

Verkörpern - Begreifen
Kreatives Gestalten in der Integrativen Gestalttherapie

Master Thesis zur Erlangung des akademischen Grades

Master of science (Psychotherapie)
im Universitätslehrgang Psychotherapie
Fachspezifikum – Integrative Gestalttherapie

von Mag.^a Anita Hasenhündl, 1060 Wien

Department für Psychotherapie und
Biopsychosoziale Gesundheit
an der Donau-Universität Krems

Wien, 2019

EIDESSTATTLICHE ERKLÄRUNG

Ich, Mag.^a Anita Hasenhündl, geboren am 14. Juni 1976 in Wien erkläre,

1. dass ich meine Master Thesis selbständig verfasst, andere als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel nicht benutzt und mich auch sonst keiner unerlaubten Hilfen bedient habe,

2. dass ich meine Master Thesis bisher weder im In- noch im Ausland in irgendeiner Form als Prüfungsarbeit vorgelegt habe,

3. dass ich, falls die Arbeit mein Unternehmen (Klinik, Beratungszentrum...) betrifft, meinen Arbeitgeber über Titel, Form und Inhalt der Master Thesis unterrichtet und sein Einverständnis eingeholt habe.

.....

Ort, Datum Unterschrift

DANKSAGUNGEN

Für die langjährige fachliche und kollegiale Begleitung meiner Lehrtherapeuten und Lehrtherapeutinnen bin ich sehr dankbar. Ich danke für viele hilfreiche Ratschläge, wertvolle Hinweise und viele praktische Verbesserungsvorschläge.

Dankbar bin ich des Weiteren meinen geschätzten Kollegen und Kolleginnen des Fachspezifikums. Die Gespräche mit ihnen waren eine reiche Quelle der Inspiration. Ich danke für viele Anregungen und Ermunterungen.

Mein Dank gilt auch meinen Klienten und Klientinnen, die mir tiefe Einblicke in den Reichtum ihrer menschlichen Bedürfnisse, Sehnsüchte, Ängste und Freuden erlauben.

Alles wäre blass ohne meine liebe Freundin Ana. Ich danke ihr für ihre Zuversicht und ihre ermutigende Unterstützung.

Ich danke auch Helga und Herbert, meinen geliebten Eltern, für Ihre Loyalität und Ihren emotionalen Rückhalt.

ABSTRACT

Die vorliegende Master Thesis Verkörpern – Begreifen. Kreatives Gestalten in der Integrativen Gestalttherapie erörtert die Bedeutung der Kreativität in der Integrativen Gestalttherapie, indem sie die praktischen Aspekte kreativen Arbeitens veranschaulicht. Es erfolgt eine theoretische Verortung von Begriff und Konzept der Kreativität im Allgemeinen, wie im konkreten unter der Berücksichtigung des Gestalttherapeutischen Psychotherapiemodells. Die Arbeit nähert sich dem Thema vor dem Hintergrund einer narrativen Literaturanalyse und fokussiert auf das definitorische Spektrum sowie auf mögliche Indikatoren und Wirkfaktoren in therapeutisch geförderten kreativen Prozessen.

Der Zusammenhang zwischen dem gestalttherapeutischen und dem kreativen Prozess werden dabei ebenso dargestellt und erläutert, wie die einzelnen Phasen des gestalttherapeutischen Prozesses und die wesentlichen Aspekte der gestalttherapeutischen Wechselbeziehung und ihre schöpferischen Elemente.

Schließlich wird ein Fazit formuliert und zur Verfügung gestellt, die zum einen eine Unterstützung für PsychotherapeutInnen in der Praxis zur Förderung von kreativer Anpassung an die eigene Lebensumwelt darstellen sollen als auch Anregungen für weiterführende Forschungen zu diesem Thema geben sollen.

Stichworte für die Bibliothek:

Kreativität, Integrative Gestalttherapie, gestalttherapeutische Wechselbeziehung, kreative Anpassung

ABSTRACT

The present Master Thesis discusses the meaning of creativity in the Integrative Gestalt Therapy by illustrating the practical aspects of creative work. This research approaches the topic against the background of a narrative literature analysis and focuses on the definitional spectrum as well, as on possible indicators and impact factors in therapeutically promoted creative processes.

The connection between Gestalt therapeutic and creative processes is presented and explained as well as the phases of the Gestalt therapy process and the essential aspects and its creative elements.

Finally a conclusion is formulated and made available, which on the one hand should provide support for psychotherapists in practice, to promote options for creative adaption to environment to clients, as well as providing ideas for further research on this topic.

Keywords for library:

Creativity, Integrative Gestalt Therapy, Gestalt Therapy interaction, creative adaption

INHALTSVERZEICHNIS

EIDESSTATTLICHE ERKLÄRUNG.....	II
DANKSAGUNGEN	III
ABSTRACT	IV
ABSTRACT	V
VORWORT.....	IX
1 Einleitung.....	1
1.1 Herleitung	1
1.2 Forschungshypothesen	2
1.3 Forschungsfragen und -ziele	3
1.4 Methodisches Vorgehen.....	3
1.5 Aufbau der Arbeit.....	4
2 Definition, Herkunft und Verwendung des Begriffs der Kreativität	5
2.1 Begriffsbestimmungen.....	5
2.2 Menschliche Kreativität und ihre Wurzeln.....	9
2.2.1 Kreativität und Schöpfung.....	9
2.2.2 Übergangsphänomene und Spiel.....	12
2.3 Ausgewählte Theorien der Kreativität.....	14
2.3.1 Psychologie.....	14
2.3.2 Philosophie	18
2.3.3 Soziologie und Kultursoziologie	19
2.4 Der Mensch als kreative Person.....	22
2.5 Kreatives Feld	23
3 Integrative Gestalttherapie ist	24
3.1 Gestalttherapeutische Schlüsselbegriffe	25
3.2 Integrative Gestalttherapie achtet die Fähigkeit zur Kreativität.....	28
3.3 Integrative Gestalttherapie ist Leibtherapie	32

3.4	Integrative Gestalttherapie verändert Muster	34
3.5	Integrative gestalttherapeutische Diagnostik ist prozessual und interaktiv..	35
3.6	Integrative Gestalttherapie ist dialogisch	36
4	Die gestalttherapeutische Beziehung – eine schöpferische Wechselbeziehung	38
4.1	Szene, Übertragung, Resonanz	38
4.2	Therapeutische Beziehung und schöpferische Anpassung.....	40
4.3	Therapeutische Beziehung und implizites Wissen	42
4.4	Therapeutische Beziehung, Improvisation und Kokreation.....	43
4.5	Kontakt und Kreativität – der Gestaltzyklus im Kontext	45
4.6	Gestalterischer Dialog	47
4.7	Der Einsatz kreativer Mittel im gestalttherapeutischen Prozess.....	48
5	Kreativer Prozess – Therapeutischer Prozess	50
5.1	Die Gestalttheorie der Kreativität.....	50
5.2	Phasen des gestalttherapeutischen Prozesses	53
5.2.1	Initialphase und Präparationsphase.....	53
5.2.2	Aktionsphase und Verifikationsphase	54
5.2.3	Neuorientierungsphase.....	55
5.2.4	Kooperation und Intersubjektivität.....	56
6	Wirkfaktoren in kreativen, gestalttherapeutischen Prozessen	57
6.1	Die Notwendigkeit der Chaotisierung	57
6.2	Die Fähigkeit, in Kontakt zu treten.....	57
6.3	Das Erlebnis einer Grenzsituation	58
6.4	Die Bedeutung des Vertrauens	59
7	Kreativität im integrativ-gestalttherapeutischen Prozess - Ressource für die KlientInnen?.....	59
7.1	Relevanz von Kreativität innerhalb des integrativ-gestalttherapeutischen Prozesses	59
8	Fazit.....	62

LITERATURVERZEICHNIS.....	65
ABKÜRZUNGSVERZEICHNIS	75

VORWORT

Im Zuge meiner Ausbildung zur Psychotherapeutin hat mich speziell ein Thema sehr fasziniert: die Fähigkeit zur Kreativität des Menschen. Mein Zugang zu diesem Thema sind Erfahrungen mit meinem eigenen kreativen Handeln und das Arbeiten mit kreativen Interventionen mit Klientinnen und Klienten. Ich war nicht nur bei mir selbst, sondern nunmehr auch bei meinen Klientinnen und Klienten, überrascht wie effektiv kreative Zugänge wirken und wie rasch in der Therapiesituation über das kreative Handeln neue Perspektiven aufgezeigt werden können. Kreativität ist für mich ursprünglicher, unverfälschter als die Sprache, die mir stärker gesteuert, im Kognitiven, Rationalen verankert erscheint. In meinen Funktionen als Coach, Trainerin und Psychotherapeutin habe ich wiederholt Personen begleitet, ihr schöpferisches, kreatives Potential zu entfalten und viel von ihnen gelernt.

Vor diesem Hintergrund widme ich mich deshalb dem Phänomen der Kreativität in integrativ-gestalttherapeutischen Prozessen und versuche, die Bedeutung und Relevanz der Förderung von kreativen Entwicklungswegen mithilfe der stützenden therapeutischen Beziehung für die KlientInnen auszuloten.

1 Einleitung

1.1 Herleitung

Der Kreativität wird seit einigen Jahrzehnten von Wissenschaft, Kunst und Ökonomie zunehmend Aufmerksamkeit gewidmet, ja sogar als neuer Imperativ gefeiert (vgl. Reckwitz, 2013, S. 23). Tatsächlich ist das „creare“, das Schöpferischsein von Gott und Mensch bereits seit der Antike sowohl Thema von Schöpfungsmythen wie auch philosophischen Konzepten (vgl. Holm-Hadulla, 2013, S.13ff.). Bekannt ist Johann Wolfgang von Goethes Figur des Dr. Faust, der sich lebenslang in dramatischem Ringen mit schöpferischen wie zerstörerischen Kräften auseinandersetzt und dabei die Grenzen des ethisch Erlaubten sprengt (vgl. Holm-Hadulla, 2013, S. 110ff.).

Die Integrative Gestalttherapie hat Kreativität vor allem in ihren schöpferischen, problemlösenden Aspekten von Anfang an hervorgehoben und integriert. Hier gilt sie als positives Merkmal des Menschseins. Bereits die gestalttherapeutischen GründerInnen haben den kreativen Ausdruck unterstützt bzw. Kreativität als Bestandteil therapeutischen Vorgehens herausgestellt. L. Perls hat die Psychotherapie als Kunst und als Wissenschaft verstanden und von PsychotherapeutInnen den Einbezug künstlerischer Methoden gefordert (vgl. Amendt-Lyon, 1999, S. 858f.).

In der Integrativen Gestalttherapie als Weiterentwicklung der klassischen Gestalttherapie wird der Arbeit mit kreativen Medien besondere Aufmerksamkeit gewidmet: „Kreativität ist eine kosmologische und anthropologische Grundkonstante“ (Petzold, 2003, S. 174), die sich in individuellen und kulturellen Prozessen zeigt, neue Verbindungen hervorbringt und synergetisch und dialogisch wirkt. Für die individuelle Arbeit mit KlientInnen bedeutet der Einbezug von Kreativität einen Zugewinn und Hilfe für das Begreifen des psychischen Problems in allen seinen Facetten: Nach Baer hilft kreatives Gestalten hier, dass die KlientIn sich selbst und ihr Problem im gestalterischen Dialog mit ihrem Gegenüber, der TherapeutIn, besser wahrnimmt und begreifen kann (vgl. Baer, 2016, S. 15). Kreative Medien können hierfür Informationsmittler, Ausdrucksträger und Katalysatoren sein. Über die interaktive Teilhabe der TherapeutIn an der Wirklichkeit der KlientIn entsteht ein gemeinsames Behandlungswerk. Über das intersub-

jektive Wirkungsgeschehen ereignen sich Wandlungserfahrungen. Im kreativen Denken wird eine neue Idee oder Einsicht geformt, die plötzlich entsteht, da sie intuitiv wahrgenommen wird (vgl. Baer, 2016, S. 339ff.).

Gestalttherapeutische Prozesse können helfen, für den Menschen Schutzräume entstehen zu lassen, worin sie an- und innehalten können. Die Integrative Gestalttherapie ermöglicht durch ihre methodischen Angebote das Erleben neuer Sinneserfahrungen. Sie bietet einen experimentellen Raum – einen Ort für neue Spielerfahrungen – im Sinne des Anknüpfens an das innere Kind (vgl. Winnicott, 2015, S. 124ff.; vgl. Winnicott, 2007, S. 232). Durch die Realitätsumwandlung im kindlichen Spiel kann eine innere Welt konstruiert werden, die nach den eigenen Vorstellungen eingerichtet werden kann. Das Spiel schafft so die Rahmenbedingungen für die Entwicklung von Vorstellung und Phantasietätigkeit, um kreative Lösungen zu entwickeln. Bedürfnisse und Wünsche der KlientInnen können so ihren Ausdruck finden und die Erarbeitung von deren Realisation ermöglichen. Vor allem in Zeiten rascher und gravierender gesellschaftlicher Veränderungen wird es für eine erfolgreiche Lebensbewältigung immer wichtiger, Vorgänge kreativer Anpassung an diese Kontexte zu entwickeln (vgl. Oerter, 1999, S. 313).

1.2 Forschungshypothesen

Die vorliegende Arbeit geht vor diesem Hintergrund von folgender Hypothese aus:

Kreativität eröffnet neue Lösungs- und Handlungswege. Der handelnde Umgang mit den eigenen Kräften und der sichtbare Ausdruck des Tuns können bestätigend und ermutigend auf die KlientIn wirken. Unfassbare und oft bedrohlich wirkende Kräfte der Seele werden sichtbar, sie können 'begriffen' werden. Der Klient bzw. die KlientIn erfährt im psychotherapeutischen Dialog mit dem Psychotherapeuten, der Psychotherapeutin die Möglichkeit, neue heilende Haltungen auszuprobieren und einzuüben und ihre Wirkung unmittelbar zu erfahren.

1.3 Forschungsfragen und -ziele

Leitfrage der Arbeit ist: Welche Relevanz hat Kreativität innerhalb des gestalttherapeutischen Prozesses und der therapeutischen Beziehung zwischen TherapeutIn und KlientIn und wie können KlientInnen hiervon profitieren?

Im Einzelnen stellen sich folgende drei Teilfragen:

1. Was lässt sich unter Kreativität im integrativ-gestalttherapeutischen Prozess verstehen und in welchem Zusammenhang steht das Phänomen der Kreativität mit der gestalttherapeutischen Beziehung und umgekehrt?
2. Welche Einflussgrößen beeinflussen das Aufkommen konstruktiver Kreativität positiv bzw. welche Faktoren machen den therapeutischen, wie den kreativen Prozess wirksam?
3. Welche spezifischen Eigenschaften und Wirkfaktoren kreativer Medien im gestalttherapeutischen Prozess können benannt werden?

Die Leitfrage der Arbeit zielt auf die Bewertung von Kreativität im gestalttherapeutischen Prozess im Hinblick auf den Nutzen und Mehrwert für die KlientInnen dieser Psychotherapierichtung. Dabei wird davon ausgegangen, dass die Integrative Gestalttherapie ein bestimmtes Verständnis von einem therapeutisch begleiteten Prozess hat: Vorhandenes und Vergangenes aus einer anderen Perspektive zu betrachten und zu verstehen, Neues zu entdecken, das Sehen/das Begreifen zu fördern (vgl. Petzold, 2009, S. 314).

1.4 Methodisches Vorgehen

Es handelt sich um eine Literatuarbeit, in der anhand der recherchierten Fachliteratur zum Thema die entsprechenden Aspekte systematisch erörtert und reflektiert werden.

1.5 Aufbau der Arbeit

Die Arbeit ist folgendermaßen aufgebaut:

- In Kapitel 2 werden der Begriff und das Konzept der Kreativität näher entfaltet.
- In Kapitel 3 wird das Konzept der Integrativen Gestalttherapie in ihren Grundzügen erläutert.
- In Kapitel 4 werden wesentliche Aspekte der professionellen gestalttherapeutischen Beziehung mit dem Fokus auf die gestalttherapeutische Wechselbeziehung und ihre schöpferischen Elemente erörtert.
- In Kapitel 5 werden der Zusammenhang zwischen dem gestalttherapeutischen Prozess und dem kreativen Prozess dargestellt und erläutert. Hierbei werden die einzelnen Phasen des therapeutischen Prozesses dargestellt und auf ihre kreativen Implikationen untersucht.
- In Kapitel 6 wendet sich den Wirkfaktoren in therapeutisch geförderten kreativen Prozessen zu.
- Schließlich werden in Kapitel 7 die Leitfrage beantwortet (Kap. 1.3) und die Ausgangshypothesen (1.2) vor dem Hintergrund der erarbeiteten Inhalte bearbeitet.
- Ein Fazit rundet die Arbeit in Kapitel 8 ab.

Die Autorin hat bei der Auswahl der Textquellen bewusst verschiedene Stränge aufgenommen, die in den letzten Jahrzehnten die Integrative Gestalttherapie als einen lebendigen Diskurs kennzeichnen. Dabei wurden auch Quellen aus unterschiedlichen Entwicklungsperioden einbezogen, die sich auf Gestalttherapie beziehen. Das Spähen über den Tellerrand hin zu anderen Disziplinen und Methoden wurde bewusst gewählt. Gemeinsame Gesichtspunkte, die entweder durch primäre Wurzeln oder durch Parallelentwicklungen aus einem gemeinsamen Ansatz heraus sowie durch das Schöpfen aus einem gemeinsamen Zeitgeist heraus entstanden sind, waren bei der Auswahl relevant.

Nachfolgend werden die Bezeichnungen „Integrative Gestalttherapie“, „Gestalttherapie“ und „Integrative Therapie“ zur Verwendung kommen, je nachdem worauf an der jeweiligen Stelle Bezug genommen wird.

2 Definition, Herkunft und Verwendung des Begriffs der Kreativität

2.1 Begriffsbestimmungen

Der Begriff "Kreativität" stammt vom lateinischen Wort "creare" ab, was auf Deutsch "schaffen", "gebären", "erzeugen" (vgl. Groeben, 2013, 18) bedeutet.

Kreativität gilt dem Menschen zunächst als eine zentrale Sinnquelle, weil viele Erkenntnisse und Erfindungen nicht ohne sie entstanden wären bzw. weiterhin entstehen. Auch „ist die Kreativität so faszinierend, weil sie uns aus dem Alltag heraushebt, weil sie uns das Gefühl gibt, intensiver zu leben als sonst“ (Csikszentmihalyi, 1999, S. 9). Kreativität birgt die Möglichkeit zu Neuem und ist eng mit positiven Emotionen verbunden. In der Kreativität liegt für den Menschen eine hohe schöpferische Kraft. Er findet darin Motivation und Antrieb für seine persönliche Lebensgestaltung (vgl. Holm-Hadulla, 2011, S. 13).

Für den gesellschaftlichen und technologischen Fortschritt ist Kreativität zunehmend bedeutsam. Sie spielt eine wichtige Rolle in technologischen Entwicklungen, in den Sozial-, Verhaltenswissenschaften und Humanwissenschaften und selbstverständlich in den Künsten (vgl. Runco, 2004, S. 659). Obwohl Kreativität in vielen Bereichen des Alltags und der Forschung eine bedeutsame Rolle spielt und vielfach – und nicht nur in den Bereichen der Kunst - genutzt wird (vgl. Runco, 2007, S. 384), gibt es keine einheitliche umfassende Definition der Kreativität, sondern nur eine Minimaldefinition: „Eine intuitive konsensfähige und oft verwendete Definition ist, dass kreative Ideen sowohl neu als auch nützlich sind“ (Zec, 2018, o.S.).

Kreativität wird je nachdem als Persönlichkeitsmerkmal, Prozess, Produkt, Ort, Überzeugung oder Potenzial aufgefasst. Diese unterschiedlichen Möglichkeiten zur Verortung von Kreativität zeigt bereits die komplexe Vielfalt an Definitionen und Konzepten dieses Begriffs (vgl. Runco, 2007, S. 384). „Umstritten ist [z.B.], ob eine Idee oder ein Produkt die soziale Bestätigung braucht, um als kreativ bezeichnet zu werden, oder ob es ausreicht, dass der Erfinder selbst seine Idee für kreativ hält“ (Csikszentmihalyi, 2014, S. 423). Ungeklärt bleibt auch, ob es sich dabei um eine herausragende oder alltägliche Eigenschaft handelt (vgl. Groeben, 2013, S. 18).

Je nach wissenschaftlicher Richtung sind demnach unterschiedliche Facetten der Kreativität relevant. In der Biologie wird Kreativität als die Kerneigenschaft eines lebendigen Wesens verstanden. Es wird davon ausgegangen, dass sich jedes Lebewesen durch kreative Prozesse an seine individuelle Umgebung anpasst. In der Medizin wird die Kreativität häufig gleichgesetzt mit Schöpfung. Energie wird als Voraussetzung gesehen, ebenso wie das Talent zu Kreativität. Jedes angeeignete Verhaltensmuster entsteht aus einem kreativen Akt heraus. In der Philosophie ist Kreativität ein wesentlicher Faktor, der dazu führt, dass Veränderungen stattfinden. Das Neu-Schöpfen und Schaffen wird als Motor des Lebens angesehen. Auch im Verständnis der Psychologie wird Kreativität als mentaler Prozess verstanden, der zu Neuem führt (vgl. Universität Kassel, o.J., S. 1; Groeben, 2013, S. 19).

Dieses Merkmal gilt sowohl in den wissenschaftlichen Disziplinen wie auch im Alltagsdenken als das wesentliche Kennzeichen des Kreativen: Die „Neuheit ist unverzichtbares (Anforderungs-)merkmal für kreative Produkte“ (Groeben, 2013, 2013, S. 23).

Nach Csikszentmihalyi ist die „große“ Kreativität im Rahmen seines Systemmodells definiert als eine Handlungsfähigkeit, Idee oder Sache, die eine bestehende „Domäne“ (Csikszentmihalyi, 2014, S. 38) verändern oder in etwas Neuartiges verwandeln kann. Er grenzt sie von Talent und Genie ab (vgl. Csikszentmihalyi, 2014, S. 35).

Kreativität ist demnach zunächst allgemein mit der Produktion von etwas Neuem zu identifizieren: “Creativity involves the production of novelty. The flow experience was described in almost identical terms regardless of the activity that produced it. When people are asked to choose from a list the best description of how they feel when doing whatever they enjoy doing most - reading, climbing mountains, playing chess - whatever the answer most frequently chosen is "designing or discovering something new." The process of discovery involved in creating something new appears to be one of the most enjoyable activities any human can be involved in.” (Csikszentmihalyi, 1996, S. 110).

Ein kreativer Mensch wird hier definiert als denkende oder handelnde Person, die eine Veränderung im o.g. Sinne begründen kann. Voraussetzung ist allerdings, dass dieser Wandel nur durch Zustimmung des zu verändernden Felds möglich ist: „Kreativität ist jede Handlung, Idee oder Sache, die eine bestehende Domäne verändert oder eine

bestehende Domäne in eine neue verwandelt. Und ein kreativer Mensch ist eine Person, deren Denken oder Handeln eine Domäne verändert oder eine neue Domäne begründet. Dabei darf man aber nicht vergessen, dass eine Domäne nur durch die explizite oder implizite Zustimmung des dafür verantwortlichen Feldes verändert werden kann.“ (Csikszentmihalyi, 2014, S. 38)

Nach Csikszentmihalyi kann diese „große“ Kreativität, die einen Bereich/Domäne verändert, tatsächlich ein Persönlichkeitsmerkmal eines Menschen sein, aber das Vorliegen dieses Merkmals sichert nicht ab, „ob eine Person kreativ sein wird oder nicht“ (Csikszentmihalyi, 2014, S. 38). Seiner Meinung nach ist für ein bedeutsames kreatives Werk entscheidend, ob es innerhalb einer Domäne anerkannt und aufgenommen wird. Für ihn ist Kreativität in dieser Ausprägung deshalb eng mit dem jeweiligen System verbunden, in dem sie entsteht oder zugeordnet wird. Ob Kreativität entsteht, hängt demnach von dem Ort ab, indem sie entsteht bzw. verbreitet wird: „Er hängt mindestens ebenso stark davon ab, wie gut die jeweiligen Domänen und Felder darauf abgestimmt sind, neue Ideen anzuerkennen und zu verbreiten“ (Csikszentmihalyi, 2014, S. 40). Entsprechend muss das Individuum mit dem Ziel, kreativ zu sein, in einem solchen System tätig sein und es verinnerlicht haben – „Regeln und Inhalt der Domäne ebenso wie Auswahlkriterien und Präferenzen des Feldes“ (Csikszentmihalyi, 2014, S. 56).

Nach Csikszentmihalyi wäre es jedoch ein Irrtum, Kreativität nur als Fähigkeit bedeutender Spitzenleistungsträger einzuordnen. Persönliche Kreativität bedeutet, dass das Individuum „die Domäne des persönlichen Lebens verändert“ (Csikszentmihalyi, 2014, S. 394). Kreativität ist demnach jedem Menschen eigen, um seine zu ihm gehörige Domäne, z.B. seinen Alltag, zu verändern, indem er oder sie dort Neues schafft (Alltagskreativität). Viele Menschen kennen ihre Zugänge zur Welt nicht und meinen fälschlicherweise, sie sei ihnen verschlossen (vgl. Csikszentmihalyi, 2014, S. 394; Groeben, 2013, S.18). Allerdings werden bis heute gesellschaftlich die außerordentliche (große) Kreativität von Einzelpersonlichkeiten hoch und Alltagskreativität gering bewertet.

Für Holm-Hadulla ist Kreativität, die Entwicklung von etwas Neuem, dagegen vor allem mit Ordnung verbunden: Unter Kreativität wird die Möglichkeit verstanden, sinnvolle und unübliche Kombinationen in Verhalten umzusetzen. Der Wunsch des Menschen

nach Ordnung löst kreatives Handeln aus. Es geht dabei um eine Sortierung der chaotischen Ordnung (vgl. Holm-Hadulla, 2011, S. 13f.). Um etwas Neues entdecken zu können, muss das Alte destabilisiert werden. Das erfordert Mut und Entschlossenheit, um die dadurch entstehende Unordnung bewältigen zu können. Für die autopoietische Neugestaltung (selbstorganisierend, selbsterzeugend, selbsterhaltend) braucht es geeignete Umgebungsbedingungen, wie Therapieprozesse sie bspw. bereitstellen können – einen sicheren Rahmen, indem der Mensch andere Lösungswege ausprobieren und damit neue Handlungsmöglichkeiten für sich entwickeln kann (vgl. Holm-Hadulla, 2011, S. 80). Er spricht in diesem Zusammenhang von einer inneren und äußeren Realität, einer emotionalen und kognitiven Kohärenz. Winnicott betrachtet entsprechend einen kohärenten Übergangsraum von Emotion und Kognition als lebensnotwendig: „Die Akzeptierung der Realität ist als Aufgabe nie ganz abgeschlossen, und kein Mensch ist frei von dem Druck, innerer und äußerer Realität miteinander in Beziehung setzen zu müssen. [...]“ (Winnicott, 2015, S. 23; vgl. Holm-Hadulla, 2011, S. 93).

Der Kognitionspsychologe Guilford versteht „kreativ“ als Eigenschaft einer Methode zur Problemlösung (vgl. Michael, 1999, S. 789f.). Er arbeitete im Auftrag des US-Militärs an Diagnostikverfahren, „die besten Piloten auszuwählen, das heißt Piloten, die innovativ auf Notsituationen reagieren konnten“ (Csikszentmihalyi, 2014, 423) und entwickelte die ersten Tests zur Diagnostik dieses Merkmals. Auf dieser Basis kam er zu seinem eigenen Konzept von Kreativität, Originalität und Flexibilität und stimulierte dadurch die moderne psychologische Kreativitätsforschung (vgl. Michael, 1999, S.788ff.; Csikszentmihalyi, 2014, 435f.). Guilford sieht Kreativität als psychologische Eigenschaft: „an individual’s personality as his unique pattern of traits“ (Guilford, 1950, zit. n. Zec, 2018, o.S.; vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 141f.). Es handelt sich demnach um ein Persönlichkeitsmerkmal, ähnlich wie Eignungen, Interessen, Einstellungen und Temperament. Die kreative Persönlichkeit ist demnach gekennzeichnet durch: „a matter of those patterns of traits that are characteristics of creative persons“ (Guilford, 1950, zit. n. Zec, 2018, o.S.). Dazu gehören z.B. Problemsensibilität, Gedankenflüssigkeit, Flexibilität, Originalität, Neudefinitions- oder Ausarbeitungsfähigkeit (vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 142). Das divergierende (entgegengesetzte, auseinanderstrebende) Denken ist typisch für Kreativität (vgl. Runco, 2007, S. 10), was sich empirisch aber nicht bestätigen lässt (vgl. Groeben, 2014, o.S.).

Der Kognitionspsychologe Runco fasst kreatives Denken als Teil eines kognitiven Prozesses auf, „that lead to an original (e.g., novel, unique, or highly unusual) and adaptive (e.g., fitting, useful, or apt) insight, idea, or solution“ (Runco, 1994, zit. n. Zec, 2018, o.S.). Kreativität ist zweifellos vorteilhaft für das Individuum wie auch für die Gesellschaft. Sie unterstützt Problemlösungen (indem sie zur Problemidentifikation und Lösungsfindung beiträgt) und fördert die Anpassung an veränderte Umweltbedingungen. Sie hat eine hohe ethische Bedeutung für die Lösung von gesellschaftlichen Problemen, die mit neuen Lösungen verändert werden können. Und schließlich trägt sie zu Selbstaufdruck und Gesundheit bei. Sie kann aber auch zu Zerstörung und Vernichtung führen (z.B. Herstellung von Waffen, zerstörerischen Techniken) (vgl. Runco, 2004, S. 675ff.).

Insgesamt ist die genaue Begriffsbestimmung von Kreativität in den verschiedenen Bereichen ein weiterhin ungelöstes Projekt. Deutlich wird, dass sie für individuelle und gesellschaftliche Fragen als eine relevante Ressource angesehen wird. Deutlich nimmt in der Moderne die Bedeutung von Kreativität zu, um neue und komplexe Probleme zu lösen. Es muss deshalb für den weiteren Fortgang der Arbeit genauer bestimmt werden, welchen Begriff von Kreativität in der Integrativen Gestalttherapie allgemein vertreten wird und welche konkreten Bedeutungen in diesem Feld ihr zugeschrieben werden.

2.2 Menschliche Kreativität und ihre Wurzeln

2.2.1 Kreativität und Schöpfung

Um eine Orientierung in der Bedeutungsvielfalt des gestalttherapeutischen Begriffs der Kreativität zu finden, wird hier mit einem Überblick über das Schöpferische begonnen.

Nach Groeben ist das Kreativitätskonzept eine moderne Adaption dessen, was ursprünglich im Begriff des Schöpfertums verstanden wurde. Schöpferisch zu sein oder zu handeln wurde in der Vergangenheit in Parallelität zum Schöpfertum Gottes konzipiert. Allerdings wurde es meist mit Genialität – im Bereich der Künste – assoziiert. Im Zuge der Demokratisierung des Schöpferischen wurde Kreativität nach Aufklärung und

in der Moderne allen Menschen zugeschrieben. Kreativität ist deshalb heute alltagspsychologisch positiv konnotiert. Dennoch bleibt das Spannungsverhältnis zwischen alltäglicher und herausragender Kreativität bestehen (vgl. Groeben, 2013, S. 18f.)

Über die Zeit haben sich Schöpfungsmythen als Teil des kulturellen Gedächtnisses etabliert, die dem Menschen eine Orientierung über sich selbst und seine Welt ermöglichen. Der Mensch entwickelt daraus vielfältige Denkbilder, die ihr kulturelles wie praktisches Handeln lenken. Persönliche wie gesellschaftliche Kreativität immer auch von antagonistischen Gegenkräften bedroht. Bei einem dynamischen Gleichgewicht zwischen Ordnung und Chaos, Verfestigung und Verflüssigung, Konstruktion und Destruktion überwiegen im Idealfall die schöpferischen Kräfte (vgl. Holm-Hadulla, 2011, S. 55).

Bereits altindianische Schöpfungsvorstellungen – z.B. die mesoamerikanischen Kulturen der Maya und Azteken – kennen den zyklischen Rhythmus von „Schöpfung und Zerstörung, Ordnung und Chaos“ (Holm-Hadulla, 2011, S. 39f.). Schamanistische Religionen sehen die Umwelt als Energiefeld, in der sich die Kräfte der Welt konstruieren und stetig verändern (vgl. Friedli, 2008, Sp. 967).

Das alte Ägypten kannte die Schöpfung nicht aus dem Nichts, sondern aus dem prä-existenten „Atum“ (dem „Eins“) (Holm-Hadulla, 2011, S. 16), aus dem sich die Welt in einem ständigen Auf- und Abbau herausentwickelt (in den Rhythmen der Überflutungen durch den Nil).

In der altgriechischen Vorstellung entsteht dagegen der Kosmos – die gestaltete Ordnung – aus dem Chaos. Einer der ersten Götter Zeus wird als schöpferisch und zerstörerisch zugleich beschrieben. In den antiken griechischen Schöpfungsmythen ist die Kreativität „Tat eines transzendenten Subjekts, eines Demiurgen“ (Brodbeck, 2012, S. 1), der aus der vorausgesetzten, ungeformten Materie eine gestaltete macht (poiesis) (vgl. Brodbeck, 2012, S. 3). Damit wird bereits in den frühesten Konzepten der Kreativität deutlich, wie widerspruchsvoll und konfliktgeladen das Schöpferische ist. Holm-Hadulla, 2011, S. 8).

Im Buddhismus, der manche Elemente aus dem Hinduismus übernimmt, findet sich die Vorstellung eines beständigen Werdens und Vergehens. Dabei bildet die Schaffung einer geordneten Welt den Mittelpunkt des Schöpferischen, wobei ein Zusammenhang zwischen Ursache und Wirkung angenommen wird (Samsara = Lebensrad)

(vgl. Friedli, 2008, S. 968). Ein kohärentes individuelles Welterleben wird als wesentlich angesehen, um im Einklang mit sich selbst, mit Anderen und dem Universum leben zu können (vgl. Holm-Hadulla, 2011, S. 8). Im Zen-Buddhismus erwächst das Schöpferische im Hier und Jetzt. Für die sogenannte immanente Präsenz bedarf es meditativer Achtsamkeit, damit sich die kreativen Kräfte entfalten können (vgl. Holm-Hadulla, 2011, S. 39).

In jüdisch-christlicher und damit auch in islamischer Tradition ist die Schöpfung bzw. das Schöpferischsein letztlich Eigenschaft des einzigen Gottes, der qua eigener Kraft die Erde und den gesamten Kosmos aus dem Nichts erschafft. Hier ist die Differenz und Asymmetrie zwischen Schöpfer und Geschöpf grundlegend. Die Bibel erklärt die Schöpfung als einzigartigen Prozess aus der Hand Gottes. Der Mensch ist als Geschöpf in der Lage, an Gottes schöpferischem Wesen zu partizipieren und wird von ihm dazu auch entsprechend erschaffen, obwohl der radikal Andere und dem Menschen unüberholbar überlegen ist (Gen 1,1-2,4a; 2,4b-8,22) (vgl. Janowski, 2008, S. 970ff.; Wischmeyer, 2008, S. 973f.).

Das christliche Schöpfungsmodell ist trotz seines jüdischen Erbes auch von neuplatonischen Einflüssen bestimmt, indem der Logos Gottes die Schöpfung begründet: „Im Anfang war das Wort ...“ (Joh 1,1-4). Die Schöpfung wird als unabgeschlossener, dynamischer Prozess verstanden, die zum gottgewollten Finale in der Offenbarung Gottes bzw. Jesu Christi mündet und damit abschließt. Der Islam vertieft die jüdisch-christliche Schöpfungsgeschichte in radikaler Weise. Alle Geschöpfe sind bereits Muslime von Schöpfungsbeginn an. Außerdem hat er einen Stellvertreter, dem Gott den Menschen den weiteren Geschöpfen zuspricht (vgl. Friedli, 2008, S. 969).

Von der christlichen Antike bis zur Neuzeit ist Gott der einzige Schöpfer, an den der Mensch nicht heranreichen kann. Bereits mit der Wiederentdeckung des Aristoteles im Hochmittelalter (Thomas von Aquin u.a.) entwickelt sich aber eine Vorstellung von der Kluft zwischen Naturwissenschaften und Theologie (der unbewegte Beweger vs. personaler Gott) vgl. Holm-Hadulla, 2011, S. 45), die dann in der Neuzeit durch die Autonomisierung des Menschen von Gottes alleiniger Schöpfermacht fortgeführt wird: Der Mensch wird nun selbst zum Schöpfer, was sich in der Entwicklung der modernen Naturwissenschaften und Techniken deutlich zeigt (vgl. Gunton, 2008, S. 975ff.). Bis

heute profitieren naturwissenschaftliche wie psychologische Theorien von der Reflexion historischer mythischer und kultureller Vorstellungen und prägen damit die Interpretationen der empirischen Wissenschaften (vgl. Holm-Hadulla, 2011, S. 14f.).

2.2.2 Übergangsphänomene und Spiel

Kreativität spielt in der kindlichen Entwicklung, die vor allem durch Spiel gekennzeichnet ist, um sich die Welt zu erschließen, eine große Rolle. Mit dem Konzept der „Übergangsphänomene“ und des „intermediären Raumes“ bezeichnet Winnicott einen „Erlebnis- und Erfahrungsbereich“ (Winnicott, 2015, S. 11) des Säuglings zwischen dem 4. und 12. Lebensmonat, der zwischen der oralen Autoerotik (z.B. Daumenlutschen) und der Liebe zu einem anderen Objekt (z.B. Kuscheltier, Schnuffeltuch) liegt. Hier geschieht eine erste Bewegung zwischen kreativ-schöpferischer Aktivität und der Projektion der Objekte, die bereits introjiziert wurden. Das Kuscheltier wird im ersten Lebensjahr zwar vom kleinen Kind als Objekt erkannt, aber noch nicht völlig zur Außenwelt als zugehörig empfunden. In diesem Alter ist eine vollständige Trennung zwischen Innen- und Außenwelt noch nicht möglich. In diesen intermediären Bereich fließen eigene Erfahrungen, aber auch Außenreize ein. Es ist anzunehmen, so Winnicott, dass hier erste Phantasien mit ersten funktionellen Erfahrungen stattfinden (Objekt ergreifen, daran saugen, erstes Lallen). Das erste Übergangsobjekt dient dem Kind als Abwehr gegen Ängste und Unruhe, z.B. bei Abwesenheit der wichtigsten Bezugsperson (Mutter, Vater, Pflegeperson etc.). Es bedeutet ihm diese Person und hilft, diese stressreiche Situation zu bewältigen und nach und nach von der Bezugsperson zu lösen („Affektregulation“) (Bahrenberg, 2016, S. 35). Ähnliche Bedeutung haben auch Übergangsphänomene wie Daumenlutschen oder Lallen (vgl. Winnicott, 2015, S. 13; vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 159).

Die Beziehung zum Übergangsobjekt ist dadurch gekennzeichnet, dass das Kind darauf bestimmte Rechte beansprucht, es wird zärtlich geliebt, es darf nicht weggegeben oder verändert werden, es gehört zum Kind als ein Teil von ihm selbst. Es vermittelt ihm Wärme/Sicherheit und Kontrolle. Für Erwachsene gehört es dagegen zur Außenwelt. Dabei muss die Mutter dem Kind langsam die Illusion nehmen, dass das Übergangsobjekt tatsächlich ein Teil des Kindes selbst ist, sodass eine Trennung von inne-

rer und äußerer Welt möglich wird. Das Übergangsobjekt hat somit neben der der Affektregulation die wichtige Funktion, das Kind bei der weiterführenden Differenzierung zwischen Ich und Umwelt zu begleiten und diese zu fördern. Es sorgt für die Trennung von Ich und Außenwelt und nach und nach erkennt der Säugling diese Trennung. Es ist Ursprung der Symbolbildung (vgl. Winnicott, 2015, S. 14f.). Das Kind lernt, „zwischen Unterschied und Ähnlichkeit zu differenzieren. Das Kind entwickelt sich von einer rein subjektiven Wahrnehmung hin zur Objektivität“ (Bahrenberg, 2016, S. 33). In einem weiteren Schritt wird das Kind die Symbolbildung vollziehen. Dabei kann es aber schon klar zwischen sich selbst und dem Objekt, zwischen Innen- und Außenwelt, zwischen Phantasie und Fakten unterscheiden (vgl. Winnicott, 2015, S. 14f.).

Das Übergangsobjekt ist das, „was wir von diesem Prozess der Annäherung an objektive Erfahrungen zu sehen bekommen“ (Winnicott, 2015, S. 15). Es verliert im Lauf der individuellen Entwicklung zwar seine existentielle Bedeutung, verschwindet aber nie vollständig im Erwachsenenalter, sondern tritt in kulturellen Phänomenen gewandelt wieder auf. Denn jedem Menschen bleibt lebenslang der Druck, innere und äußere Welt miteinander zu verbinden (vgl. Winnicott, 2015, S. 23f.). Das kindliche Spiel und im Erwachsenenalter das Spiel in Kunst, Philosophie, Religion, Literatur übernehmen die Rolle dieses intermediären Erfahrungsbereichs, wobei auch der erwachsene Mensch diesen Druck auflösen kann und inneren und äußeren Erfahrungsbereich in Beziehung setzen kann (vgl. Winnicott, 2015, S. 24).

Das Spiel findet demnach in einem schöpferischen Spannungsbereich statt. Bereits in der Mutter-Kind-Beziehung lernt das Kind im Spiel, zwischen innen und außen zu unterscheiden. Damit verliert es aber die Vorstellung von Allmacht über das Übergangsobjekt und lernt zu spielen. Hier entwickelt es die Fähigkeit zur Kreativität. Winnicott meint, dass der Mensch nur im Spiel im o.g. erweiterten Sinne sich schöpferisch entfalten kann. Es ist ein lebensnotwendiger dritter Bereich, in dem sich ein lebenswertes, autonomes und kreatives Leben entfalten kann: „Es besteht eine direkte Entwicklungsfolge von Übergangsphänomenen zum Spielen, vom Spielen zum gemeinsamen Spielen und von hier zu kulturellen Leben“ (Winnicott, 2015, S. 63).

Entsprechend ist in der Psychotherapie ebenfalls die Fähigkeit zum Spiel und zur Kreativität von der TherapeutIn gefragt: „Wenn der Therapeut nicht spielen kann, ist er für die Arbeit nicht geeignet!“ (Winnicott, 2015, S. 66). Die Bedeutung des Spiels für die gesunde kindliche Entwicklung ist pädagogisch und psychotherapeutisch unbestritten.

Das Kind kann dadurch Entwicklungsschritte vorausnehmen oder Entwicklungen bewältigen, die es noch nicht ganz verstehen kann. Diese Erkenntnis lässt sich auf jedes kreative Handeln auch im Erwachsenenalter übertragen (vgl. Baer, 2016, S.391ff.).

2.3 Ausgewählte Theorien der Kreativität

Die moderne Kreativitätsforschung hat sich in den letzten 50 Jahren entwickelt und einen eigenen Forschungsbereich grundgelegt (vgl. Vogt, 2010, S. 17ff.). Doch herrschen in den einzelnen wissenschaftlichen Disziplinen unterschiedliche Konzepte und Modelle der Kreativität vor. Ausgewählte Beispiele sollen im Folgenden kurz dargestellt werden, um Kreativität im Kontext der Integrativen Gestalttherapie genauer zu verankern.

2.3.1 Psychologie

In der Psychologie entwickelte sich das Konstrukt der Kreativität „aus der Epoche des Sturms und Drangs (ab ca. 1765) sowie [aus dem] der Romantik (frühes 19. Jhd.) stammenden Genie-Konzept [...]“ (Groeben, 2014, o.S.) und wurde Mitte der 1950er Jahre zunehmend demokratisiert. Durch die Forschungen von Guilford (s.o.) wurde das Konzept innerhalb der Persönlichkeitspsychologie weiter ausgebaut. Kreativität ist psychologisch gesehen ein Persönlichkeitsmerkmal, wobei im Rahmen der Genieforschung Kreativität und Intelligenz in Verbindung zueinander gesetzt, weitere kognitive, emotionale und motivationale Aspekte einbezogen wurden und zu multifaktoriellen Persönlichkeitsmodellen geführt haben (vgl. Groeben, 2013, S. 133). Sie wird heute in der Psychologie „zumeist als eine besondere Qualität des Problemlösens verstanden, die aber grundsätzlich allen Individuen (ggf. in best., umschriebenen Bereichen) als Entwicklungsmöglichkeit offensteht“ (Groeben, 2014, o.S.).

Innerhalb der Kreativitätspsychologie wird das Konstrukt der Kreativität folgendermaßen modelliert: Es besteht aus „Produkt(-kriterien), Prozess, Person und Umgebung“ (Groeben, 2014, o.S.).

Neuheit (Originalität) ist das zentrale (Produkt-)Kriterium, wobei dies ein relativer Begriff ist, da Neuheit auf das jeweilige Bezugssystem ausgerichtet ist (vgl. Groeben,

2014, o.S.). Gleichzeitig ist die praktische Angemessenheit ein wichtiges Zusatzkriterium, die erst zusammen mit der Neuheit zu einem Instrument für die praktische Problemlösung dienen kann.

Der kreative Prozess wird in die Phasen „Präparation, Inkubation, Inspiration (oder Illumination) und Elaboration (oder Verifikation)“ (Groeben, 2014, o.S.; vgl. Groeben, 2013, S. 76ff.) strukturiert und lässt sich empirisch belegen. Er muss u.U. mehrfach durchlaufen werden.

Hinsichtlich der kreativen Persönlichkeit grenzt sich die heutige Psychologie von dem traditionellen Genie-und-Wahnsinn-Konzept ab. Diese Persönlichkeit wird u.a. besondere „Problemsensibilität, Ideenflüssigkeit, Flexibilität, Originalität, Re-definition (Fähigkeit zur Umstrukturierung und Neudefinition von bekannten Formen, Gegenständen oder Begriffen), Elaboration [...]“ (Heller, 2000, o.S.) zugesprochen. Auch nichtkognitive Persönlichkeitsmerkmale werden vielfach der kreativen Persönlichkeit zugeordnet: „Spontane vs. adaptive Flexibilität (im Gegensatz zur Rigidität), ästhetisches Feingefühl, kognitive Neugier und Explorationsdrang, Erkenntnisstreben, Toleranz gegenüber Ambiguität und Komplexität, nonkonformistische Haltung, Zielfixierung, Persistenz usw.“ (Heller, 2000, o.S.).

Im kognitionspsychologischen Modell nach Guilford ist Kreativität häufig mit divergentem Denken (was die Denkflüssigkeit, -flexibilität und -originalität beeinflusst) assoziiert, was sich aber nicht deutlich belegen lässt (vgl. Runco, 1991, S. 10; vgl. Groeben, 2014, o.S.).

Barron konnte bei KünstlerInnen und Kreativen mithilfe von Beobachtungen, Interviews sowie Tests empirisch belegen, dass sie sowohl eine höhere Ausprägung von Ängsten, aber gleichzeitig auch von Ich-Stärke/psychischer Stabilität im Vergleich zur Normalbevölkerung haben, während dort eher eine negative Korrelation zwischen Ängsten und Ich-Stärke vorliegt. „Die Sensibilität der überdurchschnittlichen Ängste bleibt also erhalten, jedoch ohne die Stabilität der Persönlichkeit zu gefährden“ (Groeben, 2013, S. 138). Daraus leitet Groeben ab, dass die kreative Persönlichkeit eine paradoxe Grundstruktur dieser Eigenschaften vorweist, die sie aber in einen positiven Zusammenhang bringen kann.¹

¹ Groeben veranschaulicht diesen Zusammenhang an Leben und Werk der westfälischen Dichterin Annette von Droste-Hülshoff (vgl. Groeben, 2013, S. 242ff.).

„Diese mittlerweile weitestgehend akzeptierte Modellierung ist für alle relevanten Dimensionen differenziert nachgewiesen und lässt sich schlagwortartig zusammenfassen als aktive Kontemplation (für die kogn. Dimension), zweifelnde Selbstsicherheit (emotional-motivational) und unangepasste Anpassung (soziales Handeln)“ (Groeben, 2014, o.S.).

Auch der sozialen Umgebung kommt bei der Entwicklung von Kreativität eine nicht zu unterschätzende Bedeutung zu. Bekannt ist, dass ein förderndes Familienklima, das auch kognitiv anregend ist sowie Neugierverhalten und Interessen unterstützt, und entsprechende schulische Anregung die Kreativität fördern können. Besteht in der Schule ein Trend zum Konformismus, werden kreative Impulse von Kindern eher gehemmt. Erwachsene rekurren deshalb häufig ihre anscheinend fehlende Kreativität mit schlechten Erfahrungen aus der Schulzeit. Umso bedeutsamer ist eine frühe Kreativitätsförderung (vgl. Groeben, 2014, o.S.; vgl. Hell, 2000, o.S.).

Csikszentmihalyi geht in seiner Systemtheorie der Kreativität von drei Systemen aus, welche die individuelle Kreativität der Person beeinflussen und das Auftreten von kreativen Ideen, Handlungen etc. durch gegenseitige Wechselwirkungen bestimmen.

- das soziale System, welches auf das Feld (Soziale Organisation des Bereichs/Domäne) einwirkt,
- die Kultur, die wiederum den Bereich (Bereichstätigkeiten, Symbolsystem) beeinflusst.
- Person- und Persönlichkeitsvariablen sind durch Genpool, Erfahrungen beeinflusst (vgl. Lenk, 2000, S. 82ff.; vgl. Csikszentmihalyi, 2014, S. 427).

Der Ort der Kreativität ist dort, wo sie als Handlung, Idee, Objekt auftritt. Dabei übernimmt die Person, die ihre Kreativität nutzt, kulturelle Informationen und transformiert sie. Erkennt die Gesellschaft diese Kreativität als wertvoll an, wird dies ein Teil der gesellschaftlichen Domäne² und für neue Generationen als Ausgangspunkt gesetzt (vgl. Lenk, 2000, S. 82f.; vgl. Csikszentmihalyi, 2014, S. 37ff.). Csikszentmihalyi betont die große Bedeutung des Feldes und der Domäne für die kreativen Prozesse. Für ihn ist „der kreative Beitrag der Person in jeder Kultur ähnlich [...], während die Beiträge

² Csikszentmihalyi unterscheidet zwischen den Domänen des Wortes (z.B. Sprache, Symbolsystem), des Lebens (z.B. Naturwissenschaften) und der Zukunft (z.B. Überleben der Menschheit) (vgl. Csikszentmihalyi, 2014, S. 251ff.).

des Feldes und der Domäne von der jeweiligen Kultur geprägt sind, in der der kreative Prozeß stattfindet“ (Csikszentmihalyi, 2014, S. 427). Insofern ist Kreativität letztlich hier „erfasste Kreativitätsakzeptanz“ (Lenk, 200, S. 84). Kreative Prozesse und Produkte sind eng von „sozialen Bewertungsprozessen“ (Hell, 2000, o.S.) beeinflusst.

Für Csikszentmihalyi ist Kreativität außerdem mit dem Erleben von „Flow“ (Csikszentmihalyi, 2014, S. 120) eng verbunden. Ihr Tun ist für kreative Menschen mit tiefer Freude verbunden. Es versetzt sie in einen ganzheitlichen, umfassenden Zustand des Beisehens und der Selbstvergessenheit, der höchst produktiv und anregend wirken kann (vgl. Csikszentmihalyi, 2014, S. 123ff.).

Therapien, die Kreativitätskonzepte einbeziehen, haben in der klinischen Psychologie und Psychotherapie seit Langem einen festen Platz (Kliniken und Fachabteilungen für Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik). Hier sind besonders die Kunsttherapien zu nennen, die psychotherapeutische wie heilpädagogische Aspekte und Konzepte miteinander verbinden: Sie dienen dem „Lösen einer Aufgabe oder eines Problems in der und durch die Gestaltung“ (Petzold & Orth, 2007, S. 22). Die Psychotherapie mit kreativen Medien versucht dagegen, künstlerische Methoden mit psychotherapeutischen Zielen zu verbinden (vgl. Petzold & Orth, 2007, S. 20ff.).

Kreativität hat dagegen in der Integrativen Gestalttherapie eine spezifische Bedeutung und Funktion, die sie von anderen psychotherapeutischen Richtungen unterscheidet. Sie charakterisiert hier vor allem die spontane schöpferische Anpassung des Individuums an sein Umfeld (vgl. Spagnuolo Lobb & Amendt-Lyon, 2003, S. VIII; vgl. Perls et al., 2013, S. 247ff.). Der Prozess der schöpferischen Anpassung, der auf die Umwandlung von etwas Vertrautem in Neuartiges abzielt, besagt, dass das Individuum in seinem Feld danach strebt, „die bestmöglichen Ergebnisse unter den Gegebenheiten einer Situation zu erzielen“ (Spagnuolo Lobb & Amendt-Lyon, 2003, S. IX); das ist die „kreative Anpassung“ (Spagnuolo Lobb & Amendt-Lyon, 2003, S. IX). Einmal erkannte Muster werden zu sinnvollen Ganzheiten organisiert. Schöpferische Kräfte beinhalten sowohl den Versuch, Störungen des Feldes zu heilen, als auch die spontanen Bemühungen zur Schaffung neuer Lösungen (vgl. Spagnuolo Lobb & Amendt-Lyon, 2003, S. IX).

Kreative Konzepte in der Integrativen Gestalttherapie werden über Bezüge zur Psychologie des Selbst (Selbstwirksamkeit, Ressourcenstärkung) (Orth & Petzold, 2004, S. 329), Selbstregulation und Selbstaktualisierung (vgl. Goldstein, 1934/2014, S.

171ff.; vgl. Geroulanos & Meyers, 2014, S. 53ff.), zum schöpferischem Willen (vgl. Müller, 2004, S. 134ff.) sowie zu schöpferischer Indifferenz (vgl. Friedländer, in: Perls, 1947/1978, S.19) erläutert. Letzteres beeinflusste Fritz Perls Begriff der Polaritäten und die Idee der fruchtbaren Leere (vgl. Framberg, 2006, S. 139ff.). Diese Zusammenhänge werden weiter unten näher erläutert (Kap. 3ff.).

2.3.2 Philosophie

In der Philosophie hat die anthropologische Philosophie versucht, den Menschen von den Tieren durch die Kreativität zu unterscheiden. E. Cassirer hat den Menschen als „animal symbolicum“ (Lenk, 2000, S. 49) bezeichnet, dass sich durch den Gebrauch der Symbole vom Tier unterscheiden lässt. Diese Annahme lässt sich heute nicht mehr aufrechterhalten, da auch z.B. Affen oder Wale kulturelle Erfindungen hervorbringen: Werkzeuge benutzen und herstellen, individuellen Gesang hervorbringen oder Sprache/Symbole produzieren (vgl. Lenk, 2000, S. 49ff.). Lenk leitet daraus ab, dass der Mensch das einzige Lebewesen sei, dass auf einer Metaebene über diese Symbole und ihre Bildung reflektieren kann („homo metasymbolicus“ oder „homo metainterpretans“) (Lenk, 2000, S. 51), indem es Handeln, Denken und Erkennen miteinander verknüpfen kann. Es kann über seine von ihm entwickelten Formen (Strukturen, Ordnungen) selbst wieder auf vielfältige Weise und auf jeweils neuen höherwertigen Stufen reflektieren. Philosophieren ist daher ein „Überschreiten von Grenzen und Übersteigen von Schichten“ (Lenk, 2000, S. 59), das sowohl Formen als auch Denkschichten transzendiert. Hierbei werden kreativ neue komplexe Kombinationen von (Meta-) Symbolen hergestellt oder plurale Deutungsperspektiven entwickelt, die vorher noch nicht vorhanden waren und neue philosophische Denkmuster aufbaut. Dazu benötigt der Mensch allerdings die Fähigkeit zur Selbstdistanzierung (vgl. Lenk, 2000, S. 60ff.).

In der Philosophiegeschichte ist die antike platonische Ideenlehre, die göttliches und menschliches Handeln verbindet, in die aristotelische Metaphysik eingeflossen. Auch die Mythen der Schöpfung aus der ungestalteten Materie durch einen transzendenten Demiurgen haben die antike Vorstellung von Kreativität beeinflusst. Innerhalb der Rhetorik unterscheidet der römische Philosoph und Staatsmann Cicero zwischen zwei Künsten: „ars inveniendi und ars iudicandi“ (Brodbeck, 2012, S. 6): die Kunst der Entdeckungen und Erfindungen in der Redekunst und die Kunst des Unterscheidens in

der Redekunst und Argumentation. Die neuzeitliche Philosophie geht hier noch einen Schritt weiter: „In den Augen der neuzeitlichen Philosophen bedeutet inventio nicht lediglich das Auffinden von schon bekannten Argumenten und ars inveniendi nicht wie bei Aristoteles und Cicero die Kunst der Ordnung und Speicherung solcher Argumente mit Hilfe der Topik. Inventio bezieht sich auf die Entdeckung unbekannter Wahrheiten, und ars inveniendi bezeichnet die Logik oder Methode zu ihrer Entdeckung“ (Buchenaу, 2009, S. 73f., zit. n. Brodbeck, 2012, S. 7f.).

Mit der Neuzeit löst sich die Vorstellung von der inventio nicht nur vom jüdisch-christlichen Schöpfungsmodell, sondern auch vom philosophischen Diskurs. Nun wird die inventio in die Naturwissenschaften verlegt („Erfahrung im produktiven Handeln“) (Brodbeck, 2012, S. 9) und zeigt sich im Experiment (z.B. Bacon). Descartes ordnet alles sinnlich und experimentell Erfahrbare der Mathematik und der Logik unter. „Hier spricht sich die neue Erfindungskunst als Konstruktion einer neuen, technischen Welt aus“ (Brodbeck, 2012, S. 10). Es folgt daraus der vergebliche Versuch, „die Kreativität des menschlichen Denkens berechnend beherrschen zu wollen“ (Brodbeck, 2012, S. 11). Die inventio logisch zu fassen, führt zu einer Tautologie, sodass sie letztlich aus den modernen Wissenschaften verbannt wurde. Der kreative Akt gilt nun als logisch unerreichbar. Die ars inveniendi hat aber Ende des 20. Jahrhundert in den modernen Kreativitätstechniken eine Wiederkehr erfahren und wird auch in der Pädagogik wiederbelebt, wobei die Illusion besteht, dass Kreativität technisch herstellbar sei (vgl. Brodbeck, 2012, S. 17ff.). Die aktuelle Philosophie der Kreativität will heute eher die „Essenzen von Kreativität“ definieren: „Was ist kreativ, mit welchen Denkformen muss man rechnen, wenn von Kreativität die Rede ist?“ (Von Wiesel, 2012, S. 30).

2.3.3 Soziologie und Kulturosoziologie

Soziologische Kreativitätsforschung ist bislang ein wenig bestelltes Feld. Allenfalls im Bereich der Managementliteratur (Arbeits- und Organisationspsychologie) wird Kreativität diskutiert. Sie wird als ein Managementinstrument verstanden, z.B. um Führungsverhalten zu verbessern, kreative Anreize für die Mitarbeiterschaft (Leistungsmotivation) zu setzen oder neue Unternehmen möglichst profitabel am Markt zu platzieren (vgl. Faltin, 2008, S. 52ff.). Das Neue, durch das Kreativität ausgezeichnet ist, findet

in der Soziologie nicht in der Person selbst (wie in der Psychologie), sondern in deren sozialen Bezügen statt. Kernfrage ist: Wie kommt Kreativität „auf einer intersubjektiven Ebene zustande?“ (Von Wiesel, 2012, S. 31).

Norbert Luhmann versteht Kreativität z.B. als eine demokratisierte Form des Genies und ordnet den Begriff etwas abschätzig in die „Semantik politischer Beglückungsbegriffe“ (Von Wiesel, 2012, S. 28) ein. In Macht- und regierungsanalytischen Ansätze wird Kreativität zu einem unbedingt Notwendigen, um Machtsysteme zu entlarven und zu einer erlernbaren Kompetenz, von der man nie genug haben könne (vgl. Von Wiesel, 2012, S. 27f.). Hans Joas versucht, Kreativität in seine Handlungstheorie einzubauen. Kreativität wird zu einer alltäglichen Möglichkeit, situativ gesellschaftliche Probleme zu lösen, und damit zu einem zweckrationalen Begriff in Abgrenzung zum ziellosen, zweckfreien Spiel (vgl. Von Wiesel, 2012, S. 28f.).

Innerhalb der Kulturosoziologie wird Kreativität heute kritisch beleuchtet. Beispielhaft lässt sich dies am Werk des US-Soziologen R. Florida *The Rise of the Creative Class* (200) verdeutlichen. Er fokussiert seit den 1980er Jahren das Aufkommen einer „Berufsgruppe, die creative class mit ihren charakteristischen Tätigkeiten der Ideen- und Symbolproduktion – von der Werbung bis zur Softwareentwicklung, vom Design bis zur Beratung“ (Reckwitz, 2013, S. 23).

Kreativität ist heute vor allem ein normatives Modell und Imperativ für die Praktiken der westlichen modernen Gesellschaft. Damit zeigt sich hier ein neuer sozialer Kriterienkatalog. Kreativität bezieht sich hier einerseits auf „die Fähigkeit und die Realität, dynamisch Neues hervorzubringen“ (Reckwitz, 2013, S. 23) abgegrenzt vom Alten, Standardisierten, Gleichen.

Das Schöpferische wird zum Modell, indem kreative Handlungen der Akteure in der modernen Gesellschaft an die „moderne Figur des Künstlers, an das Künstlerische und Ästhetische“ zurückgebunden wird. Nicht das neue Produkt bzw. seine Produktion, sondern die „sinnliche und affektive Erregung durch dieses Neue in Permanenz“ (Reckwitz, 2013, S. 23) steht nun im Fokus. Kreativitätswunsch und -imperativ bestimmen die Entwicklung und Selbstoptimierung der Individuen: Kreativität umfasst in spätmodernen Zeiten eine widersprüchliche Dopplung von Kreativitätswunsch und Kreativitätsimperativ, von subjektivem Begehren und sozialer Erwartung. Man will kreativ sein und soll es sein (Kreativitätsdispositiv). Diese Norm ist vor allem in urbanen Räu-

men verbreitet. Problematisch daran ist der Leistungszwang, kreativ zu sein. Kreativität wird zum Muss, nicht zur spielerischen und schöpferischen Gelegenheit. Wer nicht kreativ ist, steigt in der sozialen Hierarchie ab. „Wenn das Erbringen kreativer Leistungen soziale Inklusion sichert, dann führt ein diesbezügliches Leistungsdefizit entsprechend zur sozialen Herabstufung und Marginalisierung“ (Reckwitz, 2013, S. 29). Außerdem wird Kreativität und Kreativerfolg fälschlicherweise als eins gesetzt. Kreativität muss nicht automatisch zu Erfolg führen. Hinzu kommt das Risiko, dass das Ästhetische den Alltag dominiert und andere nichtästhetische soziale Praktiken entwertet (vgl. Reckwitz, 2013, S. 29f.).

Reckwitz fordert deshalb zurecht eine Veränderung im Umgang mit diesem Kreativitätsdispositiv. Kreativität darf und muss auch ohne Publikum möglich sein. Das Ästhetische darf nicht überspannt werden. Skepsis gegenüber einer überbordenden Bedeutung der Kreativität in allen Alltagshandlungen ist angebracht und es muss möglich sein, dass „der Zweckrationalität entlasteten Praktiken für die Lebensführung, (...) um ihrer selbst willen“ (Reckwitz, 2013, S. 30) bestehen bleiben. Kulturpolitik sollte daher das Zweckfreie in der Kreativität betonen, Kunst darf sich nicht nur auf die Hervorbringung von Neuem orientieren, sondern sollte auch etablierte Kunstfelder pflegen. Schließlich sollten Kunst und Kultur auch die Bedeutung des Gesellschaftlichen und Historischen in den Kulturpraktiken herausstellen (vgl. Reckwitz, 2013, S. 33ff.).

Insgesamt ist Kreativität in den Wissenschaften weiterhin ein „offenes Konzept“ (Dresler, 2008, S. 17) und kann aus unterschiedlichsten Perspektiven betrachtet werden. „Statt nach einem allgemeingültigen Kriterium, einer verbindlichen Definition oder einem weithin akzeptierten Fokus zu suchen, sollte die Kreativitätsforschung daher die ihr inhärente Vielfalt akzeptieren“ (Dresler, 2008, S. 17). Doch werden in fast allen Wissenschaften neue, schöpferische Konzepte entwickelt. Der wissenschaftliche Fortschritt ist ohne Kreativität nicht denkbar (z.B. der Sprung in die Neuzeit oder in die Moderne). Koestler spricht hier von „schöpferischer Anarchie“, die „neue Synthesen“ (Koestler, 1966, S. 248) hervorgebracht und die Wissenschaften und ihre Beziehung untereinander befruchtet hat. Wissenschaft und Kunst sind daher nicht dichotomisch abgegrenzte Bereiche (vgl. Koestler, 1966, S. 249ff.). Neue naturwissenschaftliche Theorien sind nicht nur, aber auch durch kreative Verknüpfungen mit älteren Erkenntnissen und relativ elastische wissenschaftliche Beweise entwickelt worden. In seinem

Modell vergleicht Koestler deshalb gesellschaftliche Zyklen mit den Zyklen von individuellen Entdeckungen. Der Periode der schöpferischen Anarchie folgt auf der Ebene der Gesamtgesellschaft die der Inkubation, in der man das Problem nicht weiter bewusst bearbeitet, aber dennoch einer Lösung näherkommt (vgl. Köstler, 1966, S. 277ff.).

2.4 Der Mensch als kreative Person

Der Mensch kann kreativ tätig sein, indem er neue Dinge, Gedanken, Verbindungen herstellt. Als „animal symbolicum“ (Lenk, 2000, S. 49) kann er aber – anders als höhere Säugetiere – über seine eigenen kreativen Handlungen auf einer Metaebene selbst reflektieren und nachdenken. Für die Gestaltpsychologie ist dies von zentraler Bedeutung. Hier wird der Menschen als ganzheitlicher Organismus gesehen. Er umfasst als Person „Körper, Seele und Geist als Ganzheit, als eine Gestalt“ (Wolf, 2017, S. 2). Diese verfügt über die Fähigkeit, „sich inneren und äußeren Veränderungen kreativ anzupassen, zu wachsen und sich zu entwickeln. Sie ermöglicht mit Anderen in Kontakt zu sein, Einflüsse zuzulassen und Veränderungen zu erleben“ (Wolf, 2017, S. 2; vgl. Goodman & Perls, 2007, S. 213ff.). Diese angeborene menschliche Anpassungsfähigkeit ist somit ein wesentlicher Faktor menschlicher Kreativität.

Die Integrative Gestalttherapie schreibt dem Menschen die Fähigkeit zu, Ungleichgewichte und fehlende Anpassungsprozesse an die Umwelt wieder ausgleichen und sich weiterentwickeln zu können. Kreativität ist somit allen Menschen eigentümlich, auch wenn sie sich nicht dessen bewusst sein müssen; sie haben die Möglichkeit, kreative (neue) Lösungen für anstehende persönliche, familiäre, gruppenbezogene oder gesellschaftliche Probleme zu finden. Insofern gibt es keinen Menschen, der nicht auch kreativ sein kann. Kreativität meint hier nicht das Ausführen und Nutzen außerordentlicher Fähigkeiten (z.B. in den Künsten oder Wissenschaften) oder die Erschaffung außerordentlicher Konzepte oder Dinge, sondern die Kompetenz, sich anpassen zu können bzw. widerstrebende Prozesse zu integrieren, was z.B. in persönlichen Krisen oder bei anstehenden biographischen, familiären, gruppenbezogenen und gesellschaftlichen Aufgaben der Fall sein kann. Ziel ist hier, die bestehenden Spannungen und Widersprüche in der Ordnung wieder in eine stimmige Ordnung zu führen (vgl. Gremmler-Fuhr, 1999a, S. 350; vgl. Goodman & Perls, 2007, S. 220f.).

Die Integrative Gestalttherapie nutzt deshalb diese Fähigkeit für die Lösung von psychischen Problemen. Kreative Medien und Ausdrucksmöglichkeiten werden als Hilfsmittel genutzt, stellen aber nicht die Basis des gestalttherapeutischen Selbstverständnisses dar, sondern sind eher methodische Hilfen (vgl. Hartmann-Kottek, 2012, S. 164; vgl. Petzold, 2003, S. 508).

2.5 Kreatives Feld

Das kreative Feld ist ein Begriff der Gestaltpsychologie. Nach Kurt Lewin, einer ihrer wesentlichen Begründer, finden psychosoziale Prozesse bzw. individuelle Prozesse in einem eigenen einheitlichen Feld statt. „Nach dieser Theorie lässt ein Bedürfnis Energie frei, verleiht Wert (Valenz) und steuert das Verhalten in eine bestimmte Richtung (Vektor)“ (Gawlick, 2013, o.S.). Seine mathematische Feldtheorie basiert auf der Vorstellung eines Lebensumfelds mit den drei Variablen Verhalten=V, Funktion der Person=P und Umwelt=U. P und U korrelieren miteinander. Insofern sind menschlichen Handlungen immer Handlungen im Feld. Das aktuelle Handeln hängt von der Lage im Feld ab, sodass die Handlung selbst (Lokomotion) letztlich das Ergebnis aus einwirkenden anziehenden und abstoßenden Feldkräften ist (vgl. Portele, 1999, S. 270ff.; vgl. Gawlick, 2013, o.S.; vgl. Blankertz & Doubrawa, 2017, o.S.).

Damit legte Lewin einen wesentlichen Grundstein für das Konzept der Ganzheit und des einheitlichen Felds in der Integrativen Gestalttherapie, wobei die Handlungen des Einzelnen nicht von den Voraussetzungen seiner Umwelt bzw. der Summe aller auf ihn wirkenden Einflüsse abgetrennt werden können (dynamische Interdependenzen“) (Portele, 1999, S. 269; vgl. Blankertz & Doubrawa, 2017, o.S.). Insofern existiert keine Funktion oder Handlung eines Lebewesens, die nicht als eine in einem solchen Feld verortet werden kann. „Organische Physiologie, Gedanken und Emotionen, Objekte und Personen sind jeweils Abstraktionen, die nur bedeutsam sind, wenn man sie mit den Interaktionen im Feld in Beziehung setzt“ (Perls et al., 2013, S. 210). Das Feld selbst tendiert immer zu einer Balance der verschiedenen Funktionen und entsprechendem Wachstum. Hier wirken die Polaritäten von Selbsterhalten und Wachsen, insofern ist das Feld – Person und Umwelt – ständig in dynamischer Veränderung. Die

Gewohnheiten der Person sind das Stabile, die das Dynamische als ewig gleichbleibend erleben lassen. Indem diese sich kreativ an den Kontakt anpasst, kann sie Zugang zu Neuem finden (vgl. Portele, 1999, S. 272; vgl. Perls et al., 2013, S. 210f.).

Das kreative Feld gilt als ein Lernfeld, in dem sich das Individuum oder die Gruppe sich optimal entfalten und weiterentwickeln können, indem letztere z.B. zusammen Unterschiede und Gemeinsamkeiten ausleuchten (vgl. Burow, 2001, S. 4). „Ein Kreatives Feld wäre demnach eine in sozialer und materieller Hinsicht spezifisch konstruierte Umgebung, die einen besonderen Aufforderungscharakter für eine synergetische Entfaltung des kreativen Potentials zueinander in Beziehung stehender Personen ausübt.“ (Burow, 2001, S. 4).

Nach Burow kann das kreative Feld z.B. durch die Gemeinschaft von Persönlichkeiten mit unterschiedlichen Fähigkeiten gekennzeichnet sein, die aber eine gemeinsame Vision haben. Es kann aber auch das Feld sein, in dem sich das Individuum mit seiner Umwelt entfalten und weiterentwickeln möchte. (vgl. Burow, 1999, S. 123; vgl. Burow, 2001, S. 4).

3 Integrative Gestalttherapie ist ...

Die Integrative Gestalttherapie ist eine erlebnisorientierte, dialogisch ausgerichtete, psychotherapeutische Behandlungsmethode. Durch das Nutzen von Methoden wird eine vertiefte Selbsterfahrung ermöglicht. Mit anderen Worten, das Vorgehen ist experimentell, experienziell (erfahrungsbezogen) und existenziell bezogen auf die Prozesse im Hier und Jetzt (vgl. Boeckh, 2015, S. 43 u. S.175).

Neben der Psychoanalyse und der Gestaltpsychologie nehmen vor allem philosophischen Strömungen, wie beispielsweise die Phänomenologie nach Husserl, der Existenzialismus, die Philosophie von Friedlaender sowie die Begegnungsphilosophie nach Buber Einfluss. Leibliche, seelische und geistige Prozesse werden als eine vielschichtige Einheit betrachtet. Die therapeutische Beziehung ist geprägt durch den Respekt vor der Integrität der Persönlichkeit in einer Begegnung auf Augenhöhe (vgl. Boeckh, 2015, S.23).

3.1 Gestalttherapeutische Schlüsselbegriffe

In ihren Kernbegriffen überschneiden sich die Integrative Gestalttherapie und die klassische Gestalttherapie weitgehend: Die zentralen Schlüsselbegriffe sind Kontakt, Figur/Hintergrund, die „gute“ Gestalt, Gestaltschließung sowie Gestaltzyklus im Kontext.

„**Kontakt**“ ist der zentrale Schlüsselbegriff auch der Integrativen Gestalttherapie. Der Begriff bezeichnet „jede Art von lebendiger Beziehung an der Grenze zwischen Organismus und Umweltfeld“ (Gremmler-Fuhr, 1999a, S. 360; vgl. Perls et al., 2016, S. 56ff.) und schließt damit an die Sinnbedeutung des Dialogs nach M. Buber an (vgl. Buber, 1999, S. 3ff.). Damit ist mit Kontakt eine lebendige gegenseitige Beziehung zwischen Individuum und Umweltfeld gemeint (Austausch). „Kontaktfähigkeit“ bezeichnet die Fähigkeit, „Kontakt“ mit seiner Umwelt herzustellen, und ‚Kontaktgrenze‘ die entsprechende Fähigkeit, sich gegenüber der Umwelt als selbständiger Organismus zu behaupten und die eigenen Bedürfnisse zur Geltung zu bringen“ (Blankertz & Doubrawa, 2017, S. 178). Insofern kann „Kontakt“ sowohl die Wahrnehmung von etwas Assimilierbaren wie auch die „aggressive Bewegung zu diesem anpassbaren Wahrgenommenen hin oder die aggressive Abwehr dessen, was sich als unassimilierbar herausstellt“ (Blankertz & Doubrawa, 2017, S. 179; vgl. Perls et al., 2016, S. 98ff.) umfassen. Der „Zyklus aus Kontakt, Begegnung und Beziehung“ (Nitsch-Berg; Köhn, 2000a, S. 38) wird in interpersonellen und intrapersonellen Dialogen und Auseinandersetzungen stets aufs Neue hergestellt. In der Integrativen Gestalttherapie steht nicht das unbewusste Material (wie in der Psychoanalyse), sondern der Blockierungsprozess im Kontakt im Mittelpunkt (Kontaktunterbrechung)(vgl. Gremmler-Fuhr, 1999a, S. 366ff.; vgl. Perls et al., 2013, S. 57f.).

Der weithin diskutierte **Gestaltbegriff** impliziert im Gegensatz zum Alltagssprachlichen nicht nur Assoziationen mit ästhetischen Begriffen wie Form, Einheit, Geschlossenheit, sondern steht auch im engen Zusammenhang mit dem Prozessbezug und Dynamik von menschlichen Erfahrungen. Die „Gestalt“ ist mit einem integrativen Erfahrungsbegriff verbunden, der sowohl subjektive wie objektive, äußere und innere Aspekte verbinden will. Es handelt sich um einen holistischen Begriff, der die menschliche Person als Einheit versteht, die von selbst nach Selbstentfaltung hin zu einer vollumfänglichen Ganzheit strebt. Gestalten sind demnach keine abgrenzbaren und fixen Elemente der

Realität, sondern lassen sich in andere Gestalten „transponieren“, z.B. in unterschiedliche Sprachen (z.B. Mathematik, Poesie), in leiblichen Ausdruck oder kreativer Gestaltung (z.B. Malen). Dabei ist jede erlebte Gestalt Teil eines umfassenden Bezugssystems bzw. einer umfassenderen Ganzheit („Holon“) (Gremmler-Fuhr, 1999a, S. 349). Gestalten sind miteinander verbunden und in einer Ordnung strukturiert und bleiben selbst wieder in einer ständigen dynamischen Bewegung. Diese lebendigen Ordnungen streben wiederum hin zu einer „guten Gestalt“, d.h. Widersprüche und Disharmonien sind zu überwinden und stimmigere Formen der Organisation zu finden (vgl. Gremmler-Fuhr, 1999a, S. 349f.).

Mit dem **Figur-Hintergrund-Theorem** hat bereits K. Lewin individuelle Erfahrungsprozesse beschrieben. Die Begriffe Figur und Gestalt werden leider häufig fälschlicherweise deckungsgleich verstanden. Tatsächlich spricht die Gestaltpsychologie von „Gestalt“, wenn Figur und Hintergrund sich voneinander ablösen. In dieser Perspektive werden aus einer unbegrenzten Masse Elemente herausgefiltert und zu einem Sinn zusammengefügt (Gestaltbildung bzw. Figur-Grund-Prozess oder Figur-Hintergrund-Prozess)(vgl. Blankertz; Doubrawa, 2017, S. 71f): „Es findet ein Wechsel zwischen Figur und Grund in Bezug auf das Implizite und das Explizite statt“ (Stern, 2006, S. 39). Der Hintergrund oder Grund ist das Undifferenzierte und Unbewusste im therapeutischen Prozess; die Figur ist das, was aus diesem Hintergrund heraustritt und erkennbar wird. Dieser Figur-Hintergrund-Prozess ist selbstverständlich im Individuum ständig in Bewegung, sodass sich die Wahrnehmung des Außen und des Innen bzw. die bewussten und unbewussten Anteile ständig verschieben und verändern können (vgl. Gremmler-Fuhr, 1999a, S. 352f.; vgl. Stern, 2006, S. 39):

Ein Beispiel ist: „...wenn jemand etwa die 'Figur' einer verflochtenen Liebe auch nicht nach einer gewissen Trauerzeit in den Hintergrund der Erfahrung gleiten zu lassen vermag und sich nicht einer neuen Liebe oder anderen wichtigen Aufgaben im Feld (z.B. Nahrungsaufnahme) zuwendet. Eine solche Behinderung des Figur-Grund-Prozesses wird 'Fixierung' genannt, die gegenüber der Fähigkeit zu flexiblen Übergängen zwischen Figur und Grund lebensnotwendig ist“ (Wolf, 2017, S. 6; Blankertz; Doubrawa, 2017, S. 72; vgl. Gremmler-Fuhr, 1999a, S. 352ff.).

Gestaltschließung sowie **Gestaltzyklus** sind Begriffe, die einen dynamischen und lebendigen Lernprozess markieren. Die unabgeschlossene/unfertige Gestalt strebt nach Abschluss bzw. Neuorganisation (Transformation). Individuen vermeiden, sie

vollends ins Bewusstsein zu holen, weil dies mit biographischen Verletzungen, unerfüllten Bedürfnissen, Schuldgefühlen etc. verbunden ist. Außerdem lassen sich unabgeschlossene Gestalten irritieren und verdrängen. Durch die Tendenz zur geschlossenen Gestalt wird aber wieder eine stimmige Ordnung geschaffen. Gestaltpsychologisch muss die unabgeschlossene Gestalt ggf. verstört werden, d.h. destabilisiert werden, um sie später in eine höhere Ordnung – die selbst wieder im dynamischen Wechselspiel zwischen Organismus und Umweltfeld (Lewin) stattfindet – zu transformieren. Dabei handelt es sich immer um offene Lernprozesse, die auch offene Ergebnisse hervorbringen kann. Insbesondere muss das Individuum, das sich (zusammen mit der GestalttherapeutIn) diesem Prozess anheimgibt, selbst Bereitschaft zeigen, diese Unsicherheiten während der Transformation zu akzeptieren bzw. auszuhalten – bis eine neue stimmigere Ordnung geschaffen ist (vgl. Gremmler-Fuhr, 1999a, S. 350ff.; vgl. Perls et al., 2013, S. 29ff.).

Der Begriff des „**Gestaltzyklus des Erlebens**“ (Hartmann-Kottek, 2012, S. 86) bezeichnet die Kontaktaufnahme des Individuums mit dem Umweltfeld. Perls und Goodman nahmen einen vierphasigen „Kontaktzyklus“ (Gremmler-Fuhr, 1999a, S. 361f.) an.

Der „Gestaltzyklus des Erlebens“ (Hartmann-Kottek, 2008, S. 344) der Cleveland School umfasst dagegen einen sechsphasigen Zyklus. Damit sind auf- und abschwellende Aufmerksamkeitsenergien und Bewusstheit im therapeutischen Prozess – im Verlauf des Kontaktgeschehens mit der TherapeutIn oder Gruppenmitgliedern gemeint. Dieser setzt an: „Mit der Wahrnehmung einer Unausgewogenheit im Organismus und geht weiter zu einer Bewusstheit also zum Verstehen seiner Sinneswahrnehmung. Dabei findet eine Abgrenzung zur Umwelt statt. Ein innerer Dialog, Bilder und Gefühle tauchen auf, sowie eine Vorstellung einer Interaktion. Im nächsten Schritt kommt es zur Aktivierung von Energie. Ist genug Energie vorhanden kommt es zu einer Aktion bzw. zum Kontakt was eine Assimilierung des Objekts in der Umwelt darstellt. Der Organismus und die Umwelt werden in einem Austausch-Prozess verändert. Anschließend folgt die Loslösung bzw. der Rückzug“ (Staudinger, o.J., o.S.; vgl. Gremmler-Fuhr, 1999a, S. 363).

Diese Zyklen- bzw. Phasenmodelle sind zwar für Gestalttherapien konstitutiv, sie stellen jedoch bloße Modelle bzw. „Landkarten“ (Gremmler-Fuhr, 1999a, S. 364) des psy-

chotherapeutischen Prozesses dar, die als Planungs- und Reflexionshilfen sowie Konzepthilfen für psychotherapeutische Prozesse dienen kann (vgl. Gremmler-Fuhr, 1999a, S. 364f.).

3.2 Integrative Gestalttherapie achtet die Fähigkeit zur Kreativität

Die Gestalttherapie bzw. Integrative Gestalttherapie versteht Kreativität als eine Möglichkeit des Menschen, selbst für sich Sinn in seinem Leben herzustellen (vgl. Nitsch-Berg; Köhn, 2000a, S. 38). Der Mensch verfügt durch seinen Leib über ein Vermögen – sinnliches Wahrnehmen, Erinnern, Entwickeln – kreative Handlungen sowohl wahrzunehmen als auch zu gestalten. Die auf Aristoteles zurückgehende Sinnesphilosophie begründet für die Integrative Gestalttherapie die grundlegende Anerkennung sinnlicher Fähigkeiten (Wahrnehmung von Sinneseindrücken über Auge, Ohr, Nase, Glieder). „Unser mit allen Sinnen wahrnehmender (perzeptiver), erinnernder (memorativer) fühlender, reflektierender Leib drängt danach, das Aufgenommene verwandelnd auch auszudrücken“ (Nitsch-Berg; Köhn, 2000a, S. 39). Wahrnehmungsvermögen und kreativer Ausdruck entsprechen einander (vgl. Petzold, 2003, S. 105; vgl. Nitsch-Berg; Köhn, 2000a, S. 39).

Integration von neuen Verhaltensweisen, Einsichten, Vorstellungen können durch schöpferische Anpassung geschehen, die in der künstlerischen Arbeit und im Kinderspiel bereits angelegt sind, denn hier wird bereits die „konzentrierte Sinneswahrnehmung“ und der „spielerische Umgang mit dem materiellen Medium“ (Perls et al., 2013, S. 47) praktiziert (vgl. Winnicott, 2007, S. 227). Dabei bewegt sich die Bewusstheit des Künstlers/der Künstlerin in einem „mittleren Modus“ (Perls et al., 2013, S. 47) und wächst, indem sie sich dem Bild, der Skulptur, der Musik hingibt, einer kreativen Lösung entgegen (vgl. Perls et al., 2013, S. 47).

Kreativität wird entsprechend gestalttherapeutisch besonders anerkannt und in die Therapie integriert, weil sie die Expressionsfähigkeiten des Menschen und dessen schöpferische Anpassung an sein Umfeld fördert und damit zu einer „Gestalt führt, die ein tatsächliches Problem löst“ (Perls et al., 2013, S. 47). Die Integrative Gestalttherapie zielt aufgrund ihres leibtherapeutischen Fokus darauf ab, die Fähigkeiten des wahrnehmenden Leibes (wieder) zu stimulieren. So kann die KlientIn z.B. dahin geführt werden, dass ihre Sinne reaktiviert werden, sodass sie sich selbst und ihr Umweltfeld

wieder umfassend wahrnehmen kann. Diese Stimulierung und Aktivierung können mit Hilfe von kreativen Medien geschehen. Deren Nutzung trägt zu einer natürlichen Selbstregulation bei (vgl. Nausner, o.J., S. 6f.; vgl. Perls et al., 2013, S. 48f.; vgl. Nitsch-Berg & Köhn, 2000a, S. 40).

Die Integrative Gestalttherapie erkennt besonders die Fähigkeit des Menschen zur kreativen Anpassung an. Petzold & Sieper haben Kreativität als Kernkonzept etabliert, dass sie der Gestaltarbeit mit alten Menschen und Kindern, in der Geragogik und Erwachsenenbildung zugrunde legen. „Die experimentierende ‚intermediale‘ Verbindung verschiedener künstlerischer Zugänge und methodischer Ansätze – Puppenspiel, Malen, Tonarbeit, Märchen, Rollenspiele, kreatives Schreiben – kennzeichnete die Praxis“ (Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 130f.).

Grundannahme ist das „heraklitische[...] Denken“ (Petzold, 2003, S. 16): Alles fließt und wandelt sich beständig (Petzold; Sieper, 1988/2017, S. 3ff.). „Unter Kreativität werden hier alle Aktivitäten verstanden, die neue Entwicklungen – und das sind zu meist Beziehungskonfigurationen – vorantreiben“ (Petzold, 1971, S. 2, zit. n. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 131). Sie gilt als „kosmologische und anthropologische Konstante“ (Petzold, 1971, S. 2, zit. n. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 131), die für die Entwicklung der Evolution und für die kulturellen Prozesse und ihre Dynamik konstitutiv ist. „Es handelt sich um einen „kollektiv gegründeten Impetus, zwischen vorhandenen Größen (Atomen, Molekülen, Menschen, Gesellschaften, Gedanken, Erkenntnissen, Theorien) Permeationen oder neue Konfigurationen herzustellen, ein Impuls zur Ko-kreativität“ (Petzold, 1971, S. 2, zit. n. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 131; vgl. Petzold, 2003, S. 174).

Jedes Individuum strebt demnach in seinem Feld jeweils die bestmöglichen Ergebnisse in einer Situation an. Diese Wechselbeziehungen zwischen Organismus und Umfeld können zwar zu Spannungszuständen und Leiden führen (die den natürlichen Prozess des Figur-Hintergrund-Flusses stören und fehlleiten), aber krankhafte oder störende Symptome werden gestalttherapeutisch als kreative Anpassungslösungen in schwierigen Lagen respektiert (vgl. Spagnuolo Lobb & Amendt-Lyon, 2006, S. IX). Kreativität und Anpassung sind sich wechselseitig beeinflussende Größen (vgl. Perls et al., 2013, S. 46ff.). Dabei ist besonders die Spontanität der schöpferischen Anpassung bedeutsam (vgl. Goodman & Perls, 2007, S. 213ff.).

Die Integrative Gestalttherapie geht davon aus, dass durch Kokreativität zwischen KlientIn und TherapeutIn „synergetische Effekte“ (Petzold, 2003, S. 174) möglich werden, indem die Akteure von gestalttherapeutischen Prozessen solche gemeinsamen Aktionen umsetzen und Gegebenes in neue Beziehungen setzen und korrespondierend entwickeln (vgl. Petzold, 1971, S. 2, zit. n. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 131). Notwendig ist hierfür eine Wahrnehmung des Feldes bzw. der „pluriformen“, d.h. vielgestaltigen Wirklichkeit, die mehrperspektivisch und multidimensional ist, und hinsichtlich des „Leibselbsts“ entsprechend „polymorph“ (Petzold, 1971, S. 2, zit. n. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 131; vgl. Petzold, 2003, S. 174) ist. Diese Wahrnehmung wird vom Menschen nicht aus dem Nichts geschaffen, sondern die menschliche Wahrnehmung strukturiert bereits vorab auf kreative Weise die Wirklichkeit.

Kreativität ist demnach bereits durch Interaktionen in der Wirklichkeit vorhanden, sowohl in den Wissenschaften, Therapie wie im Lebensalltag. Sie ist im Leib des Menschen längst angelegt. Das sensorisch-perzeptuelle und mnestiche Vermögen ist genetisch gegründet (vgl. Ijine, 2007, S. 203; vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 133). Alle Kräfte wirken hierbei zusammen. Synergie, Synopse, Permeation, Ko-respondenz, Ko-kreation sind Schlüsselbegriffe der Integrativen Gestalttherapie. Insbesondere die Hermeneutik im gestalttherapeutischen Prozess ist ein kreativer Prozess, da hier neue Verbindungen, Relationen etc. gebildet werden. Insofern ergibt sich aus dem kokreativen Tun eine unbegrenzte Zahl an Möglichkeiten des gemeinsamen Schaffens und Erschaffens (vgl. Petzold, 2003, S. 174f.; vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 131, vgl. Ijine, 2007, S. 212).

Das Menschenbild der Integrativen Gestalttherapie geht vom aktiven Menschen aus, der selbst an der Schöpfung der Welt beteiligt ist. Die Fähigkeiten zur freien Wahl und Entscheidung sind ihm von Anfang an gegeben. Insofern hat jedes Individuum die Fähigkeit, seinen eigenen Lebensentwurf zu entwickeln und umzusetzen, was umgekehrt aber auch die Möglichkeit des Sinnverlustes impliziert. Dabei steht es in ständigen Wechselbeziehungen und Ko-respondenz mit seiner Umwelt und seinen Mitmenschen. Der Mensch ist keine Monade, sondern ein Bezugs- und Beziehungswesen (vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 132).

Integrative Gestalttherapie nutzt nicht (wie die klassische Psychoanalyse) speziell Träume oder kognitiv-bewusste Einsichten der KlientIn, sondern die konzentrierte Wahrnehmung dessen, was die TherapeutIn an der KlientIn bzw. die KlientIn an sich

selbst beobachtet. Insbesondere werden gleichzeitig auf spielerische Weise materielle Medien für den therapeutischen Prozess genutzt. Als kreative Therapie gründet sich auf phänomenologischen Erkenntnissen und der Hermeneutik des verbalen und non-verbalen Ausdrucks, sowie des o.g. anthropologischen Konzepts des schöpferischen Menschen und einer integrativen Persönlichkeitstheorie (vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 134). Damit gleicht die gestalttherapeutische Arbeit eher dem künstlerischen Tun und dem bei Kindern noch vorhandenem absichtslosen, aber gleichzeitig hellwachen Wahrnehmen. Die Integrative Gestalttherapie geht davon aus, dass dieser kindliche „Zwischenzustand zwischen Bejahung und Wachstum“ (Perls et al., 2013, S. 47; vgl. Staemmler, 1999, S. 86) auch beim Erwachsenen möglich ist.

Allerdings ist der Prozess der kreativen Anpassung an neues Material, Gegebenheiten und Umstände nicht konfliktfrei. Perls et al. betonen, dass hierfür auch Phasen der Aggression und Zerstörung durchlaufen werden müssen, um eine neue Kontaktgestaltung und eine neue Konfiguration möglich zu machen (insbesondere bei hohem Neurotizismus und Widerstand). „Die Bewusstmachung unerwünschter Gefühle und die Fähigkeit, sie zu ertragen, sind die *conditio qua non* für eine erfolgreiche Behandlung“ (Perls, 1978, S. 216). Als motivierender Faktor wirkt die Bereitschaft, wenigstens versuchsweise Neues umzusetzen, demnach experimentell anders zu handeln als zuvor. Dabei kann die Angst ertragen werden und die „störende Energie“ in die neue „Figur“ (Perls et al., 2013, S. 29; vgl. Perls, 1978, S. 58ff.) fließen. Die Erregung des Individuums weist in diejenige Richtung, in der der Veränderungsprozess der Figur-/Hintergrund-Bildung gehen wird. Starke Gefühle sind somit ein wesentlicher Indikator für die Gestaltung des Weiteren therapeutischen Prozesses (vgl. Perls et al., 2013, S. 30f.).

Allerdings darf der Einsatz von kreativen Medien nicht ungerichtet und beliebig sein. Jedes Medium verfügt über eine eigene Charakteristik, die für spezifische Krankheitsbilder, verschiedene Menschen, Schichten bzw. Entwicklungsstadien genutzt werden kann und diese anspricht. Ziel seines Einsatzes ist ein intermediales Vorgehen, wobei verschiedene Medien und ihre schöpferischen Möglichkeiten integrativ verbunden werden. Petzold greift hierfür auf eine entwicklungspsychologische Theorie zurück, das Konzept der Gedächtnisentwicklung. Sie vollzieht sich in den Stufen: 1. Viszerales Gedächtnis, indem sich erste Propriozeptionen im Körper des Embryos entwickeln. 2. Atmosphärisches Gedächtnis im 1. Lebensjahr, bei dem z.B. der Stress der Mutter in der Umwelt des Säuglings von ihm gespeichert wird. 3. Szenisches Gedächtnis, indem

das Kleinkind bereits ganze Szenen eines Ereignisses und Ereignisfolgen festhalten kann. 4. Verbales Gedächtnis, bei dem verbale Äußerungen, aber auch Laute gespeichert werden. Für eine therapeutische Diagnostik ist es z.B. bedeutsam, wann die Störung entstanden ist, denn dies weist auf den Stand des Gedächtnisses hin und ermöglicht Hinweise für therapeutische Interventionen (vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 134ff.; vgl. anders: Baer, 2016, S. 339).

Für die integrativ-gestalttherapeutische Arbeit sind die menschlichen Fähigkeiten zum Imaginieren und die Umstände des Greifens und Begreifens essentiell (s.o.).

Über das Imaginieren von neuen inneren Bildern als Regungen des Leibes erschließen und entwickeln sich neue Sichtweisen der eigenen Biographie. Aus den kognitiven und emotionalen Erinnerungen, dem Körpergedächtnis und sozial bestimmten Erinnerungen („Leibgedächtnis“) (Baer, 2016, S. 347) werden neue Konzepte des eigenen Lebens zusammengesetzt, dabei wird natürlich die Gegenwart betroffen und nicht die Vergangenheit verändert. Dabei ist es unerheblich, ob verbale oder nonverbale Bilder geschaffen werden und ob sie bewusst oder unbewusst konstruiert werden. Imaginationen helfen Menschen, sich in der Umwelt ein Bild zu machen. Dies ist normale Alltagshandlung, die in der Gestalttherapie genutzt, dort wertschätzend in therapeutischer Resonanz wahrgenommen, verändert und weiterentwickelt werden können. Dadurch kann z.B. im gemeinsamen Malen eines Bildes mit Ölkreiden oder mit Kleckerbildern eine Struktur der KlientIn entdeckt, verarbeitet und verändert werden – hin zu etwas Neuem, das der KlientIn einen innovativen Blick auf das Problem ermöglicht (vgl. Baer, 2016, S. 348ff.).

3.3 Integrative Gestalttherapie ist Leibtherapie

Charakteristisch für die Integrative Gestalttherapie ist der Einbezug der Leiberfahrung. „Der Mensch ist ein Körper-Seele-Geist-Subjekt in einem sozialen und ökologischen Umfeld. Aus der Interaktion mit diesem gewinnt er seine Hominität und Identität“ (Petzold, 1974, zit. n. Petzold, 2003, S. 95). Der Leibesbegriff beansprucht hier eine über den Körper hinausgehende Bedeutung. Er ist mehr als der physische Organismus und stellt die „Gesamtheit aller sensorischen, motorischen, emotionalen, kognitiven und sozialkommunikativen Schemata bzw. Stile in ihrer aktuellen, intentionalen Relationa-

lität mit dem Umfeld und dem mnestisch archivierten Niederschlag ihrer Inszenierungen [dar]“ (Petzold, 2003, S. 1006; vgl. Nitsch-Berg; Kahn, 2000a, S. 34). Sie zusammen begründen das „personale ‚Leibsubjekt‘“ (Petzold, 2003, S. 1006; vgl. Nitsch-Berg; Kahn, 2000a, S. 34).

Der Leib wird als das Sinnesorgan schlechthin verstanden und ist zentrale Grundlage der Welterfahrung und ihrer Wahrnehmung, die vor diesem Hintergrund erst entziffert werden muss. Denn die Welt besteht vor jeder Leiberfahrung. Jedes therapeutische Wissen über den KlientIn ist somit relativ und vorläufig (vgl. Nausinger, o.J., S. 3; vgl. Petzold, 2003, S. 103).

Das Theorem „Der Mensch ist ein Leib-Subjekt in der Lebenswelt“ (Nausinger, o.J., S. 3) hat seine Grundlage in der Phänomenologie E. Husserls (vgl. Nausinger, 1999, S. 466ff.) und verweist darauf, dass jeder Mensch vor jeder wissenschaftlichen Welterkenntnis bereits über subjektive-relative Welterfahrung verfügt, die „Lebenswelt“ als das „Sinnesfundament“ (Nausinger, 1999, S. 473; vgl. „Lebensfeld“ bei Wheeler, 2006, S. 129). Störende Muster aufzulösen, wie es die Gestalttherapie anzielt, betrifft daher nicht nur einzelne leibliche Regungen, sondern den ganzen Leib (vgl. Baer, 2016, S. 313f.; vgl. Trautmann-Voigt; Voigt, 2007, S.43).

Vor diesem Hintergrund lässt sich die menschliche Fähigkeit zur „Leiblichkeit der Einfühlung“ (Staemmler, 2009b, S. 1) erklären. Dazu gehört z.B. die Fähigkeit von Menschen über kulturelle Grenzen hinweg, „Basisemotionen“ (Staemmler, 2009a, S. 100) der anderen Person am Gesichtsausdruck zu erkennen. Eine andere Fähigkeit ist die „motorische Mimikry“ (Staemmler, 2009a, S. 102), die unbewusste Imitation von Körperhaltungen und Gesten von nahestehenden Menschen. Auch die „Einleibung“ (Hermann Schmitz, zit. n. Staemmler, 2009a, S. 147), indem eine emotional bedeutsame Situation eines anderen mitgeföhlt wird (Schmerz, Trauer, Freude), stellt ein Beispiel für die humane Fähigkeit zur Einfühlung dar.

Die modernen Neurowissenschaften haben mit ihren neuen Erkenntnissen viel zu einer erweiterten wissenschaftlichen Fundierung gestalttherapeutischer Konzepte beigetragen. Dazu gehört die Entdeckung der Spiegelneurone – bestimmter Hirnareale, die bei der Beobachtung anderer Menschen automatisch aktiviert werden und zur Einfühlung in andere befähigen. Im Individuum, das beobachtet, findet eine „Simulation der entsprechenden Handlungsimpulse bis hinein in die Muskulatur (statt). Ihre neuronale Ausstattung ermöglicht es ihr, dass sich ihre Wahrnehmung mit ihrer Motorik und

ihren Handlungstendenzen direkt verknüpft“ (Staemmler, 2009a, S. 170; vgl. Bauer, 2006, S. 18ff.; vgl. Stern, 2006, S. 30f.).

Insofern ist „Integrative Gestalttherapie immer Leibtherapie“ (Baer, 2016, S. 304). Die TherapeutIn muss die KlientIn während kreativer Prozesse mit ihrem leiblichen Ausdruck sorgsam wahrnehmen und die Gesamtheit des körperlichen und geistigen sowie sozialen Prozesse im Auge behalten, ggf. ansprechen oder gezielt darauf reagieren (vgl. Baer, 2016, S. 305f.).

3.4 Integrative Gestalttherapie verändert Muster

Die Integrative Gestalttherapie geht davon aus, dass psychischen Störungen im weitesten Sinne Verhaltensmuster zugrunde liegen, die sich schädlich auf die Entwicklung der vollständigen „Gestalt“ auswirken (Kontaktunterbrechung = „Introjektion, Projektion, Retrofektion, Konfluenz“) (Nausner, o.J., S. 5; vgl. Müller, 1999, S. 654; vgl. Perls et al., 2016, S. 14; vgl. Gremmler-Fuhr, 1999a, S. 367ff.).

Die Entwicklung von feststehenden Mustern (Denken, Lösungsentwicklung, Körpererleben, Fühlen, Interaktion u.a.) sind normale Prozesse im Laufe der Biographie: „Bewährtes wird wiederholt, Gewohntes verfestigt“ (Baer, 2016, S. 313). Muster sind nicht nur einzelne leibliche Regungen, sondern Ergebnisse des Zusammenwirkens des ganzen Leibes. Musterbildung sorgt für das Aufsparen kostbarer, kreativer Energien, die vielleicht später bei neuen Anforderungen genutzt werden müssen. Diese sind nicht nur entlastend und sparen Kraft, sondern die Musterbildung hängt auch mit Persönlichkeitseigenschaften zusammen. Es ist jedoch falsch, solche Muster als vollständig fixiert anzusehen, stattdessen handelt es sich grundsätzlich um veränderbare, flexible Modelle, die selbst vom Erwachsenen mit eher fixierten Schemata angepasst werden können. Nichtsdestotrotz können sie bei einzelnen Menschen höchst erstarrt (eingefroren) sein und können nicht auf neue Herausforderungen kreativ angepasst werden (vgl. Baer, 2016, S. 354).

In der Therapie besteht aber die Möglichkeit, solche belastenden Muster auf kreative Weise zu verändern. Die Integrative Gestalttherapie hat harte bzw. erstarrte Muster zum Thema. Verfestigte Leibaspekte (stereotype Muster) sind nicht mehr zur kreativen Anpassung ohne Hilfen fähig, d.h. die Kreativität des Individuums ist beschränkt oder

einseitig. Integrative Gestalttherapie ermöglicht das Wiederbeleben der kreativen Anpassungskompetenzen. Hier wird nicht nur die diagnostisch erkannt, sondern die KlientInnen selbst erkennen bzw. nehmen wahr, wie diese Muster beschaffen sind, sie können sie ausleben und dadurch in Bewegung bringen und einer neuen Anpassung zuführen. Indem die KlientIn z.B. Angst im gegenwärtigen therapeutischen Kontakt erlebt (z.B. durch eine aktuelle Alltagssituation, die sie ängstigt), kann sie wahrnehmen, wie die TherapeutIn damit konstruktiv umgeht (zum Beispiel, dass sie nicht weggeht, auch wenn die KlientIn Angst fühlt). Die TherapeutIn erlebt dabei empathisch die Angst der anderen Person in einer gemeinsamen Situation „mit“. Die therapeutische Beziehung bleibt stabil-wertschätzend, ggf. konfrontierend (vgl. Staemmler, 2009a, S. 197ff.; vgl. Baer, 2016, S. 22ff.; vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 164).

Indem die TherapeutIn kreative Methoden einsetzt (z.B. Rollenspiel, Arbeit mit kreativen Medien), kann die zu lösende Situation (die Figur) hervortreten und das fixierte Muster der KlientIn bewusst werden, indem es im gestalterischen Dialog angesprochen, wahrgenommen und aufgefangen wird. Der Kontakt zum Muster bleibt bestehen und hierin kann sich das Muster verändern oder sich ein neues zeigen (vgl. Baer, 2016, S. 22ff.; 314ff.; vgl. Blankertz & Doubrawa, 2017, S. 45).

3.5 Integrative gestalttherapeutische Diagnostik ist prozessual und interaktiv

Die Integrative gestalttherapeutische Diagnostik ist die Erfassung von differenzierten Verhaltensmerkmalen und Erlebensmustern, die bei „Kontaktunterbrechung (Blockierung, Verdrängung u.a.) auf dem Weg zur schöpferischen Anpassung“ (Müller, 1999, S. 654) auftreten. Der Ich-Funktionsverlust bzw. die Kontaktunterbrechung muss in ihren verschiedenen Dimensionen und Aspekten verstanden werden, wobei Kerntheorem das „Selbst“ („Prozess der Auseinandersetzung [des Individuums] an der Kontaktgrenze“) (Höll, 2005, S. 101; vgl. Perls, 1978, S. 24; vgl. Perls, 2016, S. 210ff.) ist, das dafür sorgt, dass das Individuum in einen aktiven und schöpferischen Kontakt zur Umwelt eintreten kann und seine schöpferische Anpassung (als Funktion des Selbst) und somit die Lösungsfindung aktiviert werden (vgl. Perls et al., 2013, S. 47ff.).

Wenn die Gestaltungskraft des Selbst aber gehemmt ist, kann es zu psychischen Störungen kommen. Da das Selbst im Kontaktverlauf aber unterschiedlich agiert, muss die Diagnostik selbst prozessorientiert ausgerichtet sein (vgl. Müller, 1999, S. 664ff.).

Insofern ist die Integrative gestalttherapeutische Diagnostik darauf ausgelegt, vorläufige Arbeitshypothesen über die aktuellen Erlebens- und Verhaltensweisen der KlientIn zu entwickeln. Die jeweiligen dysfunktionalen Wahrnehmungen und Erlebensweisen, die die KlientIn als störend erlebt und denen sie leidet, sind Anpassungen an die Umwelt, die sich aber dauerhaft als hemmend und blockierend erweisen, obwohl sie zu Beginn eine Form der kreativen Anpassung an die schwierige Lebenssituation waren. Die gestalttherapeutische Diagnostik muss daher phänomenologisch, strukturell und prozessorientiert gestaltet sein (vgl. Baer, 2016, S. 329ff.). Die GestalttherapeutIn beobachtet und nimmt die KlientIn zunächst unvoreingenommen in ihren verschiedenen Erscheinungsweisen wahr (Körper, Auftreten, Stimme, Feinmotorik, Worte, Stimm- lage, Atmosphäre, Welt- und Selbstbild, Deutungen etc.). Arbeitshypothesen werden zunächst außenvorgelassen. Kernprinzip ist die Achtsamkeit für die KlientIn und deren Prozess, was in ihr nach Ausdruck sucht („Awarenesskontinuum“) (Höll, 2005, S. 102). Dabei findet jede Diagnostik stets in der Interaktion zwischen TherapeutIn und KlientIn statt, ist demnach als Lern- und Kontaktprozess in einer schöpferischen Wechselbeziehung konstituiert. Diagnostische Kategorien dienen nur als Hilfsmodelle; diese können und sollen im Verlauf weiterentwickelt bzw. revidiert werden. Notwendig ist immer eine Einordnung der einzelnen Störung in die Gesamtheit aller Phänomene der KlientIn (vgl. Höll, 2005, S. 102f.).

3.6 Integrative Gestalttherapie ist dialogisch

Grundlage des gestalttherapeutischen Dialogkonzepts ist die deskriptive und gleichzeitig normative sowie politische Ich-Du-Philosophie Martin Bubers (vgl. Gremmler-Fuhr, 1999b, S. 393ff.). Buber unterschied in seinem Konzept zwischen einer Ich-Es-Beziehung als eine zwischen Subjekt und Objekt ohne Gegenseitigkeit, die er als funktional bewertete („Grundwort: Ich-Es“), und einer Ich-Du-Beziehung („Grundwort: Ich-Du“)(Buber, 1999, S. 9). Erst in letzterer ist die vollständige Gegenseitigkeit der Dialogpartner möglich. Beziehung kann allerdings zwischen Individuen, mit der Natur oder Gott stattfinden (vgl. Blankertz, Doubrawa, 2017, S. 40).

Nach Buber sollte jeder zwischenmenschliche Dialog ein „echter“ sein (vgl. Buber, 1999, S. 298), d.h. die Teilnehmenden achten und respektieren sich gegenseitig in ihrem Dasein und Sosein vollständig und entwickeln sich hin zu einer vollständigen

Gegenseitigkeit: „Beziehung ist Gegenseitigkeit“ (Buber, 1999, S. 14; vgl. Gremmler-Fuhr, 1999b, S. 396f.), „in der jeder Du sagt“ (Blankertz, Doubrawa, 2017, S. 45).

Entsprechend haben Perls, Hefferline und Goodman die therapeutische Beziehung sowohl als dialogisch bzw. als existentielle Begegnung verstanden, in der die TherapeutIn nicht als neutrale ExpertIn auftritt, sondern einen authentischen Dialog mit der KlientIn eingeht (vgl. Gremmler-Fuhr, 1999b, S. 398; vgl. ein Beispiel bei: Perls et al., 2014, S. 88ff.; vgl. Baer, 2016, S. 22ff.). Nach Yontef tritt die TherapeutIn mit Wertschätzung in die Lebenswelt des anderen ein und akzeptiert die KlientIn vollständig, wie sie ist. Sie zeigt in der Therapie ihr wahres Selbst, akzeptiert auch die abgelehnten/abgespaltenen Teile der KlientIn und ist stets dem dialogischen Anspruch verpflichtet (vgl. Yontef, 1993, S. 199ff.; vgl. Gremmler-Fuhr, 1999b, S. 399; vgl. Blankertz & Doubrawa, 2017, S. 45f.).

Vor diesem Hintergrund hat F. Perls den unbedingten Respekt vor der Klientenautonomie deutlich gemacht (vgl. Gremmler-Fuhr, 1999b, S. 395) und die Integrative Gestalttherapie hat dieses Prinzip übernommen. Dies kann bedeuten, das Anderssein der KlientIn auch dann zu akzeptieren, wenn es als gefährlich oder schädlich erscheint (vgl. Gremmler-Fuhr, 1999b, S. 407). Diese unbedingt akzeptierende Haltung ist für die Wertschätzung der kreativen Anpassungsfähigkeiten der KlientIn von großer Bedeutung.

Kreativität ist eine Form der individuellen Kompetenzen und führt zu eigenständigen Lösungen im Lebensbereich, mit dem sie selbst wieder das notwendige Gleichgewicht erreichen will und kann (vgl. Nevis, 2006, S. 332; vgl. Perls, 1978, S. 39ff.). Nach Baer ist der gestalterische Dialog in der Integrativen Gestalttherapie dadurch gekennzeichnet, dass „unmittelbar mit Hilfe von gestalterischen Medien zwischen TherapeutIn und KlientIn kommuniziert wird“ (Baer, 2016, S. 22). Notwendig ist dafür der unmittelbare Kontakt mit der KlientIn, in der die TherapeutIn sich in einen intensiven Austausch mit der KlientIn begibt und deren Handlungen aus professioneller Distanz und mit Wertschätzung beobachtet (vgl. Baer, 2016, S. 23).

4 Die gestalttherapeutische Beziehung – eine schöpferische Wechselbeziehung

4.1 Szene, Übertragung, Resonanz

Wie in der klassischen Psychoanalyse spielen Kindheitserinnerungen auch in der Integrativen Gestalttherapie eine bedeutsame Rolle für die Entwicklung von aktuellen Störungsbildern. Der Begriff der „Übertragung“ meint in der Psychoanalyse das Verhalten der KlientIn, ihre ambivalenten Emotionen bzw. Beziehungen zu den Eltern auf die PsychotherapeutIn zu projizieren. Hier wird meist eine Anhäufung von Übertragungen durchgearbeitet (vgl. Hartmann-Kottek, 2012 S. 282).

Die erinnerte „Szene“ (Perls et al., 2013, S. 110) aus traumatischen Kindheitserinnerungen wird in der Integrativen Gestalttherapie differenziert betrachtet: Die KlientIn muss unterscheiden: zwischen dem aktuellen Bedürfnis, das sich in einem bestimmten Gefühl ausdrückt, und dem Objekt, d.h. der traumatischen Erinnerung. Insofern ist die Erinnerung selbst für den therapeutischen Prozess unerheblich, tatsächlich bedeutsam sind die aktuellen Gefühle, die auf noch nicht erfüllte Bedürfnisse hindeuten, aber auf das Objekt übertragen werden. Deshalb steht das Herausarbeiten der aktuellen Gefühle (das, was unmittelbar Reaktion auf aktuelle Geschehnisse ist) (vgl. Perls et al., 2016, S. 137ff.) im Mittelpunkt gestalttherapeutischen Umgehens mit Szenen aus der Biographie der KlientIn. Insofern ist es unangemessen, von kindlichen Bedürfnissen zu sprechen, die die erwachsene KlientIn zeigt (und die zu überwinden seien). Diese sind stattdessen zu würdigen und letztlich ihr Gewährwerden (Awareness) führt zur gesunden Entwicklung, zur Gestaltwerdung (vgl. Perls et al., 2013, S. 122f.; vgl. Blankertz & Doubrawa, 2017, S. 307f.; vgl. Zinker, 2005, S. 138f.). Die TherapeutIn fördert die „gesunde „Emotionsregulation“ und den „adäquaten Gefühls- und Bedürfnis Ausdruck“ (Pauls, 2018, o.S.) durch „Experiment(e)“ (Perls et al., 2016, S. 15), in denen der KlientIn neue Erfahrungen ermöglicht werden.

Dieser Aktualisierung von Gefühlen im Jetzt und Hier wendet sich die Integrative Gestalttherapie also in anderer Weise zu als die klassische Psychoanalyse. Fixierte Strukturen der Empfindung, des Verhaltens und der Introspektion haben eine bestimmte Funktion für die Gegenwart, die entschlüsselt werden müssen, wenn sie die KlientIn belasten. Wegen ihrer Funktion bestehen störende, wiederholende Muster

weiter, die mit Anspannung, Erregung und starken Emotionen einhergehen (vgl. Perls et al., 2013, S. 104f.): Übertragung gilt hier deshalb nicht als bloßes Symptom, sondern als Projektion, von der sich der Klient lösen muss. Dies geschieht vor allem durch Gewahrwerden der Projektion (z.B. durch Technik des leeren Stuhls; rund um die Welt) (vgl. Blankertz & Doubrawa, 2017, S. 303f.; Zinker, 2005, S. 147ff.). Auch die „Gegenübertragung“ (Hartmann-Kottek, 2012, S. 282) der TherapeutIn (u.a. aus eigenen unverarbeiteten Konfliktanteilen) auf die KlientIn muss entsprechend achtsam beobachtet und diagnostiziert werden (vgl. Hartmann-Kottek, 2012, S. 282; vgl. kritisch zum Begriff: Staemmler, 1993, S. 167).

Nach Baer ist Übertragung/Gegenübertragung die „leibliche Resonanz“ bzw. „Resonanz der Qualität des Erlebens“ (Baer, 2016, S. 378), die durch das jeweilige und gemeinsame Hin- und Herschwingen zwischen TherapeutIn und KlientIn zustande kommt. „Resonanz“ (die innere Antwort der TherapeutIn „auf Mimik, Gestik, Körperhaltung und Sprechtempo“) (Renz & Petzold, 2006, S. 21) stellt für die TherapeutIn die zentrale Grundlage für therapeutische Interventionen dar (vgl. Blankertz & Doubrawa, 2017, S. 89f.). Sie ist im Wesentlichen eine „feinfühlig prozessdirektive (evozierende, anleitende, unterstützende, begrenzende)“ (Pauls, 2018, o.S.) Haltung der KlientIn gegenüber, die der „therapeutische[n] Suchhaltung als Fremd- und Selbstempathie“ (Renz & Petzold, 2006, S. 24) entspricht.

Resonanz ist eine Qualität des Kontakts zwischen beiden Akteuren (vgl. Baer, 2016, S. 377). Beide Akteure reagieren aufeinander und ihr gegenseitiges Erleben kann therapeutisch genutzt werden, vor allem auch im gemeinsamen künstlerischen Gestalten. Veränderte Resonanzen, die die TherapeutIn bei der KlientIn erlebt, wenn bei ihr Szenen aus der Kindheit auftreten, können z.B. aufgegriffen und benannt werden, um Mustern auf die Spur zu kommen (vgl. Baer, 2016, S. 378f.). Resonanz ist auch die der TherapeutIn. Sie ist die „bewusste Wahrnehmung meiner emotionalen, körperlichen und geistigen Regungen, die durch den Klienten ausgelöst werden aber auch darauf, mich selbst mit den Augen des Klienten zu sehen“ (Renz & Petzold, 2006, S. 24). So kann die TherapeutIn z.B. sondieren, welche Rolle die KlientIn aus deren Kindheit ihr zuweisen will und damit weiterarbeiten. Insofern müssen GestalttherapeutInnen die Resonanz/Gegenübertragungsresonanz sorgfältig diagnostizieren (vgl. Baer, 2016, S. 380f.).

4.2 Therapeutische Beziehung und schöpferische Anpassung

Therapeutische Prozesse beruhen auf Beziehungen – sie sind das Wesentliche einer jeden Therapie, ihre Grundlage und ihr Inhalt (vgl. Zinker, 2005, S. 16f.). Kreativität unter Berücksichtigung wechselseitiger Bezogenheit kann als ein wesentliches Attribut der Kontakterfahrung verstanden werden (vgl. Perls et al., 2016, S. 255ff.). Die Beziehung zwischen TherapeutIn und KlientIn entwickelt sich im lebendigen Kontakt/Interaktion (Dialogisches Prinzip: vgl. Buber, 1999, S. 9ff.; 297ff.). „Beziehung ist die in die Dauer getragene Begegnung, eine Kette von Begegnungen, die neben gemeinsamer Geschichte und geteilter Gegenwart eine Zukunftsperspektive einschließt, weil die frei entschiedene Bereitschaft vorhanden ist, Lebenszeit miteinander in verlässlicher Bezogenheit zu leben“ (Petzold, 2003, S. 1069).

Die Kunst der TherapeutIn besteht darin, zur KlientIn eine Beziehung aufzubauen, die es beiden ermöglicht, das Risiko einzugehen, gefrorene Muster des Fühlens, des Verhaltens, der Bewegung und des Empfindens zu flexibilisieren, in Frage zu stellen und neue Varianten experimentell zu erproben (Bedeutung des Experiments: vgl. Zinker, 2005, S. 127ff.; vgl. Baer, 2016, S. 22ff.). Die Integrative Gestalttherapie arbeitet mit und am Kontakt und den damit verbundenen Prozessen. Eine angemessene Stützung ist die Grundlage für Interventionen, die existentiell, erlebnisorientiert und experimentell sind (vgl. Staemmler, 2009a, S. 235; vgl. Perls et al., 2016, S. 28ff.). Die Integrative Gestalttherapie konzentriert sich darauf, den spontanen Energiefluss freizusetzen und stellt das Experimentieren mit alternativen Beziehungsmustern in den Mittelpunkt (vgl. Staemmler, 1999, S. 448ff.).

Der schöpferischen Anpassung wird in der Integrativen Gestalttherapie eine zentrale Bedeutung beigemessen. Der Mensch ist hiernach in der Lage, sich immer wieder aufs Neue spontan auf sein Umfeld auszurichten und sich in seinem Denken, Fühlen und Handeln darauf abzustimmen; dabei ist er neurologisch auf Anpassung an die Gegebenheiten gewissermaßen ausgelegt. Die Reaktionen auf Stress hinterlassen z.B. Spuren im Gehirn, können aber auch verändert werden („Neuroplastizität“ des Gehirns) (Staemmler, 2009a, S. 159ff; vgl. Bauer, 2012, S. 105ff.; vgl. Perls et al., 2013, S. 247ff.). Der Mensch befindet sich somit ständig im Prozess der schöpferischen Anpassung, um unter neuen Gegebenheiten einer Alltagssituation optimale Ergebnisse für sich zu erreichen, seine psychophysischen Bedürfnisse zu befriedigen bzw. um

Störungen des „Feldes“ zu heilen (vgl. Spagnuolo Lobb & Amendt-Lyon, 2003, S. IX; vgl. Zinker, 2005, S. 95).

Die gestalttherapeutische Beziehung bzw. Begegnung kann diesen kreativen Anpassungsprozess unterstützen, indem sie die wechselseitige Bezogenheit von Mensch und Umwelt fördert. Hierbei werden im Kontakt zwischen TherapeutIn und KlientIn Erfahrungsräume möglich, in der die Probleme der KlientIn im Kontakt mit ihrem Feld wahrgenommen werden können. Grundlagen des Beziehungsangebots ist hier die Ich-Du-Ebene nach M. Buber, in der die GestalttherapeutIn eine Rolle als empathisches Gegenüber einnimmt, die ausdrückliche Orientierung an Potenzialen und Ressourcen der KlientIn im Alltag, die Wahrnehmung von Dissonanzen, Desintegration, Kontaktstörungen im Verhältnis zur eigenen Person wie nach außen zum Umfeld, Übertragungs-Gegenübertragungsebene, auf Expertenebene und als Arbeitsbündnis (vgl. Hermann-Kottek, 2012, S. 104ff.). Die Beziehung muss sich daran orientieren, was die KlientIn aktuell benötigt, um sich kreativ an ihre Umwelt anzupassen. Dabei obliegt es der TherapeutIn, den kreativen Prozess entsprechend kreativitätsfördernd anzulegen und einen Ermöglichungsraum zur Weiterentwicklung zu schaffen (vgl. Nitsch-Berg; Kühn, 2000, S. 57f.), in dessen Rahmen zunächst das anerkannt wird, was der oder die KlientIn mit ihrem gesamten Prozess ist (vgl. Zinker, 2005, S. 32).

Die vorhandenen Energien mitsamt ihren Blockaden sind einerseits empathisch wahrzunehmen und zu lokalisieren, andererseits aber auch freizulegen und ggf. zu modifizieren, sodass die KlientIn ein neues, besser angepasstes Verhalten entwickeln kann. Dies kann z.B. bedeuten, neben einer eingehenden Beobachtung und Entwicklung von Arbeitshypothesen der noch freizulegenden Gestalt Impulse und Gefühle beim KlientIn zu stimulieren, die kreativ herausgearbeitet werden (z.B. durch Bilder, Ton, Sand, Metaphern, Töne) (vgl. Zinker, 2005, S. 34ff.; 64). Die Gestalttherapeutin kann im Zweiersetting oder in der Therapiegruppe fördernde Umwelten bzw. einen „intermediären Raum“ (Nitsch-Berg; Kühn, 2000a, S. 58) mithilfe von kreativen Medien bilden, in denen spielerische Versuche zur Gestaltung sowie Lebensäußerungen zwischen Geborgenheit und Aufbruch möglich werden (vgl. Nitsch-Berg; Kühn, 2000a, S. 57ff.; vgl. Winnicott, 2015, S. 63ff.). Die TherapeutIn muss selbst dieses kreative „Spiel“ zur Kontaktherstellung mit sich (die KlientIn) und anderen (KlientInnen, Beziehungspersonen im außen) fördern und unterstützen, um Kontaktmuster wahrzunehmen und zu verän-

dern, wenn sie als hinderlich erlebt werden. Dabei ist die gelingende, tragende therapeutische Beziehung bedeutsamer als die bewusstgemachten Kontaktmuster selbst. (vgl. Baer, 2016, S. 22ff.; vgl. Nitsch-Berg; Kühn, 2000a, S. 69ff).

4.3 Therapeutische Beziehung und implizites Wissen

Während explizites Wissen immer verbal, symbolhaft, expressiv und deklarativ ist (z.B. die Interpretation einer Szene), ist implizites Wissen nonverbal und nicht symbolhaft; es ist nicht bewusst, aber höchst inhaltsreich und komplex: „Es schließt Affekte, Gedanken, Erwartungen und ‚wie man Umgang mit jemandem pflegt‘ in all seinen Bedeutungsnuancen mit ein“ (Stern, 2006, S. 28). Des Weiteren wird es nicht im Laufe der Zeit explizit, also begreifbar, sondern verbleibt in seinem Status. Es sammelt sich demnach weiter an. Es kann sein, dass die TherapeutIn im Kontakt mit der KlientIn Wissen erwirbt oder Zugang dazu hat, dass der KlientIn noch selbst und manchmal auch ihr selbst verschlossen ist. Dieses implizite Wissen ist heikel. So kann die therapeutische Beobachterin per Einfühlung (Spiegelneurone) z.B. unbewusste Gefühle oder Bewegungen der KlientIn wahrnehmen, die diese noch nicht vollständig selbst erfasst hat. Therapeutisch kann die mögliche „Gestalt“ der Situation im Jetzt und Hier als Arbeitshypothese erfasst werden (vgl. Staemmler, 2009a, S. 173; vgl. Baer, 2016, S. 49ff.).

Nach Stern arbeitet die Integrative Gestalttherapie mit dem impliziten Wissen der KlientIn, aber auch der TherapeutIn, ohne dass dies explizit wird, aber es „greift“ in der Situation ein. Gestalttherapeutisch wird versucht, aus implizitem Wissen explizites Wissen zu machen (vgl. Stern, 2006, S. 37f.). Dabei geht es weniger darum, dass die KlientIn sich verbal über ein Gefühl äußert (z.B. wo spüren sie dieses Gefühl?), sondern dass im Kontakt mit der TherapeutIn bzw. der KlientIn mit sich selbst eine neue Qualität des Kontakts zum Gefühl auftaucht: Implizites Wissen ist weitgehend demnach „die intersubjektive Suche nacheinander und das fortwährende Ausweiten intersubjektiver Gemeinsamkeit zweier Menschen“ (Stern, 2006, S. 32).

Staemmler weist entsprechend darauf hin, dass Empathie nicht nur vonseiten der TherapeutIn hin zur KlientIn bedeutsam ist, sondern ein wechselseitiger Prozess der Akteure in der Integrativen Gestalttherapie ist. Sie ist „nicht nur eine Aktivität der Therapeutin“ (Staemmler, 2009a, S. 197). Empathie ist demnach die gegenseitige Einfüh-

lung beider Personen, auch wenn sie sich in unterschiedlichen Rollen gegenüber befinden (Ko-Kreativität). „Weil der Klient sich aber seinerseits, wenn auch oft eher implizit und weniger systematisch als seine Therapeutin, ebenfalls empathisch auf die Therapeutin bezieht, tragen beide zu einem gegenseitigen empathischen Austausch bei“ (Staemmler, 2009a, S. 91). Es kommt zu „Momenten der Begegnung“ (Stern, 2006, S. 35).

Für die GestalttherapeutIn kommt es darauf an, solch einen Moment einerseits zuzulassen, andererseits für die Gestaltwerdung der KlientIn zu nutzen. Denn solche Begegnungen haben Sinn und Kohärenz. „Sie bilden eine Gestalt“ (Stern, 2006, S. 37). Sie kann z.B. auf eine zentrale Frage der KlientIn mit einer authentischen Reaktion antworten (mit einer einfachen Geste oder mit einer klaren Rückmeldung), wobei es eher auf die Art und Weise ankommt, wie die TherapeutIn sich ausdrückt. Implizites Wissen ist demnach ein genuiner, laufend vorhandener Bestandteil auch der Integrativen Gestalttherapie und spielt eine große Rolle, um einen Kontakt entstehen zu lassen und die Therapie zu vertiefen; denn die gemeinsame Beziehung bzw. das intersubjektive Feld kann sich dadurch verstärken und wird kohärenter. Dadurch ist es aber möglich, dass die implizite Seite einer Störung, um derentwillen eine Therapie begonnen wird, offener zugänglich wird (vgl. Stern, 2006, S. 40; vgl. Wirtz, 2018, o.S.). Der Austausch impliziten Wissens ist ein genuin kreativer Moment und sorgt auf Dauer für eine gegenseitige Abstimmung und ein „Entstehen gemeinsamer Perspektiven, die mit der Zeit einen Fundus an Übereinstimmungen über das zusammen Erlebte ergeben“ (Staemmler, 2009a, S. 131) und der Integration des Selbst dienen können.

4.4 Therapeutische Beziehung, Improvisation und Kokreation

Vor diesem Hintergrund wird ebenfalls deutlich, dass die integrativ-gestalttherapeutische Beziehung zwischen TherapeutIn und KlientIn eine dynamische Größe darstellt und immer durch die Gefühle und Handeln beider Akteure zustande kommt. Therapie ist stets eine „Ko-kreation“ (Spagnuolo Lobb, 2006, S. 45) und nicht nur die Schöpfung einer einzigen Person. Kreativität ist eine Frage von Beziehungen, „dem einzigen Phänomen, in dem Wahrheitsfindung für Augenblicke erlebbar ist“ (Spagnuolo Lobb, 2006,

S. 45). Beziehung ermöglicht einen „dyadisch erweiterter Bewusstseinszustand“ (Tro-nick, zit. n. Staemmler, 2009a, S. 132), wobei der einzelne, individuelle Bewusstseins-zustand ausgebaut und ein differenzierteres Bild möglich wird.

Die therapeutische Beziehung ist demnach nicht fixiert, sondern eine „improvisierte Kokreation“ (Spagnuolo Lobb, 2006, S. 45; vgl. Staemmler, 2009a, S. 220), d.h. beide Akteure der Integrativen Gestalttherapie gehen spontan auf ein „Etwas“ ein, das die Kontakterfahrung mit der Umwelt ermöglicht: anders gesagt, auf die Prozesse einer Beziehung, die zu einem fließenden Entfalten des angestrebten Kontakts führen“ (Spa-gnuolo Lobb, 2006, S. 46). Grundlagen sind „selbstregulierende Prozesse sowohl des Individuums als auch der Partner einer Dyade“ (Stern, 2006, S. 40).

Die „improvisierte Kokreation“ ist keine Folge vorsätzlich geplanter, bekannter, sche-matischer und kenntnisreicher Prozesse“. Sondern ereignet sich dort, „wo eine Begeg-nung von Person zu Person stattfindet, in der die Beteiligten ihr Wissen zurückstellen und sich zum Instrument der Beziehung selbst machen. Kokreation bedingt, dass die Beziehungspartner in voller Lebendigkeit an der Kontaktgrenze präsent sind: Dies lässt sich mit dem hochentwickelten Geschick einer Jazzmusikerin vergleichen, die ihr gesamtes musikalisches Können im Blut hat und in der Lage ist, in ihrem Spiel frisch, stark, kontaktfreudig und einzigartig zu sein“ (Spagnuolo Lobb, 2006, S. 45).

Nach Spagnuolo Lobb ist die improvisierte Kokreation in jeder gesunden Beziehung vorhanden. Da der Mensch auf kreative Anpassung ausgelegt ist, kann er normaler-weise in jeder Beziehung mögliche Beziehungshindernisse „beheben und unsere Hin-bewegung zum anderen laufend [...] korrigieren“ (Spagnuolo Lobb, 2006, S. 47; „Selbstregulation des Organismus/Umwelt-Feldes“: S. 48; vgl. Perls et al., 2013, 49f.). Des Weiteren unterliegt der therapeutische Veränderungsprozess bestimmten Pha-sen, die auch die therapeutische Beziehung betreffen. Da in der Beziehung normaler-weise einfache kleine Schritte der Veränderung und des Aufeinanderzugehens und Auseinandergehens (Kontakt-Rückzug) geschehen, ist der Beziehungsprozess in ein zeitliches Raster des Davor, Während und Danach strukturiert (vgl. Perls et al., 2013, S. 103ff.). In der Phase des Kontaktvollzugs können z.B. zur Reife gekommene Mög-lichkeiten des Wachstums unter Bedingungen des Feldes zum Ausdruck kommen und dadurch Veränderung ermöglichen, indem Beziehungserfahrungen in der gemeinsa-men Situation besprochen werden (Beispiel bei: Spagnuolo Lobb, 2006, S. 56ff.).

4.5 Kontakt und Kreativität – der Gestaltzyklus im Kontext

Jeder Kontakt ist nach Auffassung der Integrativen Gestalttherapie ein Prozess. Innerhalb dessen können verschiedene Phasen unterschieden werden. Perls et al. nennen dies den Kontaktzyklus, Zinker den „Gestaltzyklus des Erlebens“ (Hartmann-Kottek, 2008, S. 344; vgl. Perls, et al., 2013, S. 251ff.; vgl. Gremmler-Fuhr, 1999a, S. 362f.).

Der Gestaltzyklus vollzieht sich im Kontext (Umweltfeld, Lebenswelt) der KlientIn und kann nicht davon losgelöst werden. Die folgenden Phasen des Gestaltzyklus sind deshalb immer in den Kontext eingebunden und können sich daher unterschiedlich-individuell ereignen:

Im sogenannten **Vorkontakt** empfindet die KlientIn eine „Unausgewogenheit“ oder Sinnesreizung im Organismus-Umweltfeld. Aus den Sinnesempfindungen wird eine Information abgeleitet, die wiederum als Figur erfasst wird. Der Organismus erlebt sich als von der Umwelt abgegrenzt. In der nächsten Phase, der Phase der **Kontaktnahme** bewirkt die wachsende Bewusstheit eine Erregungssteigerung und Energieaktivierung, die in einer klaren Figur Ausdruck findet. Es kommt zum Höhepunkt der Erregung. Die vorhandene Energie drängt zur Handlung und die Person beschäftigt sich nun mit dem Umweltfeld. In der darauffolgenden Phase des **Kontaktvollzug** kommt es zum Zusammenfließen von sensorischem Bewusstsein und Aktion. Der Organismus assimiliert Objekte aus dem Umweltfeld. Es kommt zu einem Austausch zwischen Organismus und Umwelt. Der Kontakt bezieht sich auf alles, was möglich ist (z.B. Bedürfnisbefriedigung, Annäherung an eine Figur). Das Bedürfnis im Kontakt mit der Umwelt wurde befriedigt, der Organismus ist gesättigt. Der Organismus löst sich vom Kontakt erleben und es kommt zum sogenannten **Nachkontakt**, der der Assimilation des Aufgenommenen, der gemachten Erfahrung. Sie ist die Grundlage der Persönlichkeitsentwicklung und des Wachstums (vgl. Boeckh, 2015, S.47ff.; vgl. Gremmler-Fuhr, 1999a, S. 362f.; vgl. Zinker, 2005, S. 102ff.; vgl. Goodman & Perls, 2007, S.217).

Der Gestaltzyklus des Erlebens umfasst in den Phasen Empfindung und Bewusstheit z.B. Empfindungen, Gefühle, bildhafte Vorstellungen, sprachliche Kodierungen, Denken etc. Die Betonung liegt auf der Eigenaktivität des Organismus. Mentale Aktivitäten und zwischenmenschliche Kontaktprozesse werden hier ausdrücklich einbezogen (vgl. Gremmler-Fuhr, 1999b, S. 364).

Die Integrative Gestalttherapie wendet sich im Rahmen dieses Zyklus besonders den Blockierungen bzw. Kontaktunterbrechungen zu. Dabei wird vor allem der leibliche Ausdruck fokussiert – die Empfindungen sollen wieder ins Bewusstsein geführt werden (vgl. Zinker, 2005, S. 102ff.). Das kreative „Experiment“ im Sinne eines Durchlebens von Erfahrungen (Perls et al., 2013, S. 38) kann hier weiterhelfen, indem die TherapeutIn mit kreativen Mitteln versucht, z.B. das Verhaltens- und Deutungsrepertoire der KlientIn zu erweitern, sodass sie für ihr Leben Verantwortung übernimmt oder ein neues Selbstkonzept entwickelt, eigene hinderliche Gefühle, Gedanken bewusst wird und auflösen kann (vgl. Zinker, 2005, S. 129f.).

Welche Methoden und Techniken die Integrative GestalttherapeutIn auswählt, richtet sich dabei nach den jeweiligen Bedarfen der KlientIn bzw. den bisherigen diagnostischen Erkenntnissen zur Beziehung KlientIn-Kontext/Umwelt. Entscheidend ist hierbei, dass die KlientIn ihre eigene Situation genauer „begreifen“ lernt. Dies kann mithilfe von Metaphern/Symbolen, inneren Imaginationen/Bildern, Märchen/Geschichten, Gegenständen, unterschiedlichen Materialien (z.B. Ton, Sand, Farben) oder Musik und Tönen geschehen (vgl. Baer, 2016, S. 160ff.; vgl. Zinker, 2005, S. 225ff.).

Die Qualität des Greifens und in weiterer Folge des Begreifens – etwas sehen, Interesse haben, greifen, zugreifen wollen – ist ein durchgehend fließender Prozess, indem der Mensch etwas über seine Umwelt erfährt. Über das Greifen begreift der Mensch die Welt – im doppelten Sinne: Er begreift die Qualität der Gegenstände und er begreift über das spielerische, kreative Experimentieren seine eigenen vielfältigen Qualitäten des Kontakts. Schon das Kleinkind entwickelt seine Lebendigkeit und Fähigkeit zum Kontakt durch spielerisches Greifen und Begreifen (vgl. Baer, 2016, S. 339ff.). Dabei entstehen Vorlieben, die Fähigkeit zu bewerten und somit die Fähigkeit eigene Werte und Maßstäbe zu entwickeln, mit Hilfe derer es den eigenen Standpunkt in der Welt beziehen lernt. Werden diese Prozesse über die Erziehung beispielsweise eingegrenzt, kommt es zu Einschränkungen der Lebendigkeit, des Ausdrucks und der Kontaktmöglichkeiten. Für den therapeutischen Prozess ist es wichtig, die Zusammenhänge zwischen Greifen, dem inneren Ort der Bewertung und den Kontakt zu kennen. Über kreative Prozesse in der Psychotherapie können verschüttete Aspekte der Lebendigkeit wiederbelebt werden. Durch das intersubjektive kreative Handeln zwischen TherapeutIn und KlientIn kann die eigene Lebendigkeit ertastet, ergriffen, empfunden und angeeignet werden (vgl. Baer, 2016, S. 367ff.).

4.6 Gestalterischer Dialog

Die Integrative Gestalttherapie wird von ihren Akteuren als eine „dialogische, feldtheoretisch begründete, phänomenologische und existentialistische Therapieform verstanden“ (Staemmler, 1999, S. 441). Als dialogische Methode beruft sie sich nicht nur, aber vor allem auf M. Bubers philosophische Anthropologie (s.o.). Therapie ist immer Dialog zwischen KlientInnen und TherapeutInnen und umgekehrt (vgl. Baer, 2016, S. 22). Dabei sehen sich GestalttherapeutInnen nicht als ExpertInnen der Problemlösung für die KlientIn, sondern als Begleitung im partnerschaftlichen Sinne auf Augenhöhe. Das Menschenbild ist eine KlientIn, die persönlich identifizierbar, autonom und resonanzfähig ist (vgl. Staemmler, 1999, S. 442).

Nach Baer ist der gestalterische Dialog – der ein konstitutiver Bestandteil der gesamten Therapie ist – dadurch gekennzeichnet, dass hier nicht nur verbal kommuniziert wird, sondern verschiedene Kommunikationsformen über Medien (Farben, Zeitungspapier, Holz, Ton, Stoff u.a.) eingesetzt werden, die der KlientIn neue Erfahrungsmöglichkeiten, Wahrnehmungsoptionen und Austausch ermöglichen (vgl. Baer, 2016, S. 22). Insofern handelt es sich nicht um eine nachgängige (theoretische) Reflexion mit der TherapeutIn über alleinige gestalterische Prozesse der KlientIn, sondern um die direkte, unmittelbare Kommunikation und Interaktion zwischen den beiden Akteuren durch gemeinsames gestalterisches Handeln. Dabei wird unter Zuhilfenahme von Worten, Tönen, Bewegungen, Farben (oder nonverbal) kommuniziert. Jeder gestalterische Dialog ist eine „Kontaktaufnahme“ und gleichzeitig „Kontaktentwicklung“ (Baer, 2016, S. 26). So kann sich die TherapeutIn direkt mit der KlientIn austauschen und in den Dialog ihre eigenen inneren Bilder einbringen (z.B. per Ton, Stift, Sand), um ein psychisches Problem sowohl sichtbar zu machen als auch einer Weiterentwicklung zuzuführen. Bedeutsam ist, dass der gestalterische Dialog zur KlientIn und ihrem aktuellen Bedarf nach therapeutischer Unterstützung passt (vgl. Baer, 2016, S. 23f.).

Am Beispiel eines gestalterischen Dialogs mithilfe des gemeinsamen Malens mit Ölkreiden lernt z.B. eine scheue Klientin, Kontakt zum Therapeuten aufzubauen und ihn weiterzuentwickeln (z.B. durch Übermalen von Figuren des Therapeuten), sodass sich erste Anhaltspunkte für eine integrative gestalterische Diagnostik ergeben. Gleichzeitig kann die Klientin in ihrem Ausdrucksverhalten therapeutisch unterstützt werden (Nährender Dialog, die TherapeutIn als Nährende) (vgl. Baer, 2016, S. 24ff.).

Im spiegelnden Dialog gibt die TherapeutIn der KlientIn deren Bewegungen oder Vorstellungen beim gemeinsamen Malen wieder und bildet sie quasi ab, sodass sich die KlientIn in ihrer Selbstexploration selbst erfahren kann (vgl. Baer, 2016, S. 27ff.).

Wird der Dialog in der Haltung des Gegenübers genutzt, kann die TherapeutIn z.B. durch gemeinsame Tonarbeit sich der KlientIn direkt mit ihrer eigenen Tongestalt entgegenstellen und z.B. einen „Tonringkampf“ (Baer, 2016, S. 33) ermöglichen, sodass die KlientIn sich mit ihrer gestaltgewordenen Figur mit einem Gegenüber auseinandersetzen kann. Daraus ergeben sich wesentliche Anhaltspunkte für die therapeutische Weiterarbeit und weitere daran sinnvoll anschließende Interventionen (vgl. Baer, 2016, S. 31ff.; vgl. Staemmler, 1999, S. 452ff.).

Eine weitere Form des gestalterischen Dialogs ist im „therapeutischen Sandkasten“ (Baer, 2016, S. 34) möglich: Hier werden nicht nur klassische Kindheitserinnerungen evoziert. Die KlientIn kann darüberhinaus absichtslos mit dem Sand spielen, ihn mit allen Sinnen und mit dem ganzen Leib erfahren, in ihn gleiten und ihn „begreifen“. Auf diesem Wege kann mit dem gestaltoffenen Medium ein bislang nicht richtig greifbares therapeutisch relevantes Thema sichtbar werden, weil der Sand ein vielfältig gestaltbares Medium ist. Gerade in therapeutischen Suchprozessen ist die Arbeit mit Sand sehr erhellend (vgl. Baer, 2016, S. 35f.).

4.7 Der Einsatz kreativer Mittel im gestalttherapeutischen Prozess

Generell kann in der praktischen Arbeit mit sehr unterschiedlichen kreativen Mitteln gearbeitet werden. Eingesetzt werden u.a. Materialien/Medien wie Sand (z.B. therapeutischer Sandkasten, Sandbilder), Ton, Malen (z.B. Selbstportraits, Körperbilder, Leibmandala mit Ölkreiden, Wasserfarben), Wandbilder (vgl. Baer, 2016, S. 114ff.), aber auch Arbeiten mit Metaphern, Märchen, Geschichten, Poesie (vgl. Baer, 2016, S. 195ff.) oder Imaginationen (z.B. Baum-Imaginationen), Traumreisen (vgl. Richter, 2011, S. 205ff.), Leibarbeit und Leibbewegungen (vgl. Bitzer-Gavornik, 2004, S. 218ff.), Arbeiten mit Papier, Objekten (vgl. Baer, 2016, S. 219ff.; vgl. Nitsch-Berg & Kühn, 2000a, S. 93ff.; vgl. 2000b, S. 359ff.). Petzold hat versucht, die möglichen Materialien/Medien zu klassifizieren (vgl. Petzold, 1977, S. 4ff.).

Dabei muss die Auswahl des Materials bzw. der Methode von der TherapeutIn wohlüberlegt sein. Priorität muss die Auswahl des Materials durch die KlientIn haben (KlientInnenkompetenz): Suchen Sie sich aus, mit welchem Material Ihre Situation, Gefühle, Bedürfnisse, Probleme etc. ausdrücken möchten (vgl. Baer, 2016, S. 278). Die TherapeutIn kann allenfalls unterstützend und informierend diesen Prozess begleiten, der KlientIn aber keine Methode aufdrängen, die Abwehr per se provoziert oder Überforderungen produziert.

Obwohl auch TherapeutInnen Regeln für den Umgang mit kreativen Methoden und Materialien wünschen (z.B. Kriterien, Gelingensbedingungen), ist es notwendig einzusehen, dass ein kreativer Prozess immer auch Unsicherheit impliziert, daher müssen TherapeutInnen möglichst viel praktische Erfahrungen mit unterschiedlichen Materialien sammeln, um sie zielgerichtet und nach den Erkenntnissen des diagnostischen Prozesses aufgrund von Wahrnehmungen der jeweiligen KlientIn einsetzen können. Von zentraler Bedeutung ist dabei die Herstellung von gutem Kontakt mit der KlientIn, um ihre Interessen und Möglichkeiten auszuloten und abzuklären. Baer plädiert deshalb sinnvollerweise, dass im Vorgespräch bereits gestalterische Vorerfahrungen, Erleben und Vorlieben der KlientIn zu erfragen. Hierbei haben sich bei negativen Erlebnissen (Schule!) niedrighschwellige Materialien z.B. zu benutzen (z.B. Zeitungspapier, Kleckerbilder, Malen nach Musik, große Papierformate DIN A 1) (vgl. Baer, 2016, S. 281ff.).

Bedeutsam ist die Auswahl von gestalterischen Mitteln nach der Art des psychischen Problems bzw. der psychischen Störung. Hierbei greift die Integrative Gestalttherapie auf Erkenntnisse der psychologischen Krankheits- und Störungslehre zurück, sieht die Ursachen dafür in einem multifaktoriellen und biographischen Zusammenhang. Aufgrund ihres ganzheitlichen Ansatzes ist die Integrative Gestalttherapie nicht auf die medizinisch-psychologische Diagnostik und Klassifikationen bzw. kategoriale Diagnostik fixiert, sondern ordnet Störungen und Krankheiten in ihr Konzept der Ganzheitlichkeit und Organismus-Umweltfeld ein, wobei auch bei schwer beeinträchtigten KlientInnen von der Fähigkeit zur Selbstregulation ausgegangen wird. Weiters ist das Konzept der Salutogenese nach Abraham Maslow und eine ressourcenorientierte Vorgehensweise handlungsleitend (vgl. Fuhr et al., 1999, S. 641ff.; vgl. Müller, 1999, S. 664ff.; vgl. Petzold, 2003, S. 450ff.; 457f).

Die Kunsttherapien bieten für die Integrative Gestalttherapie zahlreiche neue und traditionelle methodische Konzepte und Schnittstellen an, die sowohl in der Einzelarbeit und in der Gruppenarbeit sinnvoll genutzt werden können (vgl. Knill, 2007, S. 96ff.; vgl. Nitsch-Berg & Kühn, 2000a, S. 27ff.; vgl. Zinker, 2005, S. 225ff.).

5 Kreativer Prozess – Therapeutischer Prozess

5.1 Die Gestalttheorie der Kreativität

Die Gestalttheorie (synonym, wenngleich nicht vollständig deckungsgleich: Gestaltpsychologie: eigentlich theoretische Grundlage der Gestaltpsychologie) geht auf die Arbeiten von Christian von Ehrenfels, Max Wertheimer, Karl Duncker, Wolfgang Köhler und Kurt Koffka sowie Kurt Lewin u.a. zurück (vgl. Guss, 1977, S. 2ff). Es handelt sich um einen universell angelegten, erkenntnistheoretisch fundierten Denkansatz/Systemtheorie (vgl. Hartmann-Kottek, 2008, S. 17; 61).

Wertheimer definierte die „Gestalttheorie“ folgendermaßen: „Es gibt Zusammenhänge, bei denen nicht, was im Ganzen geschieht, sich daraus herleitet, wie die einzelnen Stücke sind und sich zusammensetzen, sondern umgekehrt, wo – im prägnanten Fall – sich das, was an einem Teil dieses Ganzen geschieht, bestimmt von inneren Strukturgesetzen dieses seines Ganzen. ... Gestalttheorie ist dieses, nichts mehr und nichts weniger.“ (Wertheimer, 1925, o.S.)

Von dort aus ist auch das Menschenbild der Gestalttheorie zu verstehen: Der Mensch gilt als „offenes System“ (Guss, 1977, S. 18), sowohl durch Abgabe und Aufnahme von Energie, Mittel und Information als auch durch seine dynamische Wechselwirkung mit den ihn umgebenden Ganzheiten (Guss, 1977, S. 19). „...der Mensch ist nicht bloß so Teil eines Feldes, sondern der Mensch ist auch Teil und Glied in dem Zusammen mit Menschen“ (Wertheimer, 1925, o.S.). Gleichermaßen hat der Mensch als offenes System eine Tendenz zur Ordnung (Gerichtetsein zur guten Gestalt, Finalität) und zur spontanen Aktivität (vgl. Guss, 1977, S. 20).

Gestalt ist nach Metzger, der zur nächsten Generation gestalttheoretischer Denker gehörte, hier sowohl das Subjekt selbst als auch seine Art (vgl. Metzger, in: Guss, 1977,

S. 7). Der Gestalt/eher: Verlaufsgestalt steht in unterschiedlicher Weise in Verbindung und Wechselwirkung mit ihrer Umwelt. Ihr kommen dabei bestimmte Qualitäten bzw. Merkmale zu. Max Wertheimer prägte den Begriff der „Ganzbestimmtheit der Teile“ bzw. „Systemcharakter des Ganzen“ (Guss, 1977, S. 17), nicht zu verwechseln mit dem Theorem „Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile“ (Hartmann-Kottek, 2008, S. 61; vgl. Metz-Göckel, 2016, S. 16ff.).

Duncker entwickelte komplexe unterschiedliche Problemlösungsstrategien (vgl. Duncker, 1966, S. 2ff.). Danach besteht kreatives bzw. produktives Denken: „aus der Konfliktanalyse („Warum geht es nicht?“), der Materialanalyse („Was steht mir zur Verfügung?“) und der Zielanalyse („Was brauche ich und was kann ich entbehren?“). Die kreative Leistung besteht in der Variation eines kritischen Situationsmomentes“ (Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 126; vgl. Stockhammer, 1997, o.S.).

Wertheimer konstatierte für den Menschen den Willen, den Kern eines Problems zu erkennen und dieses zu lösen, der Sache auf den Grund zu gehen und Schlussfolgerungen daraus zu ziehen (vgl. Wertheimer 1945/2016, S. 92). Er macht die Entstehung oder Stimulierung eines kreativen Prozesses am Beispiel zweier Federball-spielender Jungen deutlich, bei dem einer das Spiel mehrmals verliert. Das „Problem - der Ausgangspunkt des produktiven Denkens - entsteht nach dieser Theorie dann, wenn ein Lebewesen ein Ziel hat und nicht weiß, wie dieses Ziel erreichen soll“ (Stockhammer, 1997, o.S.; vgl. Wertheimer, 1945/2016, S. 87ff.). Durch den Problemdruck beginnt ein „Spannungszustand, der nach einer Lösung, einer geschlossenen Figur strebt“ (Stockhammer, 1997, o.S.). Die Lösung wird erreicht, indem das Subjekt zunächst im Problem und seiner Situation die inneren Beziehungen zwischen Form und Inhalt erkennen will. „Der gerichtete kreative Denkprozess wird ausgelöst, wenn die strukturellen Züge und Forderungen der Situation, das Prinzip, erkannt werden. Das Prinzip erkennen bedeutet in dieser Terminologie eine produktive Umformung des ursprünglichen Problems“ (Stockhammer, 1997, o.S.).

Nach Duncker werden daraus aufeinander aufbauende sukzessive Lösungsschritte bzw. Prozessschritte generiert, die letztlich zur abschließenden Lösung führen. Neue Strukturen liegen aber schon in der Situation vor (vgl. Duncker, 1966, S. 35). Wertheimer geht davon aus, dass es dem Subjekt, das die Lösung sucht, „strukturelle Opera-

tionen“ nutzt, die wiederum von „Prägnanzprinzipien“ (Stockhammer, 1997, o.S.) bestimmt werden (z.B. Gesetz von der guten Gestalt). Letztlich geht es um das Erreichen eines neuen Gleichgewichts im Akteur (vgl. Stockhammer, 1997, o.S.; vgl. Wertheimer, 1925, o.S.).

Wolfgang Metzger hat das Kreativitätskonzept in der Gestalttheorie weiterentwickelt (vgl. Metzger, 1962). Demnach ist „Arbeit am Lebendigen ein schöpferischer“ bzw. ein „interaktiver Prozeß“ (Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 126), da es sich um wechselseitige Beeinflussungen und Wirkungen zwischen Subjekt und Material handelt. Die Arbeit am Lebendigen lässt sich kennzeichnen durch: „Nicht-Beliebigkeit der Form, die Gestaltung aus inneren Kräften des Gegenstands, die Nicht-Beliebigkeit der Arbeitszeit, die Nicht-Beliebigkeit der Arbeitsgeschwindigkeit, die Duldung von Umwegen und die Wechselseitigkeit des Geschehens“ (Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 126).

Während die Form ein starres, fixiertes Gebilde ist, die durch äußere Störungen nur begrenzt verändert werden kann, kann die Gestalt mit Störungen flexibler umgehen. Diese sind gegebenenfalls reversibel und änderbar (vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 127; vgl. Baer, 2016, S. 315f.).

Metzger unterscheidet des Weiteren zwischen zwei Wirkungsweisen im schöpferischen Prozess: Lenkungsprinzip, das in eine Richtung drängt, und Magnetprinzip, wonach vom schöpferischen Ziel aus, Reize gesetzt werden, die den Akteur auch alternative Wege zum Erreichen des Ziels ermöglichen. Das Ziel muss eine starke Anziehungskraft auf den Akteur haben bzw. zwischen Akteur und Ziel muss eine enge Verbindung bestehen. Die Anziehung des Ziels darf nicht von anderen Kräften gestört und das Subjekt muss ausreichend flexibel sein. Auch weitere Störungen im Feld dürfen nicht vorhanden sein (vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 127).

Vor diesem Hintergrund lässt sich zur Kreativität im gestalttheoretischen bzw. gestaltpsychologischen Zusammenhang sagen, dass sie nur dann zum Tragen kommen kann, wenn die KlientIn tatsächlich eine Lösung ihres Problems sucht und dazu bereit ist, verschiedene Wege zu wählen, zu prüfen und auch gegen Widerstände bereit ist, an der kreativen Lösungssuche weiter zu arbeiten (ggf. mithilfe von kreativen Medien), um eine neue Gestalt zu finden. Die dazu notwendigen Zeiträume lassen sich allerdings nicht von vorneherein festlegen (vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 128).

5.2 Phasen des gestalttherapeutischen Prozesses

5.2.1 Initialphase und Präparationsphase

Die Integrative Gestalttherapie verfolgt ein Prozessmodell. Petzold hat hierfür den Begriff des Korrespondenzmodells geprägt, das er auch Therapieprozessen abgeleitet hat („Theorie-Praxis-Zyklus im vierstufigen Korrespondenzprozess“) (Renz & Petzold, 2006, S.14).

„Ko-respondenz“ ist ein zentraler Begriff der Integrativen Gestalttherapie, der ausdrückt, dass menschliche Individuen stets in Beziehung zu ihrer Umwelt besonders ihren Mitmenschen stehen und ohne sie nicht existieren können. Er lässt sich am einfachsten mit „Begegnung“ und „Auseinandersetzung“ (Petzold, 2003, S. 72) übersetzen. Prozesse der Ko-respondenz finden in wechselseitiger Empathie und in „sozialem Sinnverstehen“ (Petzold, 2003, S. 72) statt. Dadurch wachsen die „Sinnerfassungs-, Sinnverarbeitungs- und Sinnschöpfungskapazität“ (Petzold, 2003, S. 72). Es nehmen die Bewusstheit zu und die unbewussten Anteile ab.

Grundlage dieses Konzepts ist die Erkenntnis, dass das „Ich“ nicht ohne das „Du“ existiert (vgl. Rahm et al., 1999, S. 79). Der Terminus „primordiale Ko-respondenz“ (Rahm et al., 1999, S. 80; vgl. Petzold, 2003, S. 212) meint das Grundvertrauen, das auf einer anstrengungslosen Einbindung und leiblichen Funktionsfähigkeit in die Lebenswelt gründet (vgl. Rahm et al., 1999, S. 80). „Ko-respondenz ist ein synergetischer Prozess direkter und ganzheitlicher Begegnung und Auseinandersetzung zwischen Subjekten auf der Leib-, Gefühls-, und Vernunftebene über ein Thema unter Einbeziehung des jeweiligen Kontextes“ (Renz & Petzold, 2006, S. 6). Das Ziel ist konsensuales Handeln im Therapieprozess (Z.B. ist es für die Entwicklung des Konsenses notwendig, gemeinsam an einer Frage zu arbeiten).

Zielrichtung jedes gestalttherapeutischen Prozesses ist die Hervorbringung bzw. Entwicklung von Sinn aus anderem Sinn bzw. noch unabgeschlossenem/noch nicht vorhandenem Sinn in einem kokreativen Prozess innerhalb einer therapeutischen Beziehung. Dabei geht es bei der Strukturierung des Prozesses weniger um feste Regeln, sondern um Entwicklung des kreativen Prozesses. Der therapeutische Prozess ist sowohl im dyadischen Gespräch wie in verschiedenen Gruppenkonstellationen möglich (vgl. Petzold, 2003, S. 125f.).

In der Initialphase geht es zunächst um die Wahrnehmung der Situation (Kontext), über den die KlientIn mit der TherapeutIn korrespondieren möchte. In der therapeutischen Begegnung wird ein Erfassen des anderen angestrebt, wobei der Wille oder Interesse am Austausch, auf Bindung und Beziehung auf basale Weise vorhanden ist. Je nachdem kann sich daraus ein intersubjektiver Korrespondenzprozess entwickeln. Implizitere Themen werden herausgearbeitet: Kontakt, Sichtung des Materials, Hypothesenbildung, Grobanalyse von Kontext/Kontinuum, Korrespondenz über das Arbeitsklima u.a. Diese Schritte entsprechend weitgehend der „Präparationsphase von kreativen und Problemlösungsprozessen“ (Petzold, 2003, S. 128; vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 148ff.). Regungen, Erfahrungen, Wahrnehmungen werden aufgenommen, um das zentral relevante Thema zu finden. Hintergründe und Kontexte werden erschlossen. Zentrale Bedeutung hat die Entwicklung von „Synergie“ (Petzold, 2003, S. 128) der korrespondierenden Personen und Elemente, sodass eine „Gestalt“ des Themas gebildet werden kann (vgl. Renz & Petzold, 2006, S. 14; vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 150).

5.2.2 Aktionsphase und Verifikationsphase

Vor dem Hintergrund in der vorhergehenden Phase Gestalt gewordenen und nun ruhenden Thema findet eine kreative Inkubationsphase statt. In „Kokreation“ (Ijine, 2007, S. 203) arbeiten KlientIn und TherapeutIn hier synergetisch und ganzheitlich zusammen weiter. Die Gestalt wirkt hierbei weiter. Aus dem gemeinsamen Prozess kommen jeweils die KlientIn – bzw. Gruppenmitglieder (wenn Gruppentherapie) – auf die geöffnete Problemgestalt (offene Gestalt) wieder zurück und können mit spontanen Einfällen bzw. neue Einsichten zu deren Weiterentwicklung beitragen. Die Kreativitätsforschung versteht diese Phase auch als Illuminationsphase (vgl. Petzold, 2003, S. 129). Die Korrespondenz wird weitergebildet. Das Problem läuft aber im Hintergrund oder am Rande mit. Diese Phase ist ein Teil des kreativen Prozesses, der nicht oder kaum bewusst zugänglich bleibt. „Ihre Natur ist schwer durchschaubar“ (Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 151).

Gemeinsam wird nun über Wahrnehmen und Erfassen das Verstehen stimuliert. Der Konsens wird wiederum symbolisch (Bild, Metapher, Material) gefasst, aber kann auch

erklärend wirken. Zuweilen findet ein Konsens in vitaler Evidenz statt und wird als entlastend, befreiend, bewegend, Zugehörigkeit verstärkend erlebt, was sich auch leiblich in Mimik/Gestik ausdrückt. Es zeigt sich ein Höhepunkt der Synergie in der therapeutischen Beziehung, in der das therapeutische Thema in voller Breite klar und deutlich vor Augen steht. Dabei wird der Konsens fixiert bzw. die Bewusstheitslage gefestigt und geklärt (vgl. Petzold, 2003, S. 130; vgl. Renz & Petzold, 2006, S. 14).

Danach folgt die Integrations- bzw. Aktionsphase, in der der vorher gefundene Konsens zum Problem in der Korrespondenz zwischen den Akteuren in Bezug zur Ausgangslage kritisch hinterfragt und auf seinen Sinn/Bedeutung untersucht und auf seine Handlungskonsequenzen hin analysiert wird. Lösungen und Gesichtspunkte werden möglichst eindeutig verbal gefasst, sodass allen Beteiligten das Thema eindeutig bewusst ist („elaborierter Konsens“)(Petzold, 2003, S. 130) und in der gemeinsamen Arbeit zu einem „Konzept“ werden. In der Kreativitätsforschung wird hier von der „Verifikationsphase“ (Petzold, 2003, S. 130; vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 154) gesprochen. Sie kann wieder zu einer neuen Korrespondenzphase führen. Notwendig ist aber, dass die Akteure nun den Prozess weiterentwickeln, z.B. durch Entwicklung von Zielvorstellungen im Kontext/Kontinuum und deren Handlungsumsetzung (vgl. Petzold, 2003, S. 130). Z.B. kann die KlientIn in dieser Phase vergangene „Szenen“ nicht nur benennen, sondern auch Zusammenhänge mit dem Aktuellen herstellen (vgl. Renz & Petzold, 2006, S. 14). Für die Zusammenarbeit bedeutet diese Phase eine stärkere Kooperation.

5.2.3 Neuorientierungsphase

In der Neuorientierungsphase oder „Elaborationsphase“ (Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 156) wird der therapeutische Konsens in Richtung auf eine kooperative Handlung ausgearbeitet (z.B. per Rollenspiel) – entsprechend auf die Lebensumwelt der KlientIn (Alltagssituation). Dazu müssen Ziele klar vorformuliert werden und auf die reale Situation als „creative adjustment“ oder „creative change“ (kreative Einstellung bzw. kreativer Wandel) sowie mögliche Handlungsschritte erarbeitet werden. Dabei wird über Planung und Simulation hinausgegangen, woraus sich allerdings neue Korrespondenzprozesse, -gefüge und -sequenzen heraus entwickeln können, die wiederum auf Konsens basieren (müssen) und neuen Konsens produzieren.

Nach Petzold sind Ko-respondenzprozesse schöpferische Prozesse, d.h. im Kern handelt es sich um Kokreation, um Lebenssituationen konstruktiv zu verändern (vgl. Petzold, 2003, S. 131; vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 156; vgl. Kap. 4.4). „Sie reduzieren Komplexität und erschließen sie zugleich, sie stecken einen Horizont ab und eröffnen damit neue, sie schaffen für eine Zeit fixierte Konzepte, durch die wiederum ein Mehr an fließender Wirklichkeit erschlossen werden kann“ (Petzold, 2003, S. 131). Sie haben immer ein offenes Ende. Die Neuausrichtung auf Neues kann selbst wieder zu Problematisierung, Integration und Neuschöpfung führen. Nach Petzold muss daher ein vierteiliger therapeutischer Prozess angenommen werden (im Gegensatz zu Freud und Perls). Die schöpferische Anpassung des Individuums an seine Umwelt bzw. die Herstellung der individuellen Homöostase kann zwar das Ende des therapeutischen Prozesses sein, aber sie wirkt selbst wieder verändernd auf den Kontext/Kontinuum zurück, d.h. wirkt in gesellschaftlich relevantes Handeln ein. Der Einzelne bzw. die Gruppe müssen sich hier zumindest fragen, wie sich das Ergebnis auf ihren Lebenszusammenhang auswirken kann (vgl. Petzold, 2003, S. 132).

5.2.4 Kooperation und Intersubjektivität

Das Phasenmodell nach Petzold hat zwar erkenntnisfördernden, normativen (sinnfördernden und handlungsbezogenen Wert) und konstitutiven Wert (Wirklichkeit wird begriffen und gestaltet), aber es findet selbstverständlich nicht in dieser idealtypischen Weise statt, sondern umfasst auch zahlreiche Brüche, Blockierungen, Rückschritte, Wechsel und Spannungen sowie einseitige Schwerpunktsetzungen im Korrespondenzprozess. Erforderlich sind die Thematisierungen aller Prozessschritte und Details und damit die notwendige Bewusstheit bei TherapeutIn und KlientInnen. Notwendig ist deshalb ein verständnisorientiertes Vorgehen der Akteure, in der gegenseitige Perspektiven übernommen werden können, Ressourcen und Fähigkeiten geteilt werden („Kompetenz zur Ko-respondenz“) (Petzold, 2003, S. 133). Insbesondere ist die TherapeutIn hier gefordert, Intersubjektivität und Kooperation mit der KlientIn oder zwischen den KlientInnen in der Gruppe herzustellen. Bei erfahrenen Gruppen ist die Regulationsfunktion durch Gruppenleitung zunehmend weniger erforderlich, die GruppenteilnehmerInnen übernehmen diese vermehrt selbst (vgl. Petzold, 2003, S. 133f.; vgl. 132f.; vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 157ff.).

6 Wirkfaktoren in kreativen, gestalttherapeutischen Prozessen

6.1 Die Notwendigkeit der Chaotisierung

Ziel eines kreativen, integrativ-gestalttherapeutischen Prozesses ist die Entstehung oder Entwicklung von etwas Neuem (vgl. Groeben, 2014, o.S.; vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 131).³ Um dies zu erreichen, muss die aktuell bestehende Struktur gelockert und zum Teil aufgelöst werden („Auflösung der Feldorganisation“) (Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 159). Im Rahmen des Figur-Grund-Prozesses (Blankertz & Doubrawa, 2017, S. 75) werden Objekte aus dem Hintergrund abgegrenzt. In dieser Phase werden die Grenzen einer Figur, die bislang aus dem Hintergrund herausgelöst worden war, unscharf und löst sich im Hintergrund wieder auf. Das ist wiederum die Voraussetzung, dass sich etwas Neues konstellieren kann. Winnicott beschreibt diesen Prozess der Wahrnehmung im Entwicklungsprozess des kleinen Kindes, das zwischen innerem Erleben und äußerer Wahrnehmung unterscheiden lernt. Das Übergangsobjekt repräsentiert den Übergang des kleinen Kindes aus der engsten Verbindung mit der Mutter in eine zunehmende Autonomie. In diesem intermediären Erfahrungsbereich entwickelt sich auch im Erwachsenenalter Kreativität in ihren verschiedenen Ausdrucksmöglichkeiten (vgl. Kap. 2.2.2). Auch in gestalttherapeutischen Prozessen ist die Phase des Übergangs bzw. der Chaotisierung hochbedeutsam, denn hierin gründet die menschliche Fähigkeit zur Kreativität, die neben logischen Weltanschauungskonzepten ein Leben lang bestehen bleibt. (vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 160f.).

6.2 Die Fähigkeit, in Kontakt zu treten

„Kontakt“ ist für Goodman und Perls die zentrale Fähigkeit des gesunden Menschen und sein Fehlen Kennzeichen einer Störung, denn der Organismus verfügt über Kon-

³ Baer verweist auf die grundlegenden Unterschiede zwischen kreativen und gestalttherapeutischen Prozessen. In einem Fall handelt es sich um eine Reibung, ein Ringen um mit dem Material und Objekt statt, im therapeutischen Prozess handelt es sich um ein stets dialogisches Ringen mit der TherapeutIn (im Dienst der Problemlösung) (vgl. Baer, 2016, S. 376).

taktfunktionen: Sinnesorgane und „Fähigkeit des Ichs zur Identifikation und Abgrenzung“ (Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 161; vgl. Goodman & Perls, 2007, S. 213f.; vgl. Gremmler-Fuhr, 1999a, S. 365ff.). Wie o.g. ist der Kontakt dadurch gekennzeichnet, dass das Individuum ein Mehr an Energie wahrnimmt, und dann mögliche Handlungsschritte zur Kontaktaufnahme macht. Sind mehrere Persönlichkeitsanteile betroffen, kommt es zu einem stärkeren Kontakt. Dafür ist wiederum Awareness notwendig, um die Figur vor dem Hintergrund gebildet wird; Awareness und Erregung zeigen an, dass die gesamte Persönlichkeit betroffen ist und dementsprechend werden die Chancen erhöht, neue kreative Verknüpfungen, Assoziationen, Einfälle zu bilden, um das anstehende Problem zu lösen. Erst die schöpferische Erregung und die Fähigkeit des Kontaktaufnehmens sorgen für die schöpferische Anpassung (vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 162).

Vielfach sind KlientInnen von einer Kontaktunterbrechung betroffen, d.h. im Hintergrund laufende Störungen verhindern den ausreichenden Kontakt mit der Figur und hemmen die Kontaktfunktionen. Deshalb muss von der TherapeutIn wahrgenommen werden, worin die Störung der KlientIn genau besteht, die den ausreichenden Kontakt blockiert und ob es sich tatsächlich um eine solche handelt (vgl. Gremmler-Fuhr, 1999a, S. 366ff.; 374f.).

6.3 Das Erlebnis einer Grenzsituation

Das Andere bzw. Neue, dass sich im kreativen, gestalttherapeutischen Prozess zeigen soll, wird durch die Erfahrung einer „Grenze“ ausgedrückt bzw. dadurch konstelliert. Dabei ist das Erleben von extremen Gefühlen bestimmt. Nun müssen alle Fähigkeiten und Kräfte voll ausgeschöpft werden und eine hohe Motivation und Entschlossenheit bestehen, um das Neue nun tatsächlich zu erfahren und nicht nur theoretisch anzunehmen. Im therapeutischen Prozess zeigt sich nun die Bereitschaft der KlientIn, von bisherigen sicheren Konzepten und Erleben hin zu unsicheren, abgelehnten Seiten der eigenen Persönlichkeit hinzubewegen und mit ihnen in Kontakt zu treten (vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 162f.). Dieses Neue kann z.B. Rücknahme von psychischen Projektionen sein, bisher Abgelehntes oder Ängstigendes zu tun, unbewusste Arrangements der Bedürfnisbefriedigung zu erkennen oder eine direktere, authentischere Kommunikation umzusetzen. Ggf. kann es zu einem Gipfelerlebnis kommen,

wie es Maslow beschreibt. Generell bleibt dieses Erlebnis aber ein unverfügbares „Widerfahrnis“ (Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 163), das nicht direkt hergestellt werden kann, sondern das auf die Person unerwartet zukommt (Beispiel: May, in: Perls, 2014, S. 108ff.).

6.4 Die Bedeutung des Vertrauens

Damit sich schöpferisch Neues einstellen kann, muss die KlientIn sich sicher fühlen und gehalten wissen – „Ich werde sicher irgendwo anders ankommen, wenn ich das Alte verlasse.“ Dieser wichtige Wirkfaktor kann einerseits in der Person selbst liegen, die bereits eine fördernde, stützende Umwelt hat, positive kindliche Erfahrungen mit ihrer Umwelt gemacht hat oder in einem Glauben an eine Transzendenz (vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 163). Das Erleben des Verwurzeltheits im Leben, ist wesentlich notwendig, um schöpferisch zu sein. Die Integrative Gestalttherapie kann der KlientIn dabei helfen, dieses wiederherzustellen. Die TherapeutIn muss dafür nicht nur die KlientIn ermutigen, in Kontakt mit dem Problem und damit mit sich selbst zu kommen, sondern auch mitfühlend und unterstützend, Vertrauen bildend arbeiten, damit ein schöpferischer Prozess möglich wird (vgl. Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 164). Neben Vertrauen sind Offenheit und Authentizität der TherapeutIn wesentliche Eigenschaften, um ein prosoziales und kokreatives Klima in der Therapie zu entwickeln, um emotionale Sicherheit hervorzubringen (vgl. Petzold, 2003, S. 120).

7 Kreativität im integrativ-gestalttherapeutischen Prozess - Resource für die KlientInnen?

7.1 Relevanz von Kreativität innerhalb des integrativ-gestalttherapeutischen Prozesses

Die AutorInnen der Integrativen Gestalttherapie sehen Kreativität als inhärentes Merkmal des gestalttherapeutischen Prozesses. Sie ist einerseits *conditio humana* und an-

dererseits eine wesentliche Grundlage für psychische Weiterentwicklung und Problemlösung. Das Individuum ist im Sinne dieses Ansatzes per se kreativ und versucht, sein psychisches Ungleichgewicht im Feld immer wieder zu einer Homöostase zu bringen.

In diesem Prozess kann die KlientIn vom grundsätzlich wertschätzenden Umgang der Integrativen GestalttherapeutIn mit ihr selbst profitieren. Im therapeutischen Prozess geht es nicht darum, psychische Fehlfunktionen zu „reparieren“, sondern die vorhandene Fähigkeit zur schöpferischen Anpassung zu stimulieren und daran anzuknüpfen. Die KlientIn begegnet in der Therapie somit einem Gegenüber, welches diese Ressourcenperspektive von vorneherein mitbringt. Verstehende und wahrnehmende Diagnostik und behutsame Interventionen im Kontakt und im gestalterischen Dialog mit der KlientIn ermöglichen der TherapeutIn, sich an die KlientIn und ihr seelisch-leibliches Problem anzunähern, deren Problem und Befinden sowie bisherige Lösungswege und ihre Effekte zu spiegeln, oder sich als konfrontierendes Gegenüber der KlientIn zu präsentieren – alle Elemente des gestalterischen Dialogs dienen der Förderung von breiteren Optionen im Hier und Jetzt (vgl. Baer, 2016, S. 34).

Kreativität innerhalb des gestalttherapeutischen Prozesses und der therapeutischen Beziehung zwischen TherapeutIn und KlientIn ist somit auch dann vorhanden, wenn aktuell keine kreativen Mittel genutzt werden. Das Begreifen und Ergreifen der eigenen Möglichkeiten ist der KlientIn in der Integrativen Gestalttherapie immer möglich. Ihre bisherige kreative Anpassung an ihr Problem wird einerseits gewürdigt, andererseits wird daran gearbeitet, diese Anpassungsmöglichkeiten zu erweitern und zu differenzieren.

Kreativität erschließt neue Lösungswege. Über Kreativität "creare" wird neues erschaffen - festgefahrene Verhaltensmuster werden "aufgeweicht" und über die kreative Auseinandersetzung in einem psychotherapeutischen Prozess können neue Verhaltensweisen zunächst erfahren und später nachhaltig ins Alltagshandeln übergeführt werden.

Der Einsatz von kreativen Mitteln im hier besprochenen Sinne kann diese Prozesse der schöpferischen Anpassung im gestalterischen Dialog deutlich unterstützen. KlientInnen können das Angebot an kreativen Methoden und Materialien nutzen, um ihr psychisches Problem zu differenzieren, wahrnehmend zu entfalten und daraus wieder-

rum neue Lösungsansätze zu generieren. Zwar verfügen sie oft schon selbst über solche „Differenzierungshilfen“ (Baer, 2016, S. 34), aber häufig sind sie ihnen weder bewusst noch direkt zugänglich, u.a. weil sie diesen eigenen Ressourcen nicht durchgehend trauen (vgl. Baer, 2016, S. 34).

Im kreativen Tun können Emotionen und Denkmuster im Kontakt mit ihrem Problem deutlich werden, bisherige Lösungen gestalterisch – malend, formend, vergleichend – in die therapeutische Beziehung eingebracht werden. Alle Gefühle im Zusammenhang mit dem psychischen Problem oder Fragestellungen werden positiv bewertet. Die KlientIn allein kann und darf ihnen die Bedeutung verleihen, die ihr bedeutsam erscheint. Dies kann z.B. durch Farbgebung, Materialgestaltung geschehen. Das gestalterische Material dient dabei als Medium für beide Akteure im gestalterischen Dialog, die Probleme der KlientIn besser und im Detail zu begreifen. Entscheidend ist hierbei, dass die KlientIn ihre eigene Situation genauer „begreifen“ lernt. Wie und mit welchen gestalterischen Mitteln dies geschieht, ist unerheblich. Bedeutsam ist, dass ein Material zur Verfügung steht und genutzt wird, dass der KlientIn in ihrer Situation ein Begreifen ermöglicht. Im kreativen Gestalten kann die KlientIn z.B. an in der Kindheit grundlegende Fähigkeiten anknüpfen und diese als Erwachsene wieder bewusst wahrnehmen. Sie kann die Qualität der Gegenstände und über das spielerische, kreative Experimentieren die vorhandenen vielfältigen Qualitäten des Kontakts begreifen und ergreifen. Das kreative Gestalten ermöglicht der Erwachsenen, diese nicht nur zu wahrzunehmen, sondern auch zu bewerten. Damit führt das gestalttherapeutische Arbeiten in diesem Sinne mit kreativen Mitteln nicht in die Kindheit bloß zurück (was einer Regression gleichkäme), sondern schließt an die lebendigen Anteile an, die in jedem Menschen vorhanden sind und die für die weitere fließende Entwicklung eine Ressource darstellen können.

Ein weiterer Vorteil für die KlientIn und ihren Prozess in der kreativen therapeutischen „Arbeit“ liegt in der Möglichkeit des Experimentierens (vgl. Perls et al., 2016, S. 15; vgl. Winnicott, 2015, S. 124ff.). Die KlientIn wird damit nicht auf die Herstellung eines anerkannten kreativen Produkts fixiert, was zweifellos Hemmungen, Blockaden und Kontaktunterbrechungen provozieren würde, sondern ihr wird ein offener Möglichkeitsraum angeboten, sich selbst in verschiedene Richtungen auszuprobieren, Impulsen zu folgen, Emotionen nachzuspüren und Deutungen zu versuchen. Dabei kann sie die eigenen biographiebezogenen Deutungsmuster verändern, ummodellieren, einer

neuen Deutung zuführen und daraus Handlungsalternativen für ihren Alltag ableiten (vgl. Baer, 2016, S. 303).

Aufgrund ihrer Leiborientierung macht gerade die Integrative Gestalttherapie deutlich, dass seelische Prozesse immer leiblich-ganzheitlich sind. Damit kann die KlientIn einerseits davon profitieren, indem sie nicht auf ihre psychischen Defizite reduziert und fixiert wird (die sie vielleicht in die Therapie geführt haben), andererseits hat sie die Möglichkeit, isolierte Gefühle, Regungen, innere Bilder wieder zu re-integrieren. Denken und Fühlen werden auf diesem Wege wieder zu einer Einheit geführt und können helfen, sich selbst genauer zu fühlen. Dies ist auch und gerade mit kreativen Mitteln möglich, indem die TherapeutIn den leiblich-seelischen Prozess aufmerksam wahrnimmt und im gemeinsamen Gestalten z.B. eines Bildes formuliert und zurückspiegelt. Kreativität im gestalterischen Dialog bedeutet somit insgesamt ein Mehr an Optionen für die KlientIn, zu sich selbst zu kommen und im Alltag handlungsfähiger zu werden. Dabei ist gerade die Kokreativität zwischen ihr und der TherapeutIn eine wichtige Ressource, um sich dem Problem (z.B. einer Musterverhärtung, traumatischem Ereignis, Blockaden, Fehlanpassung) nicht alleine, sondern gemeinsam zu nähern. Das kreative Tun ist somit nicht isoliert, sondern profitiert von den professionellen stützenden Interventionen und der Empathie der TherapeutIn.

8 Fazit

Mit der Leitfrage „Welche Relevanz hat Kreativität innerhalb des gestalttherapeutischen Prozesses und der therapeutischen Beziehung zwischen TherapeutIn und KlientIn und wie können KlientInnen hiervon profitieren?“, zielte die Autorin auf die Bewertung von Kreativität im gestalttherapeutischen Prozess im Hinblick auf den Nutzen und Mehrwert für die KlientInnen ab. Dabei ist sie in ihrer Annahme davon ausgegangen, dass die Integrative Gestalttherapie ein bestimmtes Verständnis von einem therapeutisch begleiteten Prozess hat: Vorhandenes und Vergangenes aus einer anderen Perspektive zu betrachten und zu verstehen, Neues zu entdecken, das Sehen/das Begreifen zu fördern (vgl. Petzold, 2009, S. 314).

Zur Beantwortung der Fragestellung ist demnach zusammenfassend festzuhalten:

Die Integrative Gestalttherapie ist ein komplexes, mehrdimensionales psychotherapeutisches Konzept, das auf der Grundlage des gestaltpsychologischen Kreativitätsverständnisses von der Fähigkeit zur schöpferischen Anpassung eines jeden Menschen an seine Umwelt ausgeht und gleichzeitig bei Bedarf kreative, gestalterische Mittel in der Praxis anwendet. Insofern wendet sich die Integrative Gestalttherapie aus zwei Seiten der Kreativität des Menschen zu: als Grundhaltung und als Methodik.

Der kreative Prozess an sich ist therapeutisch. Als Vermögen, Neues herzustellen, ist Kreativität jedem Menschen von Anfang an gegeben. Auch Menschen, deren Kreativität anscheinend blockiert oder verschüttet ist, kann ein Zugang zu ihren eigenen Gestaltungsmöglichkeiten gezeigt werden. Die Integrative Gestalttherapie eröffnet KlientInnen und TherapeutInnen vielfältige Wege, Kreativität zu nutzen um innere Prozesse 'greifbar' zu machen. Die Integrative GestalttherapeutIn schafft dafür eine Arbeitsumgebung – einen Testraum – worin der KlientIn bzw. die Klientin sich selbst als einen lebendigen Organismus ergründen kann. Mithilfe des breiten Spektrums an Ausdrucksformen kann der Klient bzw. die Klientin sein Erleben konkretisieren, diesem vielfältig Ausdruck geben und erfährt dabei die Möglichkeit, neue heilende Haltungen auszuprobieren und einzuüben (vgl. Zinker 2005, S. 15 ff.)

Kreativität ist ein „offenes Konzept“. Die TherapeutIn arbeitet hypothesenbildend, gegebenenfalls wird sie diese im Prozess wieder verwerfen und neugestalten. Absichten sind demnach die wesentlichen Leitbilder für die therapeutische Arbeit, nicht fixierte Haltungen (vgl. Dresler, 2008, S. 7). Die TherapeutIn geht mit dem Prozess, sie folgt demnach der KlientIn in deren Prozess (vgl. Boeckh 2015, S. 67f.; vgl. Funke, 2000, S. 297).

Durch ihr professionelles Vorwissen kann die Integrative GestalttherapeutIn ein kreativitätsförderliches Umfeld für die KlientIn bereitstellen, in der deren individuellen Prozesse zur Gesund- und Ganzwerdung gewürdigt und zur Weiterentwicklung genutzt werden. Neben Vertrauen sind Offenheit und Authentizität der TherapeutIn wesentliche Eigenschaften, um ein prosoziales und kokreatives Klima in der Therapie zu entwickeln und um emotionale Sicherheit hervorzubringen. Die innere Haltung, die Autonomie einer Klientin oder eines Klienten als wertvoll anzuerkennen und zu schützen - im Sinne der Selbstbestimmung einer Person, trägt dem kreativitätsfördernden Klima zusätzlich bei. Die Integrative Gestalttherapie sieht in der gleichwertigen, respektvollen

Beziehung von KlientIn und TherapeutIn die heilsame Grundlage für die Entfaltung der Potentiale des/r KlientIn (vgl. Boeckh 2015, 43f).

Die Integrative Gestalttherapie ermöglicht dem Klienten bzw. der Klientin über die Anwendung von kreativen Mitteln und dem daraus entstehenden kreativen Wechselspiel aus fixierten Mustern herauszukommen und sie in neue passendere Rollen und Muster zu überführen. Über den kreativen Dialog kann die KlientIn in der Lebendigkeit des Kontakts sich selbst unmittelbar erfahren. Der handelnde Umgang und der sichtbare Ausdruck des Tuns können der KlientIn helfen, Kräfte der Seele aktiv-steuernd zu begreifen und damit neu zu formen, um sie nachhaltig ins Alltagshandeln überzuführen. Auf diese Weise fördert die Kreativität die Flexibilität, die zur schöpferischen Anpassung in kritischen Lebenssituationen nötig ist. Daraus wird dem Menschen mehr Lebendigkeit und Handlungskompetenz ermöglicht. Kreativität ist demnach ein entscheidender Gradmesser für Gesundheit und Wohlbefinden.

LITERATURVERZEICHNIS

- Amendt-Lyon, Nancy (1999): Kunst und Kreativität in der Gestalttherapie. In: Fuhr, Reinhard; Sreckovic, Milan; Gemmler-Fuhr, Martina (Hrsg.): Handbuch der Gestalttherapie. Hogrefe Verlag. Göttingen, S. 857-877.
- Baer, Udo (2016): Gefühlssterne, Angstfresser, Verwandlungsbilder. Kunst- und gestaltungstherapeutische Methoden und Modelle. 9. Auflage. Semnos. Neukirchen-Vluyn/Berlin.
- Bahrenberg, Colja (2016): Übergangsobjekte und Übergangsphänomene. Bedeutsame Begleiter des Kindes in seiner frühen Entwicklung. In: TPS 1 | 2016, S. 32-35. <https://www.fruehe-bildung.online/download.php?id=254>. (10.06.2018).
- Bauer, Joachim (2006): Warum ich fühle, was Du fühlst: Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone. Heyne. München.
- Bauer, Joachim (2010): Das Gedächtnis des Körpers. Wie Beziehungen und Lebensstile unsere Gene steuern. Erweiterte und aktualisierte Neuauflage. Eichborn. Frankfurt/Main.
- Bitzer-Gavornik, Günther (2004): Körperarbeit in der (Integrativen) Gestalttherapie. Hochgerner, Markus; Hoffmann-Widhalm, Herta; Nausner, Liselotte; Wildberger, Elisabeth (Hrsg.): Gestalttherapie. Facultas. Wien, S. 218-231.
- Blankertz, Stefan; Doubrawa, Erhard (2017): Lexikon der Gestalttherapie, gikPRESS, Köln/Kassel. <http://www.gestalttherapie-lexikon.de/feldtheorie.htm>. (12.6.2018).
- Boeckh, Albrecht (2015): Gestalttherapie. Eine praxisbezogene Einführung. Erweiterte und aktualisierte Neuauflage. Kreuz-Verlag, Stuttgart.
- Brodbeck Karl-Heinz (2012): Zur Philosophie der Kreativität. Historische und interdisziplinäre Aspekte. <http://www.khbrodbeck.homepage.t-online.de/philkrea.pdf>. (10.06.2018).
- Buber, Martin (1999): Das dialogische Prinzip. 14. Auflage. Gütersloher Verlagshaus. Gütersloh.
- Bünthe-Ludwig, C. (1984). Gestalttherapie - Integrative Therapie. Leben heißt wachsen. In: Petzold, Hilarion G. (Hrsg.): Wege zum Menschen. Methoden und Persönlichkeiten moderner Psychotherapie Bd.1. Junfermann. Paderborn, S. 217-308.

Burow, Olaf-Axel (1999). Die Individualisierungsfalle. Kreativität gibt es nur im Plural. Klett-Cotta. Stuttgart.

Burow, Olaf-Axel (2001): Ganzheit, Gestalt, Gestalttherapie. In: Antor, Georg; Bleidick, Ulrich (Hrsg.): Handlexikon der Behindertenpädagogik. Schlüsselbegriffe aus Theorie und Praxis. Kohlhammer. Stuttgart, S. 245-248. http://www.uni-kassel.de/fb1/burow/aob/burow_texte/ganzheit_gestalt_therapie.pdf. (16.06.2018).

Csikszentmihalyi, M. (1996). Creativity: Flow and the psychology of discovery and invention. Harper/Collins. New York, pp. 107-126.

Csikszentmihalyi, M. (2014): FLOW und Kreativität. Wie Sie Ihre Grenzen überwinden und das Unmögliche schaffen. Klett-Cotta. Stuttgart.

Dresler, Martin (2008): Einleitung: Kreativität als offenes Konzept. In: Dresler, Martin; Baudson, Tanja G (2008): Kreativität. Beiträge aus den Natur- und Geisteswissenschaften. Hirzel. Stuttgart, S. 7-20.

Duncker, Karl (1966): Zur Psychologie des produktiven Denkens, 2. unveränderter Neudruck. Springer. Berlin u.a.

Eckert, Jochen; Kriz, Jürgen (2012): Humanistische Psychotherapieverfahren. In: Senf, Wolfgang; Broda, Michael (Hrsg.): Praxis der Psychotherapie: Ein integratives Lehrbuch. 5. Aufl. Thieme. Stuttgart, S. 256-279.

Eisler-Stehrenberger, Karin (2007): Kreativer Prozeß - Therapeutischer Prozeß. In: Petzold, Hilarion, G. (Hrsg.): Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Theorie und Praxis. Band I. 4. Auflage. Aisthesis Verlag. Bielefeld und Locarno, S. 113-168.

Faltin, Günter (2008): Kopf schlägt Kapital: die ganz andere Art, ein Unternehmen zu gründen: Von der Lust, ein Entrepreneur zu sein. Hanser, München.

Frambach, Ludwig (2006): Das weltenschwangere Nichts - Salomo Friedlaenders „Schöpferische Indifferenz“. In: Spagnuolo Lobb, Margherita, Amendt-Lyon, Nancy (Hrsg.): Die Kunst der Gestalttherapie. Eine schöpferische Wechselbeziehung. Springer. Wien, S. 129-144.

Friedli, Richard (2008): Schöpfung. I. Religionsgeschichtlich. In: Religion in Geschichte und Gegenwart (RGG) Bd. 7 (42008), Sp. 967-970.

Funke, Joachim (2000): Psychologie der Kreativität. In: Holm-Hadulla, R.M. (Hrsg.): Kreativität. Springer. Heidelberg und Berlin, S. 283-300. http://www.psychologie.uni-heidelberg.de/ae/allg/mitarb/jf/Funke_2000_Kreativitaet.pdf. (24.5.2018).

Gawlick, Ramona (2013): Kurt Lewin. Lewins Feldtheorie. Definition und Erklärung anhand von Beispielen. Ochtrup. <http://www.kurt-lewin.de/feldtheorie.shtml>. (12.6.2018).

Geroulanos, Stefanos; Meyers, Todd (2014): Experimente im Individuum. Kurt Goldstein und die Frage des Organismus. August Verlag. Berlin.

Goldstein, Kurt (1934/2014): Der Aufbau des Organismus. Einführung in die Biologie unter besonderer Berücksichtigung der Erfahrungen am kranken Menschen (Übergänge, Band 62). Wilhelm Fink Verlag. Paderborn.

Goodman, Paul; Perls, Fritz (2007): Schöpferische Anpassung. In: Petzold, Hilarion, G. (Hrsg.): Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunst-therapie. Theorie und Praxis. Band II. 4. Auflage. Aisthesis Verlag. Bielefeld und Locarno, S. 213-222.

Gremmler-Fuhr, M. (1999a): Grundkonzepte und Modelle der Gestalttherapie. In: Fuhr, Reinhard; Sreckovic, Milan; Gemmler-Fuhr, Martina (Hrsg.): Handbuch der Gestalttherapie. Hogrefe Verlag. Göttingen, S. 345-392.

Gremmler-Fuhr, M. (1999b): Dialogische Beziehung in der Gestalttherapie. In: Fuhr, Reinhard; Sreckovic, Milan; Gemmler-Fuhr, Martina (Hrsg.): Handbuch der Gestalttherapie. Hogrefe Verlag. Göttingen, S. 393-416.

Groeben, Norbert (2013): Kreativität – Originalität jenseits des Genialen. Primus. Darmstadt.

Groeben, Norbert (2014). Kreativität. In: Wirtz, M. A. (Hrsg.): Dorsch – Lexikon der Psychologie, 18. Aufl. Hogrefe, Bern, S. 894. <https://m.portal.hogrefe.com/dorsch/kreativitaet/>.

Guilford, Joe P. (1950): Creativity. In: American Psychologist 5, pp. 444-454.

Gunton, Colin E. (2008): Schöpfung. IV. Theologiegeschichtlich. In: Religion in Geschichte und Gegenwart (RGG) Bd. 7 (4²⁰⁰⁸), Sp. 974-978.

Guss, Kurt (1977): Einführung in die Gestalttheorie. In: Guss, Kurt (Hrsg.): Gestalttheorie und Erziehung. Steinkopff. Darmstadt, S. 1-25. https://www.academia.edu/34054856/Einf%C3%BChrung_in_die_Gestalttheorie_1977. (4.7.2018).

Hartmann-Kottek, Lotte (2008): Gestalttherapie. 2. Aufl. Springer. Berlin.

Hartmann-Kottek, Lotte (2012): Gestalttherapie. 3. Aufl. Springer. Berlin.

Heller, Kurt A. (2000): Kreativität. In: Lexikon der Psychologie. Spektrum Akademischer Verlag. Heidelberg. <https://www.spektrum.de/lexikon/psychologie/kreativitaet/8300>. (09.06.2018).

Höll, Kathleen (2005): Diagnostik in der Integrativen Gestalttherapie. In: Bartuska, Heinrich, Buchsbaumer, Manfred, Mehta, Gerda, Pawlowsky, Gerhard, Wiesnagrotzki, Stefan (Hrsg.): Psychotherapeutische Diagnostik. Leitlinien für den neuen Standard. Springer. Heidelberg und Berlin, S. 101-103.

Holm-Hadulla, R.M. (2011): Kreativität zwischen Schöpfung und Zerstörung. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen.

Ijine, Vladimir N. (2007): Kokreation – die leibliche Dimension des Schöpferischen – Aufzeichnungen aus gemeinsamen Gedankengängen. Unter Mitarbeiter von H. Petzold und J. Sieper. In: Petzold, Hilarion, G. (Hrsg.): Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Theorie und Praxis. Band I. 4. Auflage. Aisthesis Verlag. Bielefeld und Locarno, S. 203-212.

Janowski, Bernd (2008): Schöpfung II. Altes Testament. In: Religion in Geschichte und Gegenwart (RGG) Bd. 7 (42008), Sp. 970-973.

Knill, Paolo (2007): Neue Entwicklungen der Therapie mit kreativen Mitteln. In: Petzold, Hilarion, G. (Hrsg.): Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Theorie und Praxis. Band I. 4. Auflage. Aisthesis Verlag. Bielefeld und Locarno, S. 93-111.

Koestler, Arthur (1966): Der göttliche Funke. Der schöpferische Akt in Kunst und Wissenschaft. Scherz. Bern.

Lenk, Hans (2000): Kreative Aufstiege. Zur Philosophie und Psychologie der Kreativität. Suhrkamp. Frankfurt/Main.

Metzger, Wolfgang (1962): Schöpferische Freiheit. 2. Aufl. Waldemar Kramer Verlag. Frankfurt am Main.

Metz-Göckel, Hellmuth (2016): Prinzipielle Bemerkungen zur gestalttheoretischen Programmatik. In: Metz-Göckel, Hellmuth (Hrsg.), Gestalttheorie und kognitive Psychologie. Die Bedeutung der Gestalttheorie für unser Erleben und Verhalten erkennen. Springer. Berlin und Heidelberg, S. 15-19.

Michael, William B. (1999): Guilford's View. In: Runco, Mark; Pritzkerpp, Steven (Eds.): Encyclopedia of Creativity. Elsevier Academic Press. Burlington/San Diego/London, pp. 785-799.

Müller, Bertram (1999): Ein kategoriales Modell gestalttherapeutischer Diagnostik. In: Fuhr, Reinhard; Sreckovic, Milan; Gemmler-Fuhr, Martina (Hrsg.): Handbuch der Gestalttherapie. Hogrefe Verlag. Göttingen, S. 647-672.

Müller, Bertram (2004): Das Konzept des Willens bei Otto Rank. In: Petzold, Hilarion G.; Sieper, Johanna (Hrsg.): Der Wille in der Psychotherapie. Band 1: Tiefenpsychologische und humanistische Verfahren. Vandenhoeck & Ruprecht. Göttingen, S. 127-163.

Nausner, Liselotte (1999): Phänomenologische und hermeneutische Grundlagen der Gestalttherapie. In: Fuhr, Reinhard; Sreckovic, Milan; Gemmler-Fuhr, Martina (Hrsg.): Handbuch der Gestalttherapie. Hogrefe Verlag. Göttingen, S. 463-484.

Nausner, Liselotte (2017): Gestalt und Wandel. Hilarion Petzold und die Gestalttherapie [1]. In: Resonanzen. Dialoge in Psychosomatischer Medizin, Psychotherapie, Supervision und Beratung. 1/2017, S. 3-28. <https://www.resonanzen-journal.org/index.php/resonanzen/article/view/397/349>.

Nausner, Liselotte (o.J.): Integrative Gestalttherapie. Bewußtwerden und „Gestalt“. Kontakt als psychisches Grundbedürfnis. [https://www.inter-uni.net/download/bibliothek/RES Perls integrative Gestalttherapie.pdf](https://www.inter-uni.net/download/bibliothek/RES%20Perls%20integrative%20Gestalttherapie.pdf). (24.6.2018).

Nevis, Edwin C. (2006): Kreativitätshemmnisse in Organisationen. In: Spagnuolo Lobb, Margherita, Amendt-Lyon, Nancy (Hrsg.): Die Kunst der Gestalttherapie. Eine schöpferische Wechselbeziehung. Springer. Wien, S. 331-343.

Nitsch-Berg, Helga; Kühn, Hiltraud (2000a): Kreative Medien und die Suche nach Identität. Methoden Integrativer Therapie und Gestaltpädagogik für psychosoziale Praxisfelder, Band I. EHP. Köln.

Nitsch-Berg, Helga; Kühn, Hiltraud (2000b): Kreative Medien und die Suche nach Identität. Methoden Integrativer Therapie und Gestaltpädagogik für psychosoziale Praxisfelder, Band II. EHP. Köln.

Oerter, Rolf (1999): Psychologie des Spiels. Beltz. Weinheim.

Orth, Ilse; Petzold, Hilarion G. (2004): Theoriearbeit, Praxeologie und therapeutische Grundregel. Zum transversalen Theoriegebrauch, kreativen Medien und methodischer und „sinnlicher Reflexivität“ in der Integrativen Therapie mit suchtkranken Menschen. In: Petzold, Hilarion G. (Hrsg.): Integrative Suchttherapie: Theorie, Methoden, Praxis, Forschung, Bd. 1. SpringerVS. Wiesbaden, S. 297-342.

Pauls, Helmut (2018): Gestalttherapie. In: Wirtz, Markus Antonius (Hrsg.): Dorsch – Lexikon der Psychologie. Hogrefe. Göttingen. <https://portal.hogrefe.com/dorsch/gestalttherapie-1/>. (29.06.2018).

Perls, Frederick S. (1978): Das Ich, der Hunger und die Aggression. 6.Auflage. Clett-Cotta. Stuttgart.

Perls, Frederick S. F., Hefferline Ralph, F., Goodman, Paul (2013): Gestalttherapie. Grundlagen der Lebensfreude und Persönlichkeitsentfaltung. 7. Auflage. Klett Cotta.

Perls, Frederick S.; Hefferline Ralph F., Goodman, Paul (2016): Gestalttherapie. Zur Praxis der Wiederbelebung des Selbst. 10. Aufl. Klett Cotta. Stuttgart.

Perls, Frederick S: (2014): Gestalt-Therapie in Aktion. 11. Aufl. Klett Cotta. Stuttgart.

Petzold, Hilarion G. (1971): Der Beitrag kreativer Therapieverfahren zu einer erlebnisaktivierenden Erwachsenenbildung. Vortrag. VHS Dormagen und Büderich. 1.6.1971. VHS Büderich.

Petzold, Hilarion G. (1977). Die Rolle der Medien in der integrativen Pädagogik. In: Petzold, Hilarion G.; Brown, G. (Hrsg.): Gestaltpädagogik. Konzepte der integrativen Erziehung. Pfeiffer. München. S. 101-123. <http://www.fpi-publikation.de/images/stories/downloads/textarchiv-petzold/petzold-1977c-die-medien-in-der-integrativen-paedagogik-und-therapie.pdf>. (07.07.2018).

Petzold, Hilarion G. (1999): Gestalttherapie aus Sicht der Integrativen Therapie. Kritische Einschätzungen und Perspektiven. In: Fuhr, Reinhard; Sreckovic, Milan; Gemmler-Fuhr, Martina (Hrsg.): Handbuch der Gestalttherapie. Hogrefe Verlag. Göttingen, S. 309-328.

Petzold, Hilarion G. (2003): Integrative Therapie. Modelle, Theorien und Methoden einer schulenübergreifenden Psychotherapie, Bd. I-III. 2. Aufl. Junfermann. Paderborn.

Petzold, Hilarion G.; Orth, Ilse (2007): Die neuen Kreativitätstherapien – Formen klinischer Kunsttherapie und Psychotherapie mit kreativen Medien. In: Petzold, Hilarion,

G. (Hrsg.): Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunst-therapie. Theorie und Praxis. Band I. 4. Auflage. Aisthesis Verlag. Bielefeld und Locarno, S. 15-30.

Petzold, Hilarion G.; Sieper, Johanna (1988/2017): Die FPI-Spirale – Symbol des "heraklitischen Weges". <https://www.fpi-publikation.de/images/stories/downloads/polyloge/petzold-sieper-1988b-2017-die-fpi-spirale-symbol-des-heraklitischen-weges-polyloge-24-2017.pdf>. (6.7.2018).

Petzold, Hilarion, G. (2007): Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Theorie und Praxis. Band I. 4. Auflage. Aisthesis Verlag. Bielefeld und Locarno.

Petzold, Hilarion, G. (2007): Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Theorie und Praxis. Band II. 4. Auflage. Aisthesis Verlag. Bielefeld und Locarno.

Portele, H. (1999): Gestaltpsychologische Wurzeln der Gestalttherapie. In: Fuhr, Reinhard; Sreckovic, Milan; Gemmler-Fuhr, Martina (Hrsg.): Handbuch der Gestalttherapie. Hogrefe Verlag. Göttingen, S. 265-278.

Rahm, Dorothea; Otte, Hilka; Bosse, Susanne; Ruhe-Hollenbach, Hannelore (1999): Einführung in die integrative Therapie: Grundlagen und Praxis, 4. Aufl. Junfermann. Paderborn.

Reckwitz, Andreas (2013): Die Erfindung der Kreativität. In: Kulturpolitische Mitteilungen Nr. 141, II/2013, S. 23-34. https://www.kupoge.de/kumi/pdf/kumi141/kumi141_23-34.pdf. (10.6.2018).

Renz, Hermann; Petzold, Hilarion G. (2006): Therapeutische Beziehungen – Formen „differentieller Relationalität“ in der integrativen und psychodynamisch-konflikttherapeutischen Behandlung von Suchtkranken. POLYLOGE - Materialien aus der Europäischen Akademie für psychosoziale Gesundheit. Eine Internetzeitschrift für „Integrative Therapie“ (peer reviewed) 13/2006. <http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/13-2006-renz-herrmann-michelbach-petzold-h-g-therapeutische-beziehungen.html>. (28.5.2018).

Richter, Kurt F. (2011): Erzählweisen des Körpers. Kreative Gestaltarbeit in der Therapie, Beratung, Supervision und Gruppenarbeit. 2. Aufl. Vandenhoeck & Ruprecht. Göttingen.

Runco, Marc A. (2004): Creativity. In: Annual Review of Psychology 2004 Vol. 55, pp. 657-687. <http://people.wku.edu/richard.miller/creativity.pdf>. (28.5.2018).

Runco, Marc A. (2007): Creativity. Theories and Themes: Research, Development, and Practice. Elsevier Academic Press. Burlington/San Diego/London.

Spagnuolo Lobb, Margherita (2006): Die therapeutische Begegnung — eine improvisierte Kokreation. In: Spagnuolo Lobb, Margherita, Amendt-Lyon, Nancy (Hrsg.): Die Kunst der Gestalttherapie. Eine schöpferische Wechselbeziehung, Wien: Springer, S. 45-59.

Spagnuolo Lobb, Margherita; Amendt-Lyon, Nancy (2006): Die Kunst der Gestalttherapie. Eine schöpferische Wechselbeziehung, Springer Verlag, Wien.

Spagnuolo Lobb, Margherita; Amendt-Lyon, Nancy (2006): Vorwort. In: Spagnuolo Lobb, Margherita, Amendt-Lyon, Nancy (Hrsg.): Die Kunst der Gestalttherapie. Eine schöpferische Wechselbeziehung. Springer. Wien, S. I-XI.

Staemmler Frank-M. (1993): Therapeutische Beziehung und Diagnose. Gestalttherapeutische Antworten. Pfeiffer. München.

Staemmler, Frank-M. (1999): Gestalttherapeutische Methoden und Techniken. In: Fuhr, Reinhard; Sreckovic, Milan; Gemmler-Fuhr, Martina (Hrsg.): Handbuch der Gestalttherapie. Hogrefe Verlag. Göttingen, S. 439-460.

Fuhr, Reinhold; Sreckovic, Milan; Gremmler-Fuhr, Martina (1999): Gestalttherapeutische Diagnostik und klinische Gestalttherapie – Eine Einführung. In Fuhr, Reinhard; Sreckovic, Milan; Gemmler-Fuhr, Martina (Hrsg.): Handbuch der Gestalttherapie. Hogrefe Verlag. Göttingen, S. 635-646.

Staemmler, Frank-M. (2009a): Empathie in der Psychotherapie aus neuer Perspektive. Dissertation. Universität Kassel. Kassel. <https://kobra.bibliothek.uni-kassel.de/bitstream/urn:nbn:de:hebis:34-2009022526404/3/DissertationStaemmler.pdf>. (28.6.2018).

Staemmler, Frank-M. (2009b): Zusammenfassung der Dissertation "Empathie in der Psychotherapie aus neuer Perspektive" von Frank-M. Staemmler. www.uni-kassel.de/fb1/burow/downloads/Staemmler_Summary.pdf. (28.6.2018).

Staudinger, Karl-Heinz (o.J.): Der Gestaltzyklus des Erlebens. Mauthausen. <http://www.psychotherapie-gemeinschaftspraxis.at/weiter/>. (24.6.2018).

Stern, Daniel M. und die Boston Change Process Study Group (2006): Auf der anderen Seite des Mondes: Die Bedeutung impliziten Wissens für die Gestalttherapie. In: Spagnuolo Lobb, Margherita; Amendt-Lyon, Nancy (Hrsg.): Die Kunst der Gestalttherapie. Eine schöpferische Wechselbeziehung, Springer. Wien, S. 27-44.

Stockhammer, Helmut (1997): Sozialisation und Kreativität. Theorien, Techniken, Materialien. Gekürzte Onlinefassung 1997 des im Verlag des Verbandes der wissenschaftlichen Gesellschaft Österreichs (Wien 1983) erschienenen Buches <http://wwwu.uni-klu.ac.at/hstockha/neu/html/sozialisationundkreativitaet.htm>.

(4.7.2018).

Trautmann-Voigt, Sabine; Voigt, Bernd (2007): Körper-Phänomene und ihre Bedeutung für psychotherapeutische Integrationsbemühungen. In: Trautmann-Voigt, Sabine; Voigt, Bernd (Hrsg.): Körper und Kunst in der Psychotraumatologie. Schattauer. Stuttgart, S. 41-46.

Universität Kassel (Hrsg.)(o.J.): Kreativität Definitionen. Kassel. http://www.uni-kassel.de/fb1/burow/lehre/Krea_Definitionen.ppt.pdf. (2.3.2018).

Vogt, Thomas (2010): Kalkulierte Kreativität. Die Rationalität kreativer Prozesse, VS-Verlag/Springer. Wiesbaden.

Von Wiesel, Carsten (2012): Wissenschaftliche Kreativität. Arbeitspapier 251). Hans-Böckler-Stiftung. Düsseldorf. https://www.boeckler.de/pdf/p_arbp_251.pdf. (10.06.2018).

Wertheimer, Max (1925): Vortrag vor der KANT-Gesellschaft, Berlin, am 17. Dezember 1924. Abgedruckt in Philosophische Zeitschrift für Forschung und Aussprache 1, 39-60 (1925) und als Sonderdruck: Erlangen: Verlag der philosophischen Akademie (1925). Reprint in: GESTALT THEORY, Vol. 7 (1985), No. 2. Westdeutscher Verlag. Opladen, S. 99-120. <http://gestalttheory.net/gta/Dokumente/gestalttheorie.html>. (4.7.2018).

Wertheimer, Max (1945/2016): Zwei Jungen spielen Federball. In: Metz-Göckel, Hellmuth (Hrsg.): Gestalttheorie und kognitive Psychologie. Die Bedeutung der Gestalttheorie für unser Erleben und Verhalten erkennen. Springer. Berlin und Heidelberg, S. 87-94.

Wertheimer, Max (1964): Produktives Denken. 2. Aufl. Waldemar Kramer Verlag. Frankfurt/Main.

- Wheeler, Gordon (2006): Jenseits des Individualismus. Für ein neues Verständnis von Selbst, Beziehung und Erfahrung. Peter Hammer Verlag. Wuppertal.
- Winnicott, Donald W. (2007): Das Konzept der Kreativität. In: Petzold, Hilarion, G. (Hrsg.): Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Theorie und Praxis. Band I. 4. Auflage. Aisthesis Verlag. Bielefeld und Locarno, S. 227-235.
- Winnicott, Donald W. (2015): Vom Spiel zur Kreativität. 14. Auflage. Klett Cotta.
- Wirtz, M.A. (Hrsg.)(2018): Kohärenz. In: Wirtz, M.A. (Hrsg.): Dorsch – Lexikon der Psychologie. <https://portal.hogrefe.com/dorsch/kohaerenz/>. (28.5.2018).
- Wolf, Silke (2017): Kleine Gestaltkunde- Gestalttherapie zum Kennenlernen. Berlin 10.2.2017. https://www.silke-wolf-gestalttherapie.de/fileadmin/user_upload/KLEINE_GESTALTKUNDE_2-17.pdf. (16.06.2018).
- Yontef, Gary M. (1993): Awareness, Dialogue & Process: Essays on Gestalt Therapy. The Gestalt Journal Press. Goldboro.
- Zec, Marin (2018): Was ist Kreativität? München. <https://kreativitaetstechniken.info/was-ist-kreativitaet/>. (2.3.2018).
- Zinker, Joseph (2005): Gestalttherapie als kreativer Prozeß. 7.Auflage. Junfermannsche Verlagsbuchhandlung. Paderborn.

ABKÜRZUNGSVERZEICHNIS

d. Verf.	Die Verfasserin
i.d.R.	In der Regel
o.J.	Ohne Jahresangabe (nur bei Internetseiten)
o.S.	Ohne Seitenangabe (nur bei Internetseiten)