

Kunsttherapie für Kinder aus psychisch belasteten Familien

Kinder von psychisch kranken Eltern wachsen mit vielfältigen Belastungen auf. Gerade jetzt in der Corona-Krise werden Probleme in der Grundversorgung, soziale Isolierung der Familie und ein Zuviel an Verantwortung für Geschwister noch akuter. Die Corona-Pandemie sollte nicht zu einer psychischen Pandemie führen (Zitat „die Presse“ 07.2020). ExpertInnen gehen aktuell von bis zu 57.000 betroffenen Kindern in Österreich aus¹. Ein kunsttherapeutisches Angebot im Rahmen der Wiener Kinder- und Jugendhilfe zeigt auf, wie Spannungen und Ängste in belasteten Familien abgebaut werden können und Lebensfreude und Nähe wieder möglich sind.

Kunsttherapie als innovatives Angebot: Im Zeitraum 2012 bis 2015 wurden mehr als 15 Kinder von neun Familien, bei denen psychische Erkrankungen oder Sucht indiziert wurde, durch die Dipl. Kunsttherapeutin Natascha Kubitschek im Rahmen der Betreuung durch die MA 11 begleitet.

Ziele des kunsttherapeutischen Angebots: Einen offeneren Umgang innerhalb der Familie mit den Erkrankungen der Eltern lernen. Augenmerk wurde auch auf den Abbau von Schuldgefühlen, Aufbau von Verständnis füreinander, Schaffung von Ressourcen innerhalb der Familie und Stärkung von Kompetenzen zur Kontaktpflege außerhalb der Familie geworfen.

Multiprofessionelle Zusammenarbeit: Zehn kunsttherapeutischen Settings wurden in Zusammenarbeit mit sozialpädagogischer und psychologischer Betreuung der MA 11 angeboten. Unter Einbeziehung der ganzen Familie wurden an folgenden Themen zur Alltagsbewältigung gearbeitet:

- **Verantwortlichkeiten** und Rollenaufteilungen innerhalb der Familie
- **Aufklärung** und Einsicht in Krankheitsbilder und deren Auswirkungen
- **Belebung** hilfreiche Beziehungen außerhalb der Familie
- **Förderung** von Selbstwirksamkeit und Motivation durch Spiele und Humor
- **Kreativität** als Ausdruck und um zu neuen befriedigenden Lösungen zu kommen
- **Helferkonferenzen** zur Vernetzung mit dem sozialen Netzwerk (Lehrer, Großeltern, Freunde, ...) arrangieren
- **Krisenplan** und Plan für Notfälle erstellen
- **Lernen**, Abschied als Ritual für Neubeginn zu verstehen

¹ Quelle:

https://www.univie.ac.at/oif/typo3/index.php?id=36&tx_ttnews%5Btt_news%5D=442&cHash=e22e60421fc074d3c4c16268bc4bed88?&type=98

Ergebnis: Die kunsttherapeutischen Interventionen bewirkten eine Neubewertung von problembehafteten Themen. Die angebotenen Methoden führten zu neuen Sichtweisen, neuem Verständnis, und vor allem zu vielen neuen Erfahrungen eines lustvoll-kreativen entspannten Miteinander innerhalb der Familien. In diesem neuen Erlebens-Raum konnten Spannungen, Divergenzen, Ängste und Unsicherheiten auf einer vollkommen neuen Ebene bearbeitet werden. „Neu war für viele TeilnehmerInnen der Zugang, sich nicht als PatientInnen, sondern als AkteurInnen zu erleben“, berichtet die verantwortliche Sozialpädagogin und Kunsttherapeutin Natascha Kubitschek.

Einen wesentlichen Beitrag zum Gelingen der kunsttherapeutischen Begleitung hat der wertschätzende Rahmen geboten. Spielerisch entdeckten Eltern und Kinder ein neues, entspanntes Miteinander. Bei den Eltern lösten sich Gefühle von Druck, Schuld und Scham und verhalf ihnen zu einer neuen, offeneren, gelösteren Haltung ihren Kindern gegenüber. Dies wiederum half den Kindern, mit ihren Ängsten und Unsicherheiten gegenüber den Erkrankungen der Eltern besser umgehen zu können.

„In der Kunsttherapie konnten sich alle Familienmitglieder trotz Altersunterschied auf Augenhöhe treffen“, so Kunsttherapeutin Natascha Kubitschek. „Die kunsttherapeutischen Werke und Bilder, die während der Begleitung entstanden, sind Ausdruck der jeweils eigenen inneren Gefühls- und Gedankenwelt. Da die Bilder nicht bewertet, sondern besprochen wurden, konnte Einblick in Befindlichkeiten geboten werden und gegenseitiges Verständnis entstand.“

Fotos: N. Kubitschek



Vieles von der Lust und der Lebensfreude des gemeinsamen Gestaltens konnte in den Alltag übernommen werden.

Eine Teilnehmerin berichtet: „Ich bekam mit meiner Tochter gemeinsame Zeit, viele Ideen für daheim und dadurch viel Nähe zu ihr geschenkt. Es war eine sehr lustige Zeit, wo wir viel gesehen, gerochen und gefühlt haben. Ich konnte viel besprechen und über alles reden und trotzdem viel lachen. Und ich habe Geduld und Ruhe gelernt.“

***Kunsttherapie bietet Schutz- und Experimentierraum.
Angst verringert sich und mehr Nähe kann entstehen!***

Fixes Angebot? Doch nicht nur für die Eltern, sondern vor allem für die Kinder aus so belasteten Familien war dieses Projekt ein Segen. Sie fallen im österreichischen Sozialsystem viel zu oft durch den Rost. Es ist schade, dass dieses erfolgreiche Programm nicht dauerhaft in der MA 11 installiert werden konnte.

Es wäre wünschenswert, dass Institutionen, deren Kerngebiet die Betreuung Angehöriger von Sucht- und psychisch erkrankten Menschen ist, Kunsttherapie als fixes Angebot in das allgemeine Betreuungsangebot einbauen.



Natascha Kubitschek ist Diplomierte Kunsttherapeutin, Sozialpädagogin, Suchtberaterin, Mediatorin und Entspannungstrainerin.

Seit 1987 als Sozialpädagogin in stationären und ambulanten Bereichen der MA 11- Wiener Kinder- und Jugendhilfe tätig und führt zusätzlich eine kunsttherapeutische Praxis in 3350 Haag/NÖ

www.kubitschek-landart.at

E-Mail: nataschakubitschek@aon.at

Mobil: 0680/1150523