

Zeitschrift: Wohnen

Herausgeber: Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger

Band: 98 (2023)

Heft: [1]: Wohnen mit Kunst

Artikel: "Gemeinsam auf Entdeckungsreise"

Autor: Krucker, Daniel

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1055623>

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: 28.12.2025

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

WENN BILDER ZUM SPIEGEL DER SEELE WERDEN

«Gemeinsam auf Entdeckungsreise»

INTERVIEW UND FOTO: DANIEL KRUCKER

Mit Pinsel und Farbe ausdrücken, was mit Worten schwierig ist: Darum geht es unter anderem in der Kunsttherapie. Urs Hartmann erzählt, in welchen Momenten Hand und Geist synchron zu schwingen beginnen und wie das Malen Leuten hilft, die Dinge von einer anderen Seite zu betrachten.

Wohnenextra: Die Kunsttherapie ist als Therapieform längst anerkannt. Wo liegen ihre Wurzeln, wie hat sich diese Disziplin entwickelt?

Urs Hartmann: Die Kunsttherapie hat verschiedene Wurzeln und ist eine relativ junge Therapieform. Die Methoden, wie wir sie heute im Wesentlichen kennen, sind in den USA Anfang des 20. Jahrhunderts entwickelt worden. Europa war zu dieser Zeit noch stark geprägt vom bildnerischen Gestalten mit den sogenannten «Geisteskranken». Später hat sich aus diesen beiden Strömungen die moderne Kunsttherapie entwickelt. Aber die eigentlichen Wurzeln liegen wohl in der Kunst selber. Manche Künstlerinnen und Künstler haben ihre inneren Kämpfe oder Lebensumstände schon immer zum Inhalt ihres Schaffens gemacht und so versucht, wichtige Lebensthemen für sich und auch andere begreifbar zu machen.

Beim Begriff Kunsttherapie denken viele an einen Atelierraum, in dem alle vor sich hinwerkeln, aber nicht zwingend einer Methode folgen. Stimmt dieser Eindruck?

Nein. In der Kunsttherapie wird methodisch unterschiedlich und strukturiert gearbeitet. Ich begleite meine Klientinnen und

Klienten immer direkt am Bild. Der therapeutische Prozess findet während dem Malen oder Gestalten statt. Es ist sozusagen eine gemeinsame Entdeckungsreise, wenn man das Bild aus sich heraus entstehen lässt. In unserem Institut unterscheiden wir drei Ansätze, die auch kombiniert angewendet werden können: «werkorientiert», «personenorientiert» oder «lösungsorientiert».

Um was geht es da genau?

Bei der werkorientierten Arbeit geht es um das künstlerische Gestalten, wie man es im landläufigen Sinn am ehesten kennt. Bei der personenorientierten Vorgehensweise wird die Farbe ganz langsam aufgetragen. Vorzugsweise mit der Hand und ebenso vorzugsweise mit der nicht dominanten Hand. Durch das übertrieben langsame Malen schwingen Hand und Geist sozusagen synchron. So schafft man Zeit, zu schauen, was entsteht und man kann eigene Muster und Verhaltensweisen erkennen. Wenn lösungsorientiert gearbeitet wird, steht immer ein konkretes Problem oder Symptom im Zentrum. Das kann zum Beispiel Prüfungsangst oder eine Schlafstörung sein. Bei dieser Methode geht man noch strukturierter vor, es



Urs Hartmann (62) studierte bildende Kunst an der damaligen Hochschule der Künste in Zürich. Er ist eidgenössisch diplomierter Kunsttherapeut und Inhaber und Leiter des Instituts für humanistische Kunsttherapie IHK, wo er in der Ausbildung arbeitet. Auch therapeutisch ist Hartmann nach wie vor tätig.

kommen zum Beispiel auch Fragebögen zum Einsatz. Oft setzt man einer belastenden Situation ein sehr einfaches Bild gegenüber, zum Beispiel einen Apfel. Neurologische Studien haben gezeigt, dass diese Herangehensweise ein Problem beruhigen kann und den Betroffenen hilft, die Dinge von einer anderen Seite zu betrachten.

Ist der Einstieg in eine Kunsttherapie auch für Menschen möglich, die denken, überhaupt nicht malen oder zeichnen zu können?

Absolut. Ich finde, es kann sogar eher ein Vorteil sein. Leute, die malen können, haben am Anfang oft etwas Mühe, ihren Qualitätsanspruch beiseitezulegen. Diesbezüglich haben es Menschen mit wenig gestalterischer Erfahrung eher einfacher. Allerdings ist bei Leuten, die sich für eine Kunsttherapie entscheiden, häufig schon eine gewisse Affinität zur Kunst oder zum Gestalten vorhanden. Manche haben die Therapieform in einer Klinik kennengelernt und dabei erfahren, was alles möglich ist.

Die Kunsttherapie wird nicht durch die Grundversicherung gedeckt. Dafür braucht es eine Zusatzversicherung. Werden da-

durch nicht schon viele Menschen von einer Therapie ausgeschlossen?

Ja, das ist so, und aus unserer Sicht ist diese Situation wirklich unbefriedigend. Aber leider sehe ich kaum Möglichkeiten, dass sich das bald ändern könnte.

Was ist das Schönste an Ihrem Beruf als Kunsttherapeut?

Etwas vom Tollsten ist, dass kein Bild wie das andere aussieht; es ist jedes Mal ein neues Erlebnis. Und dann sind da natürlich die schönen Erfahrungen mit den Klientinnen und Klienten. Man muss es selbst erlebt haben. Einmal entstand während einer Therapiesitzung ein ganz schlichtes Bild, und die Person war tief berührt: Die Erkenntnis, dass weniger manchmal mehr ist, war für den Klienten fast ein Erweckungserlebnis.

Erleben Sie auch Belastendes?

Selten. In der Kunsttherapie geht es nicht um die Problembewirtschaftung, sondern um Lösungen. Es passiert während des Malprozesses immer wieder, dass wir gemeinsam merken: Ja, genau, das ist es! Hier zeigt sich ein Weg, aus dem Gewohnten herauszutreten. Und das ist einfach unglaublich schön. Für mich ist es ein Privileg, ein beglückendes

Gefühl, beim kreativen Prozess dabei sein zu dürfen. Egal, ob ein Bild in zwei Minuten fertig ist oder in vierzig Stunden.

Wissen Sie, was mit den Bildern passiert? Sind schon welche in Ausstellungen aufgetaucht?

Die Bilder, die während der Therapie entstehen, werden nicht im Hinblick auf ein öffentliches Zeigen gemalt. Die Malenden würden das Bild ansonsten entsprechend bewerten und es sozusagen auf die Ausstellbarkeit hin manipulieren. Während des Prozesses bleiben die Bilder hier im Atelier, danach nehmen die Leute sie nach Hause. Was in der Kunsttherapie entsteht, sind alles sehr persönliche Bilder, die in der Regel nicht für die Öffentlichkeit bestimmt sind, vielleicht nicht einmal für Besucherinnen und Besucher zu Hause.

Sie machen selbst auch Kunst. Hat sich Ihr eigener Zugang zur Kunst durch Ihre Arbeit verändert?

Ja, mir wurde noch stärker bewusst, was mich an der Kunst fasziniert. Nämlich der Versuch, etwas Erahntes oder Noch-nicht-Gewusstes entstehen zu lassen. Durch die Kunst lassen sich die Welt und das Leben neu sehen.