Zeitschrift: Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft
Herausgeber: Pro Senectute Basel-Stadt
Band: - (2021)
Heft: 3: Farbe

Artikel: Gespräch : "Man kann ein Bild nicht unabhängig vom Menschen anschauen"
Autor: Braun, Evelyn / Steinmann, Barbara
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1036881

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Gespräch

«Man kann ein Bild nicht unabhängig vom Menschen anschauen»

Die Anthroposophische Akademie für Therapie und Kunst in Dornach befindet sich einen Steinwurf vom Goetheanum entfernt. Im Atelier mit seinen raumfüllenden Fenstern und dem schönen Licht gibt uns Kunsttherapeutin Barbara Steinmann einen Einblick in die Anthroposophische Maltherapie.

Interview **Evelyn Braun** · Fotos **Claude Giger**

Barbara Steinmann

ist diplomierte Kunsttherapeutin ED mit eigener Praxis in Basel und Mitleiterin der eidgenössisch anerkannten vierjährigen Ausbildung für anthroposophische Mal- und Plastiziertherapie in Dornach.
Als Supervisorin begleitet sie zudem mit kunstbasierten Methoden der intermedialen Kunsttherapie Menschen in Veränderungsprozessen.

→ studiengang-kunsttherapie.ch

Auf den grossen Tischen liegen – selbstverständlich anonym – Arbeiten von Menschen, die mit Aquarellen, mit Farbverläufen, mit einmal kräftigen, einmal zarten Regenbogen, mit Farbbewegungen näher zu sich selbst gefunden haben. «Wir gehen davon aus, dass der Geist nie krank ist, sondern dass der Geist mit der Hülle ein Problem hat», sagt Barbara Steinmann. In der Maltherapie – sie ist neben Plastizieren, Musik und Sprache nur eine der möglichen Richtungen der Anthroposophischen Kunsttherapie (AKT) – geht die Therapeutin mit den Patientinnen und Patienten gemeinsam auf den heilenden Weg. Mit deren Sinneserfahrungen und mit ihren eigenen.
Barbara Steinmann gibt Farbe in eine Schale, taucht den Pinsel in Wasser, streicht ab. Das Verlaufende wird durch eine bestimmte Technik erzielt, die sehr typisch ist für anthroposophische Malerei: Nass in Nass, Wasser lässt die Pflanzenfarben leuchten.

Akzent Magazin: **Was war Ihr persönlicher Zugang zur AKT? Waren Sie Anthroposophin?**
Barbara Steinmann: Nein, überhaupt nicht. Ich habe Kunstgeschichte studiert und Germanistik und bin da über Goethe richtig gestolpert. Vor allem über seinen Satz: «Das Wichtigste, was mir am Herzen lag, war meine Farbenlehre.» Er sagte das, der Gigant der Literatur und des Worts. Das hat mich so fasziniert. Ich spürte bald, dass für mich die Trennung «Hier ist die Wissenschaft, und hier ist der Mensch», nicht stimmt. Ich wollte wissen, was der Sinn des Ganzen ist. Kunst ist Bewusstseinsentwicklung.

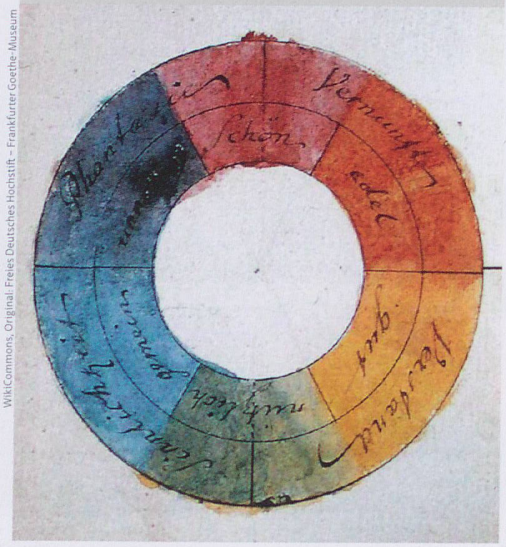
«Ich wollte wissen, was der Sinn des Ganzen ist. Kunst ist Bewusstseinsentwicklung.»

Muss jemand anthroposophisches Wissen haben für eine erfolgreiche Therapie?
Nein, es ist eher umgekehrt: Viele Leute fangen an, sich für die anthroposophischen Herangehensweisen zu interessieren, wenn sie in einer Klinik oder Praxis auf die Therapie stossen.

Barbara Steinmann therapiert ihre Patienten mit der Hilfe von Farben. ▶

Anthroposophische Kunsttherapie (AKT)

Die AKT baut auf der Farbenlehre von Goethe auf. Goethe hat die Phänomenologie begründet. Gemäss ihr ist jeder Mensch mit seinen Sinnen fähig, die Welt zu sehen und sie zu verstehen. Er hat die Naturphänomene wahrgenommen, sie beschrieben und darauf seine Farbenlehre gegründet. Diese geht von der Ganzheit der Farben aus. Es gibt die drei Grundfarben Gelb, Rot und Blau und ihre Mischfarben Grün, Orange und Violett. Goethes Farbtheorie beruht auf dem polaren Gegensatz zwischen Hell und Dunkel, zwischen Licht und Finsternis – zwischen Gelb und Blau. Gelb liegt demnach an der Grenze zur Helligkeit und Blau an der Grenze zur Dunkelheit. Alle anderen Farben entstehen aus einer Mischung dieser beiden Pole beziehungsweise einer Steigerung der beiden durch die Beimischung von Rot bis zum reinen Rot im Scheitelpunkt des Kreises.



WikiCommons, Original: Freies Deutsches Hochstift – Frankfurter Goethe-Museum

Johann Wolfgang von Goethe: Farbenkreis zur Symbolisierung des menschlichen Geistes- und Seelenlebens, 1809. Das Schema illustriert das Kapitel «Allegorischer, symbolischer, mystischer Gebrauch der Farbe».

Im Atelier in Dornach

Für wen eignet sich die AKT?
Für alle Menschen, für alle Altersstufen und für alle Erkrankungen und Störungen. In der Maltherapie wählt die Therapeutin im Erstgespräch die Methode und das Material. Je nach Indikation und individueller Situation können das mineralische Farben sein, Grafitstifte, Bleistifte, Buntstifte, Tusche, Kohle oder Ton. Es gibt klare Indikationen und klare Kontraindikationen, beziehungsweise hilfreiche Methoden oder weniger geeignete.

Zum Beispiel?
Wenn jemand sich gerade in einem Auflösungszustand befindet, hysterisch ist oder psychotisch, würde ich als Maltherapeutin eher plastizieren, mit Ton arbeiten. Weil Farbe diese Zustände noch potenzieren kann. Spürt eine Person etwa sklerotische Verhärtungen, würde ich eher zu Pflanzenfarben tendieren, die weich sind, fliessend. In der AKT geht man davon aus, dass es eine mineralische Welt gibt, in der es Festigkeit, Strukturen gibt. Die haben wir im Körper und in der Pflanzenwelt. Dann gibt es die seelische Ebene, das sind die Vitalkräfte im Menschen. Allein durch das Erleben der Farbe kann seelische Beweglichkeit angeregt werden.

> «In der Therapie wirft man Werke nicht fort. Sich selbst wirft man ja auch nicht fort. In einem Werk steckt etwas von einem selbst.»

Verlassen Sie sich bei einer Therapie auf die Diagnose einer Ärztin oder eines anthroposophischen Arztes?
Ja, auf eine ärztliche Diagnose, die aber keineswegs von einem anthroposophischen Arzt sein muss. Viele Klientinnen

und Klienten kommen auch selbständig, von sich aus, weil sie spüren, hier haben sie einen Knopf, den sie lösen möchten.

Was sind das für Leiden, eher psychische oder körperliche?
Eigentlich können Sie mit der AKT jede Krankheit erreichen. Wir gehen von der seelischen Mitte aus und regen durch die kreative Eigenaktivität Prozesse an, die auf das tiefer liegende physiologische Geschehen wirken: auf die Atmung, die Erwärmung, die Ernährung, auf Absonderungs-, Wachstums- und Regenerationsprozesse.

Ich verstehe das so, dass Sie von diesen Prozessen ausgehen, diese nutzen und verstärken?
Ja genau. Man schaut, wo steht der Klient oder die Klientin, und was ist das Ziel. Was will er oder sie erreichen? Man zielt auf Veränderung, auf Metamorphose. Bei einer Krankheit ist ja nicht immer die Heilung das Ziel. Es gibt chronische Krankheiten, da kann auch ein versteckter Krankheitsgewinn ein Thema sein, die Suche nach Aufmerksamkeit, nach Liebe. Manchmal geht es auch einfach darum, Ja zur Krankheit zu sagen.

Sie arbeiten nicht über den Intellekt?
Nein, gar nicht, und auch nicht über die Psyche im Sinne der Analyse. Das künstlerische Werk steht im Zentrum – und beide, Therapeutin und Klient, schauen auf das Werk. Das Werk widerspiegelt etwas von ihrem Innern. Und gemeinsam schauen sie, was sich zeigt.

Wie lange dauert eine Therapie?
Das ist ganz unterschiedlich. Es gibt Metamorphosen-Reihen, da gehen Sie Schritt für Schritt bei jeder Sitzung weiter. Es kann auch nur eine Stunde sein, in der man schaut, was der Rhythmus des Klienten ist, was ihn interessiert. Wenn er mag, kann er das Werk in der nächsten Stunde wieder aufnehmen. Bei der Nass-in-Nass-Technik taucht er das Blatt ins Wasserbad und kann dann in der nächsten Stunde damit weiterarbeiten, indem er es wieder nässt. In der AKT wirft man Werke nicht fort. Sich selbst wirft man ja auch nicht fort. In einem Werk steckt etwas von einem selbst.

Mit der Idee, dass man es eines Tages wieder hervorholt?
Eigentlich nicht. Eine prozesshafte Therapie braucht den Werkprozess. Vielleicht ist am Schluss etwas da, weil die Form und der Stoff so miteinander gerungen haben, ein Kunstwerk, das auch eine Harmonie erreicht hat. Vielleicht wird es aber auch nicht harmonisch. Sie haben sehr viel damit gearbeitet, aber es ist kein Kunstwerk.

Es geht also nicht um das Erschaffen von Kunst?
In der Kunsttherapie arbeiten wir mit den Mitteln der Kunst. Das künstlerische Arbeiten ist der Prozess, und das Produkt dieses Prozesses ist das Werk. Die Betonung liegt auf dem Prozess. Wenn dann ein künstlerisches Werk entsteht – wunderbar.

Wie gehen Sie konkret vor, wenn jemand zu Ihnen kommt?
Der Klient oder die Klientin kommt mit einem Anliegen, und man legt gemeinsam ein Ziel fest. Ich mache ein Angebot, welche Materialien und welche Technik sich dafür eignen. Sie zum Beispiel würden vielleicht zuerst ein Spontanbild machen, die Materialien wählen, die Ihnen jetzt, im Moment, zusagen. Das hilft mir, zu sehen, womit Sie gerade beschäftigt sind. Dann würden Sie arbeiten, und schliesslich würden wir zusammen das Werk anschauen. Wenn man das phänomenologisch macht, spricht das Werk mit einem.

«Man kann ein Bild nicht unabhängig vom Menschen anschauen. Das Bild ist eine Biografie, eine Lebensspur.»

Je nach Indikation und individueller Situation der Klientinnen und Klienten kommen bei der AKT andere Materialien zum Zug. Das können mineralische Farben sein, Grafitstifte, Bleistifte, Buntstifte, Tusche oder Kohle.

Haben Sie in der Coronazeit mehr oder andere Anfragen?
In der Coronazeit kommt die Sinnfrage vehement. Alle sozialen Kontakte sind weg. Man fragt sich: Warum bin ich da, und wie verbinde ich mich mit der Aussenwelt? Da kann jemand die Verbindung suchen, und damit kann man arbeiten. Etwa mit Lichtstrukturen die Verbindung zwischen oben und unten suchen.
Intermezzo: *Barbara Steinmann zeigt mir ein Bild, einen Kreis mit sehr kräftigen Farben, Rot, Blau und Gelb, die Mitte ist weiss, leer.*
Sehen Sie hier: Die Mitte wartet darauf, dass etwas kommt. Therapeutisch würde man hier weiterarbeiten. Konkret handelte es sich bei dieser Klientin um eine ganz patente Frau, Mutter, Partnerin, Arbeitsmensch mit verschiedenen Jobs. Sie suchte ihre Mitte: Wo bin ich? Was möchte ich noch verwirklichen? In der nächsten Sitzung hatte sie schon eine Vorstellung, wie sie diese Mitte ausfüllen könnte.

Wie lang dauert so ein Prozess?
Bei dieser Klientin waren es jetzt zwölf Sitzungen. Das kann aber auch viel schneller gehen. Es kann um Schwung gehen, um Formen, um Bewegung. Alles, was Form angenommen hat, ist gestoppte Bewegung. Da versucht man, den Bewegungskräften nachzugehen. Damit können Sie zum Beispiel frühkindliche Problematiken gut erreichen.

Es werden auch körperliche Krankheiten therapiert?
Bei körperlichen Krankheiten setzen wir nicht dort an, wo sich die körperlichen Symptome zeigen, sondern häufig polar, also gegensätzlich. Gegenüberliegend. Bei geistig-seelischen Leiden setzen wir beim Körper an. Wenn sich etwas angestaut hat, zu viel aufgenommen wurde, nicht losgelassen werden kann, würde ich bei der Therapie da ansetzen, beim Loslassen.

Wird die AKT von der Krankenkasse anerkannt?
Als Therapie im Rahmen der anthroposophischen Medizin werden die Kosten über die Zusatzversicherung übernommen.

Wie unterscheidet sich die anthroposophische von einer anderen Maltherapie?
In der Anthroposophie gibt man der Kunst einen anderen Stellenwert. Man braucht sie nicht als Mittel zum Zweck, um die momentane Befindlichkeit auszudrücken, sondern man arbeitet mit ihrem Wesen, mit ihren Kräften. Das Farbenwesen hat eine Kraft, Tonerde, jedes Material hat eine Kraft, und diese Kräfte sprechen.
Als Mittel zum Zweck wirkt das Werk nur in der ersten, spontanen Phase, in der Situation des Erstbildes. Wenn man das Werk gemeinsam mit dem Klienten anschaut, fällt einem etwas auf. Nehmen Sie zum Beispiel diese beiden Regenbogenbilder: Die Farben sind gegeben, oben rot, unten blau. Das eine ganz stark, das andere zart, verwischt. Das sind zwei ganz unterschiedliche Menschen. Man kann ein Bild nicht unabhängig vom Menschen anschauen. Das Bild ist eine Biografie, eine Lebensspur. Eine Krankheit hat in der Anthroposophie mit dem Schicksal des Menschen zu tun. Fragestellungen könnten hier etwa sein: Wo ist es Ihnen besonders wohl, wo ist es Ihnen noch nicht wohl?

Das können Sie, ausgehend vom Bild, nicht beurteilen, wo es diesem Menschen wohl war?
Doch, das könnte ich, aber ich brauche dazu trotzdem den Menschen selbst. Ich habe eine Vermutung, aber ich will ihm nichts überstülpen. Selbst wenn ich sehe: Oben und unten kommen nicht zusammen, in der Mitte wird etwas verdrängt. Da müssen wir dann trotzdem gemeinsam schauen, was in der Mitte ist. ■