

Dr. Christine Fuchs

Künstlerische Therapien und kulturelle Bildung: Chancen und Perspektiven für die Gesundheitsförderung

Physische Gesundheit – Kunst und Kultur in der Gesundheitsförderung und
Prävention – Tagung VHS Bremen, Landesvereinigung für Gesundheit und
Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e.V., 13. Mai 2025

Auf Rezept ins Museum:

Mach mich gesund

Gefühle verwandelt in Kunst: Edvard Munchs "Der Schrei" 2003 in der Albertina in Wien.

(Foto: Hans Klaus Techt/dpa)

In Brüssel untersuchen Wissenschaftler ein ungewöhnliches Heilmittel für Stress-, Burn-out- und Angstpatienten: Kunst auf Rezept.

Von [Thomas Balbierer](#), SZ- 2. November 2021

Städtenetzwerk STADTKULTUR

Gesundheit als Thema der Kulturarbeit



Aichach - Amberg - Ansbach - Aschaffenburg - Bad Kissingen - Bobingen -
Burghausen - Coburg - Dasing - Ebern - Eichstätt - Eresing - Erlangen -
Friedberg - Garmisch-Partenkirchen - Geisenfeld - Graben - Gräfenberg -
Herzogenaurach - Ingolstadt - Kempten - Kitzingen - Landsberg am Lech -
Landshut - Lauf a.d. Pegnitz - Lohr am Main - Mainburg - Markttheidenfeld -
Miesbach - Miltenberg - Mömbris - Mönchberg - München - Neuburg a.d. Donau -
Neuötting - Neustadt a.d. Donau - Nürnberg - Pfaffenhofen a. d. Ilm - Roth -
Rothenburg o.d. Tauber - Scheyern - Schwabach - Starnberg - Sulzbach-
Rosenberg - Tittmoning - Traunreut - Traunstein - Triefenstein - Vohburg -
Weiden i.d.OPf. - Weißenburg i.Bay. - Wemding - Würzburg

Probemitglieder

Augsburg - Hohenwart - Landau a.d.Isar - Maxhütte-Haidhof - Nördlingen -
Regensburg

- Focus Stadt
- Focus Kultur
- Vielfältige Anwendungsfelder
- Vielfältige Potentiale der Stadt
- Kreatives Experimentierfeld
- Fachwissenschaftliche Begleitung

Städtenetzwerk STADTKULTUR



Aichach - Amberg - Ansbach - Aschaffenburg - Bad Kissingen - Bobingen -
Burghausen - Coburg - Dasing - Ebern - Eichstätt - Eresing - Erlangen -
Friedberg - Garmisch-Partenkirchen - Geisenfeld - Graben - Gräfenberg -
Herzogenaurach - Ingolstadt - Kempten - Kitzingen - Landsberg am Lech -
Landshut - Lauf a.d. Pegnitz - Lohr am Main - Mainburg - Markttheidenfeld -
Miesbach - Miltenberg - Mömbris - Mönchberg - München - Neuburg a.d. Donau
- Neuötting - Neustadt a.d. Donau - Nürnberg - Pfaffenhofen a. d. Ilm - Roth -
Rothenburg o.d. Tauber - Scheyern - Schwabach - Starnberg - Sulzbach-
Rosenberg - Tittmoning - Traunreut - Traunstein - Triefenstein - Vohburg -
Weiden i.d.OPf. - Weißenburg i.Bay. - Wemding - Würzburg

Probemitglieder

Augsburg - Hohenwart - Landau a.d.Isar - Maxhütte-Haidhof - Nördlingen -
Regensburg

Gesundheit in der Kulturarbeit

kunst&gesund

Kunstprojekt



Projekt Kulturelle Bildung

gesund*mit*kunst

Gesundheitsprojekt

1. Gemeinsamkeiten zwischen Kunsttherapie, Gesundheitsförderung und Kultureller Bildung

Wirkungen der Künste

Therapie

Gesundheit

Bildung

Perspektive: Kunsttherapie, Psychologie

Wie wirkt künstlerisches Tun?

- Ausdruck mindert Druck,
Entlastung von Belastendem und gleichzeitig Erfahrung von selbst
Geschaffenem
- Sinnlich-ästhetische Impulse
bieten Chance unbewusste Zusammenhänge herzustellen
- Formgebung und Deutung
hilft die Persönlichkeit zu integrieren/ stabilisieren
- Experimentieren mit Material – ein relevanter „Proberaum“
- Erweiterte Kommunikation für Vorsprachliches (Mechler-Schönach)

Perspektive: Kunsttherapie, Psychologie

- Künstlerische Prozesse können Patient*innen dabei helfen, ihre Denk- und Verhaltensmuster zu verändern.
- Der kreative Ausdruck ist ein Weg, „negative Empfindungen auszuleiten und für die Psyche unschädlich zu machen“,
- „kreative Gestaltung ist Selbstregulation der Psyche“
(Schottenloher 2019:23).

Perspektive Medizin

Heilsame Wirkung der Künste

Der [Bericht der WHO](#) hat sich umfassend mit den heilsamen Potenzialen der verschiedenen Sparten sowie mit den Anwendungsbereichen befasst (Östlin 2019).

Klinische Studien

Beispiel: **Expressives Schreiben**

Bewältigungsstrategie für Belastendes, bedrückende Erlebnisse und negative Gefühle (Schubert 2019:77).

Verbesserung der **zellulären Immunaktivität** (Schubert 2019:78)

Schreiben über traumatische Erfahrungen **beschleunigt Wundheilung (Schubert 2019:78).**

verbessert **Immunisierungsschutz** nach Impfungen

Beispiel: **Musik**

Die heilsame Wirkung der Musik ist seit alters her bekannt – Rituale, Krankenhäuser in Islam

Mozarts Klaviersonaten wirken positiv bei **postoperativen Behandlung** (Schubert 2019:82).

fördert **Psychoimmunologie**, reduziert **Stressfolgen**, mindert das Risiko von **Herzversagen** und Herzinsuffizienz.

Christian Schubert, Bewusstwerdung als Heilung – die Wirkungen künstlerischen Tuns auf das Immunsystem (von Spreti/Marius/Steger (Hrsg): KunstTherapie – Wirkung, Handwerk Praxis)

Wirkungen der Künste verbinden die Perspektiven von Bildung, Gesundheit und Therapie

- Diese Möglichkeiten im „Kunstmachen“ führen zu befreienden, aktivierenden, kommunikativen, integrierenden und ordnenden Prozesse
- relevant für Identitätsbildung und – entwicklung (Bildung)
- Erweiterung von Bewältigungskapazitäten (Gesundheit/Therapie)

2. Kulturelle Bildung und Gesundheitsförderung

Anwendungsfelder Gesundheitsaspekte der Kulturellen Bildung

- Heilpädagogik und Sozialer Arbeit
- musiktherapeutische Angebote an Musikschulen
- projektbezogene Kooperationen bei Demenzprogrammen (Bode-Museum Berlin, Bundeskunsthalle Bonn, Städel Museum Frankfurt ect.)
- Suchtprävention (*Kulturjahr Sucht* in Dresden).
-

Kernkompetenzen der Gesundheitsförderung im Sinne der WHO:

1. Selbstwahrnehmung
2. Empathie
3. Kreatives Denken
4. Kritisches Denken
5. Die Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen
6. Problemlösefertigkeit
7. Kommunikative Kompetenz
8. Interpersonale Beziehungsfertigkeiten
9. Gefühlsbewältigung
10. Die Fähigkeit der Stressbewältigung

(Bühler/Heppekausen 2005:11–16).

Ziele kultureller Bildung

- 1. Selbsterkenntnis und Selbstentwicklung:** Durch kreative und kulturelle Aktivitäten sollen Menschen ihre eigenen Fähigkeiten besser kennenlernen und weiterentwickeln können.
- 2. Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit:** Die Teilnahme an kulturellen Prozessen fördert das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und das Gefühl, aktiv und kompetent handeln zu können.
- 3. Emotionale und soziale Kompetenz:** Kulturelle Bildung unterstützt die Entwicklung von Empathie, Toleranz und Kommunikationsfähigkeit.
- 4. Kreativität und Ausdrucksfähigkeit:** Sie fördert die Fähigkeit, sich kreativ auszudrücken und eigene Ideen zu entwickeln, was die persönliche Entfaltung unterstützt.
- 5. Kritisches Denken und Reflexionsfähigkeit:** Durch den Umgang mit Kunst und Kultur lernen Menschen, ihre Umwelt zu hinterfragen, eigene Meinungen zu bilden und reflektiert zu handeln.

Gemeinsamkeiten und Unterschiede

- 1. Gleiche Ziele**
Künstlerische Therapien, Gesundheitsförderung und Kulturelle Bildung zielen auf die Entwicklung vergleichbarer Kompetenzen
- 2. Divergierende Ziele**
Kulturelle Bildung folgt einem „Bildungsauftrag“, intendiert die Förderung künstlerischer Fähigkeiten.
Künstlerischen Therapien zielen auf emotionalen, seelischen, kommunikativen Prozess als somatisch gesundheitsfördernd, künstlerische Fähigkeiten sind nachrangig
- 3. Zielkonflikte**
Zwischen dem Bildungsauftrag und dem Heilungsauftrag
Der Bildungsauftrag begründet einen Qualifizierungs- und Leistungsanspruch, der den Heilungsauftrag der Therapien behindern kann – und vice versa
- 4. Rahmenbedingungen**
Unterschiede gibt es bei den Settings wie Gruppengröße, zeitlicher Umfang und persönliche Betreuung

3. Wann wirkt kulturelle Bildung gesundheitsfördernd?

gesund*mit*kunst

Ein Kunstprojekt zur Gesundheitsförderung
in Museen 2019/2020

Gefördert von der AOK Bayern –
Die Gesundheitskasse

Evaluiert vom Department Arts
and Change der MSH Medical
School Hamburg

gesundmitkunst.de



Ziele des Gesamtprojekts

- Museen als Orte der Gesundheitsförderung entwickeln
- Thematische Bezüge zu den jeweiligen Museen herstellen (Profilbildung der Museen/nachhaltige Perspektive)
- Kunstpädagogische Workshops zur Gesundheitsförderung konzipieren
- Vielfältige Formate für unterschiedliche Zielgruppen und Bedürfnisse anbieten
- Evaluation: welche Formate wirken sich gesundheitsfördernd aus?
- Was sind die relevanten Determinanten?

Ziele der Workshops

Determinanten der Gesundheitsförderung (AOK Bayern, die Gesundheitskasse):

- Förderung von Teilhabe und Partizipation
- Stärkung der Lebensqualität
- Problemlösungskompetenz
- Unterstützung von kreativem Denken
- Sinnfindung und Sinnerfüllung
- Erweiterung individueller Handlungsspielräume
- Erleben eigener Handlungskompetenz
- Selbstwirksamkeit
- Sensibilisieren der Empathie- und Resonanzfähigkeit

Evaluation

Es fanden 58 Workshops an 20 Museen und Städtischen Galerien statt. 304 Personen mit einem Durchschnittsalter von 52 Jahren nahmen an der Befragung teil (269 weiblich, 34 männlich, eine divers).

In einer quantitativen Evaluation eine signifikante Steigerung der Lebensqualität durch die Workshops untersucht.

Ziel der qualitativen Evaluation war es, den Einfluss der Workshopformate auf Determinanten zur Förderung von Gesundheit zu beschreiben.

Wirkfaktoren – anhand der qualitativen Evaluation

- Partizipative Formate
- Besonderheit der Workshopräume
- Kompetenzen der Workshopleitenden
- Offene Atmosphäre
- Frei von Leistungsdruck

Ergebnisse der Evaluation

- „Die Ergebnisse des Evaluationsprojekts liefern wichtige (erste) Erkenntnisse dazu, dass die Determinanten der Gesundheitsförderung durch künstlerische Veranstaltungsformate verbessert werden können. Durch das Projekt „gesundmitkunst“ wird das Potenzial von Museen und die grundsätzliche Bedeutung der Künste im Kontext der Gesundheitsförderung hervorgehoben, die sich über ein sehr breites Feld erstreckt und u.a. Musik, darstellende Kunst, bildende Kunst sowie Poesie, Fotografie und kreatives Schreiben einschließt.“

[38_gesundmitkunst_dl03_file.pdf](#) Kurzfassung

[38_gesundmitkunst_dl04_file.pdf](#) Langfassung

Autor*innen: Michael Ganß, Anett Müller-Alcazar, Peter Sinapius, Lea Lindmeier, Charlotte Bernstein

4. Anwendungsfelder - Beispiele

Fazit

1. Kulturelle Bildung ist Gesundheitsförderung / Resilienz
 2. Kulturelle Bildung kann gezielt zur Gesundheitsförderung eingesetzt werden
 3. Kulturelle Bildung kann mit speziellem KnowHow für therapeutische, regenerative und präventive Angebote eingesetzt werden
- z.B. Demenz, Sucht, Trauma, Trauer – mit Sinnen erinnern, selbstbestimmt leben, überwinden, Abschied nehmen

Stand des Diskurses

- [National Call | ARTS for HEALTH AUSTRIA](#)
- [Culture and Health Platform: International Hosting Week on Culture and Elderly Care for European Artists \(Netherlands\) | On the Move](#)
- [Gesundheit: Ärzte verschreiben Museumsbesuch auf Rezept als Alternative zur traditionellen Medizin - DER SPIEGEL](#)
- [CultureAndHealth Platform](#)
- [Kunst und Kultur beeinflusst die mentale Gesundheit - NKS Gesellschaft – Nationale Kontaktstelle zum EU-Programm Horizont Europa \(8.12.2023\)](#)
- [Die Kraft der Heilung: Neuer Bericht der WHO zeigt, wie Kunst zur erfolgreichen Bekämpfung nichtübertragbarer Krankheiten beitragen kann \(15.11.2023\)](#)

Weitere Informationen

- [Projekte](#)
- [„Ich mach dich gesund...“: Kulturelle Bildung und Gesundheitsförderung | kubi-onlineK](#)
- [Kunst – Gesundheit – Spiritualität: Eine Spurensucheunst – Gesundheit – Spiritualität: Eine Spurensuche](#)
- [publication.pdf](#)

Danke für Ihre
Aufmerksamkeit!

Dr. Christine Fuchs

www.stadtkultur-bayern.de

info@stadtkultur-bayern.de

You will find me in the forest, Gräfelfing
ich mach dich gesund