



**GEFRAGT: Peter Sinapius, Kunsttherapeut**

## Lasst Bilder sprechen

Kunst ist sinnliche Erfahrung jenseits des Alltags. Kunsttherapie eröffnet einen Zugang auch zu psychisch schwer erkrankten Menschen, die man mit Worten kaum erreicht

Als Smalltalkthema quer durch die Jahrhunderte beweist Kunst zumindest eins: Über sie lässt sich gut streiten. Als Instrument für Therapien ist sie dagegen eine eher neue Entdeckung. Seit etwa 60 Jahren entwickelt sich die Kunsttherapie in ganz verschiedene Richtungen, in Deutschland mit einem Bezug zur Anthroposophie, in England mit eher kunstpädagogischem Hintergrund. Peter Sinapius ist Kunsttherapeut und seit 2012 Professor an der *Medical School Hamburg*. Als Kunststudent in San Francisco arbeitete er in einer Einrichtung für erwachsene Behinderte und begriff dort, welche Räume sich auftun, wenn Kunst bei einer Begegnung mit ins Spiel kommt.

**PSYCHOLOGIE HEUTE** Wenn man sich ein Kunstwerk anschaut, was genau passiert da zwischen Bild und Betrachter?

**PETER SINAPIUS** Wer ein Bild betrachtet, weckt eigene Erinnerungen. Mein eigenes Leben, meine Gewohnheiten, aber auch Vorstellungen und Erwartungen haben einen großen Einfluss darauf, was ich in einem Bild sehe. Es lässt sich also nicht eindeutig sagen, ob die Sinnstiftung vom Bild oder von dem Betrachter ausgeht. Sie liegt vermutlich irgendwo dazwischen.

**PH** Der amerikanische Künstler Mark Rothko hat gesagt: „Ein Bild handelt nicht von einer Erfahrung, es ist Erfahrung.“

**SINAPIUS** Unbedingt! Der ästhetische Kontext unterscheidet sich erheblich von unserem Alltag. In der Kunst kann ich Erfahrungen machen, die mir sonst verwehrt bleiben. Ich sehe Dinge, die es so in meinem Leben nicht gibt. Vor

Wer ein Bild betrachtet, betrachtet auch sich selbst, seine Erwartungen, Vorstellungen, Erinnerungen



alles sehe ich Farben, Formen, Kompositionen. „Was kommt mir da entgegen?“, frage ich mich vielleicht vor einem Bild. „Wieso sticht mir dieses Gelb so in die Augen?“ Das mache ich mir als Kunsttherapeut zunutze.

**PH** Inwiefern?

**SINIAPIUS** Mit den Sinnen wahrnehmen kann jeder. Selbst Menschen mit schwerer Demenz sind noch über sinnliche Eindrücke erreichbar. Konkret arbeite ich in einem imaginären Raum, der sich von der Realität vollkommen unterscheidet. Ich bezeichne ihn als Probesthne. Hier werden ästhetische Faktoren wichtig, wie der Klang meiner Stimme und der Stimme meines Gegenübers, die Choreografie unserer Mimik und Gestik. Natürlich kommt auch Kunst zum Einsatz. Auf der therapeutischen Bühne können Lösungen geprobt werden, die im Alltag nicht denkbar sind. Und auf die wir nicht durch Reden kommen oder durch das Analysieren von Problemen, sondern durch das kreative Spiel.

**PH** Therapie als Spiel?

**SINIAPIUS** Als Kunsttherapeut interessiert mich weniger das akute Problem, mit dem ein Erwachsener oder ein Kind zu mir kommt.

Mir geht es vielmehr um die Ressourcen, die ein Mensch mitbringt, und die sind unter Umständen verborgen. In der Kunst ist Erwachsenen möglich, was Kindern noch direkt zugänglich ist, dieses So-tun-als-ob. Was im Kinderspiel selbstverständlich ist, sich einen Spielraum zu nehmen, haben Erwachsene oft verlernt. Aber Spielraum ist nötig, auch in einem erwachsenen Leben.

**PH** Können Sie ein Beispiel nennen?

**SINIAPIUS** Zu einer Patientin, die nach einem psychotischen Schub zu mir kam, fand ich keinen Draht, wie man so schön sagt. Also schlug ich vor, ein gemeinsames Bild zu malen, um einen Spielraum für die Begegnung zu schaffen. Sie wählte ganz starke, kräftige Farben, ich eher durchsichtige, wässrige. Mit einem Mal wurde klar, dass wir auf verschiedenen Ebenen kommunizierten. Wir suchten dann im Bild nach einer Lösung. Und hier wird es spannend. Denn im Bild kann ich ganz anders reagieren, als wenn ich mit jemandem rede. Wir haben uns mit unseren unterschiedlichen Ausdrucksmöglichkeiten aufeinander zubewegt, eine intensive Erfahrung. Dieser lösungsorientierte Ansatz kommt aus den USA. Er wurde in den 1960er Jahren unter dem Begriff *Expressive Arts Therapy* bekannt. Im Kern geht es darum, durch Kunst Veränderungen anzustoßen, und zwar quer durch alle Disziplinen, das heißt mit bildender Kunst, Tanz, Schauspiel, Musik oder Poesie. In der Therapie lassen wir das eigentliche Problem los und wenden uns einer anderen, gestalterisch-künstlerischen Tätigkeit zu. Das stärkt das Gefühl, Lösungen zu finden.

*„Kunst kann man nicht verabreichen wie Aspirin. Aber jeder Mensch kann über Kunst neue Zugänge zu seinen Problemen finden“*

**PH** Und wenn jemand zu Ihnen kommt und sagt, ich kann aber gar nicht malen?

**SINIAPIUS** Das kommt oft vor, auch bei Kindern. Dann sage ich: „Das macht überhaupt nichts!“ Ich arbeite mit einfachen Mitteln, so kann ich mit Alltagsgegenständen Geräusche und Klänge erzeugen, das heißt, ich ziehe nicht gleich ein Instrument hervor. Es ist erstaunlich, welche schönen Improvisationen möglich sind, ohne dass mein Gegenüber ein Instrument gelernt hat. In diesen Improvisationen können wir uns begegnen. Im Alltag ist es oft gar nicht so einfach, einem anderen Menschen zu begegnen. Aber in der ästhetischen Arbeit ist das möglich. Das ist ein spannender Vorgang – für beide Seiten.

**PH** Ist also jeder Mensch ein Künstler?

**SINIAPIUS** Jeder Mensch ist schöpferisch. Von der Idee, dass jetzt alles Kunst ist, was jemand bei mir macht, würde ich mich allerdings distanzieren. Aber jeder Mensch hat das Vermögen, kreativ mit seinem Leben umzugehen.

**PH** Haben Sie also auch etwas von Ihren Patientinnen und Patienten gelernt?

**SINIAPIUS** Ja, sehr viel, und besonders von Kindern. Sie können spielend leicht von einem Medium ins andere wechseln. Wenn ich als Maler jeweils mit Pinseln und Stiften in den Therapieraum kam, hatten sie mir ganz rasch beigebracht, dass sie auch tanzen und Musik machen wollten. Kinder kommunizieren übergreifend, und das ist ein Grundsatz, den ich beibehalten habe.

**PH** Kann Kunst also heilen?

**SINIAPIUS** Kunst kann man nicht verabreichen wie eine Aspirin-tablette. Und Kunsttherapeuten sind keine Mediziner. Sie sollten sich hüten, an Krankheiten zu arbeiten, das ist nicht ihr Gegenstand. Aber jeder Mensch kann über Kunst neue Zugänge zu seinen Problemen finden – und sie auf lange Sicht lösen.

**PH** Gilt das auch für Menschen, die nicht in eine Therapie kommen?

**SINIAPIUS** Selbstverständlich. Kunst – egal welche – ist für ein gelungenes Leben absolut notwendig. Kunstbetrachtung hilft uns, über Konventionen hinwegzugehen. Sie bringt innere Bilder zum Klingen, hilft, uns auf unbekanntes Terrain zu wagen. Wenn Sie wollen, ist das eine Art Prophylaxe. Ich gehöre nicht zu denen, die meinen, Kunsttherapie solle nur klinisch angewandt werden. Das scheint mir so, als würde man erst mit der Rettung beginnen, wenn es zu spät ist. Deshalb mein Rat: Tun Sie, was sie besonders gern mögen. Gehen Sie ins Museum, hören Sie Musik, tanzen Sie. Geben Sie Ihren Sinnen eine Chance!

■ MIT PETER SINIAPIUS SPRACH STEPHANIE JAECKEL