

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	13
1. Der theoretische Hintergrund: Von der Kunst zur Therapie	19
1.1 <i>Zu den Wurzeln der Kunsttherapie</i>	19
1.2 <i>Facetten des Handwerks „Psychotherapie“</i>	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 <i>Exkurs in die Neurobiologie</i>	39
1.4 <i>Unser Verständnis von „Systemisch-lösungsfokussierter Kunsttherapie“</i>	43
1.5 <i>Zum aktuellen Stand der „Systemisch-lösungsfokussierten Kunsttherapie“</i>	44
2. Perspektivenwechsel: Vom Problem zur Ressource	49
2.1 <i>Im Problem stecken geblieben</i>	49
2.2 <i>Ressourcen als Motor von Veränderung</i>	51
2.3 <i>Realisierung des Perspektivenwechsels in der Kunsttherapie</i>	54

2.4 <i>Beispiele aus der Praxis</i>	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 <i>Die Bedeutung einer Zukunftsvision für den Veränderungsprozess</i>	63
3.2 <i>Entwicklung von Visionen und Zielperspektiven in der Kunsttherapie</i>	66
3.3 <i>Beispiele aus der Praxis</i>	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 <i>Zusammenfassung: Im Dialog mit dem Bild die Lösung entwickeln</i>	72
4. Begleitung auf dem Weg zum Ziel: Schritte zur Zielerreichung	77
4.1 <i>Die Bedeutung von „Problembewältigung“ für die Therapie</i>	77
4.2 <i>Mit Problemen und deren Bewältigung in der Kunsttherapie arbeiten</i> ...	79
4.3 <i>Beispiele aus der Praxis</i>	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 <i>Die Bedeutung einer erweiterten Perspektive für die Therapie</i>	89
5.2 <i>Das soziale System in der Kunst und in der Kunsttherapie</i>	90
5.3 <i>System-Perspektiven</i>	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
5.4 <i>Das innere System: Beispiele aus der Praxis</i>	97
5.4.1 Litfaßsäule	97
5.4.2 Die Karikatur	101
5.5 <i>Das System Familie: Beispiele aus der Praxis</i>	103
5.5.1 Zirkuläres Gestalten	103
5.5.2 Die Familienskulptur aus Ton	105
5.6 <i>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
5.7 <i>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
5.8 <i>Gesellschaftliche Rahmenbedingungen: 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 <i>Projektbeispiel 1: Begegnen und Begreifen</i>	123
6.2 <i>Projektbeispiel 2: Bildkraft</i>	125
6.3 <i>Projektbeispiel 3: Faszination der Gegensätze</i>	127
7. Handwerkszeug	131
7.1 <i>Das Material</i>	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
7.2.1 Fünf nützliche Fragen	135
7.2.2 „Komplimente“	136
<i>7.3 Das Handwerkszeug gut nutzen ...</i>	
<i>Die innere Haltung zum Ausdruck bringen</i>	138
7.3.1 Die „Einladung“	138
7.3.2 Mut zum Perspektivenwechsel: Der Blick auf Positives in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft richten	138
7.3.3 Wieder Kontrolle erlangen: Eigene Anteile entdecken	139
7.3.4 Das Positive sichtbar, spürbar, erlebbar machen	139
7.3.4.1 Auflisten	140
7.3.4.2 Ausweiten	140
7.3.5 Verstärken: Das Positive wertschätzen	141
8. Resümee und Ausblick	145
Literatur	149
Autor*innen	155