

Psychotherapie in Kunst vereint

Praevmedic AG, Zürich & Bern – Das Portrait und tausend Worte

Hell-Dunkel – das Leben von Menschen mit psychischen Belastungen spielt sich mitunter in diesem Lichtspiel ab. Eine Abteilung der Praevmedic setzt auf die Stärke des Hell-Dunkel-Portraits: Eine Reise ins Innerste psychisch belasteter Menschen.

«Psychische Störung» – ein Geist. Weit verbreitet. Leidvoll. Oft nicht erkannt, heruntergespielt und generell in ihren Auswirkungen unterschätzt. Fühl- aber nicht fassbar. Ein kaputter Knochen wäre ein Segen dagegen: es liefert ein klares Bild von innen und von aussen – Röntgenbild, Gips. Die psychische Störung nicht. Kein Röntgenbild, kein Gips. Nur das, was jeder einzelne Betroffene über seine Lippen bringt. Nur das, was «man» von aussen beobachten kann – unheimlich, gespenstisch. Auch für die Betroffenen.



Portrait statt Röntgenbild

«Was beim kaputten Knochen Röntgenbild und Gips sind, sind in der Psychotherapie das Portrait und die Empathie.» Stuart D.G. Robinson ist bei Praevmedic AG Leiter Krisen-Support und Portrait-Therapie. Man erkennt sich selbst immer nur in den Augen der anderen, sagt er, und zitiert die Essayistin Siri Hustvedt: «Das Kind findet sich selbst im Ausdruck der Mutter wieder». Damit bringt er Hannah Wheeler ins Spiel. Sie ist Britin mit Schweizer Wurzeln, Malerin. Im Stile der Hell-Dunkel-Malerei des Caravaggio – des «Chiaroscuro» – portraitiert sie während der Sitzungen mit Robinson die Klientin oder den Klienten. «Wir wollen das Innere der Person erreichen», sagt sie. Mithilfe des «Chiaroscuro» projiziert Wheeler die wesentlichen Merkmale der Person auf die Leinwand. Anfänglich tief im «Chiaroscuro» versunken, bleibt der wahre Wesenskern der Person aber immer erkennbar. «Es ist ein höchst wert- und darum respektvoller Zugang zum Innersten des Menschen», sagt Robinson.

Im Laufe der Sitzung wird das Portrait feiner und vollständiger – die persönliche Entwicklung der Klienten spiegelt sich in der Linienführung, im Farb- und im Lichtspiel. Die ursprünglich als dunkel empfundene Belastung überschattet nicht mehr den ganzen Menschen. Sie wird sogar zu einem unentbehrlichen Element der Persönlichkeit. «Wir berühren mithilfe des Portraits sowohl das als dunkel Empfundene im Leben der Betroffenen als auch das empfundene Helle», so Robinson. «Es fallen einem buchstäblich die Schuppen von den Augen, es befreit», meint eine Klientin.

Empathie statt Gips

Der Weg zu einem psychischen Zustand von innerer Ruhe und persönlicher Würde kann erstaunlich kurz sein. «Empathie», sagt Robinson, sei einer der Schlüssel: «Sie beleuchtet völlig wertfrei den Menschen und berührt dabei das Wesentliche respektvoll.» Die eigenen und fremden ethischen Prämissen machen einen oft krank. «Sie sind tief verankert und

lassen sich nicht einfach 'entsorgen', wie Robinson präzisiert. Weder die Entsorgung von Problemen noch Leistungsziele sollten in der heutigen Therapie Platz haben: «Therapie ist keine Leistung, kein Tun, sondern eine besondere Form von Begegnung.»

«Mehr echte Empathie anstelle oberflächlicher Sympathie», sagt Robinson, stünde auch unserer Gesellschaft gut an. Die psychische Gesundheit sei eine gesellschaftliche Aufgabe ersten Ranges. In der Schweiz leidet jeder zweite Mensch im Laufe des Lebens einmal an einer psychischen Störung.

Verfasser: Enrico Kopatz, Simeio.ch

Stuart D.G. Robinson

Leiter Krisen-Support und Portrait-Therapie, Praevmedic AG, Tel. 044 261 05 05