

# **Intermedial Goes Digital: Online Art Therapy Elevating the Therapeutic Third**

## **Application of Focusing-Oriented Expressive Arts Therapy (FOAT®) and Guided Drawing® in a One-on-One Setting**

### **Abstract**

*In this case study, reflected by Subject-Based Memory Work (Haug, 1994), the author illustrates the supervisee's autopoietic transition from Focusing-Oriented Expressive Arts FOAT® to Guided Drawing®. In the following, a detailed exposition of the supervisor's approach will be presented, including her inner dialogue, and her self-supervision, which is based on her internal processes. The self-supervision is achieved through Focusing. „The arriving third“, a term coined by Knill (2005, p. 136), initiated the transition and is described from the perspectives of both the supervisee and the supervisor. What makes this case special is that the session was held online. The supervisee, a professional coach, was having such a hard time that the supervisor decided to stop working with her and instead give recommendations to another colleague. The supervisee had the "aha" moment of „the arriving third“ when the supervisor was open about giving up and suggested a last exercise to relax and unwind. This made the supervisee feel free in a way that FOAT® interventions could not give her. She felt safe enough to explore herself by beginning the Guided Drawing® figure-eight exercise. From there, her autonomous drawing movements evolved. By drawing, she realized the moment of trauma from decades ago that had caused her to feel stuck. She left the supervision feeling that she didn't need any more appointments.*

## **Intermediär geht digital: Online Kunsttherapie hebt Drittes experienziell**

### **Anwendung von Focusing Oriented Expressive Arts FOAT®<sup>1</sup> in Kombination mit Guided Drawing® im 1:1 Setting**

Das Experienzielle Dritte<sup>2</sup> ist Ausdruck dessen, was sich im intermediären Raum von kunsttherapeutischer Begleitung und künstlerischem Ausdruck so kreuzt, dass ein unerwartetes und unverhofftes „Mehr an ...“ ins Entstehen kommt. Dieses Entstehen bahnt sich an über den Körper fundierten inneren Referenzpunkt (Art Sense)<sup>3</sup> des Erlebens. Das Experienzielle Dritte manifestiert in einer innerkörperlichen Bewegung des inneren Referenzpunktes hin zu einem Felt Shift<sup>4</sup> und zeigt sich in der Veränderung des künstlerischen Geschehens. Erfahrungen des Dritten sind in der Lage, Prozessblockaden und Sackgassen-Situationen in der Kunsttherapie in die Auflösung zu bringen. Über eigenes Körpererleben in experienziell ausgerichteter Kunst- und Ausdruckstherapie kann dieser Augenblick unmittelbar und direkt wahrgenommen werden. Damit ist nicht nur das Werkstück, der künstlerisch gestaltete Ausdruck, Zeuge des Unvermittelbaren Dritten, sondern auch der Körper der Person die das kunsttherapeutische Werkstück anfertigt. Drittes kommt damit leichter in die Kommunikation. Über Kunstausdruck und das eigene Körpererleben zu sprechen, macht Drittes mitteilbarer. Der Art Sense der therapieaufsuchenden Person ist das Scharnier zwischen innen geleiteter Bewegung und äußerer Aktion. Er ist ihr *client's client*<sup>5</sup>, der das Dritte zu sich einlädt für einen Wandel im „Aha“, auch im kunsttherapeutischen Online Setting.

Subjektwissenschaftliche Erinnerungsarbeit<sup>6</sup> aus einer experienziell angelegten Online Sitzung gibt einen Einblick, wie dies aus der Perspektive der therapieaufsuchenden Person und der kunsttherapeutisch tätigen Person aussehen kann.

---

<sup>1</sup> Kunst- und Ausdruckstherapie mit der experienziellen Methode der Focusing Oriented Expressive Arts FOAT® nach Rappaport (2009, 2014).

<sup>2</sup> Das Experienzielle Dritte: Konzept des Unvermittelbaren Dritten nach Knill (Knill 1990, 2011), konzeptionell gefasst nach der Konzeptbildung des Experienziellen Ansatzes (Gendlin 2017)(vergl. Blob 2022).

<sup>3</sup> Art Sense: Begriff nach Bianchi für den körpereigenen inneren Referenzpunkt, von Gendlin als Felt Sense bezeichnet, verwendet innerhalb des kulturellen Kontextes von Kunst, Kunstbetrachtung und künstlerischer Aktivität (vergl. Bianchi 2018).

<sup>4</sup> Felt Shift: Begriff nach Gendlin, Begründer der Philosophie des Impliziten (vergl. Schoeller, Geiser 2015) und ihrer experienziellen Praxisanwendung, der Methode Focusing (Gendlin 1978). Ein Felt Shift ist ein spontanes, nicht zu machendes und nicht zu kontrollierendes Erleichterungsatmen.

<sup>5</sup> Der Konzept des „*client's client*“ als Repräsentant für den Felt Sense geht auf die Arbeit von Akira Ikemi (2000) zurück, <<https://www.youtube.com/watch?v=XBC8Zl0oCMA>>.

<sup>6</sup> Erinnerungsarbeit nach Haug (1994) ohne subjektwissenschaftliche Sprachanalyse und mit Reflektion auf Bedingungen des Experienziellen Dritten und seine Erscheinungsformen.

### Rahmenerzählung:

Die Autorin arbeitete 2021 mit einer Heilpraktikerin für Psychotherapie mit abgeschlossener Zusatzausbildung in systemischem Coaching im 1:1 Online Setting. Vereinbarung war ein Paket von fünf Sitzungen. Als methodisches Angebot war beidseitig die Anwendung von Focusing Oriented Expressive Arts FOAT® beschlossen worden.

Der Arbeitsauftrag an die Autorin betraf Supervision wegen scheiternder Versuche, Erstkontakte zu halten. Trotz guter Ausbildung wurde für die Supervisandin keine zweite Coaching Sitzung gebucht. Die Supervisandin wollte herausfinden, was ihr Anteil hieran war und wie sie diese Situation hinter sich lassen könnte. Sie beschrieb sich als sehr kopflastig und wollte darum keine verbale Begleitung. Sie erhoffte sich von einem kunsttherapeutischem Vorgehen eine neue Perspektive auf ihre Situation.

Die Autorin erlebte bei der Supervisandin eine hohe Motivation bei gleichzeitiger Starre im Denken und in der emotionalen Verarbeitung. FOAT® Interventionen konnten stattfinden, - die Supervisandin ließ sich auf Focusing basierten künstlerischen Ausdruck ein -, jedoch schienen die FOAT® Erfahrungen nicht weiter gehend zu wirken. Es trat wenig bis kein körperlicher Stress-Release (Felt Shift) oder eine Micro-Modifizierung in verbaler Rede, Modulation der Stimme oder Körpersprache ein. Die Autorin war in der vierten Stunde soweit, das Sitzungspaket vorzeitig zu beenden. Sie vermutete bei der Supervisandin biographische Hintergründe mit traumatischem Charakter und plante, ihr mit Beendigung der vierten Sitzung die Aufnahme einer Kassentherapie zu empfehlen. Die Autorin beabsichtigte, der Supervisandin gegenüber ihr eigenes Scheitern als Begleiterin einräumen, um der Supervisandin eine narzistische Kränkung zu ersparen. Hilfreich war in diesem Zusammenhang, dass die Supervisandin Selbstzahlerin war, d.h. eine Kundin, die für ihr Geld erfolgreiche Leistungserbringung erwarten durfte.

### Erinnerungsarbeit zum Widerfahrnis von Drittem:

*Die Supervisorin ist ratlos. Sie hat das Erleben, mit dem letzten Vorschlag (FOAT® Methode „dialoging with the art“<sup>7</sup>) die Supervisandin nicht passend „erreicht“ zu haben. Sie bemerkt, dass ihr Innerer Kritiker sich einmischt mit der Frage, ob das wirklich eine gute Idee gewesen ist, jetzt zum inneren FOAT® Dialog mit dem Bild einzuladen. Vielleicht wäre ein Gespräch über die Erfahrung den eigenen Felt Sense auszudrücken, besser gewesen. Sie sieht, dass ihre Supervisandin ihren Felt Sense aus vorheriger FOAT® Intervention zwar symbolisiert und mit Ölpastellkreiden auf das Papier gebracht hat, aber jetzt geht es nicht weiter. Die Supervisorin sieht, wie die Supervisandin stumm*

---

<sup>7</sup> dialoging with the art – Innerer FOAT® Dialog: Resonieren zum Symbolbild über explorierende FOAT® Fragen

vor dem Symbolbild sitzt und darauf starrt. Es scheint kein innerer Dialog zwischen Symbolbild und Supervisorin zustande gekommen. Die Supervisorin versucht, Focusing „baby steps“ zu setzen. Sie schlägt Annäherungen an das Symbolbild vor in neuen, ganz kleinschrittigen und sehr behutsam verpackten Einladungen. Die Supervisorin scheint trotzdem wie in einer massiven Blockierung („stoppage“) zu sitzen. Die Supervisorin fragt sich, ob „nicht passend erreicht haben“ eine Qualität ist, die in den Coaching Erstsitzungen ihrer Supervisorin in irgendeiner Weise auch vorkommt. Sie merkt, dass sich bei diesem Gedanken etwas in ihr verengt. Sie notiert innerlich, dass sie auf ihren Gedanken körperlich reagiert hat. Dann merkt die Supervisorin eine Verärgerung, von der sie nicht ausmachen kann, woher die genau kommt. Sie beschließt, Focusing bezogene innere Supervision bei sich selber anzuwenden, um das Phänomen des Ärgers abzuklären. Sie will hinspüren, ob da ein reales Übertragungsphänomen stattfindet oder ein Phänomen aus ihrer eigenen Strukturgebundenheit aufgetaucht ist. Sie befragt ihr innerkörperliches Spürvermögen dazu. Sie befragt den Felt Sense auch dazu, was jetzt wohl ein kleiner Schritt in Richtung organismischer Weitung sein könnte, den ihr eigener Körper ihr ermöglichen könnte. Die Supervisorin merkt, sie möchte jetzt in eine organismische Weitung kommen. Es kann sein, das weiß sie aus Online Sitzungen mit Klientinnen, dass ihre eigene körperliche Weitung eine positive Wirkung auf die Supervisorin am Bildschirm haben könnte. Vielleicht gelingt es, so aus der blockierten Situation herauszukommen. Bei der eigenen Selbstexploration findet die Supervisorin kein klar gefühltes Echo in sich. In ihrem Inneren bleibt es stumm. Sie realisiert, dass sie sich genauso „stumm“ fühlt, wie ihre Supervisorin es eben von sich beschrieben hat. Ihre Supervisorin hat gemeint, sie fühle nichts zum Symbolbild, da würde nichts kommen. Etwas in der Supervisorin gibt auf. Da es hier um Selbstzahler Supervision geht, möchte die Supervisorin versuchen, die vierte Stunde vor dem Abschied mit Kassentherapie Empfehlung wenigstens auf irgendeine Weise noch zu etwas Gutem zu führen. Sie schlägt der Supervisorin eine Übung der Sensomotorischen Kunsttherapie vor. Die Übung beinhaltet die „liegende Acht“ zu zeichnen, mal mit der rechten Hand und dann mit der linken Hand, und mit beiden Händen. Die Supervisorin erklärt, dass diese Übung der helfen könne, übergroße innere Anspannung zu mildern, wenn die Supervisorin unter Leistungsdruck gerate und sich gnadenlos ihrem Inneren Kritiker ausgeliefert fühle. Diese Übung wolle sie ihr, da die Sitzung gleich zu Ende sei, gerne als ein Tool mitgeben. Mit dem Symbolbild wäre vielleicht gut, grad nicht weiter zu machen. Die Übung könne die Supervisorin Zuhause immer dann machen, wenn gar nichts mehr geht oder sie nicht weiter weiß so wie jetzt. Die „liegende Acht“ zu machen würde beide Gehirnhälften in Verbindung bringt. Ob die Supervisorin das mal ausprobieren möchte?

Die Supervisorin merkt, dass sie sich mit diesem Vorschlag wieder kompetenter fühlt als vorhin. Sie registriert, dass ihr eine Erinnerung geholfen hat: „Bei totaler Blockierung nicht weitermachen, sondern Unterbruch, und mit was Neuem ansetzen“. Die Supervisorin hört innerlich die Stimme eines ihrer früheren Ausbilder. Sie sieht innerlich sein Gesicht und ihr ist etwas wohler zumute. Vielleicht geht die Stunde doch zu einem guten Ende zu führen. Die Supervisorin erklärt auch, dass die „liegende Acht“ emotional harmonisierend wirkt, und lädt die Supervisandin ein, mit dem Zeichnen zu beginnen.

Die Supervisorin sieht, wie die Supervisandin erst mit offenen Augen zeichnet. Ihre Bewegungen der „liegenden Acht“ sind langsam und zögerlich, dann schließt die Supervisandin die Augen. Ihre Zeichenbewegungen werden kräftiger, größer und gehen über das aufgeklebte Papier hinaus. Die Supervisorin hat den Eindruck, dass dies die Supervisandin gar nicht stört. Die Supervisorin sieht am Bildschirm, dass die Supervisandin ganz in der Bewegung der liegenden Acht aufgeht. Ihr ganzer Oberkörper geht in immer größeren Schwüngen mit. Die Supervisandin hat über die gesamte Zeit die Augen geschlossen.

Die Aufmerksamkeit der Supervisorin ist jetzt ganz da. Ihre Erschöpfung aus der ersten Hälfte der Sitzung fällt von ihr ab. Sie fühlt sich sehr wach. Sie beobachtet, wie aus den Kurven der „liegenden Acht“ ihrer Supervisandin Linien werden, die sich hin zu neuen Formationen verändern. Die Supervisorin denkt: „Sie ist dabei, sich frei zu zeichnen!“ Sie merkt auch wie sie denkt, „sie macht ja Guided Drawing®!“ Die Supervisorin merkt auch, dass etwas in ihr erschrickt und sie denkt, „Oh wei, ob das wohl gut geht?“. Die Supervisorin registriert, dass da ein Teil in ihr ist, der sich nicht ganz wohl fühlt, was wohl als nächstes passiert. Sie hat die Supervisandin nicht explizit zum Guided Drawing® aufgefordert, und doch passiert es jetzt. Die Supervisorin ist zertifizierter Guided Drawing® Practioner und für die 1:1 Begleitung am Bildschirm ausgebildet. Sie weiß, es braucht eine bestimmte Einstimmung vor dem Guided Drawing® wenn kein physischer Kontakt besteht. Diese Einstimmung hat nicht stattgefunden. Die Supervisorin merkt, ihr Innerer Kritiker sorgt sich.

Die Supervisorin merkt auch, sie will diese „Sorge-Meldung“ vom Inneren Kritiker ernst nehmen. Sie beschließt, äußerste Aufmerksamkeit zu haben auf alles was jetzt passiert. Dass sie ein zertifizierter Guided Drawing® Practioner ist, beruhigt sie ein bisschen. Sie sieht, dass die Supervisandin sich ihren sensomotorischen Bewegungsimpulsen weiter hingibt. Die Supervisorin beschließt, der Situation als Ganzes zu vertrauen, und ab jetzt in der Methode des Guided Drawing® zu begleiten. Sie sammelt sich innerlich, setzt sich neu hin, und macht sich bereit, mit der absolut hochkonzentrierten Aufmerksamkeit einer

---

<sup>8</sup> Guided Drawing GD® nach Elbrecht (2018), Weiterentwicklung des Geführten Zeichnens mit Integration des Somatic Experiencing SE® Ansatzes nach Levine (Levine 2010).

*Guided Drawing® Begleiterin dabei zu sein. Sie sitzt jetzt ganzkörperlich frontal vor dem Bildschirm, die Füße geerdet am Boden. Sie spürt, dass ihr Kontakt zur Supervisorin jetzt direkter ist. Es ist beinahe so, als wenn sie der Supervisorin physisch gegenüber sitzen würde. Sie gibt der Supervisorin kleine Empathie-Laute („Mmm-s“), um sie in ihren sensomotorischen Bewegungen auf der anderen Seite des Bildschirms zu halten. Die Supervisorin weiß aus Focusing Ausbildungssituationen, dass nonverbale „Mmm-s“-Begleitung einen wechselwirkenden Beziehungsboden aufbaut. Der Supervisorin gefällt, dass ihr etwas eingefallen ist, wie sie jetzt ein neues Containment aufbauen kann.*

*Die Supervisorin merkt, dass etwas in ihr zunehmend fasziniert ist. Die vorherige Gefühlslage der Supervisorin ist wie weggeblasen. Die Supervisorin sieht über den Bildschirm, dass die Supervisorin jetzt im Modus des Guided Drawing®-Spürens angekommen ist, ohne eine explizite Guided Drawing® Anleitung. Die Supervisorin hält von selber inne, spürt mit geschlossenen Augen nach innen. Ihre Linienführung setzt sich dann fort in einer etwas anderen Weise, geht in eine andere Richtung, und hat auch einen anderen Rhythmus. Die Supervisorin sieht, dass die Zeichenlinie jetzt gestreckt ist, wie ein Faden. Die Zeichenlinien der Supervisorin haben sich verselbständigt und die Form der „liegenden Acht“ hinter sich gelassen. Die Supervisorin merkt, dass sie beeindruckt ist von dem Mut der Supervisorin, sich so lange mit geschlossenen Augen einer einzigen Zeichenbewegung hinzugeben, die sie nicht unter Kontrolle hat.*

*Auf dem Computerschirm sieht die Supervisorin die Zeitangabe und realisiert, dass die Sitzung zeitlich überzogen ist. Sie entscheidet, der Supervisorin und deren Zeichenrhythmus weiter zu folgen und mit der Sitzung fortzufahren. Da die Supervisorin in den ersten drei Sitzungen für die Supervisorin immer anstrengend gewesen ist, hat sie keine weitere Sitzung im sofortigen Anschluss eingeplant. Sie ist sehr froh darüber. Etwas in der Supervisorin senkt sich im Körper, als sie die zeitliche Regelung der Sitzung aus der Situation heraus, über Bord wirft. Gleichzeitig ist sie zunehmend positiv gespannt, was wohl als nächstes kommt.*

*Die Supervisorin öffnet die Augen. Sie schaut ihre Zeichnung lange an ohne ein Wort zu sagen. Die Supervisorin beobachtet, wie die Supervisorin sehr langsam mit dem Finger ihre Linien abfährt. Sie wiederholt diese Berührung mehrmals und mit Pausen dazwischen. Dann sieht die Supervisorin auf. Sie sagt zu der Supervisorin mit direktem Augenkontakt: „Diese Linie hier ist wie ich mich mit neunzehn Jahren war.“ Die Supervisorin sieht jetzt Tränen in den Augen der Supervisorin stehen. Sie sagt, „Mit neunzehn war in mir alles ganz eng. Ich hatte ständig Angst, die geforderte Leistung nicht*

zu bringen. Und ich habe mich selbst nicht geliebt. ... Das habe ich hier gezeichnet“. Dabei zeigt sie auf das eine Ende der Zeichenlinie das sehr eng geschlauft ist, ohne Zwischenräumen zwischen den einzelnen Linien. Sie sagt: „Ich habe während der Bewegungen der Hand gemerkt, dass da was in meinen Hals kommt. Erst wusste ich nicht, was das ist, dann war es klar. Es war wie ein Kloß. ... Das war ähnlich wie wenn ich in den Erstgesprächen bin. Da ist auch immer was Enges im Hals. Ich wollte diesen Kloß jetzt nicht. Irgendwie habe ich es geschafft mit dem Zeichnen weiter zu machen. Und dann ist die Linie größer geworden. Wie ich das gemacht habe, weiß ich nicht. Und da ist der Kloß bisschen weniger geworden. Der ist zwar immer noch da, aber jetzt weniger.“ Die Supervisorin hört der Supervisandin aufmerksam zu. Sie spiegelt nichts zurück, es scheint, die Supervisandin muss am Stück erzählen, wie wenn es aus ihr in einem Guss heraus will. Die Supervisorin hört die Supervisandin seufzen. Dann sagt die Supervisandin, „dass ich das geschafft habe, ist ein Wunder! Wie die Linien in diese größere Spirale da gingen ...(sie berührt ihr Blatt erneut) ... konnte ich wieder Luft kriegen, und da habe ich gemerkt, dass ich Stimmbänder habe.“ Die Supervisorin merkt, wie froh sie ist, und auch wie überrascht und ungläubig. „Die Supervisandin kann ihre Stimmbänder merken? Soll ich das glauben?“, denkt die Supervisorin. Sie fragt nach. Die Supervisandin bestätigt ihre Empfindung lebhaft. Die Supervisorin ist beeindruckt und irritiert zugleich: Die eigenen Stimmbänder bei sich zu spüren, ist ihr bisher noch nicht gelungen. Sie merkt, dass sie erleichtert ist, dass die Supervisandin wieder ein Spüren für sich hat. Die Supervisandin fährt fort, „jetzt weiß ich, dass meine Stimme hart und angespannt ist wie mit neunzehn wenn ich mit meinen Erstklienten spreche. Das macht, dass die Coaching Klienten nicht wieder kommen. Sie merken was bei mir“. Die Supervisorin denkt, „Ja, das glaube ich. ... Die merken was bei Dir“. Sie sieht, wie die Supervisandin strahlt.

Die Supervisandin sagt weiter, „ich weiß jetzt Bescheid. Ich brauche die fünfte Sitzung mit Ihnen nicht. Ich kann jetzt mit meinen Klienten einfach reden. Ich bin 59 Jahre alt. Ja. Das bin ich!“

Die Supervisorin fühlt so etwas wie Stolz für die Supervisandin. Dass ihre Supervisandin jetzt ein Bewusstsein für ihr inneres Alters hat, das ihrem realen Alter entspricht, findet sie – das merkt sie – richtig toll. Sie sieht, dass der Teint der Supervisandin leuchtet, vorher war er blass. Auch die Augen der Supervisandin leuchten und die Bewegungen beider Arme und Hände sind weicher, das kann die Supervisorin über den Bildschirm sehen. Die Supervisorin hört einen tiefen Seufzer der Supervisandin. Die Supervisandin sagt nach einigem Zögern: „Ich bin meinem jüngeren Selbst so dankbar. Dass die sich jetzt gezeigt hat. ... Die will ich jetzt lieb haben, die Neunzehnjährige“. Die Supervisorin merkt, dass sie

*und die Supervisandin jetzt guten Kontakt haben. Sie merkt auch, dass in ihr sich etwas regt. Da ist mehr als Empathie. Etwas in ihr möchte jetzt behüten und beschützen. Sie sagt die letzten Worte der Supervisandin wortwörtlich zurück, dann seufzt auch sie, spürt dem letzten Satz der Supervisandin nach. Da ist jetzt was sehr weiches in ihr selber, merkt die Supervisorin. Die Supervisorin sieht die Supervisandin nicken. Dann ist die Supervisandin sehr still. Sie spricht weiter, „ich brauche die Coaching Praxis eigentlich gar nicht, das kann warten. Vielleicht in einem Jahr oder so .. mal sehen“. Die Supervisorin sieht, wie die Supervisandin sich auf ihrem Stuhl bewegt, sehr lebendig jetzt. Sie hört nochmal ein Seufzen. Dann sieht sie, wie die Supervisandin wieder auf ihre Zeichnung schaut. Es scheint so, als ob sie ihre Zeichnung jetzt freundlich anschaut, ganz anders als das Symbolbild vorhin. „Jetzt sitzt du anders da“, denkt es in der Supervisorin. Sie merkt, sie ist sehr dankbar. Dann blickt die Supervisandin auf. Sie lächelt. Sie verabschiedet sich von der Supervisorin mit einem Dankeschön und der Frage nach einer Rechnung über vier Stunden, ohne dass die Supervisorin das vorzeitige Ende des Sitzungspakets angesprochen hätte. Einen Zugschlag für die überzogene Zeit in die Rechnung aufzunehmen lehnt die Supervisorin ab. Das was passiert ist, ist viel zu kostbar gewesen. Die Supervisorin merkt, die letzte halbe Stunde hat sie mit allem Schwierigen mit der Klientin versöhnt. Als die Online Verbindung abgeschaltet ist, sitzt die Supervisorin noch da, innerlich angerührt von was. Alles in ihr wundert sich. Sie bemerkt, dass etwas in ihr will, dass sie sich das alles hier jetzt gut merkt. „Das war wie ‘ne Sternstunde“ denkt es in der Supervisorin. „Am besten gleich aufschreiben. Dokumentieren. Oder doch nicht?“. Die Supervisorin wartet ab, was wohl als „richtige Antwort“ aus dem Körper kommt. Sie merkt, es stimmt, sitzen zu bleiben und nichts zu tun, und einfach alles in sich wirken zu lassen. „Das bleibt“ denkt sie.*

#### Reflexion der Erinnerungsarbeit in Hinblick auf **Experienzielles Drittes**:

##### I. Merkmale des Dritten in der erzählten Situation:

Etwas taucht überraschend auf, das der Supervisandin positiv Neues an Entdeckung schenkt. Die Supervisandin kann es bemerken. Es tritt ein Felt Shift ein, und eine mentale Veränderung bei der Supervisandin. Die Supervisandin kann nicht sagen, was genau bei ihr die Öffnung bewirkt hat, ob es ihr gestaltender Selbstausdruck war, oder woher die Kraft kam ihre Enge und Angst hinter sich zu lassen, und sich zu spüren.

##### II. Bedingungen für das Dritte als ein „Mehr an .... „ und Erscheinungsform des Dritten in der Erzählung:

Die Klientin braucht einen Raum des Zwischen der ihr erlaubt, in ihre eigenen Modalitätsausdruck zu kommen. Dass die Supervisorin bereit ist, die von ihr eingesetzte akustische Modalität des FOAT® Anleitens fahren zu lassen, lässt der Supervisandin im Verlauf des Prozesses etwas „Echtes“ widerfahren. Die therapeutische Modalität die von der Supervisorin eingesetzt wurde (Akustik), ist für die Supervisandin nicht passend gewesen. Die autonome Eigenmotorik ist die „richtige“ Modalität. Für die Supervisandin unpassend ist offenbar das Folgen einer anderen (äußeren) Stimme statt der eigenen (inneren) Stimme gewesen. Auch wenn ihre eigene innere Stimme (die Stimme des *client* wie „verschwunden“ gewesen ist - die Supervisandin ist innerlich „verstummt“ angesichts des ersten Symbolbilds/FOAT®, nichts aus dem ersten Symbolbild spricht zu ihr und nichts in ihr spricht zum ersten Symbolbild -, will die eigene innere Stimme von der Supervisandin wohl doch gefunden werden. Die Blockade zur Aufforderung, mit dem FOAT® Symbolfeld einen inneren Dialog zu machen, zeigt das auf. Die scheinbare Anpassungsleistung der Supervisandin an die FOAT® Instruktionen der Supervisorin hat ihre innere Realität überlageret.

Mit dem Ablassen der Supervisorin vom vereinbarten Arbeitsstil FOAT® und einem neuen Vorschlag als Probehandeln, ist für die Supervisandin ein neuer explorativer Raum da. Mit der neuen Konfigurierung von „Raum“ verändert sich auch bei der Supervisorin etwas. Sie ist jetzt mit anderer Qualität von Präsenz im Raum. Das „Zwischen“ im Beziehungsraum ist verändert, es ist jetzt offener und jetzt vollumfänglich tragend statt nur partiell tragend.

Sich „frei zu zeichnen“ geht für die Supervisandin, weil beim Zeichnen selbstaktualisierende sensomotorische Bewegungen in Gang kommen (sie hat keine inneren oder äußeren Vorgaben für die Zeichenexploration). Die Selbstregulationsfähigkeit der Supervisandin aktualisiert sich. Das „blinde“ freie Zeichnen bringt für die Supervisandin viel „Erlaubnis“: Da ist nichts was die Supervisorin in der Guided Drawing® Zeichenphase von der Supervisandin wollen könnte oder an sie und ihren *client's client* herantragen könnte. In dieser Phase der Sitzung ist ausschließlich haltendes *containment* im Vorsprachlichen dran.

Was für die Supervisandin in die Selbstaktualisierung kommt, ist:

- (1) Bewegung im Aussen: Freie Sensomotorik im Zeichnen
- (2) Innerkörperliche Bewegung: Ihr innerer Referenzpunkt des Erlebens verändert sich. Der Felt Sense („Kloß“ im Hals) wird weniger, er verändert sich zur Felt Shift Bewegung
- (3) Organismische Gesamtbewegung des Körpers/Organismische Lebensrichtung (*ongoing life force*): Etwas taucht in der Klientin auf (nicht bewusstseinsfähig, ein *inner*

part), das sie mit dem Zeichnen weitermachen lässt, weil die Zeichenbewegung das Einzige ist, wo sich die Supervisandin lebendig fühlt. Die Supervisandin folgt ihrer eigenen lebenigen „Spur“.

(4) Schemata-Bewegungen: Emotional als grundlegend andere Gestimmtheit der Supervisandin und mental als neue Einsicht über sich selbst und ihre Bedürfnisse (bezogen auf Umgang mit sich selbst und auf beruflichen Kontext):

Der neue offene Raum, den die Supervisorin konfiguriert hat, ermöglicht der Supervisandin eine Hingabe (sich „ergeben“) an freien gestalterischen Ausdruck ohne „Leistungsbewertung“ (durch die eigenen Augen und die Augen der Supervisorin). Mit der Hingabe kommen o.g. Selbstaktualisierungen in Gang, wo vorher nur Stockung gewesen ist.

Die Öffnung der Situation hat das Auftauchen eines Dritten als „Mehr an... „ vorbereitet. Öffnung in der Situation entstand durch:

- (1) die Supervisorin lässt los und gibt die Supervisandin in ihren Aktionen „frei“
- (2) Die Supervisandin kann Wiederholungen der „liegenden Acht“ erproben in eigenem Rhythmus
- (3) Die Supervisandin kann aus sich heraus in die Improvisation kommen (freies sensomotorisches Zeichnen in ganzkörperlicher Hingabe). Sie kann spielerisch und ohne Kontrolle (blindes Zeichnen, auch über den Blattrand hinaus) frei explorieren (entstehen lassen neuer Linien, Variationen in Lineinrichtung und Ausdruck).

Der Moment von „Aha-Verstehen“ über sich selbst, kommt bei der Supervisandin, - experienziell besehen -, aus der multischematischen situativen Verknüpfung (experienzielle Kreuzung). Diese Verknüpfung betrifft, bezogen nur auf die Supervisandin:

- Organismische Variable/aktuelles Körpererleben mit einem Bedeutungsraum in der Zeit:

Felt Sense und Veränderung im Hals, zunächst als „Kloß“: Der *client's client* „spricht“ mit „Äußerungen“ zum biograpischem Lebensgefühl der Verengung auf allen Zeit-Ebenen. Er teilt etwas über die Vergangenheit mit (Neunzehnjährige unter Leistungsdruck und ohne Selbstliebe, frühere Erstsitzungen/Coaching Klienten mit wenig Kontakt bzw. Kontaktabbrüchen). Er teilt etwas zur Gegenwart mit (Identifizierung der Supervisandin mit generalisierten selbstbezogenen Schemata, korrelierend das Empfinden von Enge an der Körperstelle Hals). Der *client's client* teilt sich auch zukunftsbezogen mit: Die nächsten Coaching-Interaktionen sollen gefühlt eine andere Qualität haben als Enge. Der Felt Sense wird als Enge („Kloß im Hals“) und als Behinderung erlebt. Etwas in der

Supervisandin hat deutlich den Wunsch – wahrscheinlich verbunden mit einer inneren Imagination –, dass es anders werden könnte ohne diese „Behinderung“.

- Ebenen des Selbstkonzepts: Das Spannungsgefüge von Inkongruenzen zwischen Ich-Ideal (alle Leistungsansprüchen erfüllen wollen) und organismischem Selbst (Gefühl von körperlicher Enge, Angst es nicht zu schaffen) ist aktualisiert.
- Organismische Variable/Lebensrichtung des Körpers (*ongoing life energy*). Über die sensomotorischen Bewegungen aktualisiert sich die organismische Lebensrichtung des Körpers. Die organismische Lebensrichtung geht immer in Richtung Weitung. Etwas verlebendigt sich in der Supervisandin. Sie kommt aus der Blockierung und Sackgassen Situation heraus. Sie gerät nicht in eine erneute Blockierung, es kommt zu keinem Abbrechen ihrer Selbstexploration, vielmehr zu immer freier werdenden Bewegungen, innerlich wie auch imAussen.
- Gestalterisch-künstlerischer Ausdruck: Die Organismische Bewegung/aktualisierte Lebensrichtung lässt die Supervisandin mit dem Zeichnen weitermachen. Hierüber werden ihre Zeichenlinien zu Symbolen von „Mehr an...“: Das Mehr an Platz in den Zeichenlinien wird zu „Mehr an Weitung“, „Mehr an Spielraum“, „Mehr an lebendiger Linienführung“. Der Felt Sense als *client's client* und Referenzpunkt allen Erlebens verändert sich: Er „gibt den Hals frei“, tritt zurück mit seiner bisherigen verkörperten Qualität von „Druck“. Es hat dadurch mehr Platz im Innenraum der Klientin (physisch: mehr Luft; symbolisch: weniger Enge; emotional: Ermutigung, Erleichterung). Es kommt zur Spürsensibilität an der sensibelsten Körperstelle der Supervisorin, dem Hals. Diese Stelle als physischer Ort des körperlichen Erlebens ist das „Einfallstor“ der emotionalen und mentalen Verengung. Diese Stelle ist zugleich situativer „Wohnort“ des *client's client*. Mit dem Spüren-Können der Stimmbänder als organische Symbole der eigenen Stimme, ist die Klientin „frei“ geworden, in den kommunikativen Selbstaussdruck zu gehen.

Als Folge dieser multischematischen Verknüpfung kommt es zum „Aha“-Erleben und zur inneren Wandlung:

1.) Empfinden und Erleben: Die Supervisandin fühlt sich wohler in der eigenen Haut, sie fühlt sich weniger ausgeliefert an etwas „Fremdes“ (den enge „Kloß“). Sie fühlt sich im Ganzen freier und empfindet Selbstempathie für ihre innere Anteile die zuvor nicht integriert waren (die Neunzehnjährige und sich nicht geliebt Fühlende; die Berufstätige die sich mit dem Aufbau einer Coaching Praxis zu viel zumutet).

2.) Kognitive Schemata: Die Supervisandin hat die Einsicht: „Es geht auch anders zu leben als wie ich immer dachte dass ich müsste. Ich kann neu wählen und mein

Leben selber ausrichten und steuern“. Die Supervisorin verbalisiert ihre neue Einsicht sprachlich, d.h. die kognitive Schema-Veränderung ist im Bewusstsein abgebildet.

Im Setting ermöglicht ein neues therapeutisches *containment*, dass ein Auftreten des Dritten überhaupt passieren kann. Es passiert als etwas, von dem weder die Supervisorin noch die Supervisandin vermutet hätten, dass es auftreten könnte. Etwas ist für die Supervisorin bildhaft in der neuen Linienzeichnung über sie selbst zu sehen, zu erleben und auch zu verstehen, das vorher im FOAT® Symbolbild für sie nicht zu sehen gewesen ist: Wer sie war, wer sie ist und wer sie sein möchte in selbst gewählter Entwicklung.

Was sich erstmalig und unerwartet für die Supervisorin gezeigt hat, wäre an ihrer Aufmerksamkeit fast vorbeigegangen, wenn die Supervisorin bei der sensomotorischen Linienführung nicht in das lange Pausieren und die stille Betrachten nach dem Zeichnen gegangen wäre. Das zu tun geschieht ganz aus ihr heraus und autonom ohne Anleitung von außen. Dass sie sich traut dies zu tun, ist bemerkenswert und spricht für die Tiefe ihres inneren Kontaktes mit sich selbst, der sich offenbar über das langes und ungestörte autonome Zeichnen eingestellt hat.

Die „Zutat“ zum Widerfahrnis seitens der Supervisorin ist ihre ungeteilte Präsenz über einen langen Zeitraum hinweg nach bereits 45 Minuten Arbeit im Online Setting. Eine „Zutat“ ist auch ihre Bereitschaft zum Wagnis und zu empathischer Neugier sowie die Bereitschaft, sich faszinieren zu lassen von einem Prozess, an dem sie physisch nicht teilhaben kann. Im Online Modus ist kein direktes Interwirken zweier situativer Körper möglich, die im gemeinsamen „Inter“, - spürbar als räumliche Atmosphäre und über den wechselwirkenden Felt Sense -, hätten miteinander respondieren können (was räumlich anwesende Körper fortwährend tun). Es gibt im Setting lediglich ein Interwirken dreier Bilder: Über den Bildschirm sieht die eine Person die andere online, und beide sehen das Werk auf dem Tisch der Supervisorin (online bzw. live).

Es mag eine weitere „Zutat“ der Supervisorin gewesen sein, die FOAT® Haltung mit dem für das Focusing typische Pausieren mit der Supervisorin in den drei Sitzungen davor eingeübt zu haben. Die Klientin hat da erfahren können, dass - obwohl nichts im Außen passiert - , über das Pausieren der Raum des Zwischen erhalten bleibt (anders als in ihren eigenen Coaching Sitzungen). Sie hat in den vorherigen FOAT® Sitzungen lernen können, dass Verbindungen des Miteinander nicht zwangsweise einfrieren müssen und in einer Blockierung oder einer Sackgasse (*dead end situation*) steckenbleiben, sondern

dass es relational weitergeht. Die Supervisorin hat die Vermutung, dass das „Relationale im Raum des Zwischen“ für die Supervisandin bedeutsam gewesen sein muss. Auch scheint die Supervisandin ihre früheren Erfahrungen einen Felt Sense spüren zu können, gut verinnerlicht zu haben, unabhängig davon, dass sich ihr Felt Sense nicht immer hat auffalten können. Die Erfahrungsräume der vorherigen FOAT® Sitzungen und der Erfahrungsraum des „neuen offenen Raumes“ in der letzten Sitzung konnten sich situativ so kreuzen, dass Experienzielles Drittes ins Implizite und dann ins Explizite kommen konnte.

Dass ein Widerfahrnis im Raum des Zwischen geschehen ist, wird von der Supervisandin in der vierten Sitzung gemerkt, deutlich ausgedrückt und mit biographischer Bedeutung gefüllt:

- *Irgendwie habe ich es geschafft mit dem Zeichnen weiter zu machen.“*
- *„Und dann ist die Linie größer geworden, wie ich das gemacht habe, weiß ich gar nicht.“*
- *„dass ich das geschafft habe, ist ein Wunder!“*
- *„Wie die Linien in diese größere Spirale da gingen ...( ... ) ... konnte ich wieder Luft kriegen, und da habe ich gemerkt, dass ich Stimmbänder habe.“*
- *„Ich bin meinem jüngeren Selbst so dankbar. Dass die sich jetzt gezeigt hat. ... Die will ich jetzt lieb haben, die Neunzehnjährige.“*
- *„Ich weiß jetzt Bescheid. Ich brauche die fünfte Sitzung mit Ihnen nicht. Ich kann jetzt mit meinen Coachees einfach reden. Ich bin 59 Jahre alt. Ja. Das bin ich!“*
- *„Ich brauche die Coaching Praxis eigentlich gar nicht, das kann warten. Vielleicht in einem Jahr oder so .. mal sehen.“*

Das Widerfahrnis als Ereignis mit echtem, realen Charakter zeigt sich glaubhaft auch am veränderten Hauttonus der Supervisandin, an ihrer wiedergefundenen körperlichen Beweglichkeit und an Felt Shift Seufzern.

Trotzdem kein physischer Kontakt stattfand, ist die reale Widerfahrnis des Dritten für die Supervisandin innerhalb eines digitalen Raumes möglich gewesen. Die Supervisorin ist Zeugin gewesen im Mitgehen, Anteil nehmen (Spiegeln) und im Halten der Situation durch körperlich fundierte Aufmerksamkeit im *open space*.

## Literaturangaben:

*Bianchi, P.* (2018). Einen Kunstsinn suchen und finden. Wir könnten porös sein wie ein Schwamm. In: Kunstforum International, Bd. 253, S. 45-56.

*Blob, F.* (2022): Das Experienzielle Dritte: Focusing Konzepte für die Kunsttherapie. Unveröffentlichte Abschlussarbeit für die Wissenschaftliche Weiterbildung Kunsttherapie, Katholische Universität Freiburg.

*Elbrecht, C.* (2018): Healing Trauma with Guided Drawing: A Sensorimotor Art Therapy Approach to Bilateral Body Mapping, Berkeley.

*Gendlin, E. T.* (2017): A Process Modell, Evanston.

*Gendlin, E. T.* (1978): Focusing. Selbsthilfe bei der Lösung persönlicher Probleme, New York.

*Haug, F.* (1994): Erinnerungsarbeit. Hamburg.

*Knill, P.J.* (1990): Das unvermittelbare Heilmittel oder das Dritte in der Kunsttherapie. In: Petersen, P. (Hg.) Ansätze kunsttherapeutischer Forschung. Berlin/Heidelberg.

*Knill, P.J.* (2011): "Es ist von mir. Es ist mit mir". In: Sinapsius, P., Niemann, A. (Hg.): Das Dritte in Kunst und Therapie, Frankfurt a.M., S. 43-102.

Knill, P.J. (2005): Foundations for a Theory of Practice. In: Knill, P.J., Levine, E.G. & S.K. Levine, S.K. (Hg.): Principles and practice of expressive arts therapy - toward a therapeutic aesthetics, London, S. 75-170.

*Levine, P.* (2010): In an Unspoken Voice: How the Body Releases Trauma and Restores Goodness, Berkeley.

*Rappaport, L.* (2009): Focusing-Oriented Art Therapy. Assessing the Body's Wisdom and Creative Intelligence, London/Philadelphia.

*Rappaport, L.* (2014): Cultivation Mindfulness and Compassion, and Accessing Inner Wisdom. In: Rappaport (Ed.): Focusing-Oriented Arts Therapy. Mindfulness and the Arts Therapies. Theory and Practice. London/Philadelphia, S. 193-207.

*Schoeller, D., Geiser, Ch.* (2015): Ein Prozess-Modell. Freiburg/München.

© Freda Blob  
Dipl. Psychologin, Dipl. Pädagogin  
Diplomierte Kunsttherapeutin,  
Ausbildende Focusing Koordinatorin TIFI  
Focusing Orientierte Therapeutin FOT-FOAT  
[www.artsfocusing.com](http://www.artsfocusing.com)