

# \*gestaltungsprozesse

Die Zeitschrift des  
Fachverbandes für Mal- und  
Gestaltungstherapie



## Innere Haltung – äußerer Wandel

### \*gestaltungsprozesse

die Fachzeitschrift des FMGT für Mitglieder,  
AusbildungskandidatInnen und Interessierte.  
Mit Fachbeiträgen zu Methodik, Wirkung,  
Wissenschaft und Forschung der Mal- und  
Gestaltungstherapie.

### *Analytische Psycho- logie und Kunst*

Erwin Bakowsky

### *7 hawaiianische Lebensprinzipien als Inspiration*

Maria Stocker

### *Jeder Frau ihre Nana!*

Jutta Berger



Erwin Bakowsky  
M.Sc./MA



Mag. Eva Huber



Gundula  
Leinfellner



Mag. Dr. Sabine  
Riesenhuber



Monika  
Braterschofsky



Mag. Ramona  
Ritter-Weilguni



Karin E. Dreier



Mag. Elisa Robl



Ing. Gerlinde  
Hörmansdorfer, MSc



Gitta Jeitl-  
Wohlfahrt



Mag. Maresi  
Mc. Manus



Prof. Dr. Gisela  
Schmeer



Bettina Tüchler-  
Puhr



Mag. Dr. Astrid  
Erharder



Johanna Heu-  
mader-Schweigl



Lore Laura  
Jiménez-Alonso



Dr. Daria Daniaux



Evelyn Vrecer



DI Veronika  
Meißinger



Mag. Manuela  
Sattlegger



Mag. Maria  
Harpf



Mag. Elisabeth  
Fürntrath



Mag. Ingrid Höfle



Friedrich Kohaut



Udo Müller M.Sc.



Julia Alber M.Sc.



Andrea Winkler-  
Prodinger



Univ. Prof. Dr. Maria  
Steinbauer



Christa Veith



Margit Pabst-  
Lesem MA



Dr. Ute Karin  
Höllrigl



Elisabeth Lehner



Brigitte Perkhofner



Dr. Maria Stocker



Sabrina Rödl-  
Waldbauer



Henning  
Weyerstrass



Renate Waas



Mag. art Elisa-  
beth Krautinger



Eva Kindl



Ruth Friedrich



Nicole Gruber



Wolfgang  
Engelhard



Bettina-Yvonne  
Krautberger



Sylvia Bönnhoff



Andrea Maria Prantl  
MA



Barbara Maria  
Schaffer



Mag. Josef  
Promitzer



Melina Kumer-  
Reichmann



Mag. Brigitte  
Hauptner



Mag. Katja  
Hablich



Ruth Scheel B. Ed.



Michaela  
Allerstorfer



Peter Holzmann



Laura Bachhiesl-  
Hötzinger



Ursula Strobl



Dr. Udo Baer



Nicole Müller



Marina Stiegler



Ruperta Erlr



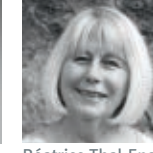
Astis Schrag



Monika Seidl



Eva Maria Koller



Béatrice Thal-Engel



Regina Pillgrab



Kistina Stocker



Vera Marija Grbic



Eva-Maria Rabel



Karin Haumer



Ernst Huber



Jutta Berger



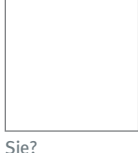
Irene Fries



Mag. Tanja  
Deutsch



Lisa Pflieger

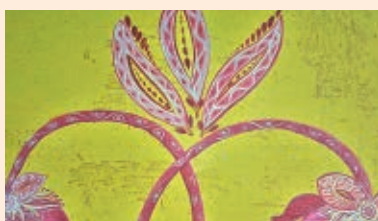


Sie?

# Inhalt

Seite 3 *Editorial/Inhalt*

Seite 4-8 *Analytische Psycho-  
logie und Kunst*  
Erwin Bakowsky



Seite 9-14 *7 hawaiianische  
Lebensprinzipien*  
Maria Stocker

Seite 15-17 *Jeder Frau ihre  
Nana!*  
Jutta Berger



Seite 18-24 *Lehrbuch der MGT*  
Erwin Bakowsky  
Bettina-Yvonne Krautberger

Seite 25-27 *Das psychische  
Immunsystem*  
Irene Fries



\*gestaltungsprozesse

# Editorial

Friedrich Kohaut, Chefredakteur



*Innere Haltung – äußere Wandlung*

*C.G. Jung sagt's optimistisch:  
„... denn im Chaos wird das Neue geboren.“*

*Wir sollten darüber nachdenken, inwieweit unser eigenes Selbstverständnis, das heißt auch unsere eigene innere Haltung und Einstellung zum Mal- und GestaltungstherapeutInnen-Sein, diese äußere Wandlung und Darstellung beeinflusst. Vieles ist passiert und es ist sehr viel Gutes geschehen, um eben diesen Beruf, diese Berufung, voranzutreiben. Dennoch steht und fällt vieles mit unserer eigenen inneren Einstellung, genauso wie wir uns selbst sehen und nach außen hin auftreten. Je selbstverständlicher wir uns wahrnehmen, umso eindrucksvoller werden wir von unserer Umwelt wahrgenommen. Und wir wollen Eindruck hinterlassen, egal wo und wie wir warum agieren. Scheuen wir uns doch nicht, das anfängliche Chaos anzuerkennen, denn daraus wurde ein Berufsbild, eine Tatsache geboren. Würde dieses Heft, diese Ausgabe, dieses Redaktionsteam geboren, welches es wieder geschafft hat, allem Chaos zum Trotz, ein wunderbares Heft zu kreieren, eben weil wir über all die Jahre hinweg ein Maximum an Selbstverständnis hinsichtlich dieser Zeitschrift entwickelt und aufgebaut haben. Darüber hinaus die alljährliche Tagung im Europahaus – ein Highlight für jeden Therapeuten und jede Therapeutin. All das ist eine massive Zurschaustellung von Professionalität sondergleichen. Und was haben wir vor der ersten Tagung gebangt: Wird diese angenommen? Werden wir finanziell wenigstens ohne Verlust abschließen? Passt das Programm etc.? Und gerade weil wir alles hinterfragten, ist es gut geworden und wir Mal- und Gestaltungstherapeuten und -therapeutinnen können mit viel Stolz auf diese Zeitschrift, diese Tagung, schauen und uns darüber freuen.*

*Friedrich Kohaut*



## Impressum

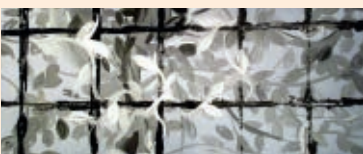


**Eigentümer & Copyright:** FMGT/Fachverband für Mal- und Gestaltungstherapie, A-1010 Wien, Werdertorgasse 12/3, Mail: redaktion@gestaltungsprozesse.org • Die Fachzeitschrift des Fachverbandes \*gestaltungsprozesse erscheint im Erato-Verlag. • **Gestaltung:** www.koco.at • **Abonnements:** f-MGT Sekretariat/zHd. Sylvia Bönnhoff, A-1010 Wien, Werdertorgasse 12/3 • **Erscheinungsweise:** 2 mal jährlich • **Preis:** pro Heft EUR 15,- • **Copyright und allgemeine Hinweise:** Coverbild: Maria Harp.

Wenn nicht anders angegeben, liegen die Bildrechte bei der Autorin/dem Autor. Mit der Annahme eines Beitrages zur Veröffentlichung erwirbt der Verlag von der Autorin/dem Autor alle Rechte, insbesondere das Recht der weiteren Vervielfältigung zu gewerblichen Zwecken mit Hilfe fotomechanischer oder anderer Verfahren. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlages. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen. Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in dieser Zeitschrift berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften. Der Verlag übernimmt keine Gewähr. Einzelne in publizierten Arbeiten geäußerte Meinungen reflektieren die Meinung der AutorInnen und müssen nicht zwangsläufig die Meinung des Verlages widerspiegeln. **Druck:** Medienfabrik/Graz • **Redaktionsteam:** Friedrich Kohaut, Sabine Riesenhuber, Erwin Bakowsky, Bettina Tüchler-Puhr, Julia Alber, Manuela Sattlegger, Bettina-Yvonne Krautberger, alle Werdertorgasse 12/3, 1010 Wien • **ISSN:** 2313-5255. **Hinweis:** Die Entscheidung, ob und in welcher Form in den Texten die weibliche Form verwendet wird, bleibt unseren Autorinnen und Autoren überlassen und spiegelt die Vielfalt der unterschiedlichen Zugänge im Hinblick auf gegenderte Sprache wider.

Seite 28-30 *Im Gespräch mit  
E. J. Wittkowski  
Bettina Tüchler-Puhr*

Seite 31-34 *„Sicherlich gibt  
es mich ...“  
Eva Kindl*

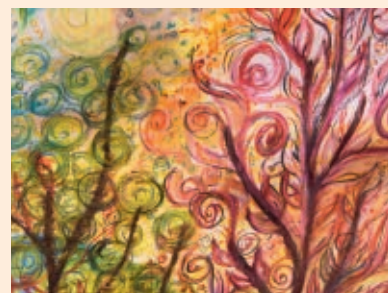


Seite 35-38 *Gesundheits-  
vorsorge Aktiv  
Tanja Deutsch*

Seite 39-42 *Female  
Empowerment  
Lisa Pflieger*



Seite 43 *Call for Papers  
Veranstaltungen*



# Lehrbuch der Mal- und Gestaltungstherapie

von Erwin Bakowsky und Bettina-Yvonne Krautberger



## Grundlagen, Theorie und Praxis der mal- und gestaltungstherapeutischen Arbeit mit Bildern und Träumen im Einzelsetting

Erwin Bakowsky, MSc./M.A.

- \*1960 in Köln (Deutschland),  
seit 1990 in Österreich lebend und arbeitend
  - Gründer und Geschäftsführer des MGT Seminarinstitutes (Wien, Graz, Innsbruck)
  - MGT-Gruppenleiter, MGT-Lehrtherapeut, MGT-Ausbildungssupervisor
  - LSB, Counsellor (Master of Science)
  - Erwachsenenbildner (MA)
  - Redakteur und Autor der Fachzeitschrift *\*gestaltungsprozesse*
- [www.mgt.or.at](http://www.mgt.or.at) / [ebak@mgt.or.at](mailto:ebak@mgt.or.at)



Mst.<sup>in</sup> Bettina-Yvonne Krautberger

- \*1978 in Bad Radkersburg (Österreich),  
seit 2008 in Graz lebend und arbeitend
- MGT-Gruppenleiterin, MGT-Lehrtherapeutin, MGT-Ausbildungssupervisorin
- Dipl. LSB
- zert. Trauerbegleiterin (BAT)
- Dipl. Paarberaterin
- Malermeisterin
- seit 2017 Obfrau des FMGT (Fachverband für Mal- und Gestaltungstherapie)
- Redakteurin und Autorin der Fachzeitschrift *\*gestaltungsprozesse*

[www.viaregia.at](http://www.viaregia.at) / [office@viaregia.at](mailto:office@viaregia.at)  
+43 664 64 74 253

32 Jahre nach Gründung des Institutes für Mal- und Gestaltungstherapie in Wien dürfen wir uns nun darüber freuen, das erste Lehrbuch für Mal- und Gestaltungstherapie in Händen zu halten und dieses der interessierten Leserschaft anbieten zu können. Damit präsentieren wir ein Destillat aus 32 Jahren mal- und gestaltungstherapeutischer Erfahrung. Nach einer theoretischen Einführung zur Geschichte und Begrifflichkeit der Mal- und Gestaltungstherapie wird diese Erfahrung anhand von 19 Therapiesitzungen methodisch aufgeschlüsselt und theoretisch unterlegt. Mittels des beigefügten Bildmaterials werden der psychodynamische Verlauf und die Wirksamkeit des Therapieverfahrens anschaulich erklärt. Jeder Therapiesitzung wurde eine Reflexion aus Sicht der Therapeutin sowie eine theoretische Vertiefung zur aktuellen Psychodynamik des Therapieverlaufs beigefügt. Im Laufe der 19 Therapiesitzungen wird somit auch das theoretische Gerüst der Mal- und Gestaltungstherapie umfänglich vorgestellt. Gleichzeitig werden anhand des Praxisbeispiels die eingesetzten Methoden, die Bilddiagnostik sowie die Wirksamkeit dieses Therapieverfahrens der interessierten Leserschaft verständlich gemacht. Zusätzlich zeigt das Buch auf, wie die Traumarbeit nach C.G. Jung mit mal- und gestaltungstherapeutischen Methoden kombiniert und erweitert werden kann.

Die theoretische und praktische Grundlegung der Mal- und Gestaltungstherapie, mit ihren wissenschaftlichen Arbeitsprinzipien, wird unter anderem von zwei bestehenden Masterarbeiten des Autors Erwin Bakowsky sowie von der Diplomarbeit der Autorin und Therapeutin Bettina-Yvonne Krautberger gestützt (Bakowsky, 2012; Bakowsky, 2009; Krautberger, 2014). Insgesamt wird mit diesem Lehrbuch ein umfassender und lebendiger Einblick in die Praxis der Mal- und Gestaltungstherapie ermöglicht. Somit stellt es nicht nur eine grundlegende Einführung in die Mal- und Gestaltungstherapie dar, sondern ist auch eine sinnvolle Ergänzung zur bereits vorhandenen kunsttherapeutischen Literatur, da es erstmalig einen abgeschlossenen mal- und gestaltungstherapeutischen Therapieverlauf mit all seinen Schwierigkeiten und Möglichkeiten vorstellt. Mit der Veröffentlichung dieses Lehrbuches haben wir nicht nur ein sehr hilfreiches Medium für die Praxis unserer MGT-Community geschaffen, sondern auch einen weiteren Meilenstein zur Stärkung des Berufsbildes und der berufspolitischen Wirksamkeit gelegt. Es macht einen Unterschied, ob eine Methode ausschließlich schulintern unterrichtet und über die MGT-Praxen verbreitet wird, oder ob sie ebenso anhand eines Lehrbuches für die Öffentlichkeit transparent gemacht wird. Für einen näheren Einblick folgen das Inhaltsverzeichnis und ein Auszug aus dem Lehrbuch, der beispielhaft die Verknüpfung von Theorie und Praxis darin wi-

### Abstract

Buchvorstellung des Lehrbuches der Mal- und Gestaltungstherapie

Keywords:  
Lehrbuch für Mal- und Gestaltungstherapie

↓ Abb. 1: Lehrbuch der Mal- und Gestaltungstherapie, Cover & Inhaltsverzeichnis



## INHALT

<b>Vorwort</b>	9
<b>TEIL 1: CHARAKTERISTIK DER MAL- UND GESTALTUNGSTHERAPIE</b>	<b>11</b>
<b>Psychische Wirklichkeit</b>	<b>15</b>
<b>Psychodynamische Wurzeln und Bezüge</b>	<b>17</b>
Konstruktivismus und Psychotherapieforschung	17
Systemische Therapieansätze	21
C.G. Jung und die analytische Psychologie	22
<b>Neurowissenschaft: Das Gehirn als Lernorgan</b>	<b>25</b>
<b>Phasenverlauf einer Mal- und Gestaltungstherapie</b>	<b>29</b>
<b>Der therapeutische Prozess: Arbeits- und Wirkprinzipien</b>	<b>31</b>
<b>Therapiestrategien</b>	<b>33</b>
<b>Die therapeutische Triade</b>	<b>35</b>
<b>Beobachtungskriterien in der Mal- und Gestaltungstherapie</b>	<b>37</b>
Beobachtungskriterien während der Gestaltungsphase	37
Beobachtungskriterien während der Besprechungsphase	37
Werkbetrachtungskriterien	38
<b>Interventionen</b>	<b>39</b>
Interventionen auf der Mal- und Gestaltungsebene	39
Interventionen während der Besprechungsphase	41
<b>Grundsätze der therapeutischen Haltung</b>	<b>43</b>
<b>Anforderungen an Mal- und Gestaltungstherapeut*innen als Prozessbegleiter*innen</b>	<b>45</b>
<b>Aktive Imagination und Traumarbeit im Kontext der MGT</b>	<b>47</b>

derspiegelt. Des Weiteren schließt der Auszug mit dem Nachwort und der Danksagung zum Buch, da deren Inhalte unsere Intention und Haltung zum Buchprozess betont und darin auch die vielen Menschen, die direkt und indirekt in diesen Buchprozess involviert waren, eine entsprechende Würdigung erfahren, was uns ebenso ein Herzensanliegen ist.

<b>TEIL 2: FALLDARSTELLUNG</b>	<b>51</b>
<b>Einführung in das mal- und gestaltungstherapeutische Einzelsetting</b> Zur Person	<b>53</b> 55
<b>Einheit 1</b> „Das Schwimmparadies“ Theoretische Vertiefung: Der Initialtraum und das Initialbild	<b>57</b> 57 61
<b>Einheit 2</b> „Der Spinnentraum“ Theoretische Vertiefung: Kollektive Symbole und Lebensumbruch	<b>65</b> 65 69
<b>Einheit 3</b> „Sprung in den Abgrund“ Theoretische Vertiefung: Das innere Kind	<b>73</b> 73 78
<b>Einheit 4</b> „Sonnenuntergang & Rückzugshöhle“ Theoretische Vertiefung: Progression und Regression im Therapieverlauf	<b>81</b> 81 85
<b>Einheit 5</b> „Der Treppentraum“ Theoretische Vertiefung: Der/die unbekannte Fremde in Traum und Bild	<b>89</b> 89 94
<b>Einheit 6</b> „Traum von den Obdachlosen“ Theoretische Vertiefung: Schattenfiguren im Traum	<b>101</b> 101 105
<b>Einheit 7</b> „Ritt auf dem Pferd“ Theoretische Vertiefung: Mal- und Gestaltungstherapie und Prozessarbeit	<b>107</b> 107 110
<b>Einheit 8</b> „Familie am Strand“ Theoretische Vertiefung: Psychische Funktionen und Bildausdruck	<b>115</b> 115 117
<b>Einheit 9</b> „Ich als Baum“ Theoretische Vertiefung: ICH-Symbole im Bild	<b>133</b> 133 135
<b>Einheit 10</b> „Das Seepferdchen“ Theoretische Vertiefung: Bewusstseinsstadien	<b>139</b> 139 142
<b>Einheit 11</b> „Die Heldenreise“ Theoretische Vertiefung: Die Heldenreise Theoretische Vertiefung: Die Heldinnenreise	<b>151</b> 151 155 159
<b>Einheit 12</b> „Das kleine Herz“ Theoretische Vertiefung: Die 4 grundlegenden Dynamiken der ICH-Entwicklung im Bild	<b>169</b> 169 172
<b>Einheit 13</b> „Schild aus Naturmaterialien“ Theoretische Vertiefung: Gestaltungstherapie mit Naturobjekten	<b>179</b> 179 182
<b>Einheit 14</b> Zwischen-Resümee	<b>185</b> 185
<b>Einheit 15</b> „Rückzugshöhle aus Naturobjekten“ Theoretische Vertiefung: Symbolamplifikation	<b>189</b> 189 191
<b>Einheit 16</b> Traum: „Beobachtung der Delfine“ Theoretische Vertiefung: Bildquadranten und Biddynamik	<b>195</b> 195 197
<b>Einheit 17</b> „Ritt auf dem Delfin“ Theoretische Vertiefung: Die transzendente Funktion	<b>201</b> 201 207
<b>Einheit 18</b> Abschluss Theoretische Vertiefung: Therapieabschluss	<b>211</b> 211 216
<b>Einheit 19</b> Schlussbetrachtung des therapeutischen Prozessverlaufs	<b>221</b> 221
<b>Nachwort und Danksagung</b>	<b>225</b>
<b>Abbildungsverzeichnis</b>	<b>229</b>
<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>229</b>



← Abb. 2: „Auge“

## Buchauszug

### Einheit 3 „Sprung in den Abgrund“

Zu Beginn der nächsten Einheit berichtete Frau S., dass die aktive Imagination mit der Aufstellung ihres Traumbildes sie sehr beschäftigt habe. Ihre drei Prozessbilder habe sie im Zimmer aufgehängt. Die Symbolfiguren seien für sie zu Kraftsymbolen geworden. Sie zweifle jedoch im Moment ein wenig an der Richtigkeit ihrer Entscheidung, sich von ihrem Freund getrennt zu haben. Trotzdem glaube sie, dass es jetzt wichtig für sie sei, sich ein eigenes Heim zu suchen und dafür treffe sie gerade alle Vorbereitungen.

Die Therapeutin ließ sie wiederum eine Tarotkarte ziehen, um ihren psychodynamischen Prozess, auch jenseits der aktuellen Thematik, anzuregen. Sie zog „Die Vier der Scheiben“. Diese Karte steht für die Fähigkeit, die eigene Kraft und Macht auf praktische Weise in der Welt durchzusetzen oder anzuwenden. Es geht darum, den eigenen Einflussbereich zu respektieren, das heißt, die eigenen Grenzen und Schranken sowohl im Inneren als auch im Äußeren zu erkennen.

**Malauftrag:** Anschließend erhielt sie den Auftrag, ihre derzeitige Gefühlslage mit den Füßen auf einem großen, am Boden liegenden Papier malerisch zum Ausdruck zu bringen

(Abb. 2). Diese Übung hat den Vorteil, jeglichen Leistungsdruck von der Klientin zu nehmen, da es für ungeübte Menschen nicht möglich ist, ein „schönes“ Bild mit den Füßen zu malen. So konnte sie sich vollkommen auf den gegenwärtigen Augenblick und ihre Emotionen konzentrieren.

**Erster Malprozess:** Am Anfang fiel es Frau S. schwer, sich auf die Übung einzulassen, da sie ihre Füße nicht schmutzig machen und die Farben nicht durcheinanderbringen wollte. Sie wählte wieder Blautöne, doch kam nun auch die Farbe Lila hinzu. Die Therapeutin und sie erkannten unabhängig voneinander in ihrer Fußmalerei ein Auge. Dieses schien durch eine Wand vom eher chaotischen Teil des Bildes getrennt zu sein. Frau S. sagte, dass sie erst am Ende der Übung freier wurde, als sie die Restfarben zu vermischen und mit den Füßen zu rutschen begann. Bei der Besprechung wurde nicht näher auf die Details zur Deutung eingegangen, da es in erster Linie darum ging, die Körperwahrnehmung von Frau S. zu fördern.

**Traum:** „Ich gehe mit meinem Exfreund und meinem Cousin aus Kanada zum Mountainbiking. Es ist eine sehr schöne Fahrt, meine Beine sind vollkommen verschmutzt. Dann stellen wir die Räder an einen Baum gelehnt ab und ich gehe alleine auf einen Berg. Oben angekommen setze ich mich in die Wiese und schaue ringsum auf die anderen Berge. In

einiger Entfernung sehe ich eine Familie, und links unten, ein Plateau tiefer, ist noch jemand anwesend. Vor mir ist eine Klippe. Da sehe ich einen dreijährigen blonden Jungen stehen. Er dreht sich zu mir um, lächelt mich an, streckt seine Arme seitlich aus und lässt sich von der Klippe fallen. Ich ahnte bereits bei seinem Lächeln, dass er „Selbstmord“ begehen würde, aber ich konnte ihn nicht schnell genug erreichen. Ich bin fassungslos, dass ein Kind so etwas machen kann. Die Eltern des Kindes kommen nun auch hinzu, doch wirken sie keineswegs schockiert. Ich blicke in den Abgrund, um zu sehen, wo der Junge aufgeschlagen ist und ob er tot ist, doch ich kann ihn nicht genau erkennen.“

**Zweiter Malprozess:** Sie fängt mit dem Grün der Wiese an und beendet es mit den angedeuteten Baumspitzen in der linken oberen Ecke. Sie wirkt während des Malprozesses emotional sehr aufgewühlt und arbeitet wiederholt an dem blauen Fleck in der Mitte des Bildes (Abb. 3).

**Bildbesprechung:** Frau S. sieht ihr Bild an und sagt, es sei sehr düster geworden und in dieser Form gäbe es sonst kein Bild von ihr. Sie hat den Blick vom Bergplateau zur Schlucht hinab gemalt. Es sei ihr aber im Bild nicht gelungen, genau in die Schlucht hinunterzusehen. Es sei nur ein wenig von dem blauen Shirt des Jungen zu sehen. Da sei jedoch kein Blut. Sie schloss daraus, dass er nicht unbedingt tot sein müsse. Vielleicht sei der Sturz des Kindes von einer weichen Blumenwiese, auf der es gelandet sei, sanft abgefedert worden. Die Thera-

→ Abb. 3: „Sprung in den Abgrund“



peutin fragt, was sie von der Vorstellung halten würde, dass das Kind ihr im Traum symbolisch etwas aufzeigen möchte. Es könnte jetzt an der Zeit sein, sich vertrauensvoll in einen neuen Lebensabschnitt fallen zu lassen, dessen Ausgang und Bedeutung für sie noch ungewiss sei. Das ist der sogenannte Sprung ins Ungewisse, der jedoch für jede Form von Veränderung nötig ist. Diese Vorstellung gefällt Frau S. sehr gut. Die Therapeutin fragt weiter, wie es um ihre Fähigkeit stehe, sich vollkommen fallen lassen zu können. Mit einem nach innen gewendeten Blick entgegnet sie, dass sie dazu neige, die Dinge kontrollieren zu wollen.

**Reflexion/Nachbereitung:** Nachdem die Klientin ihren Traum vorgestellt hatte, verspürte die Therapeutin keinen Impuls, sie nach ihren biographischen Erfahrungen in Bezug auf Suizid (beispielsweise eines Geschwisterkindes) zu fragen. Sie wollte vielmehr abwarten, ob Frau S. selbst über ein solches dramatisches Erlebnis berichten würde. Alles andere wäre zu diesem Zeitpunkt des Prozesses verfrüht gewesen. Die Klientin war jedenfalls zum gegebenen Zeitpunkt selbst nicht suizidal, weswegen sich auch eine Frage nach eigenen suizidalen Impulsen erübrigte.

Der Therapeutin ging während der therapeutischen Begleitung folgender Gedanke durch den Kopf: „Auf halbem Weg arbeiten wir uns den Berg hinauf und auf der zweiten Hälfte des Weges gilt es, sich im Urvertrauen fallen zu lassen, damit „Es“ sich entwickeln kann.“ Letztendlich geht es in dieser Phase der therapeutischen Arbeit darum, ein „Vertrauen in den eigenen Entwicklungsprozess“ zu

gewinnen und dabei zu akzeptieren, dass nicht immer alle Botschaften der Träume sofort verständlich sein können.

Das erste Bild mit dem Auge könnte auch als Botschaft verstanden werden, dass trotz aller nicht kontrollierbaren Veränderungen eine andere Instanz in uns den Überblick behält.

Jung nennt diese Instanz „das Selbst“. Hierbei geht er davon aus, dass die Psyche ein selbstregulierendes System ist. Die Selbstregulation ist ein nicht bewusster psychodynamischer Steuerungsprozess. Dieser unterliegt nicht der Kontrolle des ICH. Diese Annahme bestätigt auch die neurobiologische Hirnforschung, welche von der Annahme ausgeht, dass das Gehirn ein selbstregulierendes System ist. Die Selbstregulation funktioniert aufgrund einer nichtlinearen Vernetzung der verschiedensten Gehirnzentren (vgl. Schiepek 2019).

Insofern müssen sowohl die Klientin als auch die Therapeutin darauf vertrauen, dass es innerpsychische regulative Prozesse gibt. Bilder und Träume spiegeln diese Prozesse wider, und eine wesentliche Aufgabe der therapeutischen Arbeit ist es, einzelne Sequenzen dieses selbstregulativen Prozesses bewusst und verständlich zu machen. Dieser Bewusstmachungsprozess stärkt das Vertrauen in die eigene Entwicklung, gleichzeitig scheint die Bewusstmachung wiederum einen entscheidenden Einfluss auf die psychodynamische Entwicklung zu haben.

Auch ein absichtslos gemaltes Bild enthält symbolische Botschaften. Die eingesetzte Technik der Fußmalerei entzieht sich der rationalen Kontrolle und fördert damit den Prozess des „Loslassens“.

Die Ansprüche von Frau S. an sich selbst wirken übermächtig. Immer wieder geht es in ihrem Prozess um das Thema „Anerkennung durch Leistung“. Hierüber scheint sie die genussvolle Seinsebene zu vergessen. Bereits am Anfang des Traumes unternimmt sie keine genussliche Fahrradtour, sondern fährt mit dem Mountainbike. Hierbei handelt es sich um einen Leistungssport. Auch das Bergsymbol steht für Leistung (vgl. Leuner 1994, 83–90). Selbst als Frau S. sich alleine zurückzieht, geht sie weiter den Berg hinauf und kann sich erst ausruhen, als sie oben angekommen ist. „Belohnung“ und „Entspannung“ erfolgen erst nach getaner Arbeit, auch in der Freizeit!

An dieser Stelle des Traumes kommt sie in Kontakt mit dem biographisch-familiären Bezug. Oben auf dem Berg befindet sich bereits eine Familie. Dort, wo es nicht mehr weitergeht, am Rand einer Klippe, da steht ein dreijähriger Junge. Dieser dreijährige Junge ist eine innere biographische Gestalt. Die Klippe könnte für die inneren Leistungsansprüche ihrer Familie stehen, die sie bereits als dreijähriges Mädchen erfahren hat.

An dieser Stelle des Traumes tritt eine dramatische Veränderung ein. Das Kind springt mit einem Lächeln

→

die Klippe hinunter. Aus rationaler Sicht hat es eigentlich keine Chance, diesen Sprung zu überleben. Das ICH der Klientin ist hierüber emotional erregt, obwohl sie das Drama bereits intuitiv ahnte. Anschließend folgt der nächste Widerspruch im Traum. Die Familie des Jungen reagiert in Bezug auf das Geschehen geradezu emotionslos.

Hier stellt sich die Frage, ob Frau S. selbst aus einem solchen familiären Leistungssystem kommt, in dem Emotionen keinen Platz hatten. Bei der Betrachtung des Traumbildes fallen der Therapeutin die rosa Farbe des Himmels und der grün-braune Boden auf. Sie stellt sich vor, wo der Junge hingefallen sein könnte. Er ist nicht nach oben („noch höher, noch mehr Leistung“) gesprungen, sondern er hat sich nach unten fallen lassen. Dort ist er für die Familie und das Ich von Frau S. unerreichbar. Es ist auch für sie ein Sprung ins Ungewisse, denn niemand weiß, wie es dem Jungen dort unten tatsächlich geht. Lebt er? Ist er tot? Die Familie interessiert sich auch nicht weiter für diesen Bereich.

Das Traum-Ich von Frau S. zeigt Interesse für das Kind. Es ist schockiert über die scheinbar suizidale Handlung des Kindes. Durch die gemeinsame Bildbesprechung ahnt die Klientin, dass es sich um einen Wandlungsprozess handeln könnte. Bei diesem „Land des Abgrundes“ handelt es sich um eine andere Welt. Der Himmel steht in unserer Kultur oft für patriarchalische Leistungsansprüche (vgl. ARAS 2011, 56). Dort wohnt der strafende Vatergott, der die Einhaltung der Gebote überwacht. Dieser Bereich ist rosa eingefärbt. Rosa ist die Farbe der Emotion, der Zärtlichkeit, des Kitsches. Diese Farbe wird von kleinen Mädchen bevorzugt und von (männlichen) Erwachsenen eher abgelehnt (vgl. Heller 2006, 115 ff.). Die kleinen „Prinzessinnen“ im Kindergarten bevorzugen rosa Kleidung und silbernen Schmuck! An dieser Stelle gibt es somit einen Bezug zur Prinzessin der aktiven Imagination. Der Boden im Bild wirkt hingegen natürlich. Grün und Braun sind die Farben von „Mutter Natur“. Sie nimmt ihre Kinder so an, wie sie sind. Es bedarf keiner

besonderen Anstrengung (Mountainbiking), um mit ihr in Kontakt zu kommen. Diese Natur wirkt lebendig, nicht tot, wie die Spinne im ersten Traum. Die Spinne im ersten Traum könnte auch ein verschlingendes Muttersymbol darstellen.

Bei genauerer Betrachtung lässt sich im Bildzentrum das Augensymbol des ersten Bildes wiederfinden. Dies scheint ein zentrales Thema zu sein, wohin sich der Individuationsprozess entfalten könnte.

Welcher Dramatik bedarf es für Frau S., um in diesen Bereich zu kommen, der ohne besondere Leistung erreichbar wäre und zur Entspannung einlädt? Es ist typisch für die Träume, einseitige Bewusstseinshaltungen in solch einer Dramatik widerzuspiegeln. Wandlungsprozesse sind Sterbeprozesse. Einseitige Haltungen, in denen kindliche Anerkennung und Akzeptanz wichtig waren (dem männlichen Leistungsprinzip entsprechen), sollen losgelassen werden.

Somit eröffnet sich ein Raum für neue Möglichkeiten und eine neue Art des Erlebens. Um den Traumprozess zu unterstützen, bietet die Therapeutin zusätzliche Übungen an, die sich auf die Seinsebene beziehen und somit der Ich-Stärkung jenseits des Leistungsprinzips dienen könnten.

### **Theoretische Vertiefung: Das innere Kind**

Der Begriff des „inneren Kindes“ scheint in den letzten Jahrzehnten gehäuft in der psychologischen Fachliteratur vorzukommen. Man begibt sich „auf die Suche nach dem inneren Kind“ (siehe Cullberg/Spitzer 2011), es geht um „die Versöhnung mit dem inneren Kind“ (siehe Chopich/Paul 1997), „die Heilung des inneren Kindes“ (siehe Hühn 2017) und es wird über das „göttliche Kind“ in uns geschrieben (siehe Grün 2005).

Hierbei handelt es sich erst einmal um einen psychologischen Sammelbegriff, der ein inneres psychisches Informationsmuster enthält. Im Falle des „inneren Kindes“ beinhaltet dieses die biographischen Erfahrungen der Kindheit. Diese Erfahrungen beruhen auf dem kindlichen Spiel, der elterlichen Fürsorge, den Erziehungs-

erfahrungen, dem Lebensumfeld usw. Falls ein Kind im Traum oder Bild erscheint, spiegelt es zumeist auch die eigenen Kindheitserfahrungen, Wünsche, Ängste, Sehnsüchte usw. wider.

Erkennt man sich selbst in diesem Kind wieder, dann hat es mit Gewissheit etwas mit der eigenen Kindheit und den damit verbundenen Themen zu tun. Erscheint ein unbekanntes Kind, dann ist es ratsam, Vergleiche zwischen diesem Kind und den eigenen Kindheitserinnerungen und Erfahrungen zu ziehen. „Was ist mir fremd?“, „Was fasziniert mich?“, „Was schreckt mich ab?“, „Was darf dieses Kind, das ich nicht durfte?“ usw.

Es sollte auch genau darauf geachtet werden, wie alt das Kind im Bild und Traum ist. Denn die Kindheit umfasst einen langen Zeitraum, in dem die verschiedensten Erfahrungen gesammelt werden. Um ins Konkrete zu kommen und zu wissen, was die Erscheinung dieses Kindes für den aktuellen individuellen Prozess bedeuten könnte, sollten konkrete Fragen gestellt werden, wie beispielsweise:

- „Wie alt ist dieses Kind?“, „Wie ist es dir in diesem Alter ergangen?“
- „Wo lebt dieses Kind?“, „Kennst du einen solchen Ort aus deiner Kindheit? Was verbindest du mit diesem Ort?“
- „Was macht das Kind, wie geht es ihm dabei?“, „Hast du in diesem Alter auch solche Dinge gemacht?“, „Was wäre passiert, wenn du sie (nicht) gemacht hättest?“

Solche konkreten Fragen sind sehr nützlich für die Bewusstmachung und das Verständnis des Kind-Symbols. Allgemeine Deutungen wie „Kreativität“, „Entdeckungslust“, „Entwicklung von Spiritualität“, „Freude am Dasein“ usw. sind meistens zu unkonkret und somit nicht förderlich für den Interpretationsprozess. Um die einzelnen Aspekte der obengenannten abstrakten Begrifflichkeiten wie z. B. „Freude am Dasein“ für die Klient\*innen lebendig erfahrbar zu machen, muss ein Individuationsprozess jedoch über eine längere Zeit begleitet werden. Insofern könnte auch von „den inneren Kindern“ gesprochen werden. Denn die inneren Kinder in unseren Träumen und Bildern sind oft sehr verschieden. Auch innere Kinder können sich ent-

→ Abb. 4: „Sprung ins Leben“



wickeln, werden älter, mutiger, reifer oder freudvoller. Der Archetyp des „göttlichen Kindes“ ist ein Entwicklungsimpuls, der die spirituellen kindlichen Erfahrungen der Menschheit beinhaltet. Als Archetyp steht dieser nicht ausschließlich mit den biographischen Erfahrungen im Zusammenhang. Zumeist verweist er auf ein im Kollektiv verankertes Potential.

Frau S. berichtet in der darauffolgenden Einheit, dass sie sich mit dem letzten Traumbild noch länger zu Hause beschäftigt habe. Sie ist zu dem Schluss gekommen, dass es den Sprung ins Leben für sie symbolisiere. In den Tagen danach versucht sie, die Dinge leichter zu sehen. Sie möchte mutiger sein, so wie sie das Kind im Traum gesehen hat. Sie zeigt ihr Folgebild „Sprung ins Leben“, welches sie im Anschluss an die letzte Einheit zu Hause gemalt hat (Abb. 4).

### *Nachwort und Danksagung*

Unser Anspruch, dieses Buch zu verfassen, war kein geringerer, als eine Grundlegung der Mal- und Gestaltungstherapie zu schreiben. Dabei sollte das Buch möglichst verständlich zu lesen sein und gleichzeitig unserem fachwissenschaftlichen Anspruch genügen.

Im Sinne der Nachvollziehbarkeit haben wir unsere Theoriebildung in eine Fallbeschreibung mit dazugehörigem Bildmaterial eingebettet. Durch diese Vorgehensweise soll

eine größtmögliche Anschaulichkeit erreicht werden, wie in der mal- und gestaltungstherapeutischen Praxis verschiedene Methoden, Materialien und Interventionen wirksam eingesetzt werden können. Wirksamkeit bezieht sich hier auf das Anliegen der Klientin (Frau S.), zu einem Erkenntnisprozess zu gelangen, welcher ihr die eigene Lebenssituation in einer Übergangsphase verständlich machen kann, um hieraus mögliche Handlungsschritte ableiten und aktiv setzen zu können.

Darüber hinaus wollen wir mit diesem Lehrbuch aufzeigen, dass sich hinter jeder einzelnen therapeutischen Intervention ein ganzes Netzwerk von Theoriebildungen und Handlungsanleitungen verbirgt. Gleichzeitig war es uns ein Anliegen, gemeinsame Bezüge zwischen dem tiefenpsychologischen Verfahren nach C.G. Jung und aktuellen wissenschaftlichen Ansätzen, wie der Gehirnforschung und dem Konstruktivismus, herzustellen.

Das Ausgangsmaterial zu diesem Buch waren zwei eigene Masterarbeiten und eine eigene Diplomarbeit, welche für den Abschluss der Ausbildung zur Mal- und Gestaltungstherapie verfasst wurden (Bakowsky 2009, 2012; Krautberger 2014). Die grundlegende Basis zu diesem Buch wurde bereits viel früher geschaffen, durch sehr viele Wissenschaftler\*innen und Therapeut\*innen, welche sich bereits seit vielen Jahrzehnten mit der Materie befasst haben. Diesbezüglich verweisen wir auf unsere Literaturliste.

An dieser Stelle möchten wir uns besonders bei den Autorinnen Frau Marie-Louise von Franz, Frau Dr.<sup>in</sup> phil. Jolande Jacobi, Frau Dr.<sup>in</sup> Ingrid Riedel und Frau Dr.<sup>in</sup> Verena Kast bedanken. Ihre Werke zur analytischen Psychologie nach C.G. Jung und zur Maltherapie waren für uns eine wichtige Grundlage, um unser mal- und gestaltungstherapeutisches Handeln zu begründen. Sie brachten uns auch das Werk von C.G. Jung näher, welches nicht immer leicht verständlich ist, jedoch eine Schatzgrube an therapeutischem Wissen enthält, das uns sicher noch unser Leben lang beschäftigen wird.

Parallel zur analytischen Maltherapie nach C.G. Jung versteht sich die Mal- und Gestaltungstherapie als eigenständiges therapeutisches Verfahren, liegt doch ihr Fokus auf dem Mal- und Gestaltungsprozess und dem daraus resultierenden Werk. Die therapeutische Arbeit findet hierbei innerhalb der beschriebenen therapeutischen Triade statt.

Diese stellt an und für sich bereits ein Alleinstellungsmerkmal im Vergleich zu anderen therapeutischen Verfahren dar. Es bedarf dazu einer vollumfänglichen Ausbildung, um ein Verständnis für die Mittel und Möglichkeiten dieses Therapieverfahrens zu erlangen. Dies betrifft nicht nur den Einsatz bildnerischer Materialien und Techniken alleine, sondern auch den Gestaltungsauftrag, die Werkbetrachtung und die Werkbesprechung. Wir haben in diesem Buch versucht auf-

→



ERWIN BAKOWSKY UND  
BETTINA-YVONNE KRAUTBERGER

## LEHRBUCH DER MAL- UND GESTALTUNGSTHERAPIE

Grundlagen, Theorie und Praxis  
der mal- und gestaltungstherapeutischen Arbeit  
mit Bildern und Träumen im Einzelsetting

Format: 16,6 x 24 cm • 232 Seiten • Gewicht: 724 g

Fadenheftung, Hardcover mit Schutzumschlag, Lesebändchen.

ISBN 978-3-200-08735-4 / © 2022 by Erwin Bakowsky & Bettina-Yvonne Krautberger

EUR 44,00 inkl. MwSt. + Versandkosten

siehe auch unter: [www.viaregia.at/lehrbuch-der-mal-und-gestaltungstherapie](http://www.viaregia.at/lehrbuch-der-mal-und-gestaltungstherapie)

**BUCHBESTELLUNGEN**  
per E-Mail bei Frau Danae Hassler:  
[danea.hassler@gmail.com](mailto:danea.hassler@gmail.com)

zuzeigen, dass viele wesentliche therapeutische Interventionen bereits mit dem Gestaltungsauftrag oder während der Gestaltungsphase stattfinden.

Mal- und Gestaltungstherapie erweitert durch den Ausdruck des Werkes sowie durch die Eindrücke, welche diese beim Betrachter hinterlassen, die therapeutischen Möglichkeiten immens. Es war eine zentrale Absicht dieses Buches, diese vielfältigen psychodynamischen Möglichkeiten aufzuzeigen und verständlich zu machen. Da es ein solch umfangreiches Werk mitsamt einem detaillierten Fallverlauf für die Mal- und Gestaltungstherapie bisher noch nicht gab, erlauben wir uns, dieses Buch als Grundlagenwerk zu bezeichnen. Fast aus jeder einzelnen theoretischen Vertiefung lässt sich ein eigenes Fachbuch erstellen. Wir hoffen für die Zukunft, dass dieser Impuls auch aufgegriffen wird, damit dieses hocheffektive Therapieverfahren in seiner gesamten Umfang-

lichkeit dem interessierten Fachpublikum nahegebracht werden kann. Gleichzeitig möchten wir aber auch daran erinnern, dass so manches hervorragende Buch zur Maltherapie bereits geschrieben wurde und in Vergessenheit geraten oder vergriffen ist. Wir denken da beispielsweise an das Buch „Archetypische Signaturen im unbewussten Malprozess“ von Rosmarie Daniel, 1993.

Schlussendlich möchten wir uns bedanken bei:

- Frau S. für die Zurverfügungstellung ihres mal- und gestaltungstherapeutischen Prozessverlaufes zur Erstellung und Veröffentlichung dieses Lehrbuches.
- Frau Prof.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Gisela Schmeer, eine der Begründerinnen der Kunsttherapie – für ihre persönliche Unterstützung und für das Vorwort. Sie hat für uns in vielen Workshops und Vorträgen eine wichtige Verbindung zwischen der Tiefenpsychologie und den systemischen Therapieansätzen aufgezeigt.
- all den lehrenden Frauen am MGT Institut, die an der Heranreifung der Mal- und Gestaltungstherapie als eigenständiges therapeutisches Verfahren mitgewirkt haben.
- Frau Hon. Prof.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Maria Steinbauer – für ihre Forschungen zur Bilddiagnostik bei psychiatrischen Erkrankungen, aber auch für ihre persönlichen Ermutigungen, dieses Buch zu schreiben und uns um eine weitere Anerkennung für dieses Therapieverfahren zu bemühen.
- Frau Dr.<sup>in</sup> Ute Karin Höllrigl, Lehrtherapeutin am C.G. Jung Institut in Zürich – für ihre praktische und theoretische Vermittlung der Traum- und Symbolarbeit in der analytischen Psy-

chologie.

- unseren Kolleg\*innen und Seminarist\*innen, welche schon seit Jahren auf die Veröffentlichung dieses Buches gewartet haben und uns stets ermutigten, „am Prozess dranzubleiben“.
- unseren intrapsychischen Führ\*innen und Ratgeber\*innen, die uns mittels Träumen und Launen so lange quälten, bis das Buch fertig geschrieben war.
- unseren Freund\*innen und Familienmitgliedern, die uns nicht nur Zeit, sondern auch so manche Unterstützung gewährten, damit wir diesen Buchprozess zu Ende bringen konnten.
- allen weiteren Mitwirkenden dieses Buchprozesses, wie unserer Grafikerin Dr.<sup>in</sup> Ursula Kothgasser, unserer Lektorin Sabine Geiger, den Korrektoren Mag. Dr. Reinhard Kargl, Mag. Christian Purgstaller, Frau Julia Stelzer, Msc. sowie Frau Renate Stelzer im Sondereinsatz für dieses Lehrbuch.
- dem großen Geist von C.G. Jung, welcher uns durch seinen bodenständigen Humor immer wieder zum Lachen gebracht hat und somit aus dem Elfenbeinturm der Gelehrsamkeit auf den Boden der Tatsachen zurückholte. Vor dem Werk von C.G. Jung ist unser Buch kaum der Rede wert, jedoch ohne sein Werk wäre dieses Buch nie geschrieben worden.
- all den lehrenden Frauen am C.G. Jung Institut, die den Impuls der Maltherapie über die Jahrzehnte fortgeführt und somit auch ihre Treue zum Bild unter Beweis gestellt haben.

Somit bleibt am Ende dieses Artikels und Buches nur noch, „Danke“ zu sagen sowie nochmals zu betonen:

„Bild ist Seele.“ (C.G. Jung) ■

### Literatur:

BAKOWSKY, ERWIN (2009): Welche Wirkfaktoren benennen Mal- und Gestaltungstherapeutinnen für ihre Tätigkeit im klinischen Bereich. ARGE Bildungsmanagement Wien: unver. Masterarbeit „Master of Science – MSc (Counseling)“.

BAKOWSKY, ERWIN (2012): Der Einsatz von Bildern als Möglichkeit biographisch-emotionalen Lernens – Eine Untersuchung am Beispiel einer Ausbildungseinrichtung für Mal- und Gestaltungstherapie (MGT). Technische Universität Kaiserslautern; D 67653 Kaiserslautern: unver. Masterarbeit (M.A.).

BAKOWSKY, ERWIN/KRAUTBERGER, BETTINA-YVONNE (2022): Lehrbuch der Mal- und Gestaltungstherapie – Grundlagen, Theorie und Praxis der mal- und gestaltungstherapeutischen Arbeit mit Bildern und Träumen im Einzelsetting. Edition MGT: Wien, Graz

KRAUTBERGER, BETTINA-YVONNE (2014): Traumarbeit nach C. G. Jung im Kontext der Mal- und Gestaltungstherapie – ein Selbsterfahrungsprojekt mit gesunden Erwachsenen in freier Praxis. MGT Institut Wien: unver. Diplomarbeit.