

## **PFLEGE DES GLEICHGEWICHTSSINNES IN DER KUNSTTHERAPIE**

*Wie kann der Gleichgewichtssinn mithilfe von Kunsttherapie gepflegt werden?*

*Welche Aspekte sind dabei besonders zu beachten?*

### ***Um fehlende Ruhe ringen***

Wenn der Gleichgewichtssinn gestört ist, hat das im Seelischen zur Folge, dass keine innere Ruhe hergestellt werden kann: Die Betroffenen sind erfüllt und getrieben von seelischer Unruhe, Hast, innerer Zerrissenheit. Man durfte als Kind nicht genug Gleichgewichtserfahrungen sammeln, durfte nicht die Gnade erleben: „*Ich kann mich ins Gleichgewicht bringen.*“ Man kann deshalb auch nicht empfinden: „*Ich ruhe in mir selbst.*“

In der Kunsttherapie kann man nun an solchen Ruhemomenten arbeiten, an diesem Zu-sich-Kommen, Ins-Gleichgewicht-Kommen aus diversen Unruhezuständen heraus. Entscheidend ist auch hier, dass der Betroffene nicht nur die Erfahrung macht, zur Ruhe zu kommen, sondern dass der therapeutische Prozess weitergeht, indem er die Empfindung zu halten versucht, solange es geht, und ihr nachlauscht bis ins Fühlen. Durch das Beschreiben des Empfundenen wird das Erlebte nach und nach zu einem bewussten Erfahrungsschatz.

### ***Beruhigende Botschaften der unteren Sinne***

Denn jeder noch so „sinnesgestörte“ Mensch hat ja diese unteren Sinne. Er ist nur nicht mehr in der Lage, die selbstlose Botschaft dieser Sinne zu empfangen:

- dass unser *Geistesmensch* über den **Lebenssinn** sagt: *Du bist ein harmonisches, im Kosmos gerechtfertigtes Wesen;*
- dass unser *Lebensgeist* uns über den **Bewegungssinn** sagt: *Du bist ein freies Wesen;*
- und dass unser *Geistselbst* uns über den **Gleichgewichtssinn** sagt: *Du ruhst in dir selbst, du bist ein in dir gegründetes Wesen.*

Von der Veranlagung her haben wir alle dieses Potential und können es im therapeutischen Prozess ein Stück weit bewusst machen und verwirklichen.

*Vgl. Vortrag „Der Gleichgewichtssinn in Diagnostik und Therapie“, gehalten am 9. Januar 2016 an der Kunsttherapietagung*