



Ton in der (Psycho-) Therapie

Verschiedene Einsatzmöglichkeiten

Dieser praktische Teil ist als Fortsetzung meines theoretischen Artikels der vorige tb-Ausgabe gedacht, indem ich mich mit den Differenzierungen zum Einsatz des Materials Ton beschäftigt habe.

Ich beschränke mich im folgenden auf den (psycho-) therapeutischen Einsatz des Tons.

Die verschiedenen Arbeitsmethoden sind als unterschiedliche Zugänge zu innerpsychischen Vorgängen sowie der psychotherapeutischen Behandlung gedacht und werden hier untereinander verglichen. Ich stelle keinen Anspruch auf Vollständigkeit und freue mich auf anregende, sowie ergänzende Reaktionen.

a) Ton modellieren

1. Themenarbeit
2. freies Gestalten

Modellieren mit TON wird in vielfältiger Art und Weise eingesetzt:

Sei es in der Familientherapie als systemische Darstellung der einzelnen Familienmitglieder oder in der Kinder- und Jugendtherapie entweder als „monomediale“ Arbeit oder als Teil eines intermedialen Querganges, zu diagnostischen Zwecken oder um den projektiven Ausdruck zu fördern und emotionale Blockaden aufzulösen, als non-verbaler Kommunikationszugang oder auch als Möglichkeit leibtherapeutisch emotional korrigierende Erfahrungen zu machen.

Einsatzbereiche sind sowohl die Regressionsförderung als auch die Förderung von Ausdruck, sei es Wut, Angst, Aggression, Trauer usw. durch das Hineinformen in den TON.

Ebenso wird das Modellieren mit TON bei defizitären Leiberfahrungen und Zwängen (welche auf misslungene Reinlichkeitserziehung hindeuten können) eingesetzt. Auch für die Identitätsarbeit ist TON modellieren einsetzbar und fördert das Selbstbewusstsein.

Das Modellieren ist **eine** Möglichkeit Kontakt- und Kompetenzerfahrungen zu machen und das Gefühl der Eigenmächtigkeit zu entwickeln und die Selbständigkeit zu fördern.

Weiters können auch frühe Übergangsobjekte geformt werden.

TON zu modellieren ist immer auch eine „Botschaft von mir, über mich, für mich und an andere“ (Petzold, Kirchmann, 1991, S. 942). TON modellieren steht in einem therapeutischen Prozess und ist tendenziell produktorientiert. Die gestalteten Figuren geben der PatientIn die Möglichkeit unbewusstes „Material“ schnell in Form zu bringen und der TherapeutIn Anlass zum Nachfragen.

Immer geht es aber auch um Arbeit auf archaischer Ebene, um Kontakterfahrungen und Handhabung des Materials, um Fest-halten und Be-greifen.

In der integrativen Gestalttherapie wird ebenso Augenmerk auf den Gestaltungsprozess gelegt um pathologische Erfahrungen zu rekonstruieren und um zur Neustrukturierung der Ich-funktionen¹ zu gelangen.

Zusammenfassend ist also TON modellieren immer: regressionsfördernd, Ausdruck von Emotionen, Formgebung, Kommunikation, Kontaktmedium, kathartische Abfuhr von aufgestauten Emotionen, spielerische Erkundungsmöglichkeit, Leibarbeit und Identitätsarbeit und schafft einen Zugang zu Macht und Selbständigkeit.

¹ Ich-funktionen: siehe theor. Teil des Artikels: tb nr. 4 / 2002



1. Themenarbeit:

Skulpturen, Figuren, Selbstbild, Szenen und Gefäße modellieren sind Möglichkeiten Unbewusstes rasch sichtbar, also in Form zu bringen. Es können dabei Widerstände minimiert (auch erkannt), kreatives Potential genützt und ein spielerischer Zugang gewählt werden. Der Ausdruck über das Material TON und der Figur machen Konflikte, Haltungen, Stimmungen, Spannungen, Gemütsausdruck der PatientIn sichtbar.

Es geht dabei um Ausdruck und Aufdecken biographischer Konflikte und Dynamiken. Durch den szenischen Ausdruck wird Lebendigkeit gefördert und werden (frühkindliche) Atmosphären verdeutlicht.

In Jung'schen und Freud'schen Therapierichtungen wird der Prozess des Formens zugunsten der Tendenz zur symbolischen Deutung zurücktreten.

In der Familientherapie wird die Familienskulptur vorwiegend interpretiert. In der Gestalttherapie wird unter Umständen noch ein Dialog mit dem Erschaffenen geführt (d.h. der zuvor stattgefundenen innere Dialog wird verbalisiert), Kontakt aufgenommen und damit szenisch gearbeitet um Konflikte zu bearbeiten.

Die Figur kann von der Therapeutin zur Diagnostik verwendet werden und eine Wiederholung desselben zu einem späteren Zeitpunkt auch Entwicklungsprozesse sichtbar werden lassen. Die Skulptur als therapeutisches Instrument bringt therapeutische Prozesse wieder in Fluss. Emotionale, noch unverstandene Sinnzusammenhänge werden symbolisch ausgedrückt, und erhalten eine Form im Außen, geben Anlass zu therapeutischem Nachfragen und stellen eine Möglichkeit dar non-verbal etwas auszudrücken, wofür keine Worte vorhanden sind. Das Modellieren von TONfiguren hat auch in der Leib- und Bewegungstherapie seinen Platz gefunden. Hildegund Heintl setzt die Gestaltung des Leibs (des eigenen Körpers oder schmerzende Teile) in der psychosomatischen Behandlung (Thymopraktik²) ein.

2. freies Gestalten:

Mit TON kann auch frei gestaltet werden. Dies wird vor allem zur Förderung des kreativen Potentials, zur schöpferischen Anpassung eingesetzt. Im soziotherapeutischen Bereich liegt das Augenmerk weniger auf dem Symbolgehalt und es gibt auch keine direkte Einbindung in den therapeutischen Prozess. Freies Arbeiten mit TON gilt also als Spannungs- und Konfliktlösendes Tun, Selbstwertaufbau, zur Kanalisation von Emotionen und Verarbeitungsmöglichkeit belastender Ereignisse, als Beschäftigung und zur Erhöhung des Selbstwertes (durch Anerkennung der Leistung), fördert ebenso die taktile Wahrnehmung und Fertigkeiten der Finger und Hand werden trainiert.

Das Augenmerk liegt auf dem Produkt, der Prozess ist aber von Bedeutung und steuert sich von selbst, indem ein „sich auf das Material einlassen“ geschieht. Konzentrierte Innenwahrnehmung erhält Ausdruck, Gestalt und Form. Die freie TONarbeit hat ihren Stellenwert in der Schöpfung und der Kreativitätsentwicklung des Menschen.

Freies Gestalten in der Therapie eröffnet einen geschützten und freien Raum, indem leistungsfreies sich-ausprobieren einen hohen Stellenwert hat. Ich kann etwas leisten ohne, dass es beurteilt wird, ich kann mich mit meiner Grenze und der Grenze des Materials versuchen und diese dabei kennenlernen.

² Thymopraktik: Körpertherapeutische Arbeit (Arbeit am Körperbild) m.kreativen Medien (Ilse Orth, Hildegund Heintl)



b) Arbeit im Tonfeld®

Es handelt sich um ein unstrukturiertes Arbeiten mit TON in einer vorgegebenen minimalen Struktur (Feld / Wanne / Kiste) mit streichfähigem, weichem TON, welcher als Fläche in einem Behälter angeboten wird. Entwickelt von Prof. Heinz Deuser im Schwarzwald auf der theoretischen Grundlage von C.G.Jung.

Gearbeitet wird mit geschlossenen Augen, teilweise auch mit Wasser, geformt wird aus der Fläche. Vergleichbar mit dem von Kalff (1966) entwickelten Sandspiel: die Erschaffung einer Welt. Psychische Innenwelt wird nach außen projiziert.

Im Mittelpunkt steht der Prozess welcher ermunternd von der TherapeutIn begleitet wird. Es soll ein Anvertrauen an das Material stattfinden und es findet ein bewegter Dialog damit statt.

Die entstandene Szene oder Struktur interpretiert die TherapeutIn gemeinsam mit der PatientIn. Der Schaffensprozess wird ebenso in die Interpretation und Bearbeitung mit einbezogen.

Das TONfeld® eignet sich als aggressionsabbauendes Instrumentarium, indem die TONfläche auch zerpfückt, gematscht, Klumpen geformt und geworfen werden können. Es kann daraus ein Spiel und eine non-verbale Kommunikation zwischen TherapeutIn und PatientIn entstehen. Destruktive Regungen können gefahrlos ausagiert werden. Es ist ein Ort des Experimentierens, des Einlassens und des therapeutischen Modellierens und wird eingesetzt um die Regression stark und rasch zu fördern und um Atmosphären und Szenen / Konfliktthemen zu aktualisieren.

Das TONfeld® bietet sich zum Matschen und Schmieren an und fördert den Zugang zu frühkindlichen Erfahrungen. Die einzige Strukturierung stellt der TONbehälter dar.



c) strukturierte Tonübungen:

Ausgehend vom Ansatz der Thymopraktik bzw. der Leibarbeit der integrativen Therapie werden strukturelle TONübungen vor allem in der Psychosomatik und im frühen Störungsbereich mit Erfolg eingesetzt.

Wichtig dabei ist die deutlich klar strukturierte Zeit, die relative Kürze (10-30 min) der TONübung. Der Fokus liegt auf dem Üben der Wahrnehmung und wird mit der Prozessreflexion und der Interpretation des Produktes verbunden. Struktur wird auch durch die „Zuteilung“ des TONklumpens (Größe) und durch die Anleitung der Therapeutin gegeben.

Bedeutend ist dabei das Fördern von Awareness³, und dass die Erfahrung im Außen (mit dem Material TON) ins Innen abgebildet werden soll. Stichworte hierzu sind der „innere Gefährte“ und das „Übergangsobjekt“ nach Winnicott.

Der sensorische, non-verbale Zugang soll den Blick nach innen richten, zentrieren und eine mittlere Tiefungsebene erreichen.

Die einzelnen Übungen bauen aufeinander auf, sind jede für sich nach speziellen diagnostischen Kriterien einsetzbar und benötigen eine Nacharbeitungsphase, welche eingeplant werden muss.

³ Awareness: Bewußtheit, erhöhte Wahrnehmungsfähigkeit

Blindes Arbeiten erhöht die taktile Wahrnehmungsfähigkeit. Es hat sich das Anlegen einer Augenbinde bei längeren Prozessen als günstig erwiesen. Einschränkung: mit Kindern und ängstlichen Patienten darf nicht blind gearbeitet werden. Die Übungen sind modifizierbar und mit Themen koppelbar.

Durch die Anleitung etwas zu formen, wird oft erstamls ein Einlassen möglich und ein Hinführen zur eigenen Wahrnehmung initiiert.

Zusätzlich kann Musik eingesetzt werden. Zur weiteren emotionalen Tiefung eignen sich Trommel- und Gongmusik, sowie Klangschalen. Bei depressiven Klientinnen ist hohe, helle Flötenmusik zu empfehlen.

1. Übung: etwas, dass sich gut anfühlt (10 Min.)

Ein Tonbatzen dessen Größe mit beiden Händen umfassbar sein soll, wird geknetet, betastet, gedrückt und gestrichen. Eine taktile Ersterfahrung in der eine „gute“ Form hergestellt werden soll. In der Nachbearbeitung wird vor allem über diese Erfahrung gesprochen. Wie fühlt sich der TON an? Was wurde angenehm oder unangenehm erlebt? Was wurde assoziiert? usw.

2. Übung: blind, den eigenen Körper formen (20 Min.)

Um die Wahrnehmung des eigenen Körpers zu schulen und in Kontakt mit sich selbst zu kommen, wird diese Übung angeboten. Eine Körperreise kann als Einstimmung erfolgen. Die Therapeutin begleitet den Erfahrungsprozess und spricht diesen in der Nachbearbeitung an. Konflikte können ebenso sichtbar werden.

3. Übung: blind, Skulptur formen, mit Zugabe von Wasser (1h – 1,5 h)

Diese Übung kann als freies Thema angeboten werden oder (in der Psychosomatik) ein schmerzender Körperteil, z.B. der Rücken u.a. kann als Thema vorgegeben werden. Es kann auch eine Wahrnehmungsübung als Vorbereitungsübung eingesetzt werden (z.B.: den Rücken erspüren).

Die erste Hälfte der Zeit ($\frac{1}{2}$ h – $\frac{3}{4}$ h) ist eine legitim zugestandene Experimentierphase. Durch die Zugabe von lauwarmen Wasser wird zusätzlich die erotisch sexuelle Ebene aktiviert und erhöht die Sensibilität. Die zweite Zeithälfte wird am Thema gearbeitet.

Die Arbeit berührt sehr stark frühkindliche Gefühle.

Für die (psycho-) therapeutische Nacharbeitung muss genügend Zeit zur Verfügung stehen und sorgfältig gearbeitet werden.



d) Töpfern an der Scheibe

Das sinnliche Material soll einen non-verbalen Zugang zu den Emotionen öffnen (emotional tiefend und evozierend).

Die immer gleichen und wiederkehrenden, sowie in der zwingenden Reihenfolge zu erfolgenden Handlungen, sollen dem Strukturbedarf entgegenkommen und Halt und Rahmen bieten (mittlere Tiefung) sowie Ich-funktionen aufbauen.

Über die kognitive Erklärung, dass Tonabfälle wiederverwendet werden können, wenn sie nur ordentlich „eingematscht“ werden, soll der Klientin die Erlaubnis gegeben werden, sich in ein unproduktives (sinn-loses?) Tun zu stürzen.

Der Weg, weg vom Erstellen eines Produktes (Haben) zum einfach „da-sein-dürfen“ (Sein) – wie beim Zentrieren, soll der Klientin helfen, eine Daseinsgewissheit aufzubauen und erwarteten Leistungsstress minimieren.

Durch das Herstellen von kleinen Gefäßen auf der Töpferscheibe soll auch der Selbstwert über den Erfolg gestärkt werden. Gleichzeitig wird immer wieder gering frustriert, durch die Wiederverwertung des kaputt gegangenen Materials wird die Frustration aber nicht zu groß.

Förderung der Inspektionsfähigkeit (zentrieren und vertiefendes konzentrieren) und der subjektiven Verlangsamung der Zeit wird einerseits Regression gefördert. Die Arbeitsvorgabe, die zwingend aufeinanderfolgenden Arbeitsschritte zur technischen Beherrschung und das Intermediärobjekt Töpferscheibe, sowie die führende Begleitung durch die TherapeutIn geben andererseits Halt und Struktur.

Es geschieht der Aufbau eines intermediären Erfahrungsbereiches, welcher Schutz bietet und Kontaktaufnahme ermöglicht und damit Ich-funktionen aufbauen hilft, welche zur gesunden Ich-Struktur nötig und Voraussetzung für gesunden Beziehungsaufbau sind.

Die **Hauptunterscheidungsmerkmale der verschiedenen Arbeitsansätze** sind vor allem im diagnostischen Einsatzbereich, in der Strukturarbeit, der Regressionsförderung und im unbewussten Ausdruck zu finden.

Persönlicher Zugang und Hintergrund:



Ich bin Diplomsozialarbeiterin und Psychotherapeutin in integrativer Gestalttherapie, lebe in Österreich und arbeite in freier Praxis mit Erwachsenen und Kindern, sowie in einer Drogenberatungsstelle mit Patienten und ihren Angehörigen. Bei Otakar Sliva habe ich vor vielen Jahren in oft verzweifelten Stunden „drehen“ gelernt. Ich beschäftige mich seither mit der Kombination Ton und Therapie und wie das eine für das andere nutzbar gemacht werden kann und biete Seminare zum Thema.

Eine meiner Ausführungen zugrunde liegende Literaturliste kann bei mir angefordert werden:

DSA Claudia Wielander, mail: wielander@wende-punkt.at, www.wende-punkt.at