

Ich gebe dir dein Wort

Kunsttherapie mit textilen Medien – die Arbeit der Textilkünstlerin Gerlinde Merl



Fotos: Gerlinde Merl, Porträt: Lydia Stuchlik

Von Sarah Käsmayr

Im Kontext von psychiatrischen, psychosomatischen und psychosozialen Erkrankungen spielt seit der Mitte des 20. Jahrhunderts vermehrt die Kunsttherapie eine Rolle. Dabei wird in erster Linie auf künstlerische Ausdrucksmittel wie Malen, Zeichnen, Plastizieren oder Töpfern zurückgegriffen. Dass sich auch textile Gestaltungstechniken für eine kunsttherapeutische Arbeit eignen, liegt auf der Hand. Dennoch ist ihre Anwendung bis heute selten. Die freischaffende Textilkünstlerin Gerlinde Marie Merl hat kürzlich ein Studium zur Kunsttherapeutin an der Privaten Pädagogischen Hochschule in Linz abgeschlossen und sich auf die Anwendung von textilen Techniken – oft unter Verwendung der Nähmaschine –, spezialisiert.

Neben ihrer künstlerischen Arbeit ist Gerlinde Merl seit vielen Jahren als Dozentin in der Erwachsenenbildung von Wien bis Vorarlberg sowie in Bayern und in der Schweiz tätig. Sie machte sich einen Namen als Kursleiterin in der Patchwork- und Quiltzene und an der Pädagogischen Hochschulen in der Lehrerfortbildung für Textiles Werken. Darüber hinaus leitet sie sowohl Kunstprojekte an Schulen als auch Kunsttherapieprojekte mit Kindern und Jugendlichen in unterschiedlichen Einrichtungen. Beispielsweise arbeitet sie mit verhaltensauffälligen oder anorektischen und bulimischen Jugendlichen sowie mit Patientinnen und Patienten einer Kinder- und Jugendpsychiatrie. Für ihren Ansatz ist ihr

neben der Ausbildung zur „Akademischen Expertin in Kunsttherapie und Pädagogik“ der persönliche Bezug zu Textilien sehr wichtig.

„In Lindham, in meinem persönlichen Bulterbü, bin ich aufgewachsen“, erzählt Gerlinde Merl. Lindham ist ein kleines Dorf in Walding mit einigen Bauernhäusern, schönen großen Vierkantern. Wenn sie an ihre Kindheit zurückdenkt, empfindet sie ein großes Gefühl von Freiheit, einen Alltag, der nicht von Regeln bestimmt war, sondern in dem sie sich von ihrer Neugier leiten lassen konnte. In dieser Welt, fernab von Fernseher und Computer, war sie dafür bekannt, ihren Eltern unendlich viele Fragen zu stellen. Ein so positives Gefühl des Erkundens, Entdeckens und Sich-Heimischfühlers sei die Voraussetzung für sie gewesen, um kreativ tätig zu werden. Denkt Gerlinde Merl daran zurück, so sieht sie in ihrer Kindheit die Verankerung dessen, was sie bis heute braucht, um sich künstlerisch auszudrücken: „Meine Kindheit ist bis heute eine Quelle der Inspiration für mich.“

Ihre Faszination fürs Textile, die sie bereits als Kind empfunden hat, hält bis ins Erwachsenenalter. Heute ist sie eine Expertin für textile Oberflächengestaltung, spannende, oft dreidimensionale Strukturen, die sie in jahrelanger Arbeit entwickelte. Es entstehen Bilder, Wandbehänge und sogenannte „Tubes“: fantasievolle, farbenfrohe Röhren, dreidimensionale Hingucker der besonderen Art, die in Räumen, aber auch im Freien als Installationen hängen können. Ihre selbst entwickelten Techniken sind für die drei Standbeine ihrer beruflichen Tätigkeit essentiell: Als Künstlerin sind sie die Sprache ihrer Kompositionen, in der Lehre Inhalte ihrer Seminare und für die Arbeit als Kunsttherapeutin der Werkzeugkasten, aus dem sie schöpfen kann.

Die Vermittlung von kreativen Techniken ist ihr eine Herzensangelegenheit. Darum ist es für sie so wichtig, auch abseits der persönlichen Vermittlung möglichst vielen Menschen ihre Techniken an die Hand zu geben. In ihrem Galeriebuch „Ich nehme einen Faden und gehe mit ihm spazieren“, das soeben in einer zweiten Auflage erschienen ist, erklärt sie in Schritt-für-Schritt-Anleitungen die Herstellung von einigen ihrer textilen Oberflächenstrukturen. Ein weiterer Schwerpunkt des „Galeriebuches“ ist eine umfassende Werkchau ihrer Textilkunstarbeiten und Quilts.

Die Kunsttherapeutin als Künstlerin Für Edith Kramer, die „Mutter der Kunsttherapie“, liegt es nahe, als Kunsttherapeutin auch selbst künstlerisch tätig zu sein. Ein persönliches Selbstverständnis zum Künstlersein schaffe Kunsttherapeut/-innen die Grundlage für eine berufliche Identität. „Nur wenn Kunst wirklich unsere Sprache ist, in unseren Knochen sitzt, können wir unsere Sitzungen derart damit durchdringen, dass sie auch die Sprache unserer Patienten wird“, so Kramer. Gerlinde Merl teilt diese Ansicht. Sie weiß aus eigener Erfahrung, welch heilsame Wirkung kreatives Arbeiten haben kann. Besonders in schweren Phasen ihres Lebens habe sie sich in ihr Atelier zurückgezogen, erinnert sie sich und setzt hinzu: „Wann auch immer ich erschöpft von Seminaren nach Hause komme, regeneriere ich mich am schnellsten bei meiner künstlerischen Arbeit im Atelier.“

Neurowissenschaftler, die die Wirkung von kreativen Fächern auf Kognition und Emotionalität des Menschen untersuchten, bestätigen die positiven Effekte. Nach ihren Erkenntnissen werden beim Musizieren, künstlerischen Gestalten, Handarbeiten oder beim Sporttreiben vermehrt Neurotransmitter im Gehirn gebildet, die für eine gute Stimmung sorgen. Auch die Konzentrationsfähigkeit wird gemäß den Untersuchungsergebnissen auf ein geeignetes Niveau gelenkt. Mit den Händen und dem Körper aktiv zu sein, befördert also nicht nur das Wohlbefinden, sondern bringt auch Lernprozesse in Gang: Bei der Verknüpfung von Denken und Tun werden emotionale Zentren aktiviert und all jene Botenstoffe freigesetzt, die zur Synapsenbildung notwendig sind. Wissenschaftlich ist übrigens auch bewiesen, dass mit der Hand Geschriebenes nachhaltiger gelernt ist als mit dem Computer Getipptes.

Kunsttherapeutische Aspekte

Die Kunsttherapie ist ein wesentlicher Bestandteil in der Behandlung von psychischen Erkrankungen und Störungen bei Kindern und Jugendlichen. Insbesondere dann, wenn den Patienten der sprachliche Ausdruck für die soziale oder psychische Befindlichkeitsstörung fehlt oder er nur eingeschränkt möglich ist. Die Aufgabe der Kunsttherapie besteht unter anderem darin, den Entwicklungs- und Reifungsprozess bei Patient/-innen anzuregen. Dies betont etwa Edith Kramer, wenn sie schreibt: „Die Aufgabe der Kunsttherapie umfasst die Stützung des Ich; die Förderung des Gefühls der persönlichen Identität und des Reifungsprozesses im Allgemeinen.“ Edith Kramer gründete 1976 an der Universität in New York den Lehrgang für Kunsttherapie. Sie schreibt außerdem über die Wichtigkeit eines Umfelds, in dem sich das heilende Potenzial der Kunst entwickeln kann.



Beispiele in der Crash -Technik

Atmosphäre, Raum und Beziehung

Zur Schaffung eines solchen Umfelds signalisiert Gerlinde Merl den Jugendlichen eindeutig, dass es ihnen gelingen wird, in vier Stunden ein schönes, galerieseifes Bild zu kreieren. Zu einem solch „bejahenden Setting“ (Yes-Setting) gehört die Gestaltung des Raums. „Zur Inspiration hänge ich Bilder an die Wand, lege handgefärbte Stoffe, bunte Garne und Märchenwolle auf den Tisch, richte Filz- und Nähmaschine her, die oft neugierig machen. Schöne Bilderrahmen und der Signierstift warten dann bereits auf das Ergebnis, das heute entstehen wird“, beschreibt Gerlinde Merl.

Abgesehen vom Raum ist die persönliche Einstellung essentiell. Nur eine Beziehung voller Sicherheit und Vertrauen zwischen Therapeut/-in und Klient/-in kann für die Therapie nützlich sein. „Ich begegne jedem einzelnen mit Wertschätzung und akzeptiere ihn, wie er ist“, erklärt Gerlinde Merl. Im geschützten Umfeld kann das Kind oder der Jugendliche sich auf die Welt der Fantasie einlassen. Es soll in der therapeutischen Arbeit ein Übergangsraum entstehen, in dem Realität und Illusion verbunden werden können.

Edith Kramer hat für diese herausfordernde Fähigkeit, die ein Kunsttherapeut besitzen oder erlernen muss, eine Metapher gefunden. Sie nennt diese Fähigkeit mit der „dritten Hand“ führen: „Eine Hand, die den schöpferischen Prozess lenkt, ohne sich störend einzumischen und Bedeutungen zu verzerren oder eigene Bildideen und Wünsche durchzusetzen, die dem Patienten fremd sind.“ So wie ein verbal arbeitender

Analytiker ein „drittes Ohr“ (nach Theodor Reik) entwickeln muss, um das zwischen den Zeilen Gesprochene zu hören, muss der Kunsttherapeut außerdem ein „drittes Auge“ schulen, um in den kreativen Werken die verborgenen Botschaften zu entdecken.

Textile Berührungen

Ist zu Beginn die persönliche Beziehung hergestellt, ist das Vorgehen während der gemeinsamen Zeit relevant. Dazu zählt: Jeder bestimmt sein Tempo selbst und jeder sucht sich nach Gusto die Farben der Stoffe aus, zu denen er oder sie sich hingezogen fühlt. „Ich begleite, bin im Hintergrund, greife nicht ein, lasse entstehen, nehme wahr, leiste Hilfestellung, wenn es gewünscht wird.“ Dann fragt Gerlinde Merl: In welcher Technik möchtest du arbeiten? Ist das deine Lieblingsfarbe? Und welcher Stoff gefällt dir besonders gut?

Einen Stoff zu berühren, ist eine sinnliche Erfahrung. Textilien, unsere zweite Haut, sind uns rein physisch so nah wie kaum etwas anderes. Und das bereits vom Moment der Geburt an: Das Erste, mit dem ein Säugling nach der Geburt in Berührung kommt – nach der Haut der Eltern –, ist das Tuch, in das er gehüllt wird.

Stoff lässt sich im wahrsten Sinne des Wortes „be-greifen“. Stoff besitzt Appellcharakter, lädt ein zum Fühlen und Tasten. Einen Stoff zu berühren, ihn zum Beispiel durch Färben zu verwandeln und weiterzuverarbeiten, ermöglicht auch das „umgekehrte Berühren“, nämlich dass die Schüler/-innen und Klient/-



Sitzsack aus selbstgefärbten Stoffen

innen von Stoff berührt werden. Hier liegt das kunsttherapeutische Potenzial des Mediums. Für Gerlinde Merl spielt auch eine bewusste Wahl des Materials eine Rolle: „Ich lege Wert auf gute Qualität. In meinen Seminaren verwende ich ausschließlich meine handgefärbten Stoffe, hochwertige Jacquardstoffe aus Webereien des Mühlviertels.“

Lernerfolge

Wie lässt sich immer wieder erneut die Aufmerksamkeit des Patienten gewinnen? Erfolgsversprechende Möglichkeiten bieten überraschende Augenblicke. Bei der „Crash“-Technik beispielsweise wird ein Stoff mit einem hitzeempfindlichen Vlies zusammengeheftet. Kommt dieses „Sandwich“ anschließend auf der Dampfbügelstation mit Hitze in Berührung, zieht es sich zusammen. Zu beobachten, wie diese neue Struktur entsteht, kann einen solchen Überraschungseffekt auslösen.

Wie wichtig solche Emotionen für ein erfolgreiches Lernen sind, erklärt der Neurobiologe Martin Korte: „Alles Überraschende hat auf der Prioritätenliste des Gehirns sofort Vorrang: Die Aufmerksamkeit wird neu geweckt, das Gehirn kann nicht auf Autopilot schalten. Biochemisch gesprochen wird dann in zwei Hirnregionen der Botenstoff Dopamin ausgeschüttet, der die Neugier weckt und die Konzentration steigert. Das wiederum ermöglicht es Hirnzellen, sich Lernerfahrungen besonders gut einzuprägen.“

Gerlinde Merls „Textil-Jazz“-Techniken eignen sich besonders gut für die kunstthe-

rapeutische Arbeit. Namensgeberin ist die Jazzmusik mit ihrer Improvisationsvielfalt. Es entstehen dabei verschiedene Oberflächenstrukturen: Stoffe werden überfärbt, heiß gewaschen, in Falten gebügelt, eingeschnitten, geknautscht oder Gegenstände im Textil verpackt, deren Silhouetten den Stoff ins Dreidimensionale verwandeln.

Ist ein Bild aus einer oder mehreren dieser Techniken im Rahmen der Therapie entstanden, folgt ein Gespräch darüber. Dieses führt Gerlinde Merl einzeln und/oder in der Gruppe mit jedem Patienten. Verbale Interventionen können lauten:

Wie könnte das Bild heißen? Wo ist oben? Wo unten?

Möchtest du noch was verändern?

Bist du mit dem Format zufrieden?

Wie geht es dieser Farbe neben der Nachbarfarbe?

(Bei Kindern, die mehrere Bilder gemacht haben): *Was haben sie gemeinsam?*

Gerlinde Merl arbeitet mit verschiedenen Patient/-innen zusammen, darunter auch mit an Mutismus leidenden. Mit Selektivem Mutismus ist gemeint, dass die Betroffenen immer im gleichen Kontext verstummen. Bevor die Krankheit erforscht war, galten diese Kinder als dickköpfig oder eigensinnig. Im schulischen Kontext gehen sie manchmal unter: die Krankheit wird verharmlost oder als extreme Schüchternheit bezeichnet. Mutismus ist zumeist genetisch bedingt. Oft sind die Elternteile depressiv oder ebenfalls extrem schüchtern.

Yannick (Name geändert) hat selektiven Mutismus. Mit ihm arbeitete Gerlinde Merl das

erste Mal anlässlich eines Kunsttherapieprojekts in der Tagesklinik der Kinder- und Jugendpsychiatrie des Kepler Universitätsklinikums. Er spricht ausschließlich zuhause mit seinen Eltern und seiner Großmutter. Um den Personen möglichst unbefangen gegenüberzutreten, möchte Gerlinde Merl nicht mehr als das Notwendigste wissen: „Die Krankheit blende ich aus; sie soll bei unserer Begegnung nicht im Vordergrund stehen.“

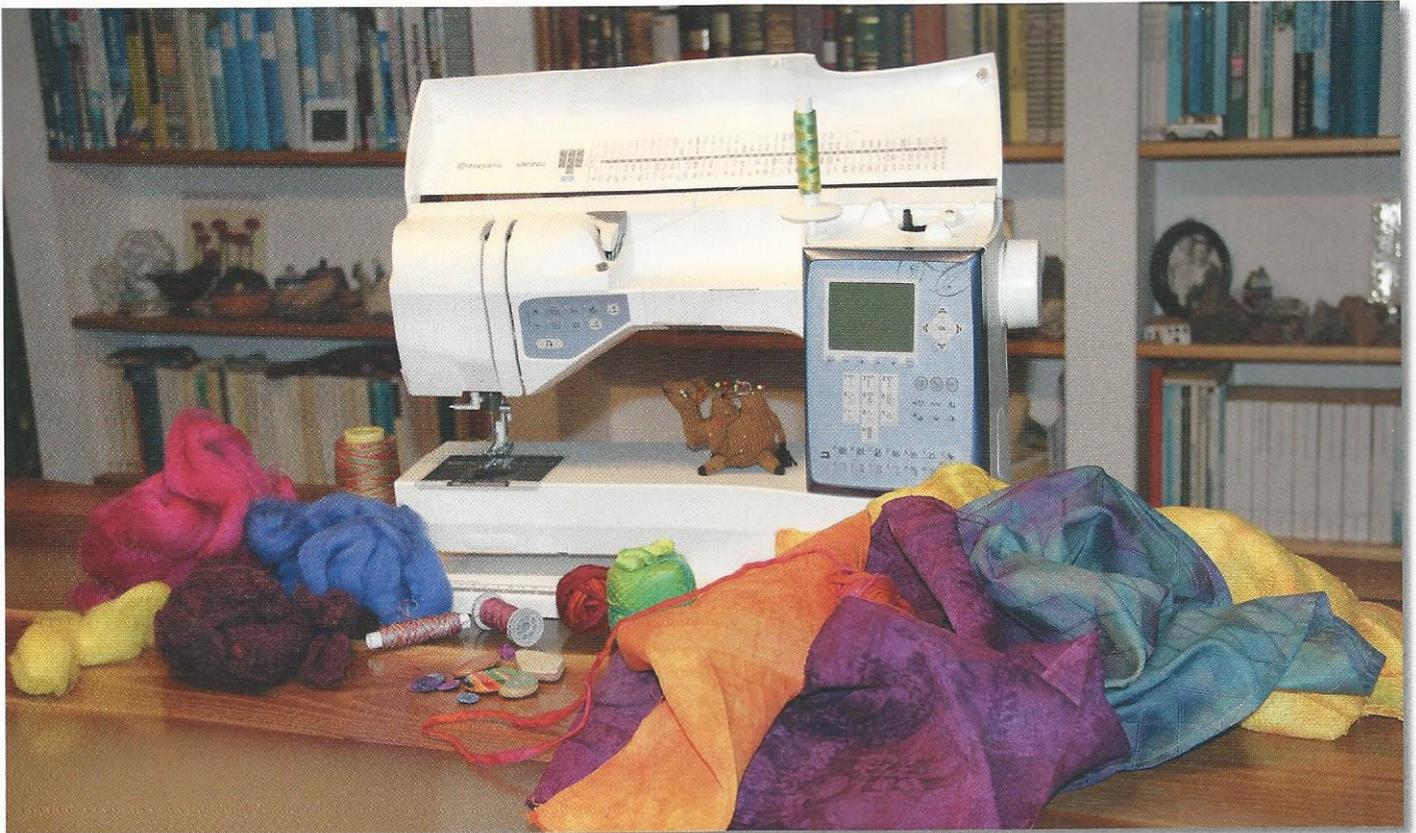
Yannick arbeitet sehr intensiv, schneidet Stoffe zu, macht sie nass und „packt“ Materialien wie Murmeln „ein“. Werden die Stoffe mit den Einschlüssen getrocknet, behalten sie anschließend eine dreidimensionale Struktur. „Yannick war sichtlich angetan von der Arbeit. Ich zeigte ihm meine Nähmaschine, sagte ihm, dass es sich dabei um eine sogenannte Computernähmaschine handle. Dass man mit bunten Garnen nähen und sich selbst die Stiche programmieren kann. Ich habe sehr viele Zierstiche auf meiner Nähmaschine und Yannick signalisierte mir, dass er gerne ein zweites Bild anfertigen würde.“ Ein Erfolg!

Weiche Sitzgelegenheiten

Ein anderes Beispiel ist die Arbeit mit Patient/-innen vom Weidenhof. Dieser Pferdehof ist eine Institution für anorektische und bulimische Kinder und Jugendliche in Kärnten. Die Patientinnen kommen aus ganz Österreich. „Im Januar 2005 führte mich eine Einladung zu einem Kunstprojekt dorthin. Am ersten Tag färbten die Mädchen nach ihren Wünschen Stoffe“, erinnert sich Gerlinde Merl, „am zweiten Tag wurden aus diesen Stoffen Wandbehänge und Sitzsäcke genäht.“ Die weichen Sitzgelegenheiten erfüllten zweierlei Zweck: Zum einen designte jede ihr erstes eigenes Möbelstück, zum anderen entstanden so weiche Sitzgelegenheiten, die für magersüchtige Mädchen weitaus angenehmer sind als eine harte Auflage.

Bei diesem Projekt überzeugt nicht nur das nützliche Ergebnis. Auch schafft der Prozess des Färbens Lernerfolge. „Sehr oft“, schwärmt Gerlinde Merl, „habe ich die begeistertesten Gesichter der Kinder und Jugendlichen erlebt, wenn sich die Stoffe beim Färben veränderten. Ich bereitete alles zum Gelingen vor: Neben einer Stoffauswahl die Primärfarben Gelb, Rot und Blau sowie ein helles Maigrün und Türkis. Es gibt viele Kinder, die nicht gerne ‚panschen‘. Wenn dem so ist, lasse ich mich vom Patienten anleiten und färbe nach seinen Vorgaben.“

Mit den Patient/-innen der Kinder- und Jugendpsychiatrie färbte Gerlinde Merl außerdem Bettwäsche in bunten, fröhlichen Farben ein. So kann sich jeder neue Patient für die Dauer seines Aufenthalts Überzüge in seiner Lieblingsfarbe aussuchen. „Für mich ist es ein wichtiges Signal, den Neankomm-



Einladung zum kreativen Arbeiten

lingen eine bunte Auswahl anzubieten, statt sterile weiße „Krankenhausbettwäsche“, erklärt Gerlinde Merl ihre Idee.

Intermediale Kunsttherapie

Gerlinde Merl wendet auch Aspekte des „Intermedialen Kunsttherapie“ an, wie sie in unserem Sprachraum genannt wird. Die „Expressive Arts Therapy“ wurde in den 1970er Jahren von Shaun McNiff, Paolo Knill und Norma Canner in den USA entwickelt. In unserem Sprachraum ist sie als „Intermediale Kunsttherapie“ bekannt. Diese spezielle Form der Kunsttherapie bezieht verschiedene Disziplinen der darstellenden und bildenden Kunst ein – neben Handwerklich-Kreativem auch u.a. Schauspiel, Tanz, Malerei, Poesie.

Die kunstorientierte Begleitung von Veränderungsprozessen gründet wesentlich auf der Methode der „intermodalen Dezentrierung“. Damit ist prinzipiell eine Distanzierung vom eigentlichen psychischen Problem gemeint und vom Anliegen der Patient/-in. Dieses Loslassen geschieht in der zeitlich begrenzten Hinwendung zu einer anderen gestalterisch-künstlerischen Tätigkeit. Der Wechsel ermöglicht neuartige Erfahrungen in Bezug auf das eigene Denken, Handeln und Erleben. So kann z.B. vom Arbeiten mit Farbe zu einer Arbeit mit poetischen Texten gewechselt werden.

Gerlinde Merl regt zum Beispiel dazu an, ein „Elfchen“ zu dichten – ein Gedicht mit elf Wörtern, das nach einem festgelegten

System komponiert wird. Ziel ist es, die Schüler spielerisch zum Mitteilen anzuregen und kreatives Schreiben zu fördern. Kennzeichnend für die künstlerische Arbeit ist die Niederschwelligkeit der Angebote: Die eingesetzten Mittel und Medien sollen einfach in der Anwendung und attraktiv im gestalterischen Potenzial sein.

Auch im Fall von Yannick ist ein Elfchen entstanden. Dieses entstand, indem Gerlinde Merl zu seinem Sprachrohr wurde. Yannick sprach dabei kein Wort, doch geduldiges Nachfragen und Einfühlen in Yannicks Reaktionen brachten letztlich das Gedicht hervor. „Bei der Vernissage“, erzählt Gerlinde Merl, „bei der auch die Bilder aller anderen Kinder gezeigt wurden, las ich Yannicks Elfchen vor. Yannick war darüber sehr stolz und strahlte über das ganze Gesicht.“ Hier gelingt es der Kunsttherapie für Yannick zu sprechen.

Gerlinde Merl unterrichtet am:

6.-7.10.2019:

Seminar „Textile Vernetzungen“

und am **8.-9.10.2019** Seminar

„Tubes“, im Creativ Center von Bernina,

creativecenter@bernina.com

Mehr über Gerlinde Merl finden Sie

hier:

www.textilkunst-merl.at

Gerlinde Merl kann auf Anfrage für Kurse gebucht werden.

Dass textile Medien und einfühlsames Unterrichten eine angenehme oder sogar „heilende“ Wirkung entfalten kann, weiß Gerlinde Merl auch aus ihren Seminaren mit Erwachsenen. „Sehr oft bekomme ich die Rückmeldung von meinen Teilnehmer/-innen, dass meine Kurse etwas ‚für die Seele‘ sind.“ Deswegen ist sie auch dafür, dass künstlerisches und handwerkliches Arbeiten nicht nur, aber besonders auch an Schulen einen bedeutenderen Platz bekommen soll.



„Ich nehme einen Faden und gehe mit ihm spazieren“
Galeriebuch von Gerlinde Merl

144 Seiten, Hardcover mit Fadenheftung,
22,- € (D), 22,70 € (A)
ISBN 978-3-87512-761-4
2. Auflage 2018, MaroVerlag