

Duktografie

von Daria Daniaux



*Die Duktografie –
ein Werkzeug zur Interpretation
der Bildsprache*

*Dr.ⁱⁿ Daria Daniaux,
geb. 1969, aufgewachsen in Wien, lebt in
Innsbruck, verheiratet, drei Kinder.
Studium der Kunstgeschichte an der Universi-
tät Innsbruck, Künstlerin, Dipl. Mal- und Ge-
staltungstherapeutin, Dipl. Kunsttherapeutin,
Dipl. Ernährungstrainerin, Pilatestrainerin.
Arbeitet als Dipl. MGT- und Dipl. Kunst-
therapeutin an der Univ.-Frauenklinik Inns-
bruck mit onkologischen Patientinnen und
Frauen aus dem extramuralen Bereich.
Entwicklung der Duktografie.
Leitung von Führungskräfte-seminaren mit
Dr.ⁿ Christina Nigg (Markenmanagement),
gemeinsame Entwicklung der „Multisensori-
schen Strategiefindung“.*

Abstract

Die Duktografie ermöglicht eine verbesserte Interpretation der eigenen Bildsprache. Den am häufigsten im persönlichen Alltag vorkommenden Gefühlen werden mittels spontaner grafischer Äußerung Form und Farbe zugeordnet. Diese Darstellung der individuellen Strichführung (Duktus) in der Grafik kann zur persönlichen Bewertung einer Situation, als Entscheidungshilfe oder zum Vergleich mit einem therapeutischen Bild herangezogen werden.

Ductography enables an improved interpretation of the own pictorial language. Feelings that arise most frequently in daily routine are expressed by spontaneous graphic work using forms and colors. This individual expression (ductus) in the graphic can be used to analyse a situation, to take a decision or for comparison with a therapeutical image.

Keywords:

Duktografie, Gefühle, Farben, Form, Bildinterpretation, Bildsprache, Duktus, Pinselduktus

Emotions, feelings, colours, forms, image interpretation, image language, ductus, brush ductus

Ein Blick in die Geschichte der Kunst

Die Bedeutung des individuellen Pinselduktus oder der persönlichen Strichführung zieht sich wie ein roter Faden durch die Kunstgeschichte, wenn man einen Blick auf die zahlreichen Zu- und Abschreibungen von Gemälden richtet (vgl. Der Brockhaus 2001, 255).

Die aus der Surrealistengruppe um André Breton hervorgegangene Methode der *Écriture Automatique* (Automatisches Schreiben) bezeichnet einen handschriftlichen Ausdruck von Bildern und Gefühlen, der möglichst unzensiert und ohne Eingreifen des kritischen Ichs, unter Verzicht auf Absichtlichkeit und Sinnkontrolle zu Papier gebracht werden soll (vgl. Schneede 2001, 87 ff).

Max Ernst schuf mit der Frottage ein bildnerisches Äquivalent. Joan Miró (1893–1983) entwickelte daraus eine aus dem Schreiben und Zeichnen hervorgehende Bildsprache.

Der deutsche Pädagoge Udo Baer beschreibt mit seinem Gefühlsstern die Möglichkeit, unterschiedlichen Gefühlen eine bestimmte Farbe zuzuordnen (vgl. Baer 2014, 56). In unserer Ausbildung zur MGT lernen wir, diese farbliche Zuordnung mit anderen zeitnah gemalten Bildern zu vergleichen, um hinsichtlich der verwendeten Farben konkretere Aussagen über die Darstellung treffen zu können.

Stichwort Telefongekritzel: Es gibt zahlreiche Interpretations- und Zuordnungsversuche aus der Populärpsychologie, um scheinbar unbewusstes Gekritzel zu interpretieren. Diese Untersuchungen fassen eine kollektive Ausdrucksform zusammen.

Die individuelle Strichführung ist so einzigartig wie ein Fingerabdruck

Was haben diese Beispiele gemeinsam? Sie evozierten in mir das Bedürfnis, mich auf die Suche zu machen nach einer Methode, die sich genau diese Einzigartigkeit einer spontanen und ureigenen Ausdruckskraft zunutze macht. „Linien in ihrer direkten Niederschrift des Körperlichen in die Fläche sind äußerer Ausdruck einer inneren Bewegung“ (Titze 2015, 1).

Wenn wir davon ausgehen, dass jeder Mensch der Spezialist für sein eigenes Leben ist und es die Aufgabe der Therapeutin/des Therapeuten ist, ihn auf diesem Weg möglichst professionell zu begleiten, so soll es auch das Ziel sein, dies möglichst individuell zu tun. So ist es nicht Aufgabe der Therapeutin/des Therapeuten, ein Bild zu interpretieren, sondern mithilfe der Rekursion (Rückwirkung des Werkes auf die Klientin/den Klienten) die Klientin/den Klienten dabei zu begleiten, ihre oder seine inneren Botschaften als Ausdruck des Unbewussten lesen, zu ordnen und einschätzen zu können.

Zu jener Zeit bat mich eine Klientin, sie in einer Entscheidungssituation zu unterstützen. Ich ließ mir etwas einfallen – ich wollte etwas finden, das ihr mit den Mitteln der MGT hilft, die Entscheidung aus ihrem Inneren heraus zu treffen, quasi als eine Verlängerung des Bauchgefühls bis in die Fingerspitzen...

Jeder Mensch hat einen einzigartigen und individuellen (Pinsel)Duktus. Die ihm innewohnende Fähigkeit, sich mit Stift und Papier grafisch zu äußern, wird mit seiner persönlichen Strichführung sichtbar.

Im Mal- oder Zeichenprozess kann ein Ausdruck des Unterbewusstseins erfolgen, was mittels Farben und Formen sichtbar wird.

Ziel

Mit der Duktografie bekommen wir ein Werkzeug in die Hand, um unsere individuelle grafische Ausdrucksweise kennenzulernen, um dadurch befähigt zu werden, Fragen selbst zu beantworten – quasi einen Verstärker des Bauchgefühls (vgl. Daniaux 2017, 44).

So kann ich mich fragen: „Wie stelle ich das Gefühl ‚Zufriedenheit‘ dar? Welche Farbe und welche Form verbinde ich damit?“ Im Bild erkenne ich diese Formen bzw. diese Farbe in einem bestimmten Kontext wieder. – „Was könnte das für mich bedeuten?“

Der spontanen und nicht kognitiv zensierten Bildäußerung kommt hier eine wesentliche Bedeutung zu, um den Prozess der Symbolbildung durch den Kanal des Unbewussten zu fördern und überhaupt erst zu ermöglichen.

So funktioniert's: Anfertigung einer Duktografie unter Anleitung der Therapeutin/des Therapeuten

Bereitzustellen sind weiße A4-Blätter und ausreichend Buntstifte (Holzfarben).

Die Teilnehmenden werden gebeten, auf einem A4-Blatt einen Raster mit acht Feldern anzufertigen. Danach ersuche ich sie, die acht am häufigsten vorkommenden starken Gefühle, die sie in ihrem Alltag empfinden, zu nennen und die Bezeichnung des Gefühls jeweils klein in eine Ecke des jeweiligen Feldes zu schreiben. Häufig genannt werden Wut, Lebensfreude, Angst, Unsicherheit, Begeisterung...

Als nächstes leite ich sie an, sich Zeit zu nehmen, sich in das erste genannte Gefühl gedanklich hineinzuversetzen. Hilfreich kann sein, eine Situation zu visualisieren, die dieses Gefühl hervorruft. Welche Farbe erscheint vor dem inneren Auge? Dann fordere ich die Teilnehmenden auf, die passende Farbe für dieses Gefühl zu wählen.

Ich ersuche nun zu diesem Gefühl zu kritzeln bzw. Formen anzufertigen, die diesem Gefühl entsprechen. Dabei ist es wichtig, zu erklären, dass keine bewusst konstruierten Zeichnungen angefertigt werden sollen. Die bewusste Abkehr von der Intention etwas Erkennbares darzustellen, ist Voraussetzung; zudem ist es sinnvoll sich von der Erwartung zu befreien, es müsse „etwas Schönes“ entstehen – es geht darum, einfach nur über den Stift fließen zu lassen, was von innen kommt.

Als Zeitvorgabe für die spontane Gefühlsäußerung empfehle ich etwa 15 Sekunden, da es sonst eher zu geplanten Konstruktionen kommt.

Dieser Vorgang wird wiederholt, bis alle acht Felder ausgefüllt sind.

Die Duktografie ist angefertigt. Nun können wir mit ihr arbeiten.

Die Abkehr von der Intention einer bewussten Darstellung – eine Externalisierung des Bauchgefühls

Eine Anwendungsmöglichkeit dieses Verfahrens betrifft Entscheidungssituationen. Dazu wird das oben geschilderte Blatt umgedreht und zur Seite gelegt.

Ein neues A4-Blatt wird in der Mitte mit einem Strich in zwei Hälften geteilt. Eine Seite steht für Situation A, die zweite für Situation B (beispielsweise für Beibehaltung oder Veränderung einer Lebenssituation).

Diesmal dürfen alle Farben verwendet werden. In Gedanken an Situation A wird wieder der spontane Ausdruck zu Papier gebracht, anschließend wird der Vorgang zu Situation B wiederholt.

Nun darf der Zettel mit der Duktografie wieder aufgedeckt werden.

Jetzt gilt es zu vergleichen, welche Farben und Formen sich in der Entscheidungssituation A und B wiederfinden.

Es kann auch eine Form in einer anderen Farbe sein. Welche Farben und Formen aus den beiden Situationen lassen sich in der Duktografie als Gefühl finden und welche Bedeutung könnte dies haben? →

Literatur:

BAER U. (2014): Gefühlssterne, Angstfreser, Verwandlungsbilder, Kunst- und gestaltungstherapeutische Methoden und Modelle. Semnos: Neukirchen-Vluyn.

DANIAUX D. (2017): Kunsttherapie in der gynäkologischen Onkologie. Gyn-Aktiv, Fachmagazin für Gynäkologie und Geburtshilfe, MedMedia: Wien, Nr. 3/17, S. 41–44.

DER BROCKHAUS KUNST, Künstler, Epochen, Sachbegriffe (2001): Brockhaus: Mannheim, S. 255.

RIEDEL I. (2005): Bilder, in Psychotherapie, Kunst und Religion, ein Schlüssel zur Interpretation. Kreuz: Stuttgart.

SCHNEEDE U. (2001): Die Geschichte der Kunst im 20. Jahrhundert. C.H. Beck: München.

TITZE D. (2015): Workshopbeschreibung, Die Linie im Bild, Kreativtherapietage 2015, LVR-Klinikum Essen, In: <http://www.klinikverbund.lvr.de/fachpublikation/therapieformen>; Zugriff: Mai 2018.

Beispiel 1



↑ Abb. 1: Duktografie – Freude, Begeisterung, Angst, Nicht-Genügen, Zweifel, Freiheit, Glück, Friede

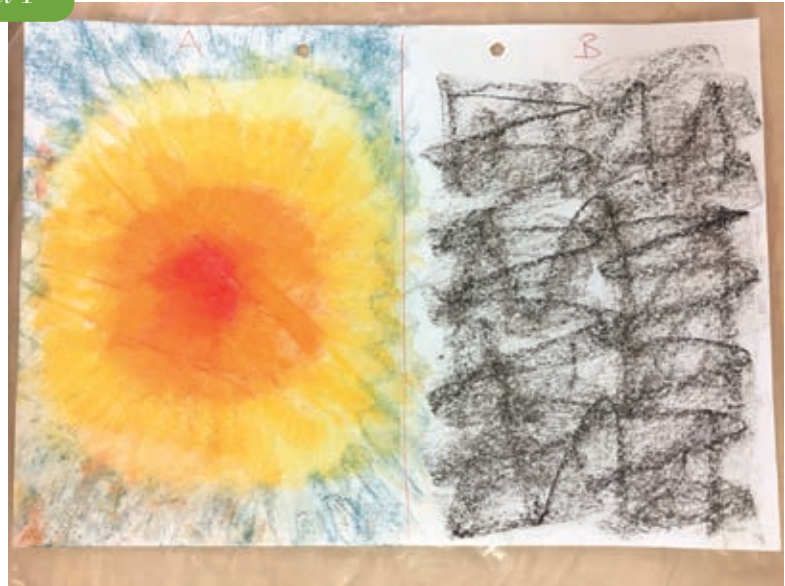
Beispiel 1

Abb. 1: Duktografie: Freude, Begeisterung, Angst, Nicht-Genügen, Zweifel, Freiheit, Glück, Friede.

Eine Frau hat ihre Mutter bis zu deren Tod neun Jahre lang gepflegt. Nach dem Wunsch der Mutter soll sie Alleinerbin des Hauses werden, der Bruder hat eine hohe Geldsumme erhalten. Nun stellt der Bruder massive Forderungen. Die Entscheidungsfrage ist, ob sie das Erbe antreten oder den Bedürfnissen des Bruders gerecht werden soll.

Abb. 2: Situation A) – zu sich selbst stehen, das Erbe antreten: Im Innersten befinden sich Farbe und Form des Gefühls „Glück“, drum herum „Friede“, „Freude“ und „Begeisterung“.

Situation B) – den Forderungen des Bruders nachkommen: Hier finden sich die Formen von „nicht genügen“ und „Zweifel“, die gemeinsam mit der „Angst“ dieselbe Farbe haben.



↑ Abb. 2: Situation A) und Situation B)

Resümee der Klientin: „Mithilfe der Betrachtung des ersten Bildes konnte ich das zweite Bild umgehend so umsetzen, dass die Entscheidung eindeutig war. Die zwei Bilder, „meine Werke“, bedeuten mir sehr viel und sagen mehr über meine derzeitige Situation und Entscheidung aus, als es Worte ausdrücken könnten.“

Beispiel 2

Abb. 3: Duktografie: Angst, Unsicherheit, Freude, Eins-Sein, Stress, Nicht-gut-genug-Sein, Zufriedenheit, Glück.

Ein junger Mann lebt seit Jahren in einer als einengend empfundenen Beziehung und weiß nicht, ob er diese beenden soll.

Abb. 4: Situation A) – die Beziehung fortsetzen: Die Formen von „Stress“, „Unsicherheit“ und „Nicht gut-genug-Sein“ umschließen das „Eins-Sein“ und die „Freude“. „Glück“ und „Zufriedenheit“ finden sich in den gleichen Formen. Bezieht man das Modell der Raum-Symbolik nach Rudolf Michel ein, so ist das Verhältnis zum Väterlichen von Aggression (Spitzen) geprägt. Der Vater war außerordentlich dominant, auch die Freundin hat diese Züge (vgl. Riedel 2005, 36).

Situation B) – die Beziehung beenden: In der Mitte das „Glück“ umgeben von den Farben von „Freude“

und „Zufriedenheit“. Als besonders signifikant erweist sich die Strichführung der „Unsicherheit“ (hellblau). Dazu Zitat des Klienten: „Das „Über den Rand hinaus Malen“ als Aufbrechen von Verkrustungen bzw. Sprengen von beengenden Strukturen verdeutlicht die Gefühlslage nochmals intensiver.“

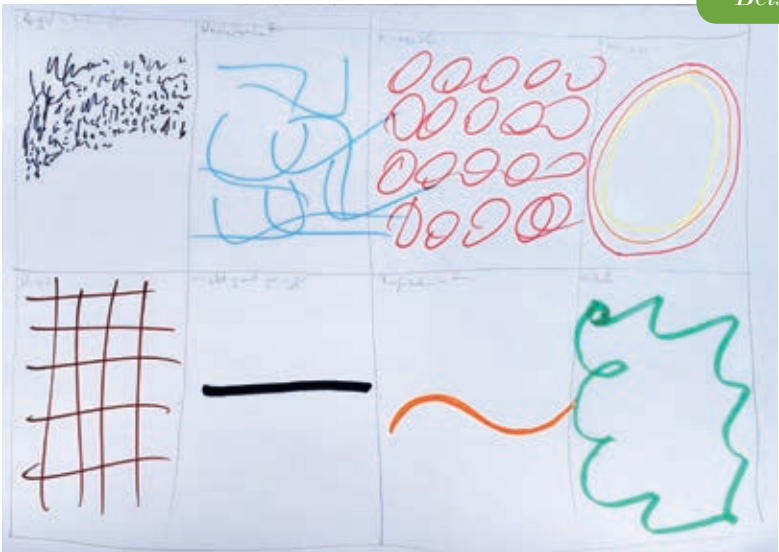
Feedback des Klienten: „Die Visualisierung der acht Parameter aus einem Blatt erfordert die Komprimierung aufs Wesentliche. Unglaubliche Übersichtlichkeit in der Gegenüberstellung verdeutlicht die Gefühlslage. Klar, eindeutig, vielschichtig dank der Vielfarbigkeit mit der Strichführung, intuitiv und schnell. Hat mir sehr geholfen, die bearbeitete Problematik rasch und klarer zu überblicken und Entscheidungen zu treffen.“

Beispiel 3

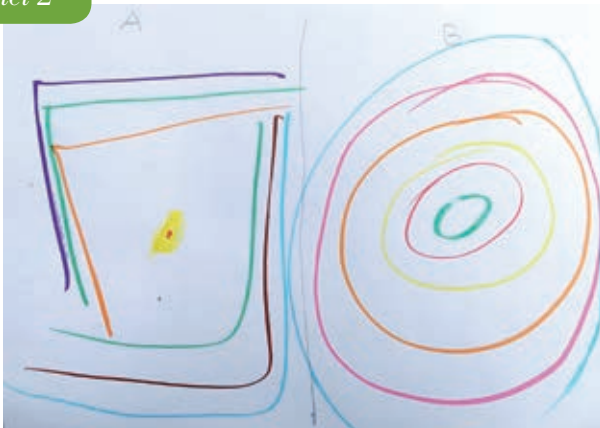
Abb. 5: Duktografie: Zorn, Eifersucht, Liebe, Hass, Freude, Zufriedenheit, Freiheit, Leichtigkeit.

Eine Klientin steigt nach ihrer Erkrankung wieder ins Berufsleben ein. Sie bewirbt sich in einer Initiativbewerbung für eine Teilzeitstelle, von der sie schon lange träumt und für die sie genau die richtigen Voraussetzungen mitbringt. Dann ergibt sich jedoch eine berufliche Weiterbildungsmöglichkeit, die sie gerne annimmt und begeistert ausübt. Nun meldet

Beispiel 2



↑ Abb. 3: Duktografie: Angst, Unsicherheit, Freude, Eins-Sein, Stress, Nicht-gut-genug-Sein, Zufriedenheit, Glück



↑ Abb. 4: Situation A) und Situation B)

↓ Abb. 5: Duktografie: Zorn, Eifersucht, Liebe, Hass, Freude, Zufriedenheit, Freiheit, Leichtigkeit

sich die Institution, bei der sie sich beworben hat. Was nun? Sie ist völlig ratlos – beides wäre eher zu viel, sie möchte ungern absagen, aber ebenso wenig die neue Chance aufgeben.

In der Therapieeinheit fertigt sie eine Duktografie an. Dann erfolgt die Darstellung der beiden Situationen. Das Ergebnis ist verblüffend:

Abb. 6: In Situation A), in der die Klientin die Stelle ablehnt, ergeben sich Farben von Freiheit und Liebe, die Struktur von Leichtigkeit und Freiheit – wobei die orange Struktur an einen Embryo erinnert –, so ist auch die jetzige Situation in einer bereichernd-fruchtbaren Phase. Situation B) – die Stelle annehmen: eine einengende, laut Klientin „die Kehle zuschnürende“ Struktur, die in der Farbe des Zorns gehalten ist. Ein Wechsel oder eine Zusatzbelastung wäre eher von unangenehmen Gefühlen begleitet.

Feedback der Klientin: „Eine beeindruckende Sichtbarmachung des Bauchgefühls. Die Duktografie ist einfach eine geniale Methode: schnell, kompakt, übersichtlich...“

Anwendungsmöglichkeiten, Grenzen, Erfahrungswerte

Anwendungsmöglichkeiten der Duktografie liegen im Einzel- und im Gruppensetting.

Es ist darauf hinzuweisen, dass sich im Zuge des Individuationsprozesses der unmittelbare Ausdruck von Farbe und Form hinsichtlich eines Gefühls ändern kann.

Grenzen der Anwendbarkeit: Krisenintervention, psychische Instabilität.

Erfahrungswerte: Sowohl im klinischen Bereich mit Krebspatientinnen, mit psychisch gesunden Klientinnen aus dem extramuralen Bereich als auch in meiner Seminartätigkeit z. B. bei Führungskräfte-seminaren habe ich sehr gute Erfahrungen gesammelt und großartige Feedbacks bekommen.

Die Frage, die sich manchmal Brustkrebspatientinnen stellt, ist die, ob ein Wiederaufbau mit Eigengewebe oder mittels Implantat stattfinden soll. Hier habe ich ganz besonders interessante Ergebnisse, weil gerade in solchen Situationen dem „In-sich-Hineinhören“ eine besondere Bedeutung zukommt.



Beispiel 3



→ Abb. 6: Situation A) und Situation B)