

*gestaltungsprozesse

Die Zeitschrift des
Fachverbandes für Mal- und
Gestaltungstherapie



© Julia Alber

IN VERBINDUNG SEIN

***gestaltungsprozesse**
die Fachzeitschrift des FMGT
für Mitglieder, Ausbildungs-
kandidatInnen und Interessierte.
Mit Fachbeiträgen zu Methodik,
Wirkung, Wissenschaft und
Forschung der Mal- und
Gestaltungstherapie.

Archetypische Paardynamiken

Bettina-Yvonne Krautberger

Pride & Joy

Leno Gasser

Das Gefühl der Verbundenheit

Julia Alber



Erwin Bakowsky
M.Sc./MA



Mag. Eva Huber



Gundula
Leinfellner



Mag. Dr. Sabine
Riesenhuber



Monika
Braterschofsky



Mag. Ramona
Ritter-Weigl



Karin E. Dreier



Mag. Elisa Robl



Ing. Gerlinde
Hörmansdorfer, MSc



Gitta Jeitl-
Wohlfahrt



Mag. Maresi
Mc. Manus



Mag. pharm.
Judith Judt



Bettina Tüchler-
Puhr



Leno Gasser



Johanna Heu-
mader-Schweigl



Lore Laura
Jiménez-Alonso



Dr. Daria Daniaux



Evelyn Vrecer



DI Veronika
Meißinger



Mag. Manuela
Sattlegger



Mag. Maria
Harpf



Mag. Elisabeth
Fürntrath



Mag. Ingrid Höfle



Elke Krivec, BSc.



Udo Müller M.Sc.



Julia Alber M.Sc.



Andrea Winkler-
Prodingner



Univ. Prof. Dr.ⁱⁿ
Maria Steinbauer



Christa Veith



Margit Pabst-
Lesem MA



Dr. Ute Karin
Höllrigl



Elisabeth Lehner



Brigitte Perkhofner



Dr. Maria Stocker



Sabrina Rödl-
Waldbauer



Henning
Weyerstrass



Katharina
Kolaritsch



Mag. art Elisa-
beth Krautinger



Eva Kindl



Elisabeth Binter



Nicole Gruber



Wolfgang
Engelhard



Bettina-Yvonne
Krautberger



Sylvia Bönnhoff



Andrea Maria Prantl
MA



Barbara Maria
Schaffer



Mag. Josef
Promitzer



Melina Kumer-
Reichmann



Mag. Brigitte
Hauptner



Mag. Katja
Hablich



Ruth Scheel B. Ed.



Michaela
Allerstorfer



Peter Holzmann



Laura Bachhiesl-
Hötzinger



Ursula Strobl



Dr. Udo Baer



Nicole Müller



Marina Stiegler



Ruperta Erler



Astis Schrag



Monika Seidl



Eva Maria Koller



Béatrice Thal-Engel



Regina Pillgrab



Kistina Stocker



Vera Marija Grbic



Eva-Maria Rabel



Karin Haumer



Ernst Huber



Jutta Berger



Irene Fries



Mag. Tanja Deutsch



Lisa Pflieger



Mag. Martha
Esterl



Katrin Pernsteiner



Silvia Thonhauser
MA MSc



Mag. Monika
Gruber-Kummer



MMag. Marlene
Stelzer



Mag. Dr. Helena
Friedl



Martina Hackl, BA



Sie??

Inhalt

Seite 3 *Editorial*

Seite 4-5 *Nachruf Arnold Mindell*

Seite 6-9 *In Verbindung sein*
Erwin Bakowsky

Seite 10-18 *Archetypische Paardynamiken*
Bettina-Yvonne Krautberger

Seite 19-23 *Das Gefühl der Verbundenheit: Kama Muta*
Julia Alber

Seite 24-26 *„Hans im Glück und Rückbesinnung auf das Wesentliche“*
Evelyn Vrecer

Seite 27-29 *Das Potenzial für Frieden schöpfen!*
Katharina Kolaritsch

*gestaltungsprozesse

Editorial

Sabine Riesenhuber



„Alles ist mit allem verbunden.“
(Hildegard von Bingen)

Es stellt sich längst nicht mehr die Frage nach der Verbundenheit von allem. Wer das noch fragen muss, der kann genauso gut noch meinen, dass die Erde eine Scheibe sei. Was die Mystiker und Mystikerinnen aller Zeiten seit jeher schon wissen, was alle Religionen und spirituellen Traditionen als eine Grundannahme in sich tragen, was auch die unterschiedlichen philosophischen Schulen in den Diskurs gebracht haben, nämlich jenes Verbundensein von allem mit allem, das ist mittlerweile längst auch schon in der modernen Naturwissenschaft angekommen. Spätestens der Einzug der Quantentheorie in die moderne Naturwissenschaft – ganz abgesehen von den neueren Forschungen beispielsweise in Bereichen wie Psychosomatik, Neurobiologie, Neurochemie, Epigenetik – bringt all jene zum Schweigen, die noch am Konzept der Trennung festhalten wollten. Wir verfügen nun also über dieses Bewusstsein der Verflochtenheit und können uns dadurch vom Konzept des Getrenntseins lösen und in die Gewissheit des Interseins, um es mit der Begrifflichkeit von Tich Nhat Hanh auszudrücken, hineinreifen. Und genau darum geht es. Dennoch verhalten wir Menschen uns weitgehend so, als wären wir getrennt, als gäbe es ein Hier und Dort, ein Ich und Du, ein menschliches und ein anderes Lebewesen, ein Lebendig- und ein Totsein. Wie tröstlich hingegen, dieses Wissen um das Verbundensein über den Tod hinaus. Arnold Mindell, unser großer Lehrer und lieber Freund, wusste um das Verflochtensein Bescheid. Sein ganzes Leben und sein Lebenswerk, die Prozessorientierte Psychologie, bezeugen dies, in Theorie und Praxis. Dankbar sind wir für all das Wertvolle, das er uns hinterlassen hat, traurig sind wir, dass er jetzt in der anderen Wirklichkeit ist, freudig sind wir, weil die Verbundenheit mit ihm besteht. Es bedarf des Reifens, um vom Getrenntsein ins Verbundensein zu gelangen. Es ist ein Weg. C.G. Jung nennt diesen Weg des Reifens Individuationsprozess. Die Mal- und Gestaltungstherapie eignet sich vorzüglich, um genau diesen Weg förderlich zu begleiten. Sie führt in den Dialog zwischen bewusst und unbewusst, zwischen Geist und Materie. Im gegenwärtigen Augenblick, ganz versunken im Tun, überwinden wir die scheinbaren Grenzen zwischen den Polaritäten in ein Drittes, immer und immer wieder neu, stets auf der Suche nach der Berührung mit dem Urgrund. Auch diese Ausgabe der *gestaltungsprozesse gibt wieder einen vielfältigen Einblick in theoretische und praktische Aspekte der Mal- und Gestaltungstherapie. Diesmal befassen sich die Beiträge mit unterschiedlichen Facetten des In-Verbindung-Seins. Wahrlich eine große Notwendigkeit unserer Zeit, wenn nicht sogar die größte.



Das Titelbild dieser Ausgabe wurde von Julia Alber zur Verfügung gestellt.

Impressum



Eigentümer & Copyright: FMGT/Fachverband für Mal- und Gestaltungstherapie, A-1010 Wien, Werdertorgasse 12/3, Mail: redaktion@gestaltungsprozesse.org • Die Fachzeitschrift des Fachverbandes *gestaltungsprozesse erscheint im Erato-Verlag. • **Gestaltung:** www.koco.at • **Abonnements:** f-MGT Sekretariat/zHd. Sylvia Bönnhoff, A-1010 Wien, Werdertorgasse 12/3 • **Erscheinungsweise:** 2 mal jährlich • **Preis:** pro Heft EUR 15,- • **Copyright und allgemeine Hinweise:** Coverbild: Julia Alber. Wenn nicht anders angegeben, liegen die Bildrechte bei der Autorin/dem Autor. Mit der Annahme eines Beitrages zur Veröffentlichung erwirbt der Verlag von der Autorin/dem Autor alle Rechte, insbesondere das Recht der weiteren Vervielfältigung zu gewerblichen Zwecken mit Hilfe fotomechanischer oder anderer Verfahren. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlages. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen. Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in dieser Zeitschrift berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften. Der Verlag übernimmt keine Gewähr. Einzelne in publizierten Arbeiten geäußerte Meinungen reflektieren die Meinung der AutorInnen und müssen nicht zwangsläufig die Meinung des Verlages widerspiegeln. **Druck:** Medienfabrik/Graz • **Redaktionsteam:** Sabine Riesenhuber, Erwin Bakowsky, Bettina Tüchler-Puhr, Julia Alber, Manuela Sattlegger, Bettina-Yvonne Krautberger, alle Werdertorgasse 12/3, 1010 Wien • **ISSN:** 2313-5255. **Hinweis:** Die Entscheidung, ob und in welcher Form in den Texten die weibliche Form verwendet wird, bleibt unseren Autorinnen und Autoren überlassen und spiegelt die Vielfalt der unterschiedlichen Zugänge im Hinblick auf gegenderte Sprache wider.

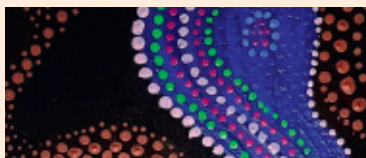
Seite 30-33 **Die Blume des Lebens**
Bettina Tüchler-Puhr

Seite 34-36 **Filzen am Ende des Lebens**
Martha Esterl



Seite 37-38 **Pride & Joy**
Leno Gasser

Seite 39-42 **Long Covid – ein kollektiver Traum!?**
Sabrina Rödl-Waldbauer



Seite 43-45 **Ein Drahtseilakt?**
Elisabeth Binter

Seite 46 **Buchempfehlung**
Call for papers

Seite 47 **Fortbildungen**



In Verbindung sein – Möglichkeiten und Hindernisse

von Erwin Bakowsky

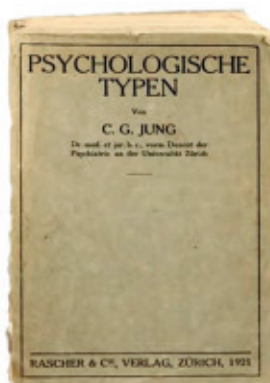


*Erwin Bakowsky, MSc./M.A.
Gruppenleiter, Gründer und
Geschäftsführer des MGT Seminarinstitutes*

- MGT-Lehrtherapeut
- MGT-Ausbildungssupervisor
- LSB, Counsellor (Master of Science)
- Erwachsenenbildner (MA)



↑ Abb. 1: C.G. Jung arbeitet am Stein in Bollingen.



← Abb. 2: C.G. Jung: Psychologische Typen. Buchcover, 1921

Der biographische Einfluss

Es ist wohl in unserer heutigen Zeit kein Geheimnis mehr, dass unsere Wahrnehmung der Welt rein subjektiv ist.

Wir nehmen die Welt durch unsere persönlichen psychologischen Filter wahr. Diese Filter basieren auf biographisch gewachsenen Komplexen. Wurde ich einmal von einem schwarzen Hund gebissen, habe ich wahrscheinlich zukünftig Angst vor schwarzen Hunden.

Es gibt viele Situationen aus unserer Kindheit, die uns heute als erwachsene Menschen noch Angst machen können.

Die meisten Situationen haben wir vergessen, und wahrscheinlich meiden wir sie, damit die Angst nicht wieder hervorkommt. Das wirkt sich jedoch auf unsere Offenheit aus und hemmt unsere Verbundenheit zu anderen Menschen.

Wir können an dieser Stelle nicht tiefer auf das Thema „Das Ich und die Abwehrmechanismen“ eingehen, jedoch entstehen bereits in der Kindheit die grundlegenden Probleme zwischen Ich- und Weltwahrnehmung. Der Psychoanalytiker Charles Brenner hat in seinem Standardwerk „Grundzüge der Psychoanalyse“ die Vielfalt dieser psychischen Abwehrmechanismen ausführlich beschrieben. Es ist auch eine Darstellung, wie kreativ und vielfältig die Psyche mit den Bedrohungen aus der Umwelt und den daraus resultierenden Angstreaktionen umgehen kann.

Das Thema unserer Ausgabe „In Verbindung sein“ sollte deshalb auch diese Perspektive im Fokus behalten. Ob und wie wir uns in Verbindung mit anderen Menschen begeben können, hängt ursächlich mit unseren Umwelt- bzw. Welterfahrungen zusammen.

C.G. Jung und die psychische Typologie

Jung hat nach seiner Trennung von Sigmund Freud und der Wiener Psychoanalytischen Vereinigung eine tiefe Lebenskrise durchschritten. Er sah sich absolut nicht mehr in Verbindung mit der Welt. Er fühlte sich einsam und zog sich mehr und mehr aus der Welt zurück.

In dem von Aniela Jaffé aufgezeichneten und herausgegebenen Buch „Erinnerungen, Gedanken, Träume“ wird beschrieben, wie Jung sich an den Ufern des Zürich Sees zurückzog und dort wie ein Kind im Sand spielte. Dieser Rückzug weckte seine schöpferischen Kräfte. Er reflektierte die vergangenen gemeinsamen Jahre mit Sigmund Freud und machte sich Gedanken darüber, was die Ursachen des Konflikts waren und ob man diesen hätte vermeiden können.

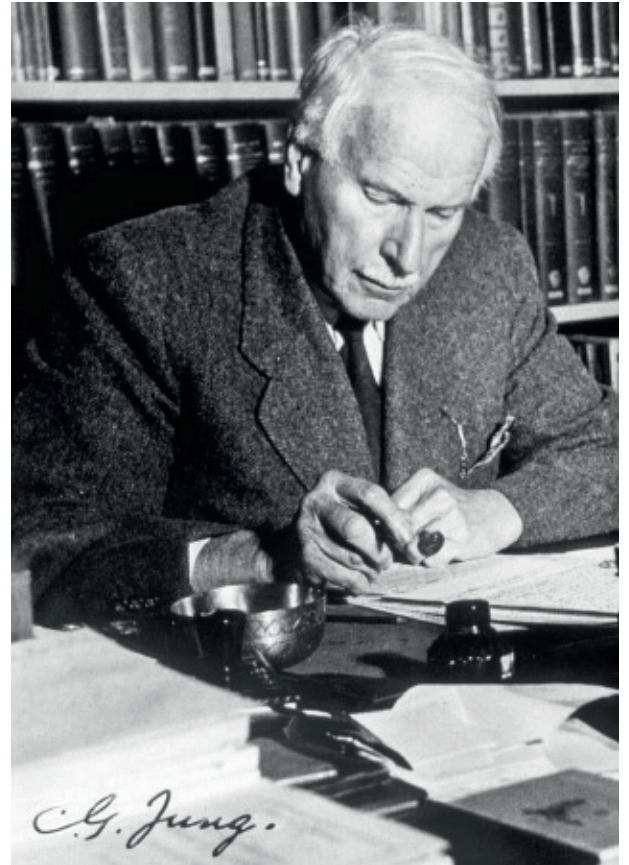
Dann fing er an einem Buch zu schreiben an, um die vergangenen beruflichen und zwischenmenschlichen Erfahrungen zu bearbeiten. Somit konnte er sich wieder stabilisieren und neue Zukunftsimpulse für sich finden.

Ihm ging es hier um seine Neu-Positionierung in der Welt. Der Ausgangspunkt war er selbst, sein Ich. Das Werk, welches aus dieser Krise entstand, war die „Typologie“.

↓ Abb. 3: C.G. Jung besichtigt ein Mandala.



↓ Abb. 4: C.G. Jung schreibt.



Jung versuchte ein System zu schaffen, das erklärt, warum es so schwierig sein kann mit den unterschiedlichsten Menschen in Verbindung zu sein.

Dieses Buch ist aus psychodynamischer Sicht ein Meisterwerk. Es wirkte wie ein Strohalm, mit dem Jung sich aus dem eigenen Sumpf seiner Krise herauszog.

Das, was Jung in dem umfangreichen Werk anhand vieler Beispiele beschrieb, war die psychische Tatsache, dass dem Menschen nur in begrenztem Maße psychologische Mittel zur Verfügung stehen, um eine Verbindung zwischen sich und seinen Mitmenschen bzw. seiner Umwelt zu schaffen. Er nannte diese Mittel die psychischen Funktionen. Nach seiner Theorie sind die psychischen Möglichkeiten des Menschen, mit der Welt in Verbindung zu treten, nicht nur begrenzt, sondern sie sind auch unter den Menschen unterschiedlich verteilt.

Zunächst stellte Jung fest, dass es introvertierte und extravertierte Menschen gibt. Introvertierte Menschen beschäftigen sich mehr mit ihrem „Innenleben“.

Extravertierte Menschen sind mehr in der „Außenwelt“, ihnen fällt es in der Regel einfacher, mit anderen Menschen in Kontakt zu treten.

Die psychischen Einstellungen „Introversion“ und „Extraversion“ sind das erste Merkmal, worin sich Menschen unterscheiden. Selbstverständlich kann ein Mensch sich sowohl „introvertiert“ als auch „extravertiert“ in einer Begegnung mit anderen Menschen verhalten. Dies hängt von verschiedenen Variablen wie Stimmung, Vertrauen, Sicherheit, Interesse usw. ab. Aber eine der beiden Tendenzen überwiegt grundsätzlich. Ein introvertierter Mensch kann sich in einer Menschengruppe sehr einsam fühlen, während ein extravertierter Mensch sich unter introvertierten Menschen schnell langweilt.

Ein weiterer Aspekt, um mit der Welt in Verbindung zu treten, ist die Wahrnehmung. Der Mensch nimmt über seine fünf Sinnesempfindungen Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten die Welt wahr. Diese Möglichkeit der Wahrnehmung bezeichnete Jung als die Empfindungsfunktion. Empfindung sollte hier nicht verwechselt werden mit Fühlen und

Emotionen. Dies ist nicht gemeint, denn Gefühle und Emotionen werden erst durch die Wahrnehmung, also die Empfindungen, ausgelöst.

Jung benannte jedoch noch eine zweite psychische Wahrnehmungsfunktion, die nicht in Verbindung mit den Sinnesorganen steht.

Er bezeichnete diese als Intuitionsfunktion. Die Intuition ist eine Wahrnehmungsart, die mehr mit dem Unbewussten in Verbindung steht. Sie basiert auf einem erfahrungs-, ideen- und fantasiebezogenen unbewussten Verarbeitungsprozess. Zur Intuition werden Einfälle, Geistesblitze, Inspirationen, imaginative und visionäre Eingebungen gerechnet. Manchmal wird sie als instinktives Wissen, Ahnen, „Wittern“ oder Spüren bezeichnet.

Manche beschreiben die Intuition auch als den sechsten Sinn.

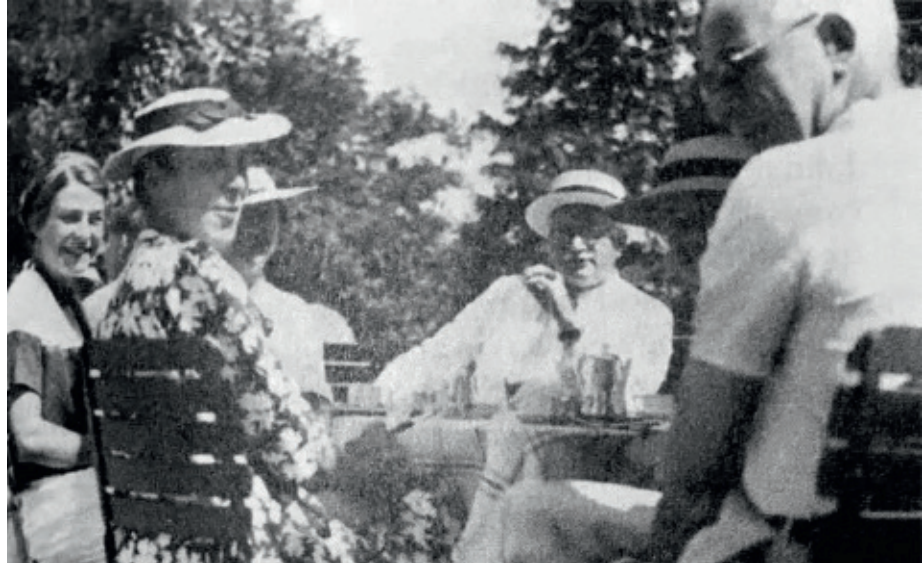
Empfindungsfunktion und Intuitionsfunktion sind somit zwei grundsätzlich unterschiedliche Wahrnehmungsfunktionen, die unser „In-Verbindung-Sein“ mit der Umwelt sehr beeinflussen können.

Da intuitive Menschen den Fokus ihrer Wahrnehmung auf andere Dinge



65: Eranos-Tagung, 1939

↓ Abb. 5: Eranos-Tagung, 1938



richten als Empfindungstypen, kann hier eine Vielzahl an Missverständnissen entstehen, da die intuitive Wahrnehmung weniger materiell und faktenbasiert ist. Ihre „Ahnungen“ und „Witterungen“ sind für Empfindungstypen oft nicht nachvollziehbar. Dies erschwert die Verbindung und Kommunikation zwischen diesen beiden Wahrnehmungsgruppen.

In der Regel wird jede Wahrnehmung auch eingeordnet und beurteilt. Dies ist alleine für das Überleben des Menschen notwendig – so sollte er beispielsweise nicht über eine Straße gehen, wenn dort gerade ein Auto angerast kommt.

C.G. Jung beschreibt hier zwei grundsätzliche Formen der Beurteilung.

Zum einen tendiert der Mensch dazu, Ereignisse als „richtig“ oder „falsch“ zu beurteilen. Dies ist beispielsweise bei der mathematischen Beurteilung sehr plausibel nachzuvollziehen. Zwei und zwei kann nur vier ergeben. Das ist logisch.

Jung nennt diese Beurteilungsfunktion die Denkfunktion.

Jedoch lässt sich diese Logik nicht auf das gesamte Leben übertragen. Oftmals gerät die Denkfunktion in Konflikt mit der Fühlfunktion, welche die zweite psychische Beurteilungsfunktion ist. Diese urteilt nach Kriterien wie „gut“ oder „schlecht“.

In menschlichen Beziehungen kommt es hier immer wieder zu Konflikten zwischen Denkfunktion und Fühlfunktion.

Beispielsweise kann es in einem U.S.-amerikanischen Bundesstaat durchaus richtig sein, dass eine Mörder:in mit dem Tod bestraft wird, wenn das Gesetz dies vorschreibt. Trotzdem kann die Fühlfunktion hierzu konträr reagieren und zu einem anderen Urteil gelangen. Ihr Urteil lautet: „Einen Menschen zu töten, ist grundsätzlich schlecht.“

Hier könnten wir jetzt eine Vielzahl von Beispielen aufzählen, angefangen bei der gemeinsamen Kindererziehung in einer Familie bis hin zu den großen Weltkonflikten.

C.G. Jung zeigt in seiner Typologie auf, dass es gar nicht so einfach ist, in einer einvernehmlichen oder sogar harmonischen Verbindung zu sein. Das Gegenteil ist der Fall. Menschen sind unabhängig von Geschlecht, Rasse, Religion, Staatsangehörigkeit usw. individuell sehr unterschiedlich.

In Verbindung zu sein, ist auch eine psychologische Herausforderung, da wir Menschen nicht nur unterschiedliche Biographien haben, durch die wir geprägt wurden, sondern auch unterschiedlich gewichtete psychologische Funktionen aufweisen.

Bettina Yvonne Krautberger und ich haben in unserem Lehrbuch der Mal- und Gestaltungs-therapie im Kapitel „Psychische Funktionen und Bildausdruck“ (Bakowsky/Krautberger 2022, 117 ff.) dieses Thema näher beschrieben.

Therapeut:innen sollten wissen, dass Klient:innen nicht nur biographisch geprägt wurden, sondern

auch über verschiedene Wahrnehmungs- und Beurteilungsfunktionen verfügen. Gleiches gilt natürlich auch für die Therapeut:innen selber.

„In Verbindung sein“ in Bezug zum mal- und gestaltungstherapeutischen Setting ist keine einfache Angelegenheit. Es reicht nicht, nur ein förderliches therapeutisches Mutterfeld aufzubauen.

Es reicht auch nicht, das Gegenüber einfach so anzunehmen, wie es ist.

Vielmehr gilt es zu erkunden, was mein Gegenüber wahrnimmt und wie dieser Mensch seine Wahrnehmungen beurteilt. Eine zentrale Frage sollte sein: „Welches Weltbild hat dieser Mensch?“

Es könnte sein, dass unser Gegenüber sehr viele andere Dinge wahrnimmt als wir und diese Wahrnehmungen auch komplett anders beurteilt.

Erst wenn wir dies nicht nur akzeptieren, sondern auch verstehen, wird eine qualitativ gute therapeutische Begleitung möglich sein.

Für C.G. Jung war die Auseinandersetzung mit den psychischen Funktionen enorm hilfreich, um die vielfältigen Konflikte in der Wiener Psychoanalytischen Vereinigung zu verstehen.

Jede therapeutische Schule besteht aus sehr unterschiedlichen Menschen, die früher oder später zwangsläufig in Konflikte geraten werden, weil unterschiedliche Wahrnehmungen und Beurteilungen die

*gestaltungsprozesse



*N° 26 GEISTIGE STÄRKE
erscheint im Frühjahr 2025*

Die Themen der nächsten Ausgabe:

- | - Scharfsinn
- | - Zielsicherheit
- | - Fokus

Buchtipp!

ZU BESTELLEN:
per E-Mail bei
Frau Danae Hassler
danea.hassler@gmail.com



Erwin Bakowsky / Bettina-Yvonne Krautberger

LEHRBUCH DER MAL- UND GESTALTUNGSTHERAPIE

**Grundlagen, Theorie und Praxis
der mal- und gestaltungstherapeutischen Arbeit
mit Bildern und Träumen im Einzelsetting**

232 Seiten • Hardcover mit Schutzumschlag
ISBN 978-3-7065-5967-6 • Edition MGT
EUR 44,-- zuzügl. Versandkosten

*gestaltungsprozesse

Das Abo

*gestaltungsprozesse
erscheint zweimal im Jahr – die nächste
Ausgabe kommt für Mitglieder des FMGT,
des Fachverbandes für Mal- und
Gestaltungstherapie, im
Frühjahr 2025 ins Haus.

Abonnieren Sie
*gestaltungsprozesse,
die Fachzeitschrift für
Mal- und Gestaltungs-
therapie des FMGT
und haben Sie Teil
am Wissen unserer
Fachleute.

Unser Aboservice
erreichen Sie unter:
office@f-mgt.at.

