

Inhaltsverzeichnis

Einleitung 13

1. Der theoretische Hintergrund: Von der Kunst zur Therapie 19

 1.1 Zu den Wurzeln der Kunsttherapie 19

 1.2 Facetten des Handwerks „Psychotherapie“ 21

 1.2.1 Immer noch eine andere Perspektive!

 Von den Wurzeln der Psychotherapie
 zur lösungsfokussierten Kunsttherapie 21

 1.2.2 Systemische Therapie: Vom „Warum?“ zum „Wie?“ 23

 1.2.3 Lösungsfokussierte Therapie nach Steve de Shazer &
 Insoo Kim Berg: Vom Problem zur Lösung 27

 1.2.4 Was wirkt in Psychotherapie?
 Allgemeine Wirkfaktoren von Psychotherapie 33

 1.3 Exkurs in die Neurobiologie 39

 1.4 Unser Verständnis von
 „Systemisch-lösungsfokussierter Kunsttherapie“ 43

 1.5 Zum aktuellen Stand der
 „Systemisch-lösungsfokussierten Kunsttherapie“ 44

2. Perspektivenwechsel: Vom Problem zur Ressource 49

 2.1 Im Problem stecken geblieben 49

 2.2 Ressourcen als Motor von Veränderung 51

 2.3 Realisierung des Perspektivenwechsels in der Kunsttherapie 54

2.4 Beispiele aus der Praxis	55
2.4.1 Das Stärkentier: Symbole nutzen	55
2.4.2 Der Lebensfluss: Stabilität ist Illusion, Veränderung ist konstant	57
2.4.3 Perspektivenwechsel: Vom „Widerstand“ zur Kooperation stempeln	58
 3. Perspektivenwechsel: Vom Problem zur Lösung! Den Rahmen des Problems verlassen	63
 3.1 Die Bedeutung einer Zukunftsvision für den Veränderungsprozess	63
 3.2 Entwicklung von Visionen und Zielperspektiven in der Kunsttherapie	66
 3.3 Beispiele aus der Praxis	67
3.3.1 Das „Wunder“ in der Collage: Bunte Zukunftsfacetten	67
3.3.2 Wunsch-Selbstportraits: Sich selbst neu erfinden	69
3.3.3 Lebensfluss in die Zukunft: dem eigenen Flusslauf eine Richtung geben	71
 3.4 Zusammenfassung: Im Dialog mit dem Bild die Lösung entwickeln	72
 4. Begleitung auf dem Weg zum Ziel: Schritte zur Zielerreichung	77
 4.1 Die Bedeutung von „Problembewältigung“ für die Therapie	77
 4.2 Mit Problemen und deren Bewältigung in der Kunsttherapie arbeiten ...	79
 4.3 Beispiele aus der Praxis	81
4.3.1 Arbeit mit dem Transparentpapier	81
4.3.2 Spielerische Problembewältigung: Die Lösung im Comic vorbereiten	83
4.3.3 Vom Problembild zur Lösung: Die Veränderungsschritte im Dialog mit dem Bild entwickeln	84
 5. Ressourcen im System	89
 5.1 Die Bedeutung einer erweiterten Perspektive für die Therapie	89
 5.2 Das soziale System in der Kunst und in der Kunsttherapie	90
 5.3 System-Perspektiven	92
5.3.1 Das innere System	92

5.3.2 Das System „Familie“	93
5.3.3 Das soziale Netz	94
5.3.4 Die Therapiegruppe als System	94
5.3.5 Der Blick über den therapeutischen Tellerrand: Gesellschaftliche Rahmenbedingungen	96
 <i>5.4 Das innere System: Beispiele aus der Praxis</i>	97
5.4.1 Litfaßsäule	97
5.4.2 Die Karikatur	101
 <i>5.5 Das System Familie: Beispiele aus der Praxis</i>	103
5.5.1 Zirkuläres Gestalten	103
5.5.2 Die Familienskulptur aus Ton	105
 <i>5.6 Das soziale Netz: Beispiele aus der Praxis</i>	107
5.6.1 Den eigenen Platz finden: Vom Baum zum Wald	107
5.6.2 Das Sozialsystem als sicheres Netz	109
 <i>5.7 Die Therapiegruppe als System: Beispiele aus der Praxis</i>	110
5.7.1 Die Stärken der Gruppe sichtbar machen: Ein Gruppen-Stärkentier aus Schnee	110
5.7.2 Das Königreich	112
 <i>5.8 Gesellschaftliche Rahmenbedingungen:</i> <i>Beispiele aus der Praxis</i>	114
5.8.1 Die kinderfreundliche Stadt	114
5.8.2 Gesellschafts-Collage (z.B. Mann/Frau, Vater/Mutter): Gesellschaftliche Normen und implizite Erwartungen sichtbar machen	116
 6. Die Integration der einzelnen Bausteine: Projekte & Prozesse (Janschek-Schlesinger)	121
6.1 Projektbeispiel 1: Begegnen und Begreifen	123
6.2 Projektbeispiel 2: Bildkraft	125
6.3 Projektbeispiel 3: Faszination der Gegensätze	127
 7. Handwerkszeug	131
7.1 Das Material	131
7.1.1 Material als Gegenüber, das zum Handeln auffordert	131
7.1.2 Einsatzgebiete von Materialien	134

<i>7.2 Sprache als Handwerkszeug: Fragen und Komplimente</i>	134
<i>7.2.1 Fünf nützliche Fragen</i>	135
<i>7.2.2 „Komplimente“</i>	136
<i>7.3 Das Handwerkszeug gut nutzen ...</i>	
<i>Die innere Haltung zum Ausdruck bringen</i>	138
<i>7.3.1 Die „Einladung“</i>	138
<i>7.3.2 Mut zum Perspektivenwechsel: Der Blick auf Positives in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft richten</i>	138
<i>7.3.3 Wieder Kontrolle erlangen: Eigene Anteile entdecken</i>	139
<i>7.3.4 Das Positive sichtbar, spürbar, erlebbar machen</i>	139
<i>7.3.4.1 Auflisten</i>	140
<i>7.3.4.2 Ausweiten</i>	140
<i>7.3.5 Verstärken: Das Positive wertschätzen</i>	141
8. Resümee und Ausblick	145
Literatur	149
Autor*innen	155