

# Wie Kunst zur Genesung beitragen kann

Der Verein Freunde des Kunstmuseums stellt neues Projekt „Kunst & Gesundheit“ vor

Von Babette Caesar

RAVENSBURG - Dass Kreativität im Zusammenspiel mit bildender Kunst zur Heilung erkrankter Menschen beitragen kann, ist mittlerweile aus wissenschaftlicher, ärztlicher und therapeutischer Sicht erwiesen. Vor diesem Hintergrund hat der Verein Freunde des Kunstmuseums (FKM) 2019 das Projekt „Kunst & Gesundheit“ ins Leben gerufen.

Auf Initiative der Vorsitzenden Bettina Gretter und in Kooperation mit Fachärzten aus der Region finden seitdem speziell ausgearbeitete Rundgänge und Workshops unter der Leitung von Kunsttherapeutin Evelyn Selegrad im Kunstmuseum Ravensburg statt.

„Macht Kunst gesund?“ lautet die Frage, die sich beispielsweise Museen in der belgischen Hauptstadt Brüssel derzeit stellen. Aber auch in einem Museum nahe des Bodensees ist ein ähnliches Projekt gestartet. Ravensburg kommt somit, was die Umsetzung angeht, eine Vorreiterrolle zu – ausgelöst durch ein groß angelegtes, wissenschaftlich untermauertes Projekt in Montreal.

Bettina Gretter sieht in der Kunst eine Kraftquelle für Kranke und sagt: „Wir sind überzeugt, dass sowohl die Begegnung mit Kunst als auch kreatives Gestalten betroffenen Menschen in ihrer Situation besonders gut tut.“ Dem Projekt an die Seite gestellt sind Dr. med. Gerhard Fischer als leitender Oberarzt der Inneren Medizin an den Oberschwaben Kliniken, Professor Dr. med. Tobias Dechow als Facharzt für Innere Medizin. Für Bettina Gretter ist das Projekt ein Herzensanliegen. Sie sieht darin eine Möglichkeit, Betroffene auf eher ungewohnte Weise seelisch zu unterstützen.

Wie das konkret vor Ort im Kunstmuseum Ravensburg aussieht, erzählt Evelyn Selegrad. Sie arbeitete rund 25 Jahre in der onkologischen Rehabilitation. Ihre erste Ausbildung als Kunsttherapeutin hat sie in den 1980er-Jahren in Berlin absolviert. Von Aulendorf ist sie, als es noch die Städtische Galerie im Alten Theater gab, mit Patienten in die dortigen Ausstellungen gefahren.

Man sprach über die Kunst und hat dies anschließend in der Therapie bearbeitet. Im November 2018 hat Bettina Gretter zu Evelyn Selegrad Kontakt aufgenommen, von ihrem Vorhaben berichtet und sie eingeladen, sich kunsttherapeutisch einzubringen. In dem Rundgang durch die Ausstellung geht es zuallererst um das Betrachten von Kunstwerken. „Dabei“, so Selegrad, „ändert sich der eigene Blick auf das Gewohnte, neue Fragen tauchen auf, Bekanntes wird anders reflektiert.“ Ihr wichtigstes Anliegen sei, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer auf die stärkenden Aspekte in den Werken aufmerksam zu machen.

Im anschließenden zirka 90-minütigen Workshop regt sie durch adäquate Techniken an, eigene Ideen zu verwirklichen. „Bilder mit Auge und Herz verstehen, was beglückend erlebt wird“, ist Selegrad von



Sie stemmen das Projekt „Kunst & Gesundheit“ im Kunstmuseum Ravensburg (von rechts): Dr. med. Gerhard Fischer, leitender Oberarzt Innere Medizin OSK, Ute Stuffer, Direktorin des Kunstmuseums Ravensburg, Professor Dr. med. Tobias Dechow, Facharzt für Innere Medizin, Bettina Gretter, Vorstandsvorsitzende Freunde des Kunstmuseums Ravensburg, und Kunsttherapeutin Evelyn Selegrad. FOTO: WYNRICH ZLOMKE

ihrem Tun überzeugt. Was Voraussetzung dafür ist, dass sie selbst Feuer für die jeweilige Ausstellung fängt. Dann könne sie es gut vermitteln. Unterstützung erhält sie im Vorfeld von Kunstmuseumsdirektorin Ute Stuffer und deren Team.

„Eine aktive Auseinandersetzung mit der bildenden Kunst kann im Falle einer lebensbedrohenden Krankheit lindernd wirken, soweit man sich als Teilnehmerin oder Teilnehmer darauf einlässt. Man vergisst eine Zeit lang die bestehende Situation, indem die Konzentration auf das eigene Tun fokussiert ist. Es gibt ein Stück Handlungsfähigkeit zurück“, so die Antwort auf die Frage, welchen Beitrag die Auseinandersetzung mit bildender Kunst unter therapeutischer Anleitung zur Genesung leisten kann. „Aufarbeitung der eigenen Geschichte, abschalten, ganz bei sich sein“, lautet eine andere. Aus Erfahrung mit dem eigenen Malen wissen Teilnehmende, wie entspannend, fast meditativ dieser Prozess sein kann. Es rege die Fantasie an, lade zum Träumen ein und fördere die Wahrnehmung innen wie außen. Vieles davon spiegelt wider, was wir empfinden, denken würden oder in der Vergangenheit erlebt hätten.

**„Wir sind überzeugt, dass die Begegnung mit Kunst und kreativem Gestalten betroffenen Menschen in ihrer Situation besonders gut tut.“**

Bettina Gretter,  
Vorstandsvorsitzende Freunde des  
Kunstmuseums Ravensburg

Wie erleben Teilnehmende die Führung und den Workshop mit Evelyn Selegrad? Es ist die Rede davon, dass es ihr gelinge, die Distanz zwischen Bild und Betrachter zu verringern. Dadurch lasse sich nachvollziehen, wie das Bild entstand, wie der Künstler zu diesem Thema kam und manchmal auch, welche Emotionen den Künstler zur Entstehung des Bildes bewegt hätten. So können neue Denkansätze entstehen, die einen dazu inspirieren, mutiger mit Farben und den eigenen Gefühlen zu experimentieren und das in einem ge-

schützten Raum.

So nehme man viele Aspekte wahr, die man allein vielleicht übersehen hätte oder diese bei einem späteren Erfahrungsaustausch in einem malerisch-zeichnerischen Dialog stellen könne. Im anschließenden Workshop diese Eindrücke in das selber gemalte Bild einfließen zu lassen und auch zu sehen, wie ein eigenes „Kunstwerk“ entstehe, sei ein beflügelndes Gefühl. Behutsam schaffe Selegrad, nicht Einfluss zu nehmen, sondern die eigene Idee der Teilnehmenden ans Tageslicht zu bringen. Das Ergebnis sei meist überraschend und nicht vorhersehbar, aber immer spannend.

Und wie wirkt sich dieses Projekt auf den Alltag der Teilnehmenden aus? Für die einen sei dieses praktisch orientierte Kreativangebot des Museums etwas Schönes, das Mut mache, sich mehr auszuprobieren und den eigenen Weg (wieder) zu finden oder neu zu entdecken. Andere erleben sich nun kreativer und hätten die Fähigkeit, Emotionen künstlerisch umzusetzen erst in der Kunsttherapie gelernt. Diese erschließe neue Zugänge, um die Welt auf andere als die gewohnte herkömmliche Art zu betrachten.

Fazit: Die Begegnung mit Kunst weitet den Blick über den Alltag hinaus, lässt für eine Weile die Sorgen vergessen und regt an, selbst zu Farbe und Pinsel zu greifen. Sie gibt den betroffenen Menschen Kraft, stärkt das Selbstbewusstsein und trägt so viel zur Genesung bei.

Wer bei „Kunst & Gesundheit“ teilnehmen möchte, braucht einen entsprechenden Gutschein, der im Büro des Kunstmuseums oder bei den Kooperationspartnern des Projekts (Fachärzte in der Region Oberschwaben) kostenlos erhältlich ist. Er ist zwölf Monate gültig und ermöglicht die Teilnahme an dem Angebot „Kunst & Gesundheit“. Es ist möglich, eine Begleitperson mitzubringen. Die Daten werden vertraulich behandelt und bleiben anonym. Informationen und Anmeldungen vormittags unter Telefon 0751 / 828 12 oder per E-Mail an

» [kunstmuseum@ravensburg.de](mailto:kunstmuseum@ravensburg.de)