



Im Rahmen der bundesweiten **Woche der Seelischen Gesundheit** richtete die Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft Treptow-Köpenick (PSAG-TK) im Herbst 2025 ihren **Fachtag „Kreative Impulse für die Seele – Kunst, Kultur und psychische Gesundheit“** im Rathaus Treptow aus.

Das Motto der diesjährigen Woche lautete: **Lass Zuversicht wachsen – psychisch stark in die Zukunft!** Im Fokus des Fachtags standen die Kunst- und Kulturangebote des Bezirks Treptow-Köpenick und der gemeinsame Austausch darüber, wie diese Angebote die seelische Gesundheit stärken und gesellschaftliche Teilhabe ermöglichen können. Das hohe Interesse wurde auch in der Teilnahme sichtbar: Etwa 80 Menschen waren vor Ort.



Fachkräfte, Künstler:innen, Menschen mit psychischen Erkrankungen und Interessierte waren eingeladen, miteinander ins Gespräch zu kommen, Impulse zu teilen und selbst kreativ zu werden.

Neben der Vorstellung des Vereins KulturLeben Berlin wurde der Fachtag durch einen Impulsvortrag, Praxisbeispielen auf dem Markt der Möglichkeiten mit Kunst- und Kulturangeboten aus dem Bezirk, vier interaktiven Workshops (Kreatives Schreiben, Kunsttherapie, Siebdruck, Theater) und einer Abschlussdiskussion zum Mehrwert von Kunst für die psychische Gesundheit, gestaltet und abgerundet.

Der Fachtag zeigte: Kunst und Kultur berühren, bewegen und verbinden – sie öffnen Räume, in denen Menschen sich ausdrücken, begegnen und neue Perspektiven entdecken können.

## Impulsvortrag

Für den Einstieg in den Tag und das Thema haben wir **Frau Fritz** von der Katholischen Hochschule für Sozialwesen Berlin (KHSB) gewinnen können, die ein **Impulsvortrag** zum „**Zusammenhang von Kunst und Kultur und seelischer Gesundheit**“ gab. Anbei die wichtigsten Impulse zusammengefasst von Frau Fritz (Kunst- und Gestaltungstherapeutin DAGTP e.V. und Ergotherapeutin):

### DER ANFANG:

Das Wort Kreativität leitet sich vom lateinischen *creare* ab: die Schöpfung. Dieser schöpferische Akt setzt einen Lebensfluss in Gange. Er wirkt in der kollektiven Menschheitsgeschichte fortwährend weiter. Grundbedingung des Wachstums der Lebensenergie ist die Annahme des Menschen in einem Beziehungsraum. Ein Kind beginnt mit ca. 13 Monaten seine Körperbewegung zufällig und staunend auszudrücken: kritzeln, tupfend, stoßend. Dieser Prozess ist der Beginn einer zeichnerischen Entwicklung. Er ist der Anfang, an dem der Mensch das Bild u.a. als Spiegel seiner Selbst erkennt und sich im Folgenden schöpferisch erlebt.

Die WHO definiert psychische Gesundheit als ein Zustand des Wohlbefindens, in dem einer Person ihre Fähigkeiten ausschöpfen, normale Lebensbelastungen bewältigen, produktiv arbeiten und einen Beitrag zur Gemeinschaft leisten kann.

### Wichtige Bestandteile psychischer Gesundheit sind:

1. Wohlbefinden und Zufriedenheit
2. Umgang mit Belastungen
3. Leistungsfähigkeit
4. Soziale Interaktion
5. Selbstwahrnehmung und Kontrolle
6. Sinnhaftigkeit

Zitat von Rose Ehrmann: „Psychische Gesundheit ist bei uns allen ja kein stabiles Konstrukt, wir haben alle Krisen und Herausforderungen zu bewältigen.“

### KULTUR UND KUNST

Bedeutung KULTUR: die Gesamtheit der geistigen, künstlerischen und gestaltenden Leistungen einer Gemeinschaft als Ausdruck menschlicher Entwicklung.



Das Wort KUNST stammt aus dem mittelhochdeutsch= Wissen(-schaft), auch Fertigkeit, - zu können. Nationale Identität wächst vor allem aus dem Kulturerleben eines Landes. In der Kunstwelt des der ersten Hälfte des Jahrhunderts erlebten wir die Erweiterung des Kunstbegriffs. Der therapeutische Diskurs mit der Kunst hat im 20. Jahrhundert starken Auftrieb erfahren. Die Polarisierung von Gesundheit und Krankheit, auf Grundlage der Nazi-Propaganda der „entarteten Kunst“, ist in den fortschrittlichen psychiatrischen Theorien der Kunst verschwunden. Eugen und Manfred Bleuler haben mit der Formel „Gesunden im Schizophren“ und vom „Schizophren im Gesunden“ die Berührungsangst vor psychischen Erkrankungen abgebaut. Kunst ist das schöpferische Gestalten mit - verschiedenen Materialien - der Sprache - des Körpers - den Bildern in Auseinandersetzung mit sich, den

Mitmenschen, der Natur und der Welt. Sie fördert Kommunikation auf vielen Ebenen und löst Gefühle aus. Sie ist eine Art nonverbale Kommunikation. Es gibt u.a. die Bildende Kunst, die Darstellende Kunst, die Literarische Kunst, die Moderne Medienkunst. Zitat Pablo Picasso: „Kunst wäscht den Staub des Alltags von der Seele“

## KUNST UND MEDIZIN

Obwohl beide Bereiche als getrennt wahrgenommen wurden, waren sie in der Medizingeschichte traditionell eng verbunden. Der Ausdruck „Heilkunst“ nimmt es auf. In der Antike war der Gott Apollon für beides zuständig: als Gott der Künste und der Heilung. Mittlerweile zeigen wissenschaftliche Studien einen Nutzen von künstlerischen Therapien. Zudem kann Kunst in verschiedenen Lebensbereichen und Berufen als Ressource helfen, nicht zu erkranken oder mit gesundheitlichen Problemen besser umzugehen. Zitat Prof. Monika Grüters, ehem. Beauftragte der Bundesregierung für Kultur und Medien: „...das Wissen um die Bedeutung der Kultur..., um das Zulassen eines unbedingten Ausdruckwillens, das alles kann ein wichtiger Antrieb sein. ...Kunst als Ausdruck eines menschlichen Grundbedürfnisses, kann im Großen wie auch im Kleinen heilend wirken.“

## WO STEHEN WIR?

Oft herrscht Sprachlosigkeit, wenn es darum geht, Trauer, Angst, Traumata oder Lebenskrisen zu bewältigen. Durch die Kunst und die Kunsttherapie öffnet sich ein Raum. In diesem können Gedanken und Gefühle, die noch keine Worte finden, sichtbar und bearbeitbar werden. Die Kunsttherapie ist in allen psychosozialen Feldern gefragt und angekommen, z.B.: in der Entwicklungsförderung - in der stationären und ambulanten Erwachsenen- und Jugendhilfe; in der Alters- Hospiz- und Palliativmedizin; in Kliniken und in der Arbeit mit Migrant\*innen. Es erfordert eine hohe Qualifikation, ein Gefühl für die Problematiken der Betroffenen zu haben, damit Ressourcen und resiliente Kräfte gezielt gefördert werden können. Durch die Räume, in denen durchs Tun Bildern und Gestaltungen entstehen, kann sich die heilsame Wirkkraft der Kunsttherapie entfalten. Es kann u.a. Zugehörigkeit, Geborgenheit, Bindung, Gefühlsdifferenzierung und Strukturierung entstehen.

Zitat Oscar Wilde: „Das ist eines der Geheimnisse des Lebens: Die Seele durch die Sinne zu heilen und die Sinne durch die Seele“.



## KulturLeben Berlin e. V.

Im Anschluss berichtete **Maximilien da Cruz** von **KulturLeben Berlin - Schlüssel zur Kultur e.V.** Hierzu geht er auf seine eigenen Erfahrungen ein, in einer fremden Stadt anzukommen und nur wenige Mittel zu Verfügung zu haben um am kulturellen Leben teilzuhaben. Der Verein KulturLeben Berlin ermöglicht Menschen mit geringem Einkommen den kostenlosen Besuch kultureller Veranstaltungen wie Theater, Konzerten, Sportevents oder Museen. Dafür ist eine Anmeldung mit einem gültigen Einkommensnachweis (unter 1.200 € netto im Monat) erforderlich. Durch die Unterstützung von 600 Kulturpartnern können Tickets bereitgestellt werden, sodass jede\*r die kulturelle Vielfalt der Stadt genießen kann. Nach Ihrer Ansicht sollte jede\*r Kunst genießen! Weitere Infos finden Sie auch auf der Webseite [KulturLeben Berlin – Schlüssel zur Kultur e.V. – Deutsch – KulturLeben Berlin – Schlüssel zur Kultur e.V.](http://KulturLeben Berlin – Schlüssel zur Kultur e.V. – Deutsch – KulturLeben Berlin – Schlüssel zur Kultur e.V.)

**Kontakt:** KulturLeben Berlin – Schlüssel zur Kultur e. V.

**Telefon:** (030) 235 90 690 am Mo, Di, Mi und Fr von 10 – 16 Uhr sowie Do von 15 – 18 Uhr

**Per Mail:** [info@kulturleben-berlin.de](mailto:info@kulturleben-berlin.de)



## Markt der Möglichkeiten

Nach den einführenden Beiträgen in den Tag, folgte der **Markt der Möglichkeiten**.



Dieser bot den Teilnehmenden einen lebendigen Einblick in die Vielfalt an Kunst- und Kulturangeboten der unterschiedlicher Träger im Bezirk Treptow-Köpenick. Ziel war es, einen Raum für Begegnung, Austausch und Vernetzung zu schaffen – sowohl zwischen Fachkräften der psychosozialen Arbeit als auch zwischen Interessierten und Menschen mit eigener Erfahrung.

An verschiedenen Ständen präsentierten sich Einrichtungen und Projekte mit ihren künstlerischen und kulturellen Angeboten, informierten über Angebote wie Kreativgruppen, Kunst- und Musikprojekte sowie kunsttherapeutische Formate und kamen direkt mit den Besucher:innen ins Gespräch. Besonders wertvoll war die Möglichkeit für leistungsberechtigte Künstler:innen, eigene Bilder, Texte oder handwerkliche Arbeiten zu zeigen, wodurch ihre Ausdruckskraft, Vielfalt und ihr gestalterisches Können sichtbar wurden – viele Teilnehmende empfanden diese Begegnungen als besonders wertschätzend und inspirierend.



Der Markt der Möglichkeiten eröffnete damit nicht nur Einblicke und Zugänge in die vielfältigen Kunst- und Kulturangebote der Träger im Bezirk, sondern war ein Ort der Begegnung und förderte die fachliche Vernetzung und den Dialog zwischen den Beteiligten. Er zeigte, wie Kunst Brücken bauen, Barrieren abbauen und neue Formen der Teilhabe eröffnen kann – für alle, die daran teilnahmen.

Zu den teilnehmenden Einrichtungen und Projekten zählten:

- Die [\*\*Beschäftigungstagesstätte für psychisch kranke, erwachsene Männer und Frauen\*\*](#) und
- Der [\*\*Zuverdienstbereich für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen\*\*](#)
- Der Kunstkurs der [\*\*Kontakt- und Beratungsstelle Treptow - ajb gmbh\*\*](#)
- [\*\*Beschäftigungstagesstätten – Unionhilfswerk\*\*](#) aus Treptow-Köpenick
- [\*\*Brückeladen\*\*](#) der GEBEWO
- [\*\*Unsere Arbeit – team navi\*\*](#) und seine Angebote
- Das [\*\*SRH Beruflichen Trainingszentrum Wildau\*\*](#)
- [\*\*VIA Perspektiven - Betreutes Wohnen\*\*](#) und seine Angebote
- [\*\*Psychosozialer Verbund Treptow e.V.\*\*](#) mit den Angeboten im GlanzPunkt
- sowie die [\*\*Beschäftigungstagesstätte :: Märkisches Sozial- und Bildungswerk e.V.\*\*](#)



Während des Markts der Möglichkeiten und in der anschließenden Pause wurden wir auch in diesem Jahr wieder vom Café Grenzenlos des PSV Treptow e.V. mit einem wunderbaren Catering verköstigt. Die liebevoll zubereiteten Speisen und die freundliche Begleitung des Teams sorgten für eine wohltuende Stärkung und trugen zu einer warmen, einladenden Atmosphäre des Fachtags bei.



## Workshops

Danach folgten die **Workshops**:

In den Workshops – ob Kunsttherapie, Siebdruck, Theater oder kreatives Schreiben – gelang es, Neues auszuprobieren, über den eigenen Schatten zu springen und sich gegenseitig aus neuen Perspektiven zu begegnen. Es entstanden Momente des Lernens, des Staunens und des gemeinsamen Wachsens.



## Kunsttherapie mit Xenia Miller und Anna-Maria Bauer

Der Kunsttherapie-Workshop basierte auf der Überzeugung, dass künstlerisches Gestalten wesentlich zur seelischen Gesundheit beitragen kann. Ziel war es, spontane Ausdrucksformen zu fördern, Kontrolle loszulassen und Verbindung innerhalb der Gruppe herzustellen. Im Mittelpunkt stand das zeichnerische Gestalten mit freien Linien, Farben und Flächen.

Die zentrale Methode war das Gruppenformat „Linienpuzzle“: Jede Person gestaltete auf einem leeren Blatt eine eigene Linie, die sich mit den Linien der anderen verband. Anschließend wurden die Blätter einzeln weitergestaltet und schließlich wieder zu einem großen Gesamtbild zusammengesetzt. Auf diese Weise wurde sichtbar, wie individuelle Ausdrucksformen sich zu einem gemeinsamen Ganzen verbinden.



Die Teilnehmenden beschrieben den Prozess als befreiend, verbindend und wertschätzend. Das gemeinsame Gestalten schuf eine Atmosphäre von Offenheit und gegenseitigem Vertrauen. Die Methode ermöglichte intuitive Zugänge zu inneren Bildern und förderte ein Gemeinschaftsgefühl, das über Worte allein schwer herzustellen ist.

Für die Workshopleitung zeigte sich erneut, wie kraftvoll kreative Prozesse in der psychosozialen Arbeit wirken können. Kunst eröffnet Menschen – unabhängig von Diagnose, Herkunft oder Sprache – einen Zugang zu Lebendigkeit, Ausdruck und Selbstwirksamkeit. Daher sollte sie in der psychosozialen Arbeit stärker verankert werden: als Brücke zwischen Innenwelt und Gemeinschaft.



## Kreatives Schreiben mit Gerald Stitz

Die Idee der Schreibwerkstatt ist es, kreatives Schreiben als Ausdrucksform zu entdecken, sich selbst im eigenen Text zu begegnen und Neues auszuprobieren. Durch vielfältige Schreibanregungen – vom Sammeln von Wörtern über Bild-Impulsen bis hin zu strukturierten Kurzformen – eröffnet kreatives Schreiben Wege, eigene Gedanken, Gefühle und innere Bilder sichtbar zu machen.

Im Workshop wurden zunächst Assoziationen zum Begriff „Kreativität“ gesammelt, aus denen im Anschluss ein „Elfchen“ entstand – ein kurzes Gedicht aus elf Wörtern. Danach entwickelten die

Teilnehmenden kurze Texte aus zufällig gezogenen Begriffen zu Ort, Zeit und Person. In allen Übungen lag der Fokus darauf, frei zu schreiben, ohne Bewertung und ohne den Anspruch, etwas „Perfektes“ zu schaffen.



Das Vorlesen der Texte erfolgte freiwillig und wurde von vielen als wertschätzend und verbindend erlebt. In länger bestehenden Gruppen wächst erfahrungsgemäß die Bereitschaft, sich auch mit sensibleren Inhalten zu zeigen und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Kreatives Schreiben eröffnet Möglichkeiten, die über andere therapeutische Kontexte hinausgehen: Man kann Abstand zur eigenen Lebenswirklichkeit gewinnen, indem man Geschichten erfindet, Rollen ausprobiert oder ein erzählendes Ich konstruiert. In der Gruppe entstehen dadurch Gespräche über Erfahrungen, Werte und gesellschaftliche Themen, die gleichzeitig persönlich und doch frei gestaltet sind.

Die Workshopleitung betont, dass kreatives Schreiben und Kunst allgemein Räume öffnen, die jenseits klassischer therapeutischer Interventionen liegen – Räume für Mut, Würde, Widerstand, Begegnung und Inklusion. Kreativität erweitert Horizonte und ermöglicht neue Perspektiven auf die Welt und auf sich selbst.



## Theater mit Daniel Kersten

Der Workshop entstand aus der Idee, theaterpädagogische Ansätze für Menschen im psychosozialen Bereich zugänglich zu machen und ihnen die Möglichkeit zu geben, sich selbst in einem neuen, geschützten Rahmen zu erleben. Ziel war es, den Teilnehmenden spielerische Erfahrungen von Selbstwirksamkeit, Mut und Verbundenheit zu ermöglichen – Qualitäten, die im Alltag oft zu kurz kommen.

Der Workshop war als klassisches theaterpädagogisches Grundlagenseminar gestaltet: Die Gruppe begann direkt mit Übungen für alle, die später in Partnerübungen übergingen und so erste Berührungsängste abbauen konnten. Die zentrale künstlerische Methode lautete: „**Vertraue dir selbst.**“ Durch das gemeinsame Spielen und Ausprobieren konnten die Teilnehmenden spüren, wie es ist, sich selbst und anderen offen zu begegnen, ohne Leistungsdruck und ohne Angst vor Konsequenzen.

Im Unterschied zu gesprächstherapeutischen Settings entsteht beim Theaterspiel ein unmittelbarer Zugang zu Gefühlen wie Freude, Verbundenheit und Wertschätzung. Viele Teilnehmende berichteten, wie befreiend es war, in einer neuen Rolle oder Situation zu agieren und dadurch neue Seiten an sich kennenzulernen.

Für die Workshopleitung zeigte der Tag, wie wertvoll es ist, über die Grenzen des eigenen Trägers hinauszuschauen und künstlerische Methoden in die psychosoziale Arbeit einzubinden. Spielen schafft Nähe, Vertrauen und Entlastung – etwas, das Erwachsene im Alltag selten erleben, obwohl es ihnen guttun würde. Die Leitung betont: „Ich habe noch keinen Theaterworkshop erlebt, in dem nicht gelacht wurde.“





## Siebdruck mit Eric Voigt

Der Siebdruck-Workshop entstand aus der Idee, eine kreative Methode anzubieten, die leicht zugänglich ist und schnell sichtbare Ergebnisse ermöglicht. Viele Menschen, die sich selbst nicht als kreativ oder künstlerisch begabt erleben, können über den Siebdruck positive Erfahrungen von Gestaltung und Selbstwirksamkeit sammeln. Die Verfügbarkeit des Equipments bei team navi, dem Arbeitgeber der Workshopleitung, machte es möglich, diese Technik im Rahmen des Fachtags einzusetzen.



Zu Beginn erhielten die Teilnehmenden eine kurze theoretische Einführung in den gesamten Siebdruckprozess – vom Beschichten und Belichten der Siebe bis zur praktischen Umsetzung. Anschließend standen zwei Motive in jeweils einer Farbe zur Auswahl, die auf bereitgestellte Stoffbeutel gedruckt werden konnten. Die Positionierung blieb frei wählbar; gedruckt wurde eigenständig mit Hilfe eines Rakels, begleitet von Anleitung und unterstützender Hilfestellung. So gelang allen ein klarer, sauberer Druck, der als persönliches Ergebnis mit nach Hause genommen werden konnte.

Kreative Tätigkeiten wie der Siebdruck eröffnen – besonders im psychosozialen Kontext – Zugänge, die über die verbale Kommunikation hinausgehen. Sie ermöglichen eine unmittelbare Auseinandersetzung mit sich selbst, mit Material, Technik und Gestaltung, und schaffen einen Raum für Ausdruck jenseits von Worten. Die Arbeit mit Farbe, Motiv und Form fördert Selbstwirksamkeit und unterstützt dabei, Identität zu stärken oder neu zu entdecken.

Kunst und Kultur wirken damit nicht nur als gestalterische Praxis, sondern auch als wertvolle Ressource in der psychosozialen Arbeit: Sie bieten Halt, schaffen Erfahrungen von Kompetenz und ermöglichen Menschen, sich in einem neuen Licht zu erleben.

## Abschlussdiskussion

Die Abschlussrunde mit allen Teilnehmenden fand in Form einer offenen Podiumsdiskussion in einem großen Stuhlkreis zum **Thema *Teilhabe leben – Erfahrungen & Perspektiven „Was ist der Wert von Kunst und Kultur für die Psyche?“*** zusammen. In dieser gemeinsamen Runde hatten alle Anwesenden die Möglichkeit, ihre eigenen Erfahrungen, Sichtweisen und gewonnenen Eindrücke zum Thema und zum Tag zu teilen und einzubringen.

Deutlich wurde, wie bedeutsam kreative Ausdrucksformen für das eigene seelische Wohlbefinden sind – als Möglichkeit, Gefühle auszudrücken, zu verarbeiten und zu kommunizieren. Viele Teilnehmende beschrieben Kunst als einen Raum, in dem positive Selbstwirksamkeit erfahrbar wird und neue Formen des Kontakts zu sich selbst und zu anderen entstehen.

Ein zentrales Anliegen, das sich in der Diskussion herauskristallisierte, war der Wunsch nach mehr Transparenz, Sichtbarkeit und Vernetzung der kulturellen und psychosozialen Angebote im Bezirk.

Besonders berührend war der Beitrag einer Teilnehmerin, die selbst Nutzerin verschiedener Angebote ist. Sie richtete sich an die Fachkräfte mit den Worten:

*„Ihr seid besonders wichtig – nur wenn es euch gut geht, könnt ihr gesund bleiben und gute Arbeit leisten.“*

Dieser Satz fasste die Atmosphäre des Tages auf eindrückliche Weise zusammen: gegenseitige Wertschätzung, Verbundenheit und die Erkenntnis, dass seelische Gesundheit ein gemeinsames Anliegen ist – getragen von vielen Perspektiven, Erfahrungen und Menschen.

**Teilhabe an Kunst ist Teilhabe am Leben.**

**Gemeinsam können wir diese Räume erweitern, gestalten und zugänglich machen – für alle.**

**Herzlichen Dank für Interesse!**

**Ihre PSAG Treptow-Köpenick**

**Save the date: 15.04.2026 und 15.10. 2026**