

## Empirische Kunsttherapieforschung

**Eine neue, erfolgreiche Studie zur Kunsttherapie bei Depression setzt neue Maßstäbe: Innovative Methodik und anerkanntes Forschungsdesign liefern eindrucksvolle Ergebnisse.**



*Bild: Klientin mit Depression/1. Setting: DEPRESSION*

Mit ihrer empirischen Feldstudie „Methodische kunsttherapeutische Interventionen in der Akutbehandlung von Depressionen“ am Inn-Salzach-Klinikum/Freilassing belegen Birgit Naphausen und Angelika Neuert nicht nur eindrucksvoll die hohe Wirksamkeit der Kunsttherapie bei Depressionen – sie treffen auch auf der Zielscheibe der evidenzbasierten Medizin ins Schwarze und schaffen das Vorurteil aus der Welt, kunsttherapeutische Wirkmechanismen seien nicht generalisierbar genug.

### Kunsttherapie in der EBM

Bis vor wenigen Jahren galten randomisierte, kontrollierte, große Studien (RCTs) zur Kunsttherapie, quasi der moderne Goldstandard der evidenzbasierten Medizin (EBM), noch eher als Mangelware. Zwar listen internationale Metastudien wie zuletzt der Health Evidence Network Synthesis Report 67 der WHO (2019) hunderte von Dokumenten der kunsttherapeutischen Wirkungsforschung auf – jedoch bestanden bisher wenige davon die harten methodischen Kriterien der EBM.

## Standardisierung versus individuelle Begleitung

Ähnlich wie auch in der Psychotherapie ist der Gegensatz zwischen individueller Begleitung bei komplexen Problemstellungen und der von der EBM geforderten Standardisierbarkeit von Methoden und Interventionen eine große Herausforderung. So sieht etwa Jürgen Kriz, emeritierter Professor für Psychotherapie und Klinische Psychologie an der Universität Osnabrück, das RCT-Design durchaus als hervorragendes Modell zur Untersuchung experimenteller Forschungsfragen – aber nur dann, wenn klar definierbare Ursachen und ebenso klar definierbare Wirkungen hinreichend isolierbar sind und diese dabei die Untersuchungsrealität brauchbar abbilden: „Je grösser der Handlungsspielraum zur Gestaltung der Ursachen (Interventionen) ist und je komplexer die relevanten Wirkungen sind, desto weniger tauglich ist dieser Ansatz“, so Kriz. (Quelle: <https://www.psychotherapie-wissenschaft.info/index.php/psywis/article/view/2841/3979>)

Im Interview (ÖBKT-Newsletter 2/2021) mit Prof. Dr. med. Dr. phil. Manfred Spitzer, ärztlicher Direktor der Psychiatrischen Universitätsklinik in Ulm, bekamen wir auf die Frage: „Wie schätzen Sie das Potential und die Zukunft künstlerischer Therapien in einer zeitgemäßen psychosozialen Versorgung ein?“ folgende Antwort: „Aus meiner Sicht wird die Bedeutung in dem Maße steigen, wie wir es schaffen, die Anwendung dieser Therapien auf eine wissenschaftlich fundierte Grundlage zu stellen. Für Bewegung und Sport ist dies schon recht gut gelungen, beispielsweise bei depressiven Patienten. Für Musik gibt es auch einige Studien (beispielsweise bei Parkinson-Patienten). Für andere Therapieformen ist die Datenlage noch dünn und ich würde mir wünschen, dass dies sich ändert.“

## Wirksamkeitsnachweis kunsttherapeutischer Konzepte

Dass es dennoch auch in der Kunsttherapie Raum für methodisch standardisierbare, wirksame Konzepte gibt, zeigte in Österreich bereits die von der Uni Wien evaluierte Studie zum Erfolgsprojekt „**Kunsttherapie ZWISCHENZEIT**“ (nachzulesen im [Newsletter 3/2021](#)). Das im IKT-Institut für Kunsttherapie in Österreich entwickelte und bedarfsgerecht aufbereitete Konzept zur Messbarkeit der Kunsttherapie in der Begleitung von Menschen bei Burnout punktet mit hoher und rascher Wirksamkeit. Das Ergebnis der Studie zeigt, dass sich unter Berücksichtigung von **sechs ganz bestimmten Verlaufsstadien** nicht nur eine massive Entlastung des Gesundheitssystems nachweisen lässt, sondern ein knapp 100%iger Joberhalt erzielt werden konnte. Seit 2019 wird Kunsttherapie zusammen mit dem BÖP-Berufsverband Österreichischer Psychologie unter dem Projekttitel „Klinisch-psychologische Behandlung und Kunsttherapie im Rahmen von fit2work“ erfolgreich angeboten.

Ebenso haben, für eine kunsttherapeutische Forschungsstudie, Birgit Naphausen, M.A. & Angelika Neuert, M.A am Inn-Salzach-Klinikum/Freilassing, unter dem ärztlichen Direktor des Klinikums, Prof. Dr. Zwanzger und begleitet vom A.K.T.-Ausbildungsinstitut für analytische und klinische Kunsttherapie/München einen ausgeklügelten Ablauf vordefiniert.

Innerhalb von acht methodisch ausgefeilten Interventionen zur kunsttherapeutischen Gruppenarbeit wurden depressiv erkrankte ProbandInnen im stationären und teilstationären Bereich behandelt. Dabei wurden die einzelnen Schritte spezifisch auf die Problematik der Depression wie folgt abgestimmt:

## Acht Interventionschritt zur kunsttherapeutischen Behandlung bei Depressions-Problematik:

1. Sensorisches Wahrnehmen und Gestalten werden stimuliert
2. Ressourcen und Fähigkeiten werden erinnert, gestaltet und reaktiviert
3. der Zugang zu und der Ausdruck von Gefühlen werden eröffnet
4. die emotionale Schwingungsfähigkeit steigt und Zukunftsperspektiven werden in den Fokus gestellt
5. Motivation und Energie werden belebt
6. die Konzentrationsfähigkeit wird verbessert
7. das Körpererleben wird aktiviert
8. die positive Kraft des eigenen Wollens und Entscheidens wird erlebbar und sichtbar

## Forschungsgegenstand: Kunsttherapie versus freies Malen



Zitat aus dem Forschungsbericht:

„Im vorliegenden Feldexperiment wurde untersucht, inwieweit die positiven Erfahrungen bei der Anwendung von Kunsttherapie in klinischen Settings einer systematischen wissenschaftlichen Überprüfung standhält. Es wurde der Frage nachgegangen, ob methodisch-kunsttherapeutische Interventionen zu einem Behandlungserfolg bei Depression beitragen. Die Basishypothese lautet: Therapiebegleitende, strukturierte kunsttherapeutische Interventionen führen in der Behandlung von Depression zu einem signifikant besseren Behandlungsergebnis (siehe Studie: s.a. Abschn. 2).

*Bild: Klientin mit Depression/6. Setting/HOFFNUNG*



Zur Ermittlung der Krankheitswerte vor und nach der kunsttherapeutischen Behandlung wurden die Hamilton-Skala ([HAMD](#)), das Beck-Depressions-Inventar ([BDI](#)), der D2-R-Test und die Visuelle Analogskala nach Hautzinger angewendet. Besonders überzeugend erscheint der Erfolg des Konzepts vor dem Hintergrund der Kontrollgruppen.

*Bild: Klientin mit Depression/letztes Setting/VERBUNDEN MIT DER WELT*

## Die Vergleichsgruppen:

Die **Versuchsgruppe 1** durchlief in acht Behandlungseinheiten ein strukturiertes kunsttherapeutisches Interventionsprogramm, das sich an den Behandlungszielen der deutschen Versorgungsleitlinie „Unipolare Depression“ (S3-Leitlinie, 2012) orientierte.

Die **Kontrollgruppe 2** bestand aus Patientinnen und Patienten, die in eine freie Malgruppe ohne kunsttherapeutische Interventionen gingen.

## Überzeugendes Ergebnis

Die deskriptive und interferenzielle Statistikanalyse ergab, dass die zusammengefassten Behandlungsergebnisse in der Gruppe mit kunsttherapeutischen Interventionen signifikant besser ausfallen als in der Gruppe ohne kunsttherapeutische Interventionen.

- Damit weist die Studie präzise jene Effekte gezielter kunsttherapeutischer Methodik nach, die weit über eine unspezifische positive Wirkung kreativer Betätigung hinausgehen.

Ein wichtiges Ergebnis, das den Einsatz von Kunsttherapie in der modernen psychosozialen Versorgung wissenschaftlich legitimiert. Schon jetzt gehört die Kunsttherapie in vielen psychiatrischen und psychosomatischen Kliniken standardmäßig zum Behandlungsangebot, vor allem wegen positiver Patientenfeedbacks und langjähriger Erfahrungen in der klinischen Behandlung psychischer Störungen.

---

### Quellen:

Birgit Naphausen, Angelika Neuert (2017). *Methodische kunsttherapeutische Interventionen in der Akutbehandlung von Depressionen – eine empirische Feldstudie*. In: *Musik-, Tanz- und Kunsttherapie*, 27(2), 198–218. Pabst Science Publishers

[https://www.kunsttherapie.com/wp-content/uploads/2020/02/MTK\\_Studie\\_Naphausen\\_Neuert.pdf](https://www.kunsttherapie.com/wp-content/uploads/2020/02/MTK_Studie_Naphausen_Neuert.pdf)

<https://www.psychologie-aktuell.com/news/aktuelle-news-psychologie/news-lesen/kunsttherapie-bei-depressionen-erfolgreich.html>

### Begriffserklärungen (siehe Link):

Randomisierte, kontrollierte, große Studien ([RCTs](#))

Evidenzbasierten Medizin ([EBM](#))