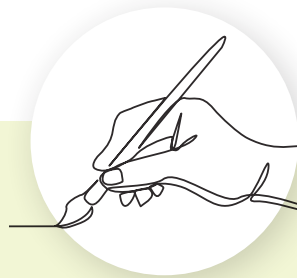


# Orientierungshilfe Anthroposophische Kunsttherapien

HINWEISE FÜR VERORDNER



Bei der Diagnose erfolgt die möglichst genaue bewertende Zuordnung von Anamnese, Symptomen und Befunden zu einem Krankheitsbegriff oder zu einem Syndrom (typische Symptomkombination). Das Syndrom ergibt, zusammen mit der Krankheitsursache bzw. deren Entstehung (und der Abgrenzung gegenüber ähnlichen/verwandten Krankheiten [Differentialdiagnose]), die Diagnose (διά- [diá-: «durch-»] + γνώσις [gnósis: «Erkenntnis», «Urteil»]: Gesamtschau).

# Inhalt

Einleitung und Handhabung	4
Diagnosen	
Allergie	6
Arterielle Hypertonie	8
Depression	10
Entzündung, leichtes Fieber	12
Krebs (Tumore)	14
Long Covid	16
Migräne	18
Menopause mit Schlafstörungen	20
Morbus Parkinson	22
Myome, Lipome, Fibrome	24
Sklerosen	26
Weitere Diagnosen	28
Notizen	29
Literaturangaben & Links	30
Kontakt	31

# Einleitung und Handhabung

Die Orientierungshilfe Anthroposophische Kunsttherapien möchte den Arzt befähigen, eine passende Kunsttherapiemöglichkeit für Patienten zu finden. Den Autorinnen ist bewusst, dass die Angaben allgemein gehalten sind. Die vorgestellten Ansätze und Interventionen ermöglichen einen ersten Zugang und sind nicht erschöpfend dargestellt. Da die Ausprägungen und Verläufe einer Erkrankung individuell sind, entwickelt und «komponiert» der Therapeut in der realen Therapiesituation anhand seiner kunsttherapeutischen Erkenntnisse, Erfahrungen und angepasst an den Bedarf des Patienten die Therapie aus der Fülle der kunsttherapeutischen Interventionen.

Die Herangehensweise und Gliederung in «Diagnose», «fachspezifischer Ansatz» und «mögliche Interventionen» trägt der Denkweise und Handhabbarkeit im ärztlichen Beruf Rechnung.

**Die Orientierungshilfe Anthroposophische Kunsttherapien ermutigt den Arzt im Patientengespräch, eine richtungweisende Entscheidungshilfe für die Therapiewahl zu treffen.**

Das Lesen der kurzen Erläuterungen regt an, ein Gefühl für ein inneres «Übereinstimmungsbild» zu kultivieren: «Das könnte passen» oder «Dies könnte das Richtige sein». Für die ärztliche Herangehensweise mag es ungewöhnlich sein, sich in der Entscheidung für eine Therapiewahl auf ein Stimmigkeitsgefühl zu berufen. Zudem

wird aus dem vorliegenden Dokument deutlich, dass alle Anthroposophischen Kunsttherapien bei jeder Diagnose und in jedem Gesundungsprozess sinnhaft eingesetzt werden können.

Alles künstlerische Schaffen bringt Seele und Geist in Bewegung und wirkt bis ins Leibliche. Daher mag es übergeordnet hilfreich sein, sich die Kunstmittel und Materialien der unterschiedlichen Kunsttherapierichtungen vor Augen zu führen: Im Malen und Zeichnen sowie für das Plastizieren und Formenzeichnen arbeiten wir mit konkreten Materialien der «Raum-Kunst». So ist am Ende einer therapeutischen Sitzung ein Sichtbares und Greifbares entstanden, worauf bei einer weiteren Sitzung aufgebaut werden kann und womit «im Außen» ein Selbstbild, Selbsterlebnis, eine seelisch-geistige Erfahrung und Anschauungsmaterial entstanden sind. Mit der Musik, dem Gesang und der Sprache arbeiten wir im Bereich der «Zeit-Künste». Sinnlich-konkret ist das gewählte Mittel in Form eines Musikinstrumentes, eines Textes und vor allem die Auseinandersetzung und das Erlebnis mit dem eigenen Körper mittels Bewegungen, Atem, Stimme, Resonanz und Sprache. Am Ende einer therapeutischen Intervention hat sich ein körperliches Erlebnis, ein seelisches Empfinden und eine geistige Erfahrung vollzogen. Ganz allgemein gesprochen entwickeln erstere Therapieformen ihre therapeutische Wirkweise, Herausforderung und Halt in der Auseinandersetzung mit dem Material im Außen und legen einen Schwerpunkt auf den Aufbau der physisch-ätherischen Organisation hin zur seelischen Kraft. Letztere Therapieformen fordern

und fördern im Inneren Halt und legen den Fokus mehr auf seelisch-ichhafte Entwicklungsprozesse. Alle Therapieformen können aktiv wie auch rezeptiv Anwendung finden.

Wir verzichten auf eine Einführung in anthroposophische Termini und verweisen an dieser Stelle auf die Übersicht in [www.anthromedics.org](http://www.anthromedics.org). Anthroposophische Kunsttherapien arbeiten mit und berücksichtigen sowohl konstitutionelle Aspekte der Anthroposophischen Medizin im Sinne der Dreigliedrigkeit des Menschen in Nerven-Sinnes-Organisation (oberer Mensch), Rhythmische Organisation (mittlerer Mensch) und Stoffwechsel-Gliedmaßen-Organisation (unterer Mensch) wie auch die Ebenen der sogenannten Wesensglieder Physischer Leib (Körper), Ätherleib (Leben), Astralleib (Psyche) und Ich.

Die Suche nach einem geeigneten Therapeuten kann auch über Beziehungen/Arbeitszusammenhänge oder den Berufsverband/Krankenversicherung erfolgen (Links und Hinweise siehe Seite 30). Die Orientierungshilfe Anthroposophische Kunsttherapien entsteht schrittweise. Die hier exemplarisch aufgeführten und beschriebenen Diagnosen werden im Laufe der Jahre durch weitere Diagnosen ergänzt. Sie sind alphabetisch geordnet und relevant für eine Behandlung mit Kunsttherapien.

Die Orientierungshilfe Anthroposophische Kunsttherapien ist in jeweils aktualisierter Form auf der Website der ICAAT zu finden ([www.icaat-medsektion.net](http://www.icaat-medsektion.net)).

Um ein vollständiges Bild anthroposophischer Therapien und Interventionen zu erhalten, möchten wir an dieser Stelle auf die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten der Körper- und Bewegungstherapien sowie der Heileurythmie hinweisen.

Für die finanzielle Unterstützung bedanken wir uns herzlich beim Förderverein Anthroposophische Medizin.



Kurze Videos als Einblicke in die Kunsttherapien finden Sie auf YouTube oder auf unserer Website.



[@icaat.medical.section](https://www.youtube.com)



[www.icaat-medsektion.net](http://www.icaat-medsektion.net)

# Allergie

FACHRICHTUNG

FACHSPEZIFISCHER ANSATZ

Plastizieren,  
Formenzeichnen



Widerstand und Grenze am Ton erfahren. Arbeiten an klaren oder geometrischen Formen. In den Formen Ausgleich zwischen konkav und konvex finden.

Malen, Zeichnen



Formkraft stärken durch Zeichnen, durch Gestalten von Mitte und Umkreis. Zentrum und Grenze erleben.

Musik, Gesang



Üben von Kanons, das Halten von gegenläufigen Rhythmen und eigene Stimme erproben. Hülle erleben.

Sprache, Drama



Kräftiges, gestaltetes Sprechen, «erden» und Abgrenzungsfähigkeit (Ja-Nein) bzw. Eigenwirksamkeit fördern; Stärkung der rhythmischen Koordination.

## ANSATZ

Grenzbildung unterstützen, Beleben des Wechselspieles zwischen Luftigem und Wässrigem. Ich-Aktivität und Selbstaussdruck fördern, Belebung der Atmung.

## MÖGLICHE INTERVENTIONEN

Geometrische Formen, platonische Formen. Reliefartig eine ebene Fläche aufbauen, die Mitte zentrieren und wachsen lassen, steigern. In freien Formen Ausgleich zwischen konkav und konvex finden.

Zeichnen mit Linien und geometrischen Formen, Perspektive erleben. Schichttechnik mit Grün-Blau-Tönen, Halt und Hülle durch formgebende Blautöne. Innenraum abbilden. Kohleübungen.

Aktives Musizieren und/oder Singen im Kanon, zweistimmig, rhythmisches Arbeiten mit Händen/Füßen auf Instrumenten. Erfahrung der eigenen Hülle durch Klang und Intervallwahrnehmung am Leib.

Atemübungen u.a. mit klingenden Konsonanten wie M und N und Vokalübungen mit E. Kommunikationsgesten zur Grenzbildung und Förderung des Selbstaussdrucks. Spruch-Meditationen zur Ich-Stärkung und Abgrenzung.

# Arterielle Hypertonie

FACHRICHTUNG

FACHSPEZIFISCHER ANSATZ

Plastizieren,  
Formenzeichnen



Handlung und Gestaltung erwärmen durch Interesse. Spannungsabbau durch das Ergreifen des Tons. Polaritäten erarbeiten und daraus die Mitte suchen.

Malen, Zeichnen



Das innere seelische Gleichgewicht wird beeinflusst von den polaren Qualitäten im oberen formenden Pol und unteren wärmenden aufbauenden Pol. Die Mitte wird von zwei Seiten angeregt und ist in immerwährender Bewegung.

Musik, Gesang



Den Emotionen einen geeigneten musikalischen Ausdruck verleihen. Die Rhythmische Organisation und vor allem die Atmung vertiefen und entspannen. «Druck» ablassen.

Sprache, Drama



Synchronisierung der Atmung und Herzfrequenzvariabilität, Förderung der Vagotonie, Schwingungsfähigkeit zwischen oberem und unterem Menschen (seelisch-geistigen «Stau» lösend in den unteren Pol). Umgang mit Gefühlen.



## Stärkung der Rhythmischen Organisation, Förderung der harmonischen Verbindung zwischen oberem und unterem Menschen.

### MÖGLICHE INTERVENTIONEN

Ton rhythmisch fallenlassen und dabei dem Fall und Aufprall nachlauschen. Die losen Tonstücke verdichten, «Haut» darüber bilden. Form suchen, z.B. Tiere. Über den Tonhaufen streichen und den Rücken eines Tieres suchen, formen. Formenzeichnen.

Holzkohleübungen anlegen und das Gleichgewicht immer neu suchen. Licht impulsiert in der Finsternis die Bewegung. Bewegung im unteren Menschen steigt auf und wird vom Licht im oberen Menschen beeinflusst, zurückgedrängt, impulsiert erneut und schafft so immer wieder eine neue rhythmische Verbindung. Je nach Befinden des Patienten regen Rottöne zu stark den Aufbau, die Wärme im unteren Menschen an. Gelb-, Grün-, Blautöne ordnen, bringen Ruhe und strukturieren. Wahrnehmungsübungen und Zeichnen von Pflanzen, Tieren, Landschaften und einfachen Gegenständen.

Vertiefte Arbeit mit Saiteninstrumenten, besonders in Harmonien gestimmt (Bordunleiern), aber auch mit leichten Blasinstrumenten, z.B. der Obertonflöte, über den Atem die Mitte des Menschen in seiner Atem-Puls-Balance stärken und ausgleichen. Die Arbeit mit Harmonien ermöglicht das differenzierte, farbenreiche Ausdrücken von Emotionen, Stimmungen und Befindlichkeiten. Dadurch kommen diese zu Bewusstsein und können ausgeglichen werden.

Harmonisierende Rhythmusübungen mit Hexameter, Förderung der Ausatmung. Vokalübungen mit A O U. Verbindung von Gedanken und Atem z.B. mittels Meditationen.

# Depression

FACHRICHTUNG

FACHSPEZIFISCHER ANSATZ

Plastizieren,  
Formenzeichnen



Auf dem Brett mit Ton aktive und rhythmische Knetbewegung pulsieren lassen. Formen mit Gliederungen (zusammenziehen, ausdehnen) und doppeltgebogenen Flächen unterstützen. Kontraindikation: schwerwiegende depressive Episoden.

Malen, Zeichnen



Einen tragenden Rhythmus aufbauen, der die Willenskraft anregt. Die Verbindung zur Welt erneuern und sich daran aufrichten. Sich dem Leben zuwenden, aus der Lichtkraft Bilder gestalten.

Musik, Gesang



Mit Instrumenten arbeiten, die in ihrer Klangfarbe Licht und Helle vermitteln. Licht und Wärme als Hilfe zur Ich-Aktivität. Aktive Musiktherapie, Übungen mit den Gliedmaßen. Erschaffen und Erleben von Harmonien.

Sprache, Drama



Erden und Kraftentfaltung über Artikulationsübungen in Kombination mit Bewegungen nach dem Prinzip von Gliedern und Rekombinieren. Lauschen auf die Klänge in Sprache und Poesie, Förderung der Präsenz, Achtsamkeit, des Selbstaudrucks und Stärkung der Atmung.

## ANSATZ

Ich-Aktivität, Licht-, Präsenz- und Wärmequalitäten fördern, erden.  
Das Zusammenspiel von Leib, Seele und Geist fördern.  
Die Verbindung zum Lebensleib anregen. Willen unterstützen.

## MÖGLICHE INTERVENTIONEN

Wasser- und strömende Bewegungen im Relief aufgreifen. Eine Kugel durch den Dreiklang Impuls, Lösen und Bewegen entstehen lassen. Mittels Gefäßen eine Entwicklungsreihe in der Öffnung von eng bis weit aufbauen. Formenzeichnen zu zweit.

Entwicklungsprozesse der Pflanze beobachten und zeichnen, Licht und Schatten integrieren. Sich dem Licht und seinen Taten in der Welt zuwenden. Mit Dynamischem Zeichnen in Bewegung kommen. In aufsteigendem Rot bis ins Gelbgrün und in die Heil- und Christusfarbe Blaugrün aufsteigen, sich aufrichten.

Arbeit z.B. mit Streich-Psalter oder Kupfer-Klangröhren, Leier, Bordunleiern.  
Auch musikalische Übungen, die klare Melodieführungen und Strukturen haben.  
Mit Metallinstrumenten wie Xylophonen, Handglocken arbeiten, auch kombiniert mit Taktwechsel.

Konsonantenübungen z.B. mit K, H, M, L. Kommunikationsgesten, Gedichte und Poesie, z.B. mit poetischen Naturbildern. Gehörbildung. Stimmübungen. Licht-, Wärme-, Präsenz-Meditationen. Aktivierung durch Atem- und Rhythmusübungen, wechselnde, steigende Metren. Stabreim. Hexameter.

# Entzündung, leichtes Fieber

FACHRICHTUNG

FACHSPEZIFISCHER ANSATZ

Plastizieren,  
Formenzeichnen



Rhythmus beachten. Ausgleich, Harmonie zwischen den Flächen, den Kanten im Verhältnis zur Form. Konvexe hervorheben.

Malen, Zeichnen



Da, wo Leben und Dynamik den Menschen ganz ausfüllt, ist Formkraft kühlend und reinigend.

Musik, Gesang



Kühlen (bei Bedarf rezeptiv) durch sogenannte kalte oder kühle Klangqualitäten. Form und Halt geben: Durch gezielte rhythmische Abfolgen kann Struktur ins sonst ausfließende Geschehen gebracht werden.

Sprache, Drama



Ableitend vom Zentrum in die Peripherie durch Lösung der Atmung. Klärend, kühlend, strukturierend.

## ANSATZ

Die formenden, gestaltenden, Leben verdrängenden,  
abbauenden Kräfte unterstützen. Anregen der Bewusstseinskräfte.  
Über die Ich-Aktivität strukturieren, klären, kühlen, ableiten.

## MÖGLICHE INTERVENTIONEN

Klare Formen nutzen, z.B. platonische Körper, und in polare Formen verwandeln.  
Senkrechte Formen anwenden, z.B. Menschengestalt. Formenzeichnen mit geraden und krummen Linien.

Zeichnen von einfachen, klaren geometrischen Formen, Perspektive in der Landschaft entdecken.  
Seinen eigenen Standpunkt festigen, Wahrnehmungsübungen, mit kühlem Türkis Kristalle malen.

Die Atmung beruhigen und vertiefen. Übungen mit Klangstäben (z.B. Hexameter oder andere festigende Rhythmen) oder mit Zupfinstrumenten, hier besonders Kinderharfe oder Kantele.

Strukturierende und klingende Konsonanten- und Vokalübungen. Rhythmische Berührungen am Körper unter Einbezug der Sprache, ableitend in die Peripherie, z.B. von den Knien zu den Füßen mit Hexameter. Aktive wie auch rezeptive Übungen.

# Krebs (Tumore)

FACHRICHTUNG

FACHSPEZIFISCHER ANSATZ

Plastizieren,  
Formenzeichnen



Das Wässrige, Rhythmische und die runden Formen anregen. Spielerisch arbeiten, wechselnde neue Impulse geben, das Leichte, Lichthafte und Luftige anregen, wecken.

Malen, Zeichnen



Beziehung zu den Urschöpferkräften Licht und Wärme und deren Begegnung in Farbe aufbauen. Sich durch das Malen aus dem Schmerz herausnehmen und für sich selbst eigenen Raum schaffen, wieder Boden unter den Füßen bekommen.

Musik, Gesang



Lichtqualität in den Leib führen und ordnende Klangqualität im Ätherleib etablieren.

Sprache, Drama



Lauschen auf die Klänge in Sprache und Poesie, Förderung der Präsenz und der Achtsamkeit, des Selbstausdrucks und Stärkung der rhythmischen Koordination.

## ANSATZ

Stärkung der Ich-Organisation, die ordnend auf die Wesensglieder einwirkt.  
Sich selber gegenüber achtsam werden; wer bin ich? Rhythmisierte  
Form in die Lebenskräfte bringen, Licht und Wärme ausgleichend behandeln.

## MÖGLICHE INTERVENTIONEN

Auf der Tonfläche Spuren von Spiralen und Lemniskaten hinterlassen. In dem rhythmischen  
Fallenlassen des Tons, durch die Schwere die Leichte im Körper erleben.

Aus einer Tonmasse eine Form, z. B. eine Menschengruppe, mit Gebärden gestalten und  
Beziehung zueinander entstehen lassen. Formenzeichnen zu zweit.

Die Welt wieder farbig werden lassen. Weite Landschaften gestalten, darin atmen können.  
Im Grün, dem Tor zu den Farben, den Inkarnationsweg ansprechen, aus kühlen Lichtfarben  
in Schichttechnik in leuchtende warme Farbtöne eintauchen. Das Gleichgewicht von  
Empfindung und Bewusstsein mit reinen Farben anregen. Je nach aktuellem Zustand des  
Tumorgeschehens formend in Türkis bis Violett oder lösend in Magenta bis Gelbgrün arbeiten.

Arbeit, z.B. an der TAO-Leier, bringt ins rhythmische Fließen, belebt. Klangäther wird stark angesprochen.  
Weitere strukturierende Arbeit an folgenden Instrumenten: Chrotta, Stimme, Alt-Leier, Gongs.

Konsonanten- und Vokalübungen. Gedichte und Poesie, Gehörbildung. Stimmübungen.  
Licht-/Wärme-/Präsenz-Meditationen. Atem- und Rhythmusübungen.

# Long Covid

FACHRICHTUNG

FACHSPEZIFISCHER ANSATZ

Plastizieren,  
Formenzeichnen



Die Lebenskräfte, die Hüllen stärken und den Kontakt zum Physischen Leib intensivieren. Beziehung zur Sinneswelt unterstützen.

Malen, Zeichnen



Den seelischen Druck lindern, der mit der Erkrankung zusammenhängt. Wieder Anschluss finden zu der Farbwelt, zum Licht und zum Regenbogen in der Seele.

Musik, Gesang



Das fließende Element im Ätherleib unterstützen; die Rhythmen im Lebendigen anregen. Innere Ruhe schaffen durch den Atem und das aktive, bewusste Hören.

Sprache, Drama



Kräftigung und Harmonisierung der Ich-Welt-Beziehung über Förderung der Atembeweglichkeit, Atemweite und -tiefe, der seelischen Schwingungsfähigkeit und des Inkarnationsimpulses. Förderung der Lebensbejahung (Ich-Stärkung und Individualisierung).



## ANSATZ

Lebensleib stärken und dabei den oberen Wesensgliedern ermöglichen, sich gut mit dem Leib, aber auch mit dem eigenen Lebensimpuls zu verbinden.

## MÖGLICHE INTERVENTIONEN

Beim Kneten den Rhythmus unterstützen und das Fließende stärken.  
Klare Formen erarbeiten. Das Beseelen, die Innigkeit und die Symmetrie der Formen beachten.  
Beim Formenzeichnen mit in sich geschlossenen Formen arbeiten.

In der Nass-in-Nass-Technik wird das Fließen besonders angeregt.  
Die Farbe Magenta unterstützt wärmende, alles durchdringende Lebenskräfte.  
Lichtvoll leuchtendes Gelb strahlt und gibt Form. Orangetöne begeistern.  
Grün hilft, sanft zu inkarnieren, Grün schenkt Zeit, ist zeitlos.  
Blau beschützt, ist Raum schaffend.

Fließende Spielübungen auf der TAO-Leier, der Chrotta oder anderen Saiten- und Streichinstrumenten. Besondere Beachtung der tiefen Töne und deren Resonanz.  
Vertiefung der Atmung und der Hörfähigkeit durch rezeptive Musiktherapie und Gesangtherapie-Übungen.

Harmonisierende Atemübungen, z.B. mit Hexameter und Meditationen, Vokalübungen.  
Stimm- und Gedichtarbeit zur Kräftigung des Lebensimpulses und der Lebensbejahung.

# Migräne

FACHRICHTUNG

FACHSPEZIFISCHER ANSATZ

Plastizieren,  
Formenzeichnen



Stoffwechsel durch rhythmische, klare Formen anregen. Blindes Arbeiten. Bezug zur Sinnes-Welt schaffen.

Malen, Zeichnen



Zur Ruhe kommen, evtl. durch rezeptives Malen, sich Zeit lassen, Weite und Ausatmen erleben durch Farbräume. Das Gleichgewicht von lichterhaften und raumbelebenden Farben suchen.

Musik, Gesang



Konzentration und Versteifung des oberen Menschen in den wenig belebten unteren Menschen führen.

Sprache, Drama



Kontraindiziert im akuten Anfall. Prophylaktisch ordnend und lösend. Gestaute Energie aus dem Kopfbereich nach unten lösen. Stimme nach unten lenken. Atem kräftigen und mit dem Atem formend und lösend im Wechsel die untere Bauchregion beleben und durchwärmen. Oberen Pol (Kopf) zentrieren.

## ANSATZ

Stoffwechselfätigkeit rhythmisieren und erwärmen.  
Den Seelenleib mit den Lebenskräften verbinden.  
Das Wässrige aktivieren, rhythmisieren und ordnen.

## MÖGLICHE INTERVENTIONEN

Kneten mit Ton auf dem Brett mit großen Bewegungen, dabei Rhythmus erleben lassen.  
Kristalline Formen im Wechsel zwischen Fingern und Handballen aufbauen (platonische Körper durchdringen ins Polare). Tier- und Menschen-Gruppen gestalten. Formenzeichnen mit runden, stark gebogenen Formen.

Mit den Händen arbeiten. Holzkohleübungen fördern das Gleichgewicht zwischen Ruhe und Bewegung.  
Die roten dynamischen Farben mit Blau umhüllen und mit mehr und mehr Blau dem Rot seinen Platz zuweisen und in sich ruhen. Atmen mit dem Tagesrhythmus in Bildern von der Morgen- zur Abendröte.

Von hellen zu dunklen Tönen führen, von oben nach unten. Dies sowohl tonbezogen wie auch in der Wahl der Instrumente. Eher keine Blasinstrumente, dafür Streichinstrumente.  
Vibroakustische Intervention an den Füßen.

Belebung der Atemwurzel durch Konsonantenübungen mit H und K. Stimme lösen, z.B. mit M.  
Zahn-Zungen-Übungen, z.B. mit St oder T in Kombination mit strahlenden Armbewegungen zur Zentrierung.

# Menopause mit Schlafstörungen

FACHRICHTUNG

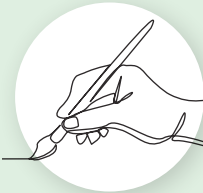
FACHSPEZIFISCHER ANSATZ

Plastizieren,  
Formenzeichnen



Rhythmus und Ruhe im Stoffwechsel festigen. Die Verbindung zum Physischen Leib stärken. Das Seelische mehr verankern in dem Ätherischen.

Malen, Zeichnen



Den Ausgleich zwischen den Erneuerungskräften und den Formkräften neu suchen. Die Hormone beeinflussen die Gefühle. Diese sind mit Farben verbunden und nähren die Seele.

Musik, Gesang



Abwechslung zwischen Aktivität und Entspannung erleben sowie den Astralleib etwas zurückdrängen.

Sprache, Drama



Gesunde Polarisierung des Astralleibs durch Wechsel von schöpferischer-selbstführender Tätigkeit (Selbstaussdruck) sowie von Ruhe und Entspannung. Anregung Vagotonie.

## ANSATZ

Rhythmische Tätigkeiten kreativ ausüben. Die abnehmenden Aufbaukräfte im Stoffwechsel im Seelischen nicht brachliegen lassen. Rhythmus und Bewegung wirken sich auf die Schlafqualität aus.

## MÖGLICHE INTERVENTIONEN

Ton kneten auf dem Ton-Feld, dabei Rhythmus beachten. Verwandlungen der Formen auf der Fläche unterstützen. Die Kugel als Ausgangspunkt, eine Entwicklungsreihe plastizieren. Formenzeichnen zu zweit an einer Form, dabei Nähe und Distanz erleben können. In sich geschlossene Formen zeichnen.

Künstlerische Kurse anbieten und sich in Vielfalt kreativ betätigen. Blaue Farben unterstützen die Distanz, klären, ordnen die Gefühle, bringen Ruhe. Die innerlich wärmenden Rottöne bauen auf, lösen Verhärtungen und beleben. Wahrnehmungsübungen und Zeichnen von Natur und Alltagsgegenständen bilden Formkraft.

Abwechslung zwischen aktiven und rezeptiven Übungen sowie Anregung einer tiefen Atmung, z.B. durch Übungen an den Blasinstrumenten. Besonders geeignet sind hier das Alphorn oder die Obertonflöte. Weiter können Gesangstherapie-Übungen für die Harmonisierung des unteren Menschen hilfreich sein.

Aktivierende Übungen, z.B. mit Stabreim, und beruhigende Rhythmus- und Atemübungen (insbesondere Ausatmung), z.B. mit Hexameter vor dem Schlafengehen. Übungen mit den 6 Kommunikationsgesten. Gedichte sprechen und selbst kreieren. Selbsterleben und Selbstführung durch Stimmarbeit.

# Morbus Parkinson

FACHRICHTUNG

FACHSPEZIFISCHER ANSATZ

Plastizieren,  
Formenzeichnen



Die Gliedmaßen in eine fließende Bewegung führen. Rhythmus beim Erarbeiten der Formen unterstützen. Gliedmaßen erwärmen und hüllen.

Malen, Zeichnen



Das Gefühl für die Farben beleben. Die Verbindung zur sanften Willenstätigkeit anstoßen und dem Denken Farbe und Wärme schenken.

Musik, Gesang



Bewegungsabläufe über das musikalische Tun in Schwingung bringen. Seelisches Erleben in musikalischen Ausdruck bringen. Gliedmaßen durch Vibroakustische Interventionen anregen und wieder «integrieren».

Sprache, Drama



Anregung und Beseelung der Bewegung, des Gangbilds und der Sinne. Aufrechterhaltung der Feinmotorik (Schlucken, Zungenbeweglichkeit und Mimik, Schreiben). Arbeit am Schriftbild. Anregung der Wärme und geistig-seelischen Beweglichkeit.

## ANSATZ

**Bewegungsfluss in den Gliedmaßen unterstützen.**

**Durch die künstlerische Betätigung die Dopaminproduktion anregen.**

**In Bewegung bleiben.**

## MÖGLICHE INTERVENTIONEN

Den Ton auf einem Brett groß ausdehnend kneten. Rhythmus beachten und unterstützen.

Auf dem Tisch mit Ton großzügige Lemniskaten gestalten, Formen mit Kreuzungen.

Kugeln im Dreiklang, Impuls, Bewegung und Lösen gestalten, leichte Einbuchtungen erarbeiten.

Tonstückchen rhythmisch fallen lassen.

Intensive Farben immer mehr in transparente Qualitäten verwandeln, ins Unwägbar.

Ein Blatt mit reinem Magenta in Nass-in-Nass-Technik bemalen und darin die Farben des Regenbogens in einer freien Komposition malen lassen. Um Aufrichtekraft zu geben, sanft inkarnierend mit Grün malen wie ein Lichtstrahl. Kobaltblau ist ein Schutz für das Nervensystem.

Es kommen bekannte Lieder und Musikstücke mit leichten, beschwingten Rhythmen sowie begleitende Bewegungen der Gliedmaßen zur Anwendung. Auch das aktive Spielen von den Betroffenen bekannten Instrumenten bringt viel Erleichterung und Selbstsicherheit. Die im Unbewussten noch vorhandenen Bewegungsabläufe werden weiterhin trainiert. Vibroakustische Therapie mit Körpertambura.

Kräftigende Artikulationsübungen, Ausgleich schaffende Rhythmusübungen, Vokalübungen und (spielerische) Text-/Gedichtarbeit mit dem Fokus auf Durchklingen des Körpers und der seelischen Ausdrucksweise (z.B. Kommunikationsgesten). Wärme-Meditationen. Übungen werden im Sprechen, Schreiben und Bewegen (Gehen) vollzogen.

# Myome, Lipome, Fibrome

FACHRICHTUNG

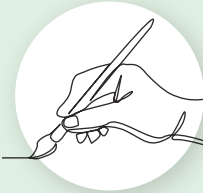
FACHSPEZIFISCHER ANSATZ

Plastizieren,  
Formenzeichnen



Auf Rhythmus und Wärme im Entstehen der Formen achten.  
Polaritäten erarbeiten und Mitte finden.  
Aufmerksamkeit auf das Seelische und Geistige lenken.

Malen, Zeichnen



Innere seelische Begeisterung anregen mit reinen Farben.  
Es ist das L(ich)t, das die Wärme im Stoff impulsiert und die Farben durchleuchtet oder beleuchtet.

Musik, Gesang



Mit der musiktherapeutischen Übung wird das Ich angeleitet,  
bis in die unteren Wesensglieder interessiert präsent zu werden.

Sprache, Drama



Verlebung der Ich-Integration. Ich-Struktur im Leib fördern über  
Lösung der Atmung, Förderung der Stimmmodulation.



## ANSATZ

Stoffwechsel rhythmisieren, erwärmen.

Den Seelenleib mit den Lebenskräften verbinden.

Das Wässrige aktivieren, rhythmisieren und ordnen.

## MÖGLICHE INTERVENTIONEN

Auf der feuchten Tonfläche Lemniskaten bilden. Den Kreuzungspunkt nach unten/oben ziehen und die Mitte wieder finden. Im Relief Strömungsformen aufgreifen. Kleine geometrische Formen mit den Fingern und Handballen im Wechsel aufbauen. Formenzeichnen zu zweit.

Die Gestaltungskraft durch das Licht und nicht durch die Empfindung anregen.

Das Malen in Schichten auf großem Papier von den Farben vor dem Licht, Magenta bis Gelbgrün, zu den Farben hinter dem Licht, Türkis bis Violett, kann die Seele in Bewegung bringen.

Die Präsenz der Individualität bis in die Füße bringen: klare Formen laufen, unterstützt durch Intervalle der Prim, Quart, Oktav. Gesangsübungen. Lebensprozesse musikalisch behandeln (rezeptiv oder aktiv, z.B. mit Leier).

Konsonantenübungen und Belegung der Atemwurzel mit K, F. Vokalübungen mit A, O und U. Meditationen mit Körper-/Bewegungsbezug. Stabreim. Rhythmische Atemübungen.

# Sklerosen

FACHRICHTUNG

FACHSPEZIFISCHER ANSATZ

Plastizieren,  
Formenzeichnen



Durch das Ergreifen des Tons Beziehung zur Sinneswelt schaffen.  
Eigenwärme aufbauen. Unbekannte Spuren entdecken.  
Das Spielerische anregen.

Malen, Zeichnen



Zuerst Hülle und Innenraum bilden. Es gibt Sicherheit, die Rottöne zu beleben,  
ohne sich zu verlieren. Rottöne spenden Lebenskräfte, sie erzeugen Wärme  
und lösen Verhärtungen auf.

Musik, Gesang



Beweglichkeit und Wärme ist zu erreichen durch lösende  
Instrumenten- und Tonqualitäten, aber auch allgemein durch  
das Musizieren und Singen.

Sprache, Drama



Artikulationsübungen mit Bewegungseinheiten nach dem  
Prinzip von Gliedern und Rekombinieren.  
Verlebung der Sprachsinne; ins Lauschen führen.  
Lösung und Weitung der Atmung. Voller, warmer Stimmeinsatz.

## ANSATZ

Im Stoffwechsel das Wässrige und die Wärme anregen.  
Durch Rhythmus Verdichtungen lösen.  
Wesensglieder ordnen und verbinden.

## MÖGLICHE INTERVENTIONEN

Ausdehnung der Tonfläche als Relief. Die Formgestaltung zurückhalten.  
Rhythmus im Aufbau der Entwicklungsreihe und Metamorphose entstehen lassen.  
Formen mit Innenraum. Formenzeichnen zu zweit und/oder mit rückläufigen Formen.

Im blauen Mantel die Wärme hüllen und schützen. In Rottönen die Wesensglieder lösen, harmonisieren und den Metabolismus anregen.  
Mit Nass-in-Nass-Übungen das Fließen fördern, die Farben zur Fläche ausdehnen.

Einen musikalischen Impuls setzen (z.B. mit der Glocke) und sich dann eine innere wie äußere Weite schaffen und diese durch weitere Klänge beleben.  
Ideal: Ton D – Lunge – Merkurqualität. Streichinstrumente.

Klingende Konsonantenübungen, z.B. mit M, N, L, unter Einbezug der Gliedmaßen.  
Vokalübungen mit A, O, U. Poesie und Gedichte, z.B. mit Natureindrücken.  
Aktivierende Atem- und Rhythmusübungen.

# Weitere Diagnosen

Auswahl an weiteren Diagnosen, welche wir im Laufe der Zeit hinzufügen werden:

**Anorexia nervosa**  
**Ängste**  
**Asthma**  
**Autismusspektrum-Störung**  
**Bulimie**  
**Burnout**  
**Colitis ulcerosa**  
**COPD**  
**Demenz**  
**Dysmenorrhoe**  
**Endometriose**  
**Erschöpfung/Fatigue**  
**Epilepsie**  
**Chronisches Fatigue-Syndrom**  
**Herz-Kreislauf-Erkrankungen**  
**Herzrhythmusstörungen**  
**Hypersensibilität**  
**Klimakterium**  
**Lähmungen und Lähmungserscheinungen**  
**Morbus Crohn**  
**Multiple Sklerose**  
**Neuralgien**  
**Polyneuropathie**  
**Chronischer Rheumatismus**  
**Schlafstörungen**  
**Schwindel**  
**Suchtsymptomatik (mit und ohne Substanz)**  
**Tumorerkrankungen**  
**Zwänge**



# Literaturangaben & Links

## - Rudolf Steiner

- GA 27 Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst nach geisteswissenschaftlichen Erkenntnissen
- GA 271 Kunst und Kunterkenntnis
- GA 275 Kunst im Lichte der Mysterienweisheit
- GA 280 Methodik und Wesen der Sprachgestaltung
- GA 281 Die Kunst der Rezitation und Deklamation
- GA 282 Sprachgestaltung und Dramatische Kunst. Dramatischer Kurs
- GA 283 Das Wesen des Musikalischen und das Tonerlebnis im Menschen
- GA 291 Das Wesen der Farben

- Fachbücher zu den Kunsttherapien. Verlag Urachhaus (Neuerscheinungen ab 2023 im Salumed Verlag)
- Kunsttherapie Methoden. Verlag Zytglogge. Hrsg. Verb. Schweizerischer Bildungsinstitute für Kunsttherapien
- Paul von der Heide: Therapie mit Geistig-Seelischen Mitteln

## THERAPEUTEN FINDEN:

Schweiz: Therapeutenlisten von EMR und ASCA sowie vom Berufsverband SVAKT  
Alle anderen Länder: Adressen der Berufsverbände Anthroposophischer Kunsttherapien unter [www.ifat-medsektion.net/mitglieder](http://www.ifat-medsektion.net/mitglieder)



Ziel der integrativen Medizin ist es, aus einem passiven Patienten, der tief verunsichert unter einem Diagnoseschock steht, einen motivierten aktiven Patienten zu machen, sozusagen einen «Aktienten», der seine Selbstwirksamkeit unter einer professionellen medizinischen Anleitung fördert.

Dr. med. Marc Schläppi

# Kontakt

Die Verantwortung für die Orientierungshilfe Anthroposophische Kunsttherapien liegt bei der IKAM-Koordination der Anthroposophischen Kunsttherapien ICAAT in der Medizinischen Sektion, Dornach.

Rückfragen und Anregungen dazu gerne an Laura Piffaretti

[laura.piffaretti@medsektion-ikam.org](mailto:laura.piffaretti@medsektion-ikam.org)

## PROJEKTGRUPPE IM NAMEN DER ICAAT:

### **Laura Piffaretti** (Musik)

Diplomierte Kunsttherapeutin (ED) Fachrichtung Musiktherapie. Ausbildung in Anthroposophischer Musiktherapie, eigene Praxistätigkeit und Dozententätigkeit im Fachbereich.

Koordinatorin der Anthroposophischen Kunsttherapien weltweit ICAAT in der Medizinischen Sektion, Dornach. [www.atelier-mut.ch](http://www.atelier-mut.ch)

### **Bernadette Gollmer** (Malen)

Diplomierte Kunsttherapeutin (ED) Fachrichtung Gestaltungs- und Maltherapie. Ausbildung in Anthroposophischer Maltherapie in Licht, Finsternis und Farbe. Praxis- und Dozententätigkeit.

[www.kunsttherapie-gollmer.ch](http://www.kunsttherapie-gollmer.ch)

### **Esther Böttcher** (Sprache)

Diplomierte Therapeutische Sprachgestalterin. Seminar- und Dozententätigkeit u.a. für Lichtung Sprache ([www.Lichtung-Sprache.com](http://www.Lichtung-Sprache.com)) und Gründerin der Active Lifeset Akademie ([www.activelifeset.de](http://www.activelifeset.de)).

Koordinatorin Therapeutische Sprachgestaltung weltweit für ICAAT in der Medizinischen Sektion, Dornach.

### **Oliva Stutz** (Plastizieren)

Diplomierte Kunsttherapeutin (ED) Fachrichtung Gestaltungs- und Maltherapie. Ausbildung an der Alanus Hochschule für Kunst und Gesellschaft in Alfter, Deutschland.

Neben der eigenen Praxis langjährige Tätigkeit in Psychiatrien und in Institutionen zur Suchttherapie.



Postfach, CH-4143 Dornach  
[laura.piffaretti@medsektion-ikam.org](mailto:laura.piffaretti@medsektion-ikam.org)  
[www.icaat-medsektion.net](http://www.icaat-medsektion.net)



ICAAT

International Coordination of Anthroposophic Arts Therapies