

Veranstaltungsreihe «AfterStudy» Fachverein Psychologie der Uni ZH

Kunsttherapie

Dietrich von Bonin, MME

Kunsttherapeut (ED), Fachrichtung Drama- und Sprachtherapie

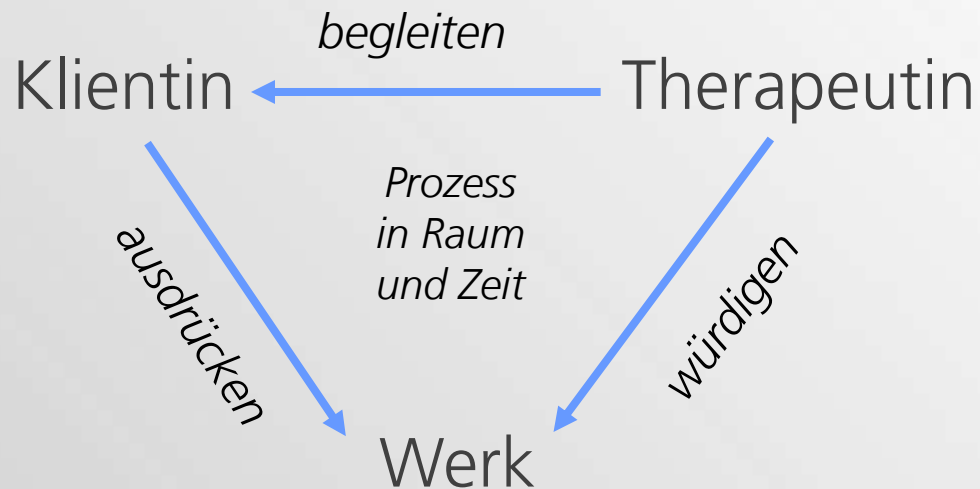
Leiter Qualitätssicherungskommission

OdA ARTECURA www.artecura.ch

Übersicht

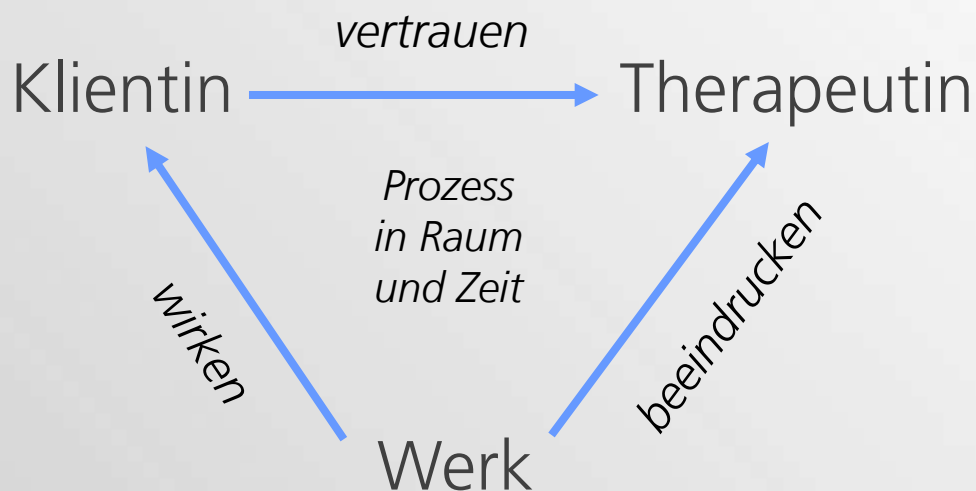
- Wie wirkt Kunsttherapie?
- Wie sind wir organisiert?
- Welche Berufsmöglichkeiten gibt es?
- Zwei Projektbeispiele

Triade in den künstlerischen Therapien



Bei der Verwendung der männlichen oder weiblichen Form ist immer das andere Geschlecht mit gemeint

Triade in den künstlerischen Therapien



Bei der Verwendung der männlichen oder weiblichen Form ist immer das andere Geschlecht mit gemeint

Dachverband *OdA ARTECURA* seit 2002

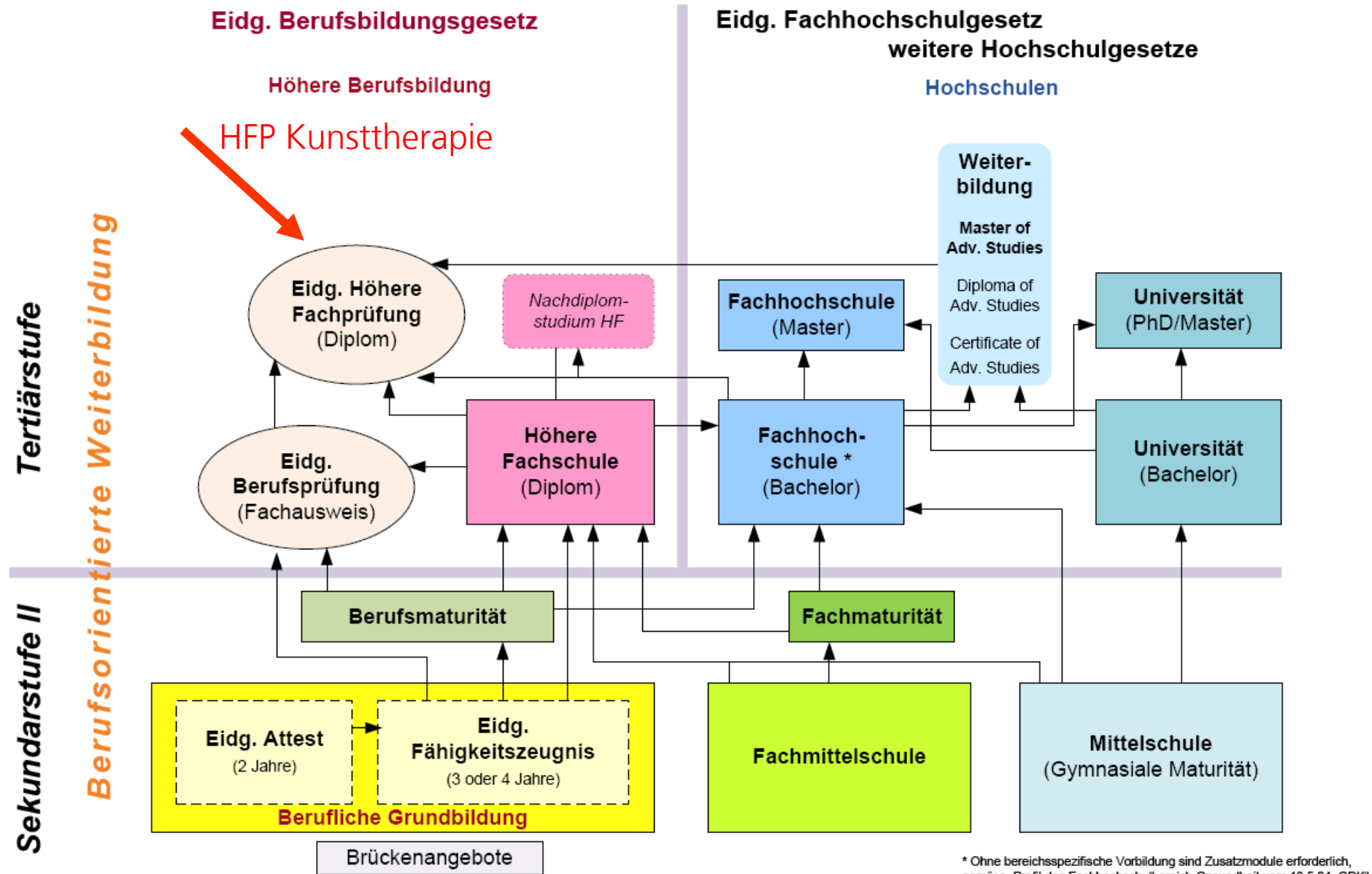
5 Fachrichtungen

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

> 1000 Mitglieder in 9 Verbänden

Die Schweiz ist das erste Land der Welt mit einem gemeinsamen berufsqualifizierenden Diplom (Höhere Fachprüfung*) für alle Fachrichtungen der Kunsttherapie

*Die Höhere Fachprüfung ist der höchste berufsqualifizierende Abschluss im dualen Bildungssystem der Schweiz



* Ohne bereichsspezifische Vorbildung sind Zusatzmodule erforderlich, gemäss „Profil des Fachhochschulbereich Gesundheit vom 13.5.04, GDK“.

Ziel kunsttherapeutischen Handelns ist die Stärkung der Fähigkeit zur Selbstregulation auf körperlicher, psychischer und sozialer Ebene.

Kunsttherapie aktiviert Selbstheilungskräfte und unterstützt persönliche Entwicklungsprozesse.

Sie sensibilisiert und fördert die Wahrnehmung innerer und äusserer Vorgänge und die Kreativität.

Quelle: Berufsbild

Kunsttherapeutische Interventionen verhelfen zu Einsichten und erweitern die Kenntnis der eigenen Ressourcen und der Wirkung auf andere Menschen.

Der Transfer kunsttherapeutischer Erfahrungen in den Alltag ist ein zentrales Anliegen.

Quelle: Berufsbild

Grundlagen jeder Kunsttherapie sind

- die gestalterische Arbeit mit den sich darstellenden Phänomenen
- die Mittel und Wirkungen der kunsttherapeutischen Fachrichtung
- der schöpferische Prozess
- die therapeutische Beziehung und das integrierende Gespräch

Quelle: Berufsbild

*Diplomierte Kunsttherapeutinnen (ED) sind selbständig
oder im Team tätig*

- in Kliniken, Tageskliniken, Ambulatorien, Spitälern, Rehabilitationszentren, Palliativzentren, Altersheimen und Gemeinschaftspraxen
- in Privatpraxen
- in heil- und sonderpädagogischen Institutionen
- in sozialen und kulturellen Institutionen
- in Schulen und pädagogischen Institutionen
- in Gefängnissen

Kunsttherapeutinnen arbeiten in der Schweiz zu ca. 30% angestellt und zu 70% selbständig in eigener Praxis, häufig in Kombination.

Kunsttherapie (ED) wird von allen grösseren Krankenversicherern im Rahmen einer Zusatzversicherung vergütet (VVG).

*Wirkebenen der Kunsttherapie
und
Patientenbedürfnisse*

Gruber 2010

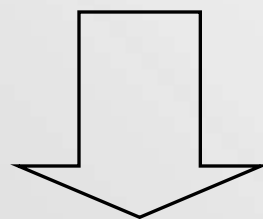
1. Ästhetisch–aktive, schöpferisch-gestalterische Tätigkeit
2. Emotionsausdruck
3. Psychische Entlastung / Druck nehmen
4. Suche nach Sicherheit und Halt
5. Integration der Erkrankung ins Selbstbild und Selbsterleben
6. Bezug zum Körper
7. Sinnsuche und Spiritualität
8. Soziale Nähe herstellen, Arbeit mit Angehörigen / Familie
9. Würde und Werterleben

Gruber, H.; Weis, J. (2010) Therapeutic action in art therapy: Results of an empirical study. European Journal of integrative medicine. 2 (4), S. 179

Empathische
Wahrnehmung,
Annehmen

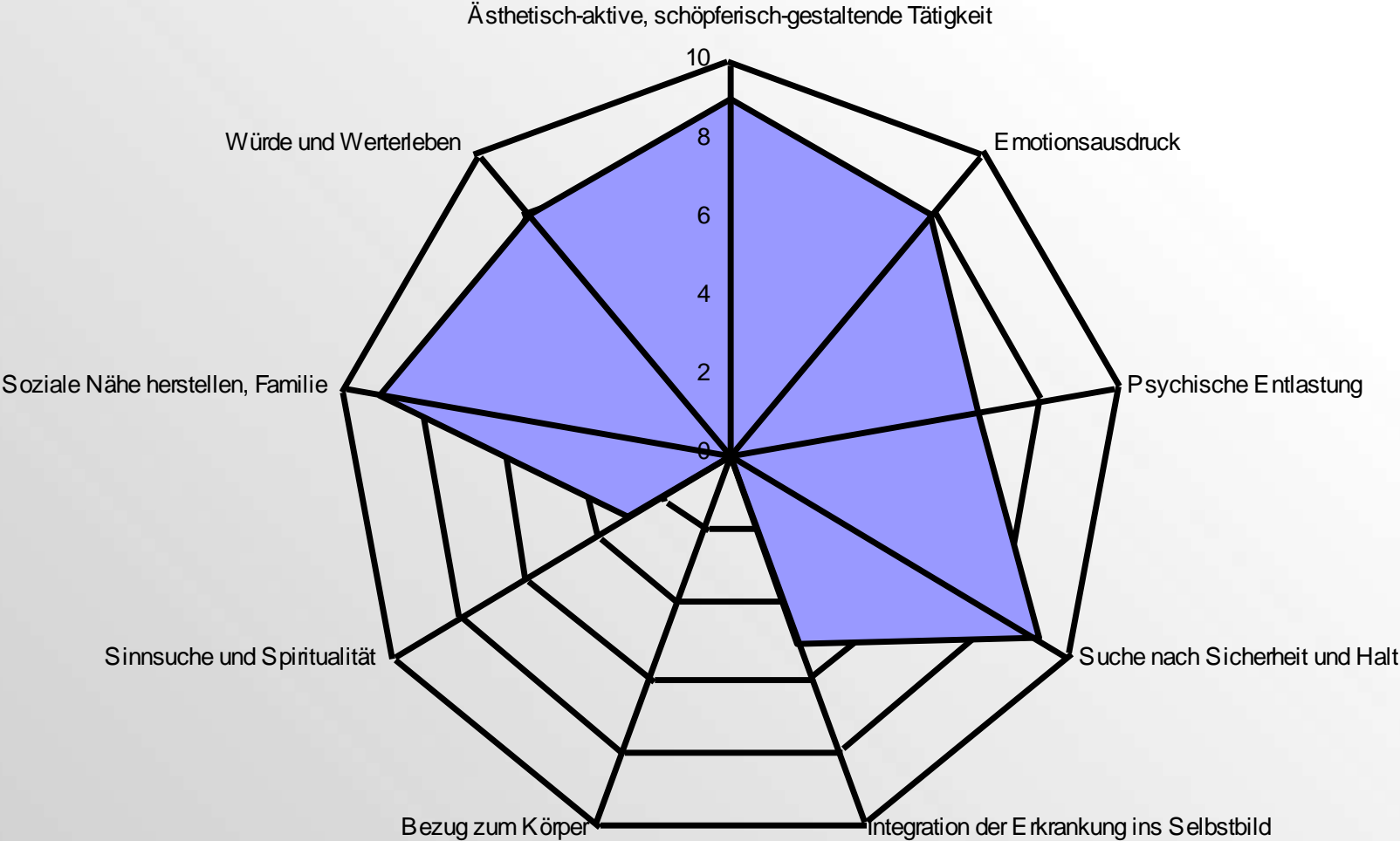
Wirkebenen

Ohnmacht
Grenzen

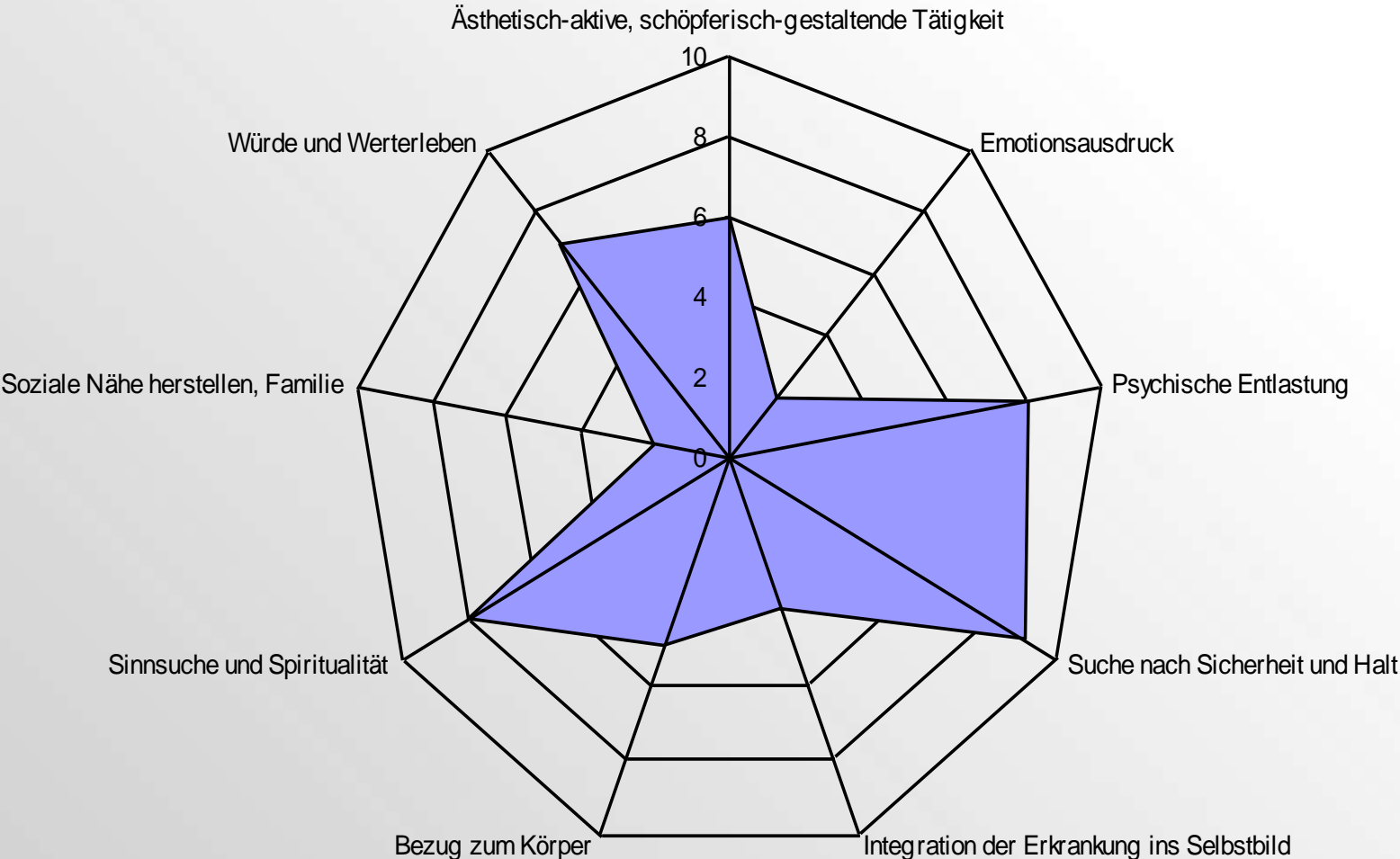


Interdisziplinärer Bewusstseinsraum
für den Patienten

Einschätzung Wirkebenen 16.06.2011



Einschätzung Wirkebenen 20.10.2011



Homers Verse ersetzen den Tiefschlaf

BERN. Lesen statt powernap-
pen: Laut einem Wissen-
schaftler der Universität Bern
soll man sich beim Lesen der
Verse des antiken Dichters
Homer tatsächlich erholen
können, berichtet das Online-
magazin Uniaktuell. Rezitiere
man die «Odyssee» in ihrer
Versform, dem Hexameter,
könne man sich wunderbar
erholen. Untersuchungen mit
zwei Testgruppen zeigten,
dass sich das Lesen positiv
auf Atem- und Herzrhythmus
auswirkt: Puls und Atmung
passen sich wie im traum-
losen Tiefschlaf einander an.
Die Probanden fühlten sich
nach dem Lesen frisch, wach,
ruhig und klar.

20 Minuten

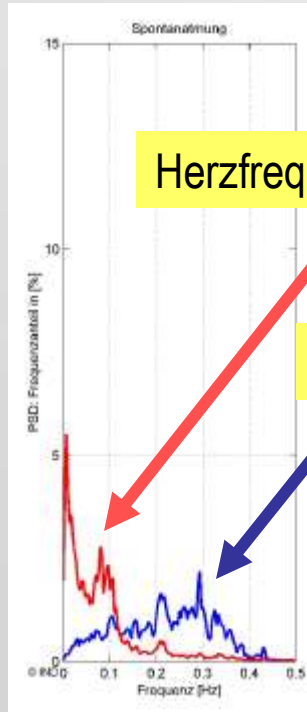
Nach Hexameter (Wie fühlen Sie sich jetzt)

Frischer, wie nach dem Schlafen --
Mehr ins Träumen gehend, nachher
wacher - Klarer im Kopf, tiefere
fülligere Atmung – Ruhig und klar –
Leichtes, wohltuendes Kribbeln im
Körper – Ich habe das Gefühl, im
guten Sinne schwer zu sein. Ich fühle
mich, als wäre ich in einer leichten
Trance, in der Magengegend ist wie
eine ruhige Kraft vorhanden

Nach Alliteration (Wie fühlen Sie sich jetzt)

Besser bei sich, stärker, voller –
Geballter, strahliger. - Ausgeruht,
präsent, frisch - Gestärkt psychisch –
Mehr im Körper – Frohgemut - Etwas
müde, wie nach einer Wanderung -
Wärmer, dicker, stärker durchblutet –
Fülle, Kraft - Gut angeregt. Es geht mir
ein Marschthema durch den Kopf —
Ich fühle mich aufgeheizt – Gefühl wie
nach Pfeffergericht, kräuselnde Wellen
wurden zu Gischtwellen – Die
Sprachwerkzeuge sind bewusster
geworden, ich konnte Dampf ablassen

Gemittelte Frequenzspektren von Atmung und HRV während des Sprechens von Hexametern und bei Spontanatmung (n=20)

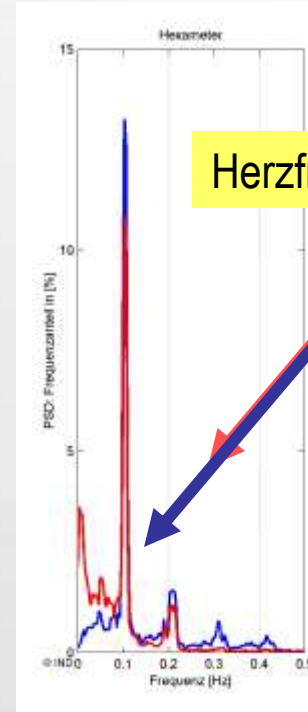


Herzfrequenzvariabilität

Atmung (Thermistor)

divergierend

Spontanatmung 20 min



Herzfrequenzvariabilität

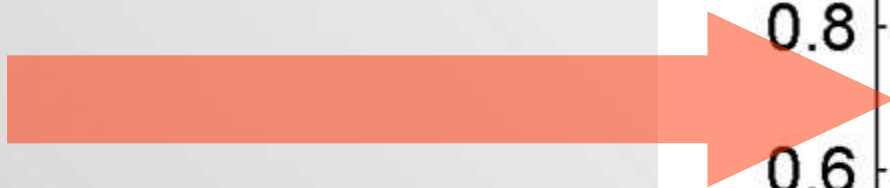
Atmung (Thermistor)

synchronisiert

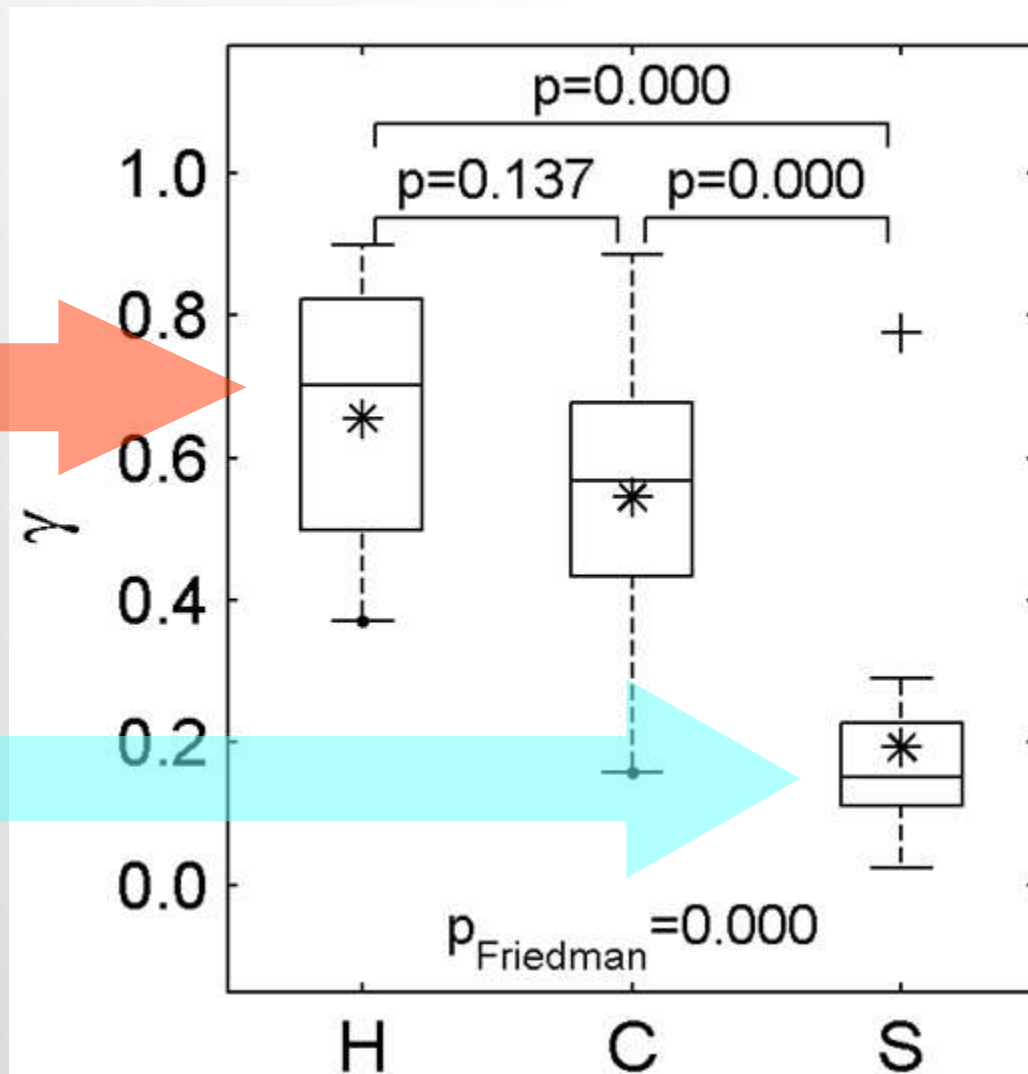
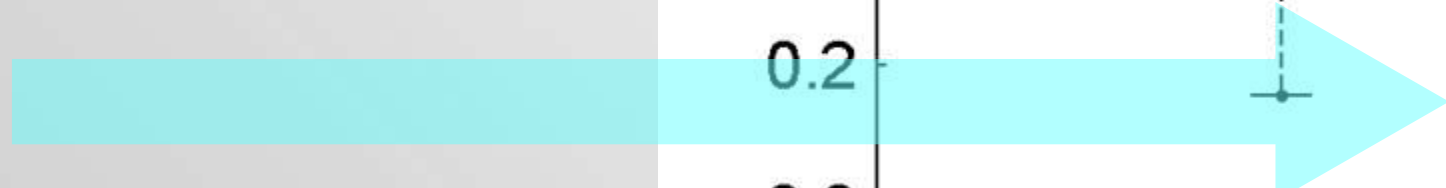
Hexameter 20 min

Synchronisation bei den drei Interventionen

Hexameter



Spontanatmung



Cysarz 2004

So what?

Kardiologische Studien zeigen:

- Geringere Herzfrequenzvariabilität und insbesondere reduzierte respiratorische Sinusarrhythmie im Herzfrequenzspektrum



- ungünstige Prognose bei koronarer Herzkrankheit und nach Herzinfarkt

OM und Hexameter-Rezitation bewirken

1. Verstärkte Herzfrequenzvariabilität
2. Starke Modulation der Herzrhythmik durch die Atmung bis mind. 15 Minuten nach der Intervention
3. Puls – Atem Synchronisation ähnlich dem Tiefschlaf
4. Empfinden tiefer Ruhe und Harmonie
5. Optimierten Energiehaushalt und Stressabbau

www.artecura.ch