



WORT *Lukas Schmied*
 BILD *Verena Nagl, Lukas Schmied*
 GESTALTUNG *Sandra Schmied-Rehrl*

DIE KUNST DER SEELE

Über seine Gefühle zu sprechen fällt nicht immer leicht. Besonders dann nicht, wenn das Leben gerade schwerfällt. Die Kunsttherapie eröffnet neue Möglichkeiten sich auszudrücken. Vom kreativen Tun kommt man ins Gespräch. Und entdeckt möglicherweise neue Lösungsansätze für alte Probleme. Nadja Parisi, Kunsttherapeutin in Ausbildung unter Supervision, bietet seit Herbst diese Behandlungsmöglichkeit in Wattens an.



Es geht nicht darum, Kunstwerke zu schaffen. Es geht darum, Dinge aus sich heraus zu malen, sich auszudrücken. Man kann den Menschen mit ganz einfachen künstlerischen Methoden abholen, dabei fühlen sich beinahe unbewusst die leeren Blätter“, ermutigt Nadja Parisi. Die studierte Kunsthistorikerin schließt gerade ihre Ausbildung im Bereich Kunsttherapie sowie Lebens- und Sozialberatung ab. Als Kunsttherapeutin in Ausbildung unter Supervision hilft sie Menschen dabei, sich über das kreative Schaffen auszudrücken und dabei Lösungsansätze für die eigenen Probleme zu entdecken. Auf den korrekten Hinweis „in Ausbildung unter Supervision“ achtet Nadja Parisi besonders: „In der Ausbildung unterliegen wir einer sehr genauen Qualitätskontrolle, ich nutze regelmäßig die Supervision.“ Zwar ist die Kunsttherapie – im Gegensatz zur Musiktherapie etwa – in Österreich noch nicht als vollwertige Therapieform anerkannt, jedoch erfreut sie sich immer größerer Beliebtheit. In den psychologischen Beratungsgesprächen mit kunsttherapeutischen Methoden können zum Beispiel in den Bereichen Persönlichkeitsentwicklung, Selbstfindung, Problem- und Konfliktlösung sowie Verbesserung der Beziehungsfähigkeit neue Wege im Alltag aufgezeigt werden. Bei einer psychologischen Erkrankung ist sie als Begleitung zur Psychotherapie zu sehen.

„Der kreative Ausdruck ist ein Mittel der Kommunikation, viel direkter, als würde man sich Worte zurechtlegen,

um ein Problem bestmöglich zu erklären“, beschreibt Nadja Parisi die Möglichkeiten der Kunsttherapie. Über den Sommer hat sie sich in der Wattner Augenarztpraxis ihres Mannes, Dr. Albino Parisi, ein Praxis-Atelier eingerichtet. In den gemütlichen Räumen im Untergeschoß warten von Buntstiften über Acrylfarben und Pastellkreiden bis hin zu Töpferwerkzeug allerlei Utensilien, um für den kreativen Ausdruck genutzt zu werden. Auch die Collage, also das Ausschneiden und Neu-Zusammensetzen von Bildern, sowie das intuitive Schreiben eröffnen Ausdrucksmöglichkeiten. „Das Wichtigste an dieser Behandlungsform ist, dass sowohl Problemstellung als auch Lösungsansätze von der Klientin bzw. dem Klienten selbst kommen. Ich stelle nur Fragen, führe ein Gespräch ausgehend vom kreativen Schaffen“, unterstreicht Nadja Parisi. Eine Interpretation oder gar Wertung der Objekte, die während einer Behandlung entstehen, wäre tabu. „Es muss immer über das gemeinsame Gespräch laufen. Wichtig ist die Frage, wie man sich fühlt, während man sich kreativ ausdrückt, und was das



mit einem macht. Der Prozess, der damit in Gang gesetzt wird, steht im Mittelpunkt der Behandlung“, betont die Kunsttherapeutin in Ausbildung unter Supervision.

Wer Unterstützung sucht, vereinbart am besten telefonisch das kostenlose Erstgespräch. „Es ist sehr wichtig, dass sich die Person bei mir auch wohlfühlt“, bekräftigt Nadja Parisi und wiederholt: „Man muss nicht malen können oder das Gefühl haben, sehr kreativ zu sein, um zu mir zu kommen.“ Wenn es für beide Seiten – Klientin und Therapeutin – passt, können die Wünsche und Probleme behutsam auf den Tisch gelegt, können Ziele gesetzt und ein Behandlungsrahmen vereinbart werden. „Ich mache gerne Termine, die zwei Stunden dauern, dafür mit etwas mehr Abstand zwischen den einzelnen Behandlungen“, so Parisi. Eine Behandlungseinheit ist stets eine Mischung aus kreativem Schaffen, Gespräch und



Veränderungsprozess: „Es geht viel um Bildbesprechung, darum reinzuspüren, was das Bild mit mir macht.“

Ein Alterslimit gibt es weder nach oben noch nach unten: Kindern und Erwachsenen können die Möglichkeiten der Kunsttherapie in Einzelgesprächen genauso helfen wie Paaren, Gruppen oder einer ganzen Familie im Miteinander. „Kunsttherapie kann für jeden etwas sein“, ist sich Nadja Parisi sicher. Letztlich gilt für die Kunsttherapie das gleiche, wie für andere Therapieformen: Sie bietet sich als Stütze an und funktioniert als Ort, an dem man seine Probleme jemanden anvertrauen kann. Wir werden Nadja Parisi bestimmt noch öfter in ihrem Praxis-Atelier besuchen. **61**



KUNSTTHERAPEUTIN NADJA PARISI
in Ausbildung unter Supervision

Terminvereinbarung:
Tel. +43 660 241 00 28
info@kunsttherapie-nadja.at