geht völlig ungewollt und nicht gewusst vor sich; darüber wird nicht nachgedacht. Es erfolgt innerhalb von Polaritäten, zum Beispiel: Zustimmung – Ablehnung, angenehm - unangenehm, mag ich - mag ich (noch) nicht, gefällt mir - gefällt mir (noch) nicht, stimmt - stimmt (noch) nicht, damit bin ich einverstanden - damit bin ich (noch) nicht einverstanden. Ein solches qualifizierendes Beurteilen, das aufgrund eines polarisierten Erlebens mit allen seinen graduellen Zwischentönen erfolgt, impliziert, dass der Klient auswählen und sich entscheiden kann.

Beim objektfreien Zeichnen schöpft der Klient aus dem Chaos seiner Innenwelt. Aus der Fülle des Möglichen heraus kristallisieren sich Farben und Formen, Strukturen und Konfigurationen in einer Weise, die dem Thema seiner Aufgabe entsprechen. Das geschieht intuitiv. Intuitiv wählt und entscheidet er sich, indem er wahrnimmt und unterscheidet, beurteilt und handelt. Dabei entsteht zwischen dem Klienten und seinem Bild eine graduell unterschiedliche Verbindlichkeit. Je weniger er sich für sein Bild engagiert, umso weniger Wirkung wird es auch für ihn haben können. Deshalb ist diese Phase des objektfreien Gestaltens die Basis für einen möglichen therapeutischen Effekt (der jedoch nicht durch das Zeichnen objektfreier Bilder allein zustande kommt!). Eine auf Bild und Sprache beruhende objektfreie Kunsttherapie besteht aus vier Methoden, die ineinanderwirken und einen objektfreien Gestaltungsprozess auf eine bestimmte Weise strukturieren:

- semantische Dekomposition
- projektionsfreie Kommunikation
- objektfreies Zeichnen und
- redundante Sequenz-Modelle

Weil das Gestalten eines objektfreien Bildes allein noch lange keinen psychopädagogischen oder gar therapeutischen Prozess ermöglicht, deshalb besteht ein Prozess objektfreier Kunsttherapie aus einer Abfolge von Sequenzen, die inhaltlich neutral sind und redundant aufeinander Bezug nehmen. Diese Sequenzen bekommen erst in der konkreten psychopäda-

gogischen oder therapeutischen Arbeit aufgrund der subjektiven Phänomene des Klienten eine thematisierte Funktion. Das Sequenzen-Modell soll sicherstellen, dass man sich beim Arbeiten mit objektfreien Bildern nicht in der Uferlosigkeit generalisierter, einander widersprechender, im Unklaren verschwindender, unbewusster Motive, zögerlicher Entscheidungen, unverbindlicher Ziele usw. verliert und dem Klienten eine ihm nützliche kognitive und emotive Orientierung vermitteln kann. Eine Abfolge redundanter Sequenzen kann so aussehen:

01) Dekomposition und dynamisches Diagramm: Um was geht es dem Klienten? Was stört ihn? Was will er verändern? Womit kommt er nicht zurecht? Das Anliegen des Klienten wird hinterfragt.

02) Der Klient zeichnet ein objektfreies Bild des Problem-Phänomens (erstes Bild, Symptomphänomen), das verändert werden soll; es muss ihn selbst betreffen. Dieses nun thematisierte Bild wird als Ganzes und in seinen Teilaspekten vom Klienten qualifizierend beurteilt (Markieren).

03) Wenn der Prozess mit einem nicht thematisierten Bild beginnt (entweder, weil die Ausgangslage indifferent oder zu komplex ist), dann wird das Bild zu einer aktuellen Lebenssituation des Klienten in Beziehung gesetzt (verschränken).

04) Was ist das Typische an all jenen Situationen, in denen das unerwünschte Phänomen auftritt? Diese Frage wird mithilfe des Dekomponierens und des dynamischen Diagramms bearbeitet.

05) Der Klient zeichnet ein objektfreies Bild des betreffenden Auslöser-Phänomens (Auslösungsbild). Das Bild wird als Ganzes und in seinen Teilaspekten vom Klienten qualifizierend beurteilt (Markieren).

06) Bildbetrachtung; der Klient findet eine Antwort auf die Frage: Welche Aspekte (Eigenschaften) des Bildes sind brauchbar, um im Problemzustand zu helfen? Sind diese Aspekte psychisch und kognitiv verfügbar?

07) Der Klient zeichnet ein Bild jener Eigenschaften, die er als brauchbar erkannt hat (Ressourcenbild). Danach wird das Bild als Ganzes und in seinen Teilaspekten vom Klienten qualifizierend beurteilt (Markieren).

08) Mithilfe der Dekomposition wird die kreative Fusion von Auslösungsbild und Ressourcenbild vorbereitet.

09) Fusion. Der Klient zeichnet ein objektfreies Bild, in dem er beide Bildvarianten kreativ zusammenführt (Fusionsbild). Das Bild wird als Ganzes und in seinen Teilaspekten vom Klienten qualifizierend beurteilt (Markieren).

10) Der Klient erhält die Aufgabe, ein objektfreies Bild von seiner Entscheidung zu zeichnen.

11) Der Klient zeichnet ein Bild seines sich Entscheidens (Entscheidungsbild). Das Bild wird als Ganzes und in seinen Teilaspekten vom Klienten qualifizierend beurteilt (Markieren).

12) Reformulieren des gesamten Verlaufs anhand des dynamischen Diagramms und der Bilder.

In der Praxis verläuft dieser Prozess oftmals so, dass man bei einer Sequenz "hängen" bleibt und nicht weiterzukommen scheint; es ist dann von Vorteil, sich an das „Nichtwissen“ zu erinnern und an die Stelle derjenigen Sequenz zurückzugehen, in der man sich zusammen mit dem Klienten in einem zweifelsfreien gemeinsamen Verstehen befunden hat. Die im Modell der Sequenzen enthaltenen Methoden Dekomponieren, dynamisches Diagramm, Markieren, Verschränken und Fusion sind spezielle Verfahrensweisen, mit denen ein objektfreies Bild therapeutisch verwendet wird. Eine diesbezügliche Beschreibung findet sich in den Büchern: kognitive Kunsttherapie und schöpferische Lösungswege.