

Arbeitskreis „Anthroposophische Kunsttherapien online“ – Musik – Sprachgestaltung – Malen – Plastizieren/Gestalten

Online Austausch von Dezember 2020 – bis Juni 2021

Autorinnen: Franziska Schmidt-von Nell (Anthroposophische Therapeutische Sprachgestaltung), Simone Gaiß (Therapeutisches Malen- und Plastizieren/Gestalten), Laura Piffaretti (Musiktherapie), Silke Speckenmeyer (Therapeutisches Malen- und Plastizieren/Gestalten), Esther Böttcher (Anthroposophische Therapeutische Sprachgestaltung)

Das Internet spricht seine eigene Sprache.

Hier tut sich eine neue Welt auf, die erstmalig für die Kunsttherapien ergriffen werden muss, Einseitigkeit und Möglichkeit bietet.

Der digitale Raum ist für die in der Regel in Präsenz arbeitenden Kunsttherapeuten und Kunsttherapeutinnen wie ein fremdes Land, und die Kommunikation darin eine Fremdsprache, die man Schritt für Schritt ergreifen kann, die eine geistige und seelische Bewegung bei der Nutzung des Internets, bei der Anleitung und Anwendung der Therapie voraussetzt und hervorruft. Dies betrifft sowohl den Therapeuten und die Therapeutin wie auch das Gegenüber: Die anthroposophische Kunsttherapie online spricht ihre eigene Sprache.

Social Media ist eine bedeutende Begegnungsplattform im Leben der Menschen geworden. Die Welt des Internets ist in gewisser Weise radikal. Hier lebt kein mittelbares „Sie“, sondern ein unmittelbares „Du“. Es wird eine eigene Sprache gesprochen, die ihren Ursprung im Seelischen findet: in Bild und Ton vermitteln Autoren Gedanken, Eindrücke und Stimmungen, die in hoher Schnelligkeit – „Wisch- Wisch“ – nach Antipathie und Sympathie von den Rezipienten wahrgenommen werden. Ein rascher Austausch der Seelenbewegungen.

In dieser Internet-Sprache leben, wie in unserem analogen Alltag, verschiedene Sprachebenen und Register. Dabei bestimmt das «Wie» des Auftritts maßgeblich über die Auswahl des Publikums: Wen will man erreichen? Wer ist im Netz unterwegs, der sich selbst, seine Ebene sucht?

Was will man erreichen? Will man Bekanntheit erzielen? Will man Menschen erreichen, die in die Therapie kommen? Welche Mittel setzt man ein? Wenn der Mensch eine Sprache wirklich beherrscht, kann er jedes Register ziehen, kann er souverän mit der Sprache umgehen, adäquat sich auf Situationen einstellen. Und je nach Botschaft erfordert es eine andere Sprachnuance. Bezogen auf die digitale Kommunikation sind wir als Lernende

momentan in der Situation des Übens: kennenlernen, ausprobieren, Erfahrungen sammeln, Fähigkeiten erweitern...

Zunächst scheint es eine Art minimalistische Bewegung, eine reduzierte Darstellung, mehr vom oberen Menschen kommend hin zum Gefühl zu sein. In einem kommunikativen Akt mit Marketing-Charakter erreiche ich so ein Publikum, auf der Basis eines Sender-Empfänger-Modells: Ich vermarkte. Gelingender, menschlicher Kommunikation wohnt aber die Möglichkeit des Unvorhergesehenen inne. Sie gibt die Gelegenheit, dass sich Dinge ereignen, die nicht geplant waren, Tatsachen geschaffen werden, die undenkbar waren; Wahrheit wird, was sich zuvor noch nicht einmal andeutete. Die entscheidende Frage also ist: finden wir eine Sprache für den digitalen Raum, die dies ermöglicht?

Ein erster Schritt ist es, eine Ästhetik zu entwickeln, die absichtslos und zugleich Ausdruck der Persönlichkeit ist. Sie schafft Raum für den Anderen und seine Erlebnisse: Ich ermögliche.

Bis zu diesem Moment gibt es noch die Rollen des Gestaltenden und Rezipierenden oder auch des Künstlers oder der Künstlerin und des Publikums. Dann folgt der Moment des Loslassens. Die Rollenzuschreibungen hören auf und die Möglichkeit zu Entwicklung aller Beteiligten beginnt: Ich vertraue.

In der Therapiesitzung online wird dies an der unmittelbar erlebbaren Augenhöhe zwischen Therapeutenpersönlichkeit und dem Gegenüber deutlich. Es ist eine Sprache von Du zu Du. Jeder ist in seinem Raum und in die Eigenverantwortlichkeit gestellt. Die Anleitung erfolgt in einen durch den Patienten oder die Patientin selbst gestalteten privaten Raum, der nur durch einen „Klick“ verbunden ist und genauso schnell verlassen werden kann. Zudem bekommt man oft einen Einblick in die Privatsphäre beider Menschen, die sich über den Bildschirm begegnen.

Das Präsenzangebot ist nicht eins zu eins zu übertragen. Der Therapieraum im wörtlichen Sinne kann nicht von den Therapeutinnen und Therapeuten vorbereitet werden, die Anleitung des Therapieprozesses durch die unmittelbare sinnliche Wahrnehmung ist stark eingeschränkt, das Vertrauen auf die therapeutische Wirkung der künstlerischen Mittel ist nur noch ein Teil unter vielen. Wenn man nur die Sprache, die in unseren Ausbildungen gelebt wurde, spricht, geht man unter.

Die individuelle Therapeutenpersönlichkeit steht im digitalen Raum in radikaler Weise im Vordergrund: man muss aus der Persönlichkeit – aus seiner Ich-Sprache heraus – arbeiten:

Was ist die eigene Sprache, die spezifische Fähigkeit?

Das Internet erfordert hohe Flexibilität in der therapeutischen Anwendung. Der Therapeut oder die Therapeutin muss nicht nur die Grundprinzipien der therapeutischen Wirksamkeit seiner Methoden und Mittel verstanden und verinnerlicht haben, sondern auch transferfähig sein. Die Therapeutenpersönlichkeit muss sich durch eine wache, geschärfte, erweiterte, gedehnte Bewusstheit in den Raum des Anderen begeben. Sie muss sehr viel mehr Wahrnehmen damit, dass der Geist nicht an Ort und Zeit gebunden ist, dass der Geist der Aufmerksamkeit folgt, dass wir über den „hinteren Raum“ über den „Herzraum“ miteinander in Beziehung stehen und verbunden sind. Gelebte Spiritualität ist gefordert. In der Umsetzung heisst es daher konkret, dass der Therapeut oder die Therapeutin einerseits das Einfühlungsvermögen sensibilisiert und der Wahrnehmung vertraut und andererseits durch „nachfragen“ und „abfragen“ sich selbst korrigiert, da die unmittelbare Überprüfung durch die räumliche Sinneswahrnehmung fehlt. Die Therapeutenpersönlichkeit muss sich selbst verletzlich machen. Nach dem Motto: «ich brauche hier deine Selbstwahrnehmung und Mitarbeit, da ich es selbst nicht weiss und es nur begrenzt steuern kann». Hierbei ist die Balance zwischen präziser Anleiten und Abfragen, um sich ein differenziertes Bild machen zu können, und dem Vertrauen auf die therapeutische Wahrnehmung, auf die „großen Ohren“ und die ausgedehnte Präsenz eine Gratwanderung.

Zu Beginn einer Sitzung ist also wichtig, sich „ausformuliert“ in den Kontakt zu bringen, den lebendigen Kontakt zu thematisieren, die Raum- und Natur- (Blick aus dem Fenster) oder Selbstwahrnehmung zu schulen und so die Geistesgegenwart und das Verbindende ins Bewusstsein zu bringen. Das Abstandnehmen vom Bildschirm, sich Raum zu nehmen, muss von beiden Seiten immer wieder während einer Sitzung gepflegt werden. Auch in Gruppensitzungen kann auf diese Art die Wahrnehmung des Einzelnen gelenkt werden und durch ein übergeordnetes Evidenzerlebnis, z.B. einer Jahreszeitbetrachtung, Verbindung und Gemeinsamkeit der Gruppe hergestellt werden: So wird die einzelne Reifung im Umgang mit dem therapeutischen Material hör- und sichtbar und gleichzeitig das Verbindende gepflegt.

Führt man sich vor Augen, dass auch ein geschmeidiges, nachklingendes, nachruhendes Beenden einer Sitzung zwar anzuregen, aber nicht zu „kontrollieren“ ist, wird deutlich, wie sehr man auf die Mitarbeit vom Patienten oder der Patientin angewiesen ist. Die Verantwortung liegt viel, viel stärker in den Händen des hilfesuchenden Menschen.

Hier drückt sich die aktuelle Bewusstseinsstimmung aus: der Mensch will eigene Antworten finden. Er will Begleitung und Coaching für die

Selbstgestaltung seiner Gesundheit und seines Lebens. Das setzt eine Zurücknahme, eine Demut-Stimmung der Therapeutenpersönlichkeit vor dem Du und vor dem individuellen Prozess voraus. Das physische Mittel dazu: der Bildschirm.

Die online-Therapie erfordert also eine zweite Wahrnehmungsspur der ausgedehnten Präsenz, die die Therapeutenpersönlichkeit schulen und ausformulieren muss. Sie ist dann erfolgreich, wenn das Ergebnis eine auf Augenhöhe von ICH zu ICH gestaltete Beziehung zwischen den Menschen und dem Material ist.

Online zu therapieren (wie auch zu unterrichten) könnte man unter diesen Gesichtspunkten als eine Meisterklasse des therapeutischen Schulungsweges betrachten. Es schult die Fähigkeiten:

- von sich absehen zu können bei gleichzeitiger maximaler Präsenz,
- sich auf jegliche vorgefundene oder entstehende Situation einlassen zu können,
- ein Höchstmaß an Flexibilität im Umgang mit dem Material,
- Vertrauen in die Wirksamkeit der Materialien und Mittel selbst zu legen
- mit der Autonomie und Selbstverantwortung des Hilfesuchenden zu rechnen
- auf eine Beziehung auf Augenhöhe zu bauen

Die Therapeutenpersönlichkeit kommt radikal in die Rolle des Fragenden und Wissenden zugleich. Online Sitzungen bauen auf hohe Beziehungsfähigkeiten und -qualitäten, auf Authentizität, Ermächtigung zu Selbstermächtigung und auf einem grossen Maß an kultivierter Achtsamkeit, wirklichem Vertrauen und ruhiger Demut. Online-Begegnungen sind so auf bestimmte Art sehr viel nahbarer, weil unmittelbarer.

Wir haben in dem vorliegenden Booklet einige Kernpunkte zusammengefasst, die den Kollegen und Kolleginnen erste Anregungen und Unterstützung zu Online-Therapien geben möchten. Hierbei gibt es gemeinsame Gesichtspunkte, wie auch fachspezifisch zu beachtende Besonderheiten. Auch im Internet erfordern Zeit – und Raumkünste unterschiedliche Herangehensweisen. Der Fokus liegt dabei auf der Therapie mit Jugendlichen und Erwachsenen, in Einzel- und Gruppensettings.

Die Notizsammlung erhebt nicht den Anspruch der Vollständigkeit, sondern mag ermuntern und zum bewussten Einsatz der Online-Medien anregen.
Bei Rückfragen oder für Hilfestellungen sind die Autorinnen unter folgender E-Mail-Adresse erreichbar: icaat@medsektion-goetheanum.ch

Viel Freude dabei!

Für den Arbeitskreis

Esther Böttcher

ICAAT - Medizinische Sektion am Goetheanum

Koordination anthroposophische therapeutische Sprachgestaltung (atS)

Arbeitskreis „Anthroposophische Kunsttherapien online“ – Musik – Sprachgestaltung – Malen – Plastizieren/Gestalten

Online Austausch von Dezember 2020 – bis Juni 2021

Autorinnen: Franziska Schmidt-von Nell (Anthroposophische Therapeutische Sprachgestaltung), Simone Gaiss (Therapeutisches Malen- und Plastizieren/Gestalten), Laura Piffaretti (Musiktherapie), Silke Speckenmeyer (Therapeutisches Malen- und Plastizieren/Gestalten), Esther Böttcher (Anthroposophische Therapeutische Sprachgestaltung)

Allgemeine Hinweise	
	<p>Online Kunsttherapie ersetzt nicht die Präsenztherapie, sondern ist als eine Möglichkeit und Erweiterung zu betrachten.</p> <p>Online Kunsttherapie ersetzt keine psychotherapeutische/ärztliche Behandlung. Gut wäre, vorweg zu klären, ob es jemanden gibt, an den man sich vor Ort im Notfall als Therapeut/Therapeutin wenden kann (Arzt, Therapeut, Angehöriger etc.)</p>
Wahrnehmung	<p>Ein gutes Vorgespräch mit Zielen und Möglichkeiten ist online doppelt wichtig</p> <p>Vor dem Start das Gespräch „Face to Face“ nah am PC führen - dann darf sich der Raum nach hinten öffnen</p> <p>Das heisst den „Schwellenübertritt“ bewusst gestalten: weil der „andere Raum“ ja zu Hause ist muss der Schritt in den therapeutischen Raum eingeleitet und beendet werden</p>
	<p>Wahrnehmung des Raumes: Beachtung des „Hinteren Raumes“, Raumwahrnehmung mit einbeziehen und pflegen: Blick in den Raum lenken und vom Bildschirm weg. Als Therapeut/Therapeutin sollte man aus der Ferne,</p>

	d.h. blind anleiten können, die achtsame Ruhe und Präsenz ausdehnen, indem Therapeut/Therapeutin sich selbst vom Bildschirm zurückzieht und in den Raum des Klienten/der Klientin hineinspürt.
	ggf. Audio und visuelle Wahrnehmung bewusst trennen.
	Stille/Pausen/Nachklang benötigten stärkere Führung und Anleitung. Auch schöpferische Pausen.
Vorbereitung	Vorbereitung: inhaltlich größer, straffere Zeitstruktur, Material muss deutlicher im Vorfeld gegriffen sein,
Zeit	Zeitstruktur: der Zeitrahmen ist deutlicher, braucht auch mehr gestalterischen Vorgriff. So muss das Material ggf. schon Griffbereit sowohl bei Therapeut/Therapeutin als auch bei dem Patienten/Patientin liegen. Es gibt einen sehr klaren Anfang und ein sehr klares Ende ohne Ankommen und Nachklang durch das Fehlen des Physischen Raumes.
Auditive Sprachwahrnehmung	Beachte: der direktive, emotionsgetragene Stimmklang, die aufgeregte Äußerung verstärken sich durch die Tonwiedergabe.
	Digitale Sprache: Nähe/Distanz, „Du“ / „Sie“: die digitale Sprache ist „Du“. Kann man sich ein „Arbeits-Du“ vorstellen? Ein interessanter Gedanke in diesem Kontext ist: Die geistige Welt kennt kein „Sie“
Visuelle Wahrnehmung	Den PC /Computer ggf im Stehen bedienen oder erhöhen. Darauf achten, dass man weder von unten noch von oben in die Kamera schaut, sondern der Blick gerade gerichtet bleibt. Auf die Hintergrundgestaltung achten: Blume, Bild...etc. => ruhiger Hintergrund.

	Etwas Farbe/ Kosmetik (da der Bildschirm blass macht), mehr und bewusst lächeln 😊
	Selber ruhige Haltung und wenige, gezielte Gesten nutzen
	Wie und wo platziert sich die andere Person im „Bild“- Schirm? Was und wie viel gibt die andere von sich preis? Was ergänze ich, auf welcher Grundlage?
	Achtung auf den Umgang mit dem ‚leeren‘ Raum: Blick in die Kamera vs. Blick auf den Screen, keine Kamerabilder...
	Möglichst nicht ständig sich selbst im Bild betrachten: das irritiert und ermüdet
Anleitung	<p>Mehr Gespräch als im Atelier notwendig / Stärkere Verbalisierung, Wahrnehmungslenkung und Ritualisierung z.B. von Beginn und Schluss,</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nichts voraussetzen; alles verbalisieren/bzw. nachfragen - Bedürfnisse besprechen - Übungsanleitungen effektiver auditiv, weniger effektiv visuell - Bewusste Angabe, wann in den Bildschirm zu schauen ist und wann eher nicht
Technische Mittel	2.Kamera, Videoaufnahmen, Dokumentation per Aufnahme möglich
	Zusätzliches Mikro und/oder gute WLAN Kopfhörer mit Mikrofon
	Beachte: Tonqualität verändert sich je nachdem die Mikros angeschaltete sind oder nicht.

Vorteile	Scham geringer, Krankheitseingeständnis „geringer“, ggf. Problematisieren
	Bei jungen Menschen ist die Verbindlichkeit erstaunlich hoch
	Über weite Distanzen weltweit durchführbar
	Die Eigenverantwortung im therapeutischen Tun ist mehr gefragt, wie auch der Patient / die Patientin in eine stärkere Eigenverantwortung gestellt ist.
Nachteile	Herstellung der therapeutischen, heilsamen Stimmung im eigene Zuhause erschwert; ebenso die Raumgestaltung
	Direkte sinnliche Wahrnehmung ist unmöglich
	Nicht alle therapeutischen Interventionen möglich, z.B. weil Material nicht vorhanden ist
	Ggf. Verzerrung und Zeitversetzung des Tons
	Handhabung der Technik muss möglicherweise erst erlernt werden, bevor mit der eigentlichen Therapie begonnen werden kann

Die Notizsammlung „Allgemeine Hinweise“ erhebt nicht den Anspruch der Vollständigkeit, sondern mag ermuntern und zum bewussten Einsatz der Online-Medien anregen. Bei Rückfragen oder für Hilfestellungen sind die Autorinnen unter folgender E-Mail-Adresse erreichbar: icaat@medsektion-goetheanum.ch

zitierbar als unveröffentlichtes Skript, 1.10.2021

ICAAT. Böttcher, E. / Gaiss, S. / Piffaretti, L. / Schmidt-von Nell, F. / Speckenmeyer, S.:
„Anthroposophische Kunsttherapien online“ – Musik – Sprachgestaltung – Malen – Plastizieren/Gestalten. 2021

	Musik	Sprachgestaltung	Malen	Plastizieren
Dimension Materialien				
technische Ausstattung Therapeut*in	<p>angemessenes Mikrofon</p> <p>⚡ viele Instrumente erfahren über das Mikrofon eine schlechte Übertragung und sind nicht gut zu hören, z. B, sind Flöten/Blasinstrumente sehr schwierig.</p> <p>Hinweis auf möglicherweise festgefrorenen Bildschirm.</p>	<p>angemessenes Mikrofon gutes, helles Licht</p> <p>zwei Kameras für Ganzkörper und Teilansicht ggf. Möglichkeit der Audio-Aufnahmen, Kamera: Höhen verstellbar</p> <p>Hinweis auf möglicherweise festgefrorenen Bildschirm.</p>	<p>angemessenes Mikrofon gutes, helles Licht</p> <p>zweite Kamera z. B. unter einer Handykamera auf Stativ befestigt, für eine visuelle Vermittlung „live mit sichtbaren Händen“</p> <p>evtl. dritte Kamera angemessen im Raum positioniert schafft Bewegungsfreiheit</p> <p>Hinweis auf möglicherweise festgefrorenen Bildschirm.</p>	<p>angemessenes Mikrofon gutes, helles Licht</p> <p>zweite Kamera z. B. unter einer Handykamera auf Stativ befestigt, für eine visuelle Vermittlung „live mit sichtbaren Händen“ (je nach Methode)</p> <p>Hinweis auf möglicherweise festgefrorenen Bildschirm.</p>

	Musik	Sprachgestaltung	Malen	Plastizieren
technische Ausstattung Klient*in	Computer mit Mikrofon und Kamera	Computer mit Mikrofon und Kamera Abspielgeräte für Audioaufnahmen (z. B. Smartphone)	Computer mit Mikrofon und Kamera Offene Fragen zur Technik können zusätzlich geklärt werden, z. B. Zoom-Funktionen, Einwahl über ein Zweitgerät und passende Positionen der Kameras. (Handout erstellen)	Computer mit Mikrofon und Kamera
Material u Werkzeuge Therapeut*in	Instrumente, die sich eignen für die Tonübertragung: Stimme/Alt-Leier (Mikro braucht Vorlaufzeit)/Steine/Holz/eigener Körper Grundsätzlich Klänge mit schwachen Obertönen im Gesamtklang. Stimm- und Gesangtherapie-Übungen eignen sich. Besondere Beachtung verdient das Hören, welche Instrumente eigenen sich.	Es sind alle sprachlichen Übungen/Texte möglich. Konsonantische Gedichte eignen sich mehr als vokalische Gedichte. Rezitation ist einfacher anzuleiten, als Deklamation. Kommunikationsgesten eignen sich. Inhaltliche Auseinandersetzung eignen sich und sind notwendig. Kurze Texte/eher Zeilen, Laut-, Silbenarbeit, mantrische, meditative Texte eignen sich. Rhythmisches Sprechen eignet sich mittels Audioaufnahmen. ⚡ Therapeutische Gedichtarbeit eignet sich nur bedingt.	Es sind alle therapeutischen Mal-, Zeichen- und Gestaltungsverfahren möglich, sofern der benötigte Raum zur Verfügung steht bzw. ein alternativ improvisierter Raum vorbereitet werden kann. zum Beispiel: Aquarell, Pastellkreiden, Wachskreiden, Ölkreiden, Graphit, Formenzeichnen, Drucktechnik, Collageverfahren, Crossover-Verfahren zwischen analog und digital	Es sind alle plastischen Verfahren möglich, sofern der benötigte Raum zur Verfügung steht. zum Beispiel: Ton/Wachs/Draht/Plastilin

	Musik	Sprachgestaltung	Malen	Plastizieren
Material u Werkzeug Klient*in	„Instrumente“ suchen, die in einem Haushalt zu finden sind, z. B. Bleistifte, Gläser, Objekte mit Innenraum aus Metall, Holz, Keramik oder auch Hände und Füße	Stift, Papier Utensilien wie Bälle, Stäbe, Kissen bzw. an die Möglichkeiten anpassen.	Es kann geklärt werden, welche Materialien bereits vorhanden sind, zur Auswahl stehen oder evtl. angeschafft werden können. Ggf. Webseiten für Künstler*innenbedarf (bei Lockdown) nennen. Wand- und Bodenflächen schützend abdecken oder ankleben mit leicht lösbaren, rückstandsarmen Krepp-Klebeband.	Ggf. Webseiten für Künstler*innenbedarf (bei Lockdown) nennen. Plane/Wachstischdecke zum Abkleben Schüssel mit Wasser vorbereiten alte Handtücher Tüten zum Einpacken/Aufbewahren der Plastik
Dimension Zeit				
Zeitverständnis	Gute Vorbereitung der Mikrofone/Lautstärken. Auftakt der Stunden mit gut geführtem „Ankommen“.	Auftakt der Stunden mit gut geführtem „Ankommen“. Auftaktgespräch nötig sowie Rückschau zur jeweils letzten Stunde, um Verfassung des Gegenübers abzuspüren, weil der Mensch in seinem häuslichen Kontext ins therapeutische Setting eingeladen wird.	Eine differenzierte, kleinschrittige Vorbereitung der Einheiten bildet eine wesentliche Basis für ihr Gelingen. Auftaktgespräch sowie Rückschau zur jeweils letzten Stunde, um Verfassung des Gegenübers abzuspüren.	Auftaktgespräch nötig sowie Rückschau zur jeweils letzten Stunde, um Verfassung des Gegenübers abzuspüren, weil der Mensch in seinem häuslichen Kontext ins therapeutische Setting eingeladen wird.
Zeitmanagement	45 - 60 Minuten	Texte / Übungen ggf vorab per E-Mail versenden. 45 - 60 Minuten	60 - 120 Minuten	90 Minuten

	Musik	Sprachgestaltung	Malen	Plastizieren
Methodik/Didaktik	Es gilt unbedingt: „weniger ist mehr“, da durch die fehlende direkte Nachahmungsmöglichkeit (Zeitverzögerung) viel mehr Raum für Selbstexploration eingeräumt werden muss.	Es gilt unbedingt: „weniger ist mehr“, da durch die fehlende direkte Nachahmungsmöglichkeit (Zeitverzögerung) viel mehr Raum für Selbstexploration eingeräumt werden muss.	Offene Fragen zur Technik können zusätzlich geklärt werden, z. B. Zoom-Funktionen, Einwahl über ein Zweitgerät und passende Positionen der Kameras.	Offene Fragen zur Technik können zusätzlich geklärt werden, z. B. Zoom-Funktionen, Einwahl über ein Zweitgerät und passende Positionen der Kameras.
Dimension Wahrnehmung als Wirkprinzip - Eindruck/Ausdruck				
Eindruck	<p>Kontinuität in der visuellen Raumwahrnehmung vermittelt Ruhe und ist notwendig (neutraler, statischer Hintergrund, Kamera auf Augenhöhe).</p> <p>Live-Erleben mit sichtbaren Händen unterstützt das Verständnis und die Wirksamkeit der Methoden</p>	<p>Kontinuität in der visuellen Raumwahrnehmung vermittelt Ruhe und ist notwendig (neutraler, statischer Hintergrund, Kamera auf Augenhöhe).</p> <p>Live-Erleben mit sichtbaren Händen unterstützt das Verständnis und die Wirksamkeit der Methoden</p>	<p>Kontinuität in der visuellen Raumwahrnehmung vermittelt Ruhe und ist notwendig (neutraler, statischer Hintergrund, Kamera auf Augenhöhe).</p> <p>Live-Erleben mit sichtbaren Händen unterstützt das Verständnis und die Wirksamkeit der Methoden.</p> <p>Bei Einsatz einer zweiten Kamera unter der live und konkret Vermittlung stattfindet, wird der Eindruck verstärkt. Dabei kann das Bild über die Funktion „pinnen“ vergrößert werden.</p>	<p>Live-Erleben mit sichtbaren Händen unterstützt das Verständnis und die Wirksamkeit der Methoden.</p> <p>Bei Einsatz einer zweiten Kamera unter der live und konkret Vermittlung stattfindet, wird der Eindruck verstärkt. Dabei kann das Bild über die Funktion „pinnen“ vergrößert werden.</p> <p>Die Klient*innen fühlen sich in ihrem vertrauten Raum sicher und unbeobachtet, dadurch entsteht möglicherweise eine besondere Form von „flow“ im Selbstaussdruck.</p>

	Musik	Sprachgestaltung	Malen	Plastizieren
Ausdruck	Im Anschluss an die therapeutische Stunde ist kurzes Nachlauschen angeraten.	Im Anschluss an die virtuelle Sitzung taucht oftmals das Bedürfnis auf, ins reale Leben zu wechseln (Spaziergänge, Essen, Trinken etc.)	<p>Führt häufig an die eigenen Gefühle und die Emotionen dahinter. Bedeutsam bleibt diesen Prozess abzurunden. Gefühle greifbar zu verorten, dh Reflexionsgespräch bzw. angeleitete ressourcenorientierte Intervention anzubieten.</p> <p>Die Bedürfnisse der Klient*innen antizipieren, d. h. auf Selbstfürsorge hinzuweisen (leiblich, seelisch, geistig).</p> <p>(Hunger, Durst etc.)</p>	<p>Bedeutsam bleibt diesen Prozess abzurunden.</p> <p>Die Bedürfnisse der Klient*innen antizipieren, d. h. auf Selbstfürsorge hinzuweisen (leiblich, seelisch, geistig).</p> <p>(Hunger, Durst etc.)</p>

	Musik	Sprachgestaltung	Malen	Plastizieren
Methodik/Didaktik	<p>Tonaufnahmen können gut eingespielt werden</p> <p>eigenes Mikro freigeben</p> <p>Singen eignet sich, wenn Gegenüber das Mikro ausgeschaltet ist.</p> <p>Wenn möglich, gute Abwechslung zwischen stehenden Übungen / aktiv und sitzenden Übungen / passiv</p>	<p>Auf aufrechte Sitzhaltung achten und auf Bodenkontakt der Füße hinweisen. Feste Sitzfläche.</p> <p>Tonaufnahmen können gut eingespielt werden, dafür eigenes Mikro freigeben.</p> <p>Texte/Übungen in Chatfunktion eingeben oder via Bildschirm „teilen“.</p> <p>Klar und langsam sprechen und mit viel Ermunterung zur eigenen Aktivität.</p> <p>Vokalarbeit, Stimmarbeit, sprachliche Arbeit eignet sich, wenn Gegenüber Mikrofon aus hat.</p> <p>Wenn möglich, gute Abwechslung zwischen stehenden Übungen / aktiv und sitzenden Übungen / passiv.</p> <p>Einsatz von Bewegungen und Bewegen im Raum verstärken, um von der informativen Bildschirmsprache zur erlebten Sprache zu kommen. Den Blick immer wieder vom Bildschirm in das Zimmer bzw. aus dem Fenster lenken.</p> <p>Auditive Sprachverzögerung beachten.</p>	<p>Photodokumentationen der entstandenen Werke die über den „geteilten Bildschirm“ betrachtet werden können (Bildrezeption).</p> <p>Bildende und betrachtende Gestaltung wechseln ab.</p> <p>„Wenn wir die Bilder gemeinsam betrachten, werden sie noch viel größer“.</p> <p>Gerne Verweise auf Künstler*innen, die ebenfalls in begrenzten Räumen improvisierend gestaltet haben z. B. Paul Klee, Astrid Lindgren</p>	<p>Photodokumentationen der entstandenen Werke die über den „geteilten Bildschirm“ betrachtet werden können (Bildrezeption).</p> <p>Bildende und betrachtende Gestaltung wechseln ab.</p> <p>„Wenn wir die Plastik gemeinsam betrachten, wird sie noch viel größer“.</p> <p>Gerne Verweise auf Künstler*innen, die ebenfalls in begrenzten Räumen improvisierend gestaltet haben z. B. Paul Klee, Alberto Giacometti</p> <p>Wenn möglich, dass plastische Arbeiten „vergrößern“ dh insgesamt evtl. größere Formen plastizieren, als es im Atelier der Fall gewesen wäre. Metamorphose Reihen eignen sich.</p>

	Musik	Sprachgestaltung	Malen	Plastizieren
Selbstbezug	Den Blick in den Raum / Himmel oder auf ein Bild und nur hören (Audio-spur).	Geführte Körperwahrnehmungen zwischendurch ritualisieren (liebevolle Stimme aus dem Off). Blick sinkt nach innen.	Sinne anregen durch Imaginationen, Rückfragen und entlang konkreter Interventionen. Abwechslung zwischen produktiven und rezeptiven Phasen.	Mit geschlossenen Augen arbeiten. Geführte Körperwahrnehmungen zwischendurch ritualisieren (liebevolle Stimme aus dem Off). Blick sinkt nach innen.
Umgebungsbezug	Allgemeine Raumwahrnehmungsübungen voranstellen bevor Töne im Raum erklingen.	Allgemeine Raumwahrnehmungsübungen voranstellen bevor die eigene Stimme im Raum erklingt. Allgemeine Wahrnehmung des Ortes, der Umgebung, der Geräusche, der Mensch.	Ausrichtung im Raum. Allgemeine Wahrnehmung des Ortes, der Umgebung, der Geräusche, der Menschen.	Ausrichtung im Raum. Allgemeine Wahrnehmung des Ortes, der Umgebung, der Geräusche, der Menschen.
Sozialbezug	klar, langsam und mit viel Ermunterung zur eigenen Aktivität sprechen	klar, langsam und mit viel Ermunterung zur eigenen Aktivität sprechen	klar, langsam sprechen Allgemeines Befinden des Gegenübers abklären. Face-to-Face-Gespräch, erst im Anschluss wird Raum zum Arbeitsplatz aktiv geöffnet. Während der künstlerisch / therapeutischen Arbeit die Interventionen als liebevolle Stimme aus dem Off (innerlich lächeln).	klar, langsam sprechen Allgemeines Befinden des Gegenübers abklären. Face-to-Face-Gespräch, erst im Anschluss wird Raum zum Arbeitsplatz aktiv geöffnet. Während der künstlerisch / therapeutischen Arbeit die Interventionen als liebevolle Stimme aus dem Off (innerlich lächeln).

	Musik	Sprachgestaltung	Malen	Plastizieren
Dimension Raum				
innere Haltung Therapeut*in	<p>Ruhige Aufmerksamkeit im Vertrauen auf die Möglichkeit zwischenmenschlicher Begegnung im virtuellen Raum.</p> <p>Auf überraschende Emotionen während des Prozesses gefasst sein (Wahrnehmung ist durch Bildschirmarbeit nur eingeschränkt möglich).</p>	<p>Ruhige Aufmerksamkeit im Vertrauen auf die Möglichkeit zwischenmenschlicher Begegnung im virtuellen Raum.</p> <p>Auf überraschende Emotionen während des Prozesses gefasst sein (Wahrnehmung ist durch Bildschirmarbeit nur eingeschränkt möglich).</p>	<p>Auf überraschende Emotionen während des Prozesses gefasst sein (Wahrnehmung ist durch Bildschirmarbeit nur eingeschränkt möglich).</p> <p>„Jede Störung ist willkommen“</p> <p>Noch bewusster die geistige Welt bitten, beizuwohnen, z. B. durch ein Mantra, einen Spruch oder Mediation für Klient*in.</p>	<p>Auf überraschende Emotionen während des Prozesses gefasst sein (Wahrnehmung ist durch Bildschirmarbeit nur eingeschränkt möglich).</p> <p>„Jede Störung ist willkommen“</p> <p>Noch bewusster die geistige Welt bitten, beizuwohnen, z. B. durch ein Mantra, einen Spruch oder Meditation für Klient*in.</p>
Vorbereitung der inneren Haltung des Klienten	Darauf hinweisen, dass die Wahrnehmung der Therapeutin/Therapeuten eingeschränkt ist.	Darauf hinweisen, dass die Wahrnehmung der Therapeutin/Therapeuten eingeschränkt ist.	<p>Darauf hinweisen, dass die Wahrnehmung der Therapeut*in eingeschränkt ist.</p> <p>Deshalb z. B. die Einladung auftauchende Atmosphären, Stimmungen und Bedürfnisse zu äußern.</p>	<p>Darauf hinweisen, dass die Wahrnehmung der Therapeut*in eingeschränkt ist.</p> <p>Deshalb z. B. die Einladung auftauchende Atmosphären, Stimmungen und Bedürfnisse zu äußern.</p>
physischer Raum Therapeut*in	<p>Möglichst im Therapie-raum, mit Blick auf das Instrumentarium.</p> <p>Lichtverhältnisse an den Stand der Sonne anpassen.</p> <p>Für Ruhe in der Umgebung sorgen.</p>	<p>Lichtverhältnisse an den Stand der Sonne anpassen.</p> <p>Für Ruhe in der Umgebung sorgen.</p>	<p>Lichtverhältnisse an den Stand der Sonne anpassen.</p> <p>Für Ruhe in der Umgebung sorgen.</p>	<p>Lichtverhältnisse an den Stand der Sonne anpassen.</p> <p>Für Ruhe in der Umgebung sorgen.</p>

	Musik	Sprachgestaltung	Malen	Plastizieren
physischer Raum Klient*in	<p>Akustisch geschützter Raum (sicherer Ort).</p> <p>Für Ruhe in der Umgebung sorgen.</p> <p>Einen Raum auswählen, wo sie sich wohl fühlen.</p>	<p>Lichtverhältnisse an den Stand der Sonne anpassen, wenn man mit der Kamera arbeiten will.</p> <p>Für Ruhe in der Umgebung sorgen.</p> <p>Akustisch geschützter Raum (sicherer Ort).</p>	<p>Nach dem Erstgespräch und Entschluss für eine Online-Therapie ist das Angebot einer virtuellen Ortsbegehung und Standortbestimmung mit den Interessent*innen sinnvoll/ hierbei werden Möglichkeiten und Grenzen der individuellen Werkstattsituationen im Zuhause der Klient*innen besprochen. Arbeitsplatzalternativen werden benannt (Tisch-Küchentisch/Schreibtisch/ Stehpult/ Fußboden - oder an der Wand bzw. Tür.</p> <p>Für eine ruhige Atmosphäre und einen geschützten Rahmen sorgen (Absprache Mitbewohner*innen).</p> <p>Vor allem Katzen springen gerne dazwischen!</p>	<p>Nach dem Erstgespräch und Entschluss für eine Online-Therapie ist das Angebot einer virtuellen Ortsbegehung und Standortbestimmung mit den Interessent*innen sinnvoll/ hierbei werden Möglichkeiten und Grenzen der individuellen Werkstattsituationen im Zuhause der Klient*innen besprochen.</p> <p>Ggf. Plastizieren auf dem Fußboden möglich, Setting kann durchaus auf die Bodenfläche verlegt werden.</p> <p>Für eine ruhige Atmosphäre und einen geschützten Rahmen sorgen (Absprache Mitbewohner*innen).</p> <p>Vor allem Katzen springen gerne dazwischen!</p>
Dimension Sprache				
Rhetorik Therapeut*in	<p>Authentizität behalten!</p> <p>Auf den Satzbau achten. Kurze und präzise Anleitungen.</p> <p>Langsam und deutlich sprechen</p>	<p>Authentizität behalten!</p> <p>Auf den Satzbau achten. Kurze und präzise Anleitungen.</p> <p>Langsam und deutlich sprechen</p>	<p>Authentizität behalten!</p> <p>Ansprache als Kunstform betrachten und flexibel der Situation entsprechend Sicherheit vermitteln.</p> <p>Langsam und deutlich sprechen.</p>	<p>Authentizität behalten!</p> <p>Ansprache als Kunstform betrachten und flexibel der Situation entsprechend Sicherheit vermitteln.</p> <p>Langsam und deutlich sprechen.</p>

	Musik	Sprachgestaltung	Malen	Plastizieren
Dialog	<p>Aufmerksamer zuhören als offline, das kann ein Durcheinandersprechen in der Kommunikation verhindern.</p> <p>Erinnerungen und Terminabsprachen via messenger-Dienste ebenfalls ermöglichen (entsprechendes Klientel).</p>	<p>Aufmerksamer zuhören als offline, das kann ein Durcheinandersprechen in der Kommunikation verhindern.</p> <p>Sparsamere Kommunikation.</p> <p>Sprachnachrichten mit Aufnahmen von Texten, Meditationen, Anleitungen zum Nacharbeiten</p>	<p>Klare Rederecht-Zeiten, um z. B. ein Durcheinandersprechen in der Kommunikation zu verhindern.</p>	<p>Klare Rederecht-Zeiten, um z. B. ein Durcheinandersprechen in der Kommunikation zu verhindern.</p> <p>Erinnerungen und Terminabsprachen via messenger-Dienste ebenfalls ermöglichen (entsprechendes Klientel).</p>
Begegnungsqualitäten Empathie/Resonanz	<p>Einfühlsam orientierte Sequenzen wechseln ab mit persönlicher Erfahrungsbeteiligung.</p>	<p>Moderierende Ansage vor Feedback oder Sharing</p>	<p>Einfühlsam orientierte Sequenzen wechseln ab mit persönlicher Erfahrungsbeteiligung.</p> <p>Erinnerungen und Terminabsprachen via messenger-Dienste ebenfalls ermöglichen.</p>	<p>Einfühlsam orientierte Sequenzen wechseln ab mit persönlicher Erfahrungsbeteiligung.</p> <p>Erinnerungen und Terminabsprachen via messenger-Dienste ebenfalls ermöglichen.</p>
Verabschiedung				
Reflexion	<p>Terminabsprache, Übungen erinnern, verabschieden</p>	<p>Klassischer Rückblick mit Ausblick, d. h. Verabredung der (täglichen) Übungen und Zielsetzung.</p>	<p>Intermedialer Quergang d. h. Methodenwechsel z. Beispiel vom Bild zur Sprache oder in den Körper.</p>	<p>Intermedialer Quergang d. h. Methodenwechsel z. Beispiel vom Bild zur Sprache oder in den Körper.</p>
Ritual	<p>Bewusstes Verabschieden und achtsames Aufräumen und schriftliche Notiz.</p>	<p>Bewusstes Verabschieden (z. B. Fenster öffnen, trinken, Hände waschen).</p>	<p>Werke „versorgen“, dabei verabschieden.</p>	<p>Werke „versorgen“, dabei verabschieden.</p> <p>Einpacken der plastischen Arbeiten begleiten. Das Bedürfnis unterstützen, dass das plastische Werk einen bewusst erwählten Ort der Aufbewahrung hat.</p>

	Musik	Sprachgestaltung	Malen	Plastizieren
Übergang	Gemeinsamer Ausblick auf vorgeschlagene Übungssequenzen für zuhause.	Gemeinsame Reflexion dient dem Übergang in die Alltagswelt.	„Nimm mit, aus deinem Werk, was du gerne in nächster Zeit bei dir haben möchtest und lass hier, was du nicht brauchen kannst.“	„Nimm mit, aus deinem Werk, was du gerne in nächster Zeit bei dir haben möchtest und lass hier, was du nicht brauchen kannst.“

für das ICAAT-Team: Dr. Simone Gaiss & Silke Speckenmeyer, Köln, 1.10.2021