



Plastisch-therapeutisches Gestalten

Im plastischen Gestalten wandeln wir leblose physische Materie so um, dass sie wie lebendig erscheint. Der Betrachter wird zu innerlicher Bewegung angeregt: Seelisch-Geistiges kann sich am Stoff aussprechen. Die lichte Aufrichte in Barlachs «Michael» oder die geballte Wärme in seinem «Spaziergänger» sind Beispiele für die Kräfte, welche der Künstler aus seinem eigenen Leibes-, Seelen- und Geistesleben dem toten Material überträgt. Im eigenen Leib entsprechen der äusseren plastischen Tätigkeit jene tiefunbewussten Kräfte, die den Organismus aufbauen, ihn formen und wieder abbauen. Dieses unbewusste Schaffen erneuert uns ständig, am wirksamsten im Schlaf. Sein Ergebnis, die morgendliche Frische und Fülle, trägt täglich neu unser waches Seelenleben. Das kleine Kind schläft soviel, weil es vorwiegend seinen wachsenden Leib aufbaut. Der alte Mensch dagegen braucht wenig Schlaf: Seine Leiberneuerung reduziert sich und ihm ist ein grosser Freiraum für wache Tätigkeit gegeben. Im Tod zieht sich die Bautätigkeit ganz zurück, die Erdenstoffe im Leib werden alleingelassen und verfallen. Die Pflanze in ihrem Keimen, Spriessen, Sprossen, Erblühen, Verstäuben und Welken, Fruchten, Samen-bilden und Verdorren zeigt urbildlich die Vorgänge, mit denen alle Lebensprozesse in Menschen und Tieren verwandt sind.

Therapeutische Möglichkeiten

Dem leiblichen Aufbauen im Stoffwechsel entspricht das -plastische Quellen, Sich-Füllen, Wachsen; dem Abbauen im Leib das Bremsen und Formen des plastischen Quellens bis hin zum Gliedern, Stoff-Entfernen, Höhlen.

Die Abbauprozesse im Leib tragen unser Nerven- und Denkleben, unser Wachbewusstsein. Die eher rundlichen Formen der Stoffwechselzellen und die lineare, aufgegliederte Form der Nervenzellen zeigen, dass die Plastik und die Funktion der Zellen einander entsprechen.

Therapeutisches Plastizieren kann nun überall dort helfend einwirken, wo die angedeuteten Prozesse im Auf- und Abbau des Lebendigen gestört sind:

- Stehen der aufbauenden Stoffwechsellätigkeit zuwenig begrenzte, durchlichtende Kräfte gegenüber, z.B. bei Adipositas oder Myombildung, so kann formende, gliedernde Arbeit das Fehlende anregen und üben.
- Ist die aufbauende Seite zu gering, z.B. bei asthenischer Konstitution, so können Aufbau-Prozesse im plastischen Material sie herausfordern und steigern.
- Entweichen Lebenskräfte aus dem organischen Bereich, in dem sie unbewusst wirken sollten, in das bewusste Seelenleben, so entfaltet sich dort eine endogene «psychische» Krankheit, z.B. Depression, Manie, schizophrene Psychose. Zentrierende, erdende Übungen können der medikamentösen Therapie helfen, diese Kräfte wieder in das Organgeschehen einzubinden.

Auf diesen allgemeinen Erkenntnissen und Erfahrungen aufbauend, können vielfältige Kriterien zu sinnvollen Therapie-schritten führen.

Die Auswahl des Materials ist eine erste Entscheidung:

- Stein bietet den PatientInnen extremen Widerstand, fordert und schult gezieltes, konsequentes, rhythmisches Schlagen und kann beispielsweise einem Jugendlichen mit überschießenden Kräften oder gewissen depressiven Personen helfen.
- Speckstein ist weicher und führt schneller zum sichtbaren Ergebnis, benötigt weniger Kräfte und bietet doch das Erlebnis von kühler, dauerhafter, stofflicher Schönheit. Er kann etwa «erdflüchtigen» Menschen helfen, in die stoffliche Auseinandersetzung einzutreten, oder technisch-praktisch orientierten PatientInnen den Zugang zu heilkünstlerischem Tun erleichtern.
- Holz war selbst einmal lebendig. So ist jedes Holz in Härte, Farbe, Geruch, Elastizität, Maserungsrhythmus usw. von anderen Lebensprozessen geprägt und kann damit gezielt angewendet werden. Allgemein wirkt die Arbeit am Holz eher wärmend und lösend.
- Ton hat die Geschmeidigkeit vom Wasser, die Festigkeit von der Erde. Darum kann er universal eingesetzt werden: Moorig in einer Wanne bewegt, als Relief oder Haufen auf dem Tisch, geschmeidig im Handraum regt er vor allem Stoffwechsel und Phantasie an; kantig oder symmetrisch geformt in der Hand und auf dem Tisch, in die Höhe gebaut, getrocknet und dann geraspelt oder geschmirgelt spricht er mehr zu den Formkräften.
- Bienenwachs wird schnell warm und kann deshalb für Kinder, geschwächte und alte PatientInnen nötig sein.

Hauptfrage ist, die heilenden Formbewegungen zu finden:

- Die kleine Handform verinnerlicht, konzentriert.
- Die Standform fördert den Aussenbezug, stellt sich gegenüber.
- Kleine Formen sprechen mehr die Fingerspitzen, das Wirken des Nerven-Sinnes-Systems an.
- Grosse Formen fordern durch die Muskeltätigkeit mehr Willens- und Blutskräfte heraus.
- Eine aufrechte Form ruft diese Eigenschaft auch in Leib und Seele auf.
- Ein flaches Relief erlaubt das Ausdehnen in phantasievoller Beweglichkeit.

Konkret kommen dann Formbildungen in Arbeit, wie sie vielfältigst und unbewusst ständig in unserem Leib geschehen: symmetrisch geordnete, rhythmisch sich wandelnde, phantasievoll-chaotische; öffnende und abschliessende; wachsende wie schwindende; einfache, fächernde, rundende, streckende usw.

Verwandlungswege, etwa von liegenden zu aufrechten Formen oder von einer kantig-erstarren über wellig-wässrige zu «tanzenden», vermitteln das schrittweise Verändern und innere Mitvollziehen einer von der Krankheit geprägten Anfangsform hin zu Formbewegungen, die heilend wirken können.

Solche Verwandlungswege sind ja überhaupt das Grundprinzip der lebendigen Natur wie des geistig-seelischen Entwicklungsweges der Menschen. Sie vermögen vielfältige, -extreme Gegensätze rhythmisch zu verbinden.

Das tätige Miterleben solcher Prozesse schult die Seele, nicht in abstrakten Gegensätzen, sondern lebensgemäss zu denken und zu empfinden. Sie wird dadurch fähiger, sowohl in der bewussten Lebens- und Umweltgestaltung wie in den unbewussten leiblichen Lebensprozessen gesundend zu wirken. Vergleichen Sie auch den Abschnitt «Formen und Motive» im Artikel über Maltherapie.

Die Art des Bearbeitens hat ebenfalls eine tiefgehende, zunächst unbewusste Wirkung:

- Tastend-drückendes Aufbauen und Verformen von plastischem Material bringt Ruhe, Konzentration ins Tun und in die Lebensprozesse: Es «erdet» und zentriert, führt die Seele in den Leib zurück, etwa nach einem Schock oder in einer Psychose.
- Streichen an der Oberfläche lässt mehr in die Bewegungsdynamik eintauchen, in die vielfältigen Flächenbiegungen: Es belebt Erstarrendes, Sklerosierendes in Leib und Seele.
- Schnitzen, Raspeln und Schmirgeln sind ebenfalls Bewegungen an der Oberfläche, aber gehaltener durch das harte Material, das Wachheit und Konsequenz erfordert.
- Schlagen, Hämmern, Meisseln sind stark lösende und wärmende Tätigkeiten. Sie verlangen von PatientInnen eine starke Führungs- und Denkkraft als Gegengewicht. Psychotische PatientInnen sind damit meist überfordert.
- Für das Hochdrehen von Tongefässen an der Scheibe gilt dasselbe, wogegen die gemächliche Aufbaukeramik, mit kräftigem Daumendruck, gerade für diese PatientInnen sehr günstig ist.

Therapeutisches Plastizieren wird einzeln oder in Kleingruppen mit 2 bis 4 individuell betreuten PatientInnen durchgeführt. Die Therapieeinheiten dauern 30 bis 120 Minuten, je nach Gesundheitszustand der PatientInnen und äusseren Umständen. Jedes Alter wird versorgt.

Indikationen / Anwendungsgebiete

(aufgrund praktischer Erfahrungen, nicht abschliessend)

- Stoffwechselstörungen: z.B. Diabetes mellitus, Migräne, Adipositas usw.
- Hautkrankheiten: z.B. Ödeme, Geschwüre
- Krebs
- Störungen und Schädigungen des Nervensystems: z.B. Empfindungsstörungen, Schwindel, Rehabilitation bei Hirntrauma, Apoplex usw.
- Multiple Sklerose, Parkinson, Rheuma
- Psychosomatische Erkrankungen: z.B. Colitis ulcerosa, Morbus Crohn, Schmerzsyndrome
- Essstörungen: z.B. Anorexie, Bulimie, Adipositas
- Sucht (im weitesten Sinne)
- Erschöpfungszustände, Schlafstörungen, Lebenskrisen, Traumata
- Bei psychiatrischen Diagnosen
- Entwicklungsstörungen bei Kindern und Erwachsenen
- Heilpädagogik: z.B. Autismus, Epilepsie, sozialen Anpassungsstörungen

Kontraindikationen

- Akuter oder chronischer Schwächezustand: z.B. Kachexie

Georg Hegglin Mal- und Plastiziertherapeut, SVAKT, 1998