



VINCERA
Kliniken

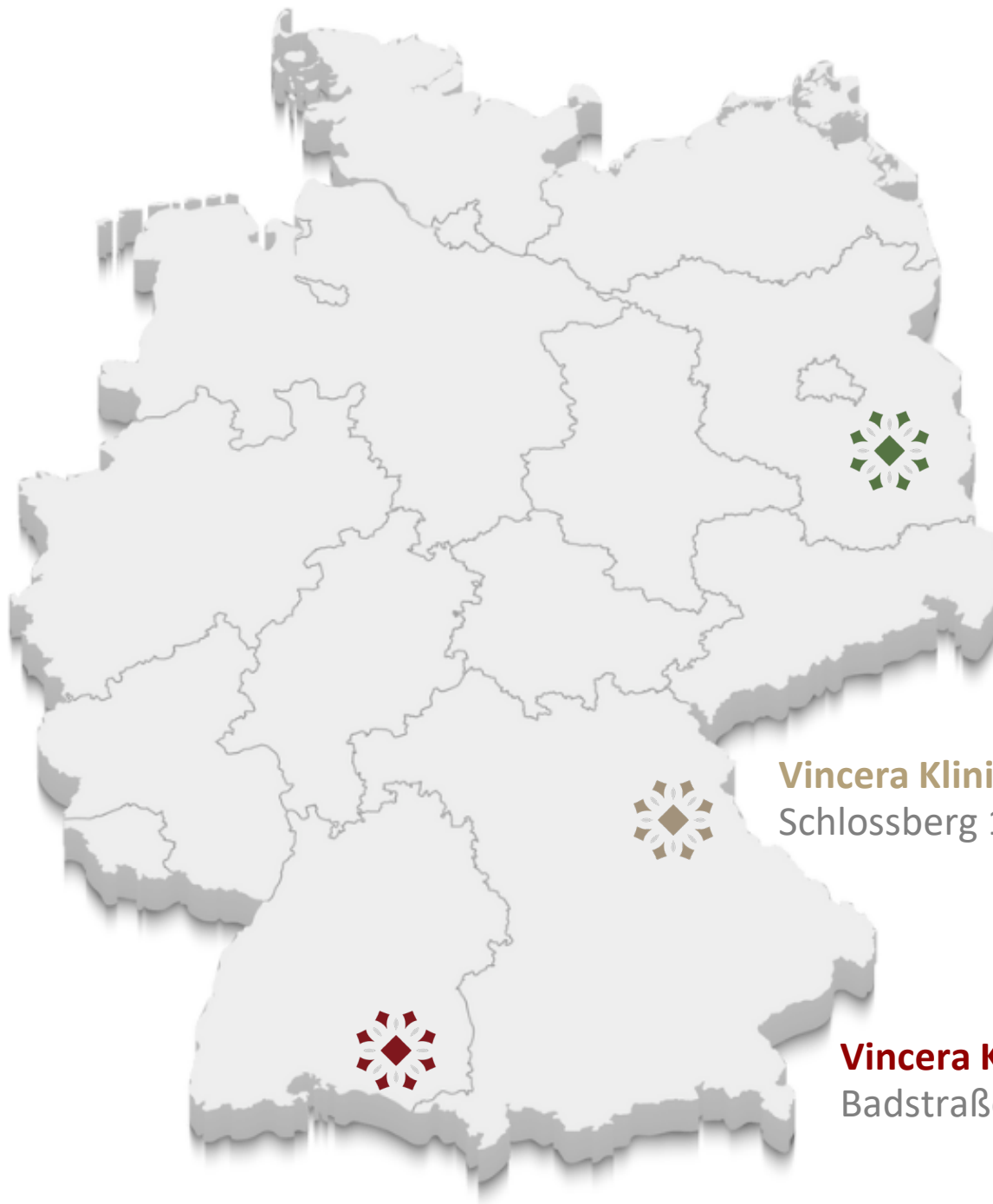


Break & Brain
Online-Fortbildung

Resonanzräume - Körper, Emotionen & kreativtherapeutische Ansätze in der psychosomatischen Therapie

Frau Dr. med. Fiedler, Ärztliche Direktorin & Chefärztin
Frau Benndorf, Kunsttherapeutin
Frau Köhler, Musiktherapeutin
Frau Winter, Yoga-Therapeutin

Mittwoch, 13.05.2026



Vincera Klinik Spreewald GmbH
Van der Valk Allee 2 | 15910 Bersteland

Vincera Klinik Burg Wernberg GmbH
Schlossberg 10 | 92533 Wernberg Köblitz

Vincera Klinik Bad Waldsee GmbH
Badstraße 28 | 88339 Bad Waldsee

UNSERE CHEFÄRZTE



 **Dr. med. Lisa Fiedler**
Chefärztin & Ärztliche Direktorin
der Vincera Klinik Burg Wernberg



 **Dr. med. Eberhard Böhme**
Chefarzt & Ärztlicher Direktor
der Vincera Klinik Spreewald



 **Prof. Dr. med. Kamila Jauch-Chara**
Chefärztin & Ärztliche Direktorin
der Vincera Klinik Bad Waldsee

RESONANZRÄUME – KÖRPER, EMOTIONEN UND KREATIVTHERAPEUTISCHE ANSÄTZE IN DER PSYCHOSOMATISCHEN THERAPIE

- Einführung in die Thematik
- Resonanzräume in der Kunsttherapie
- Resonanz in der Musiktherapie
- Resonanz in der Körpererfahrung:
Yoga und andere somatische Übungen

UNSERE HEUTIGEN REFERENTINNEN



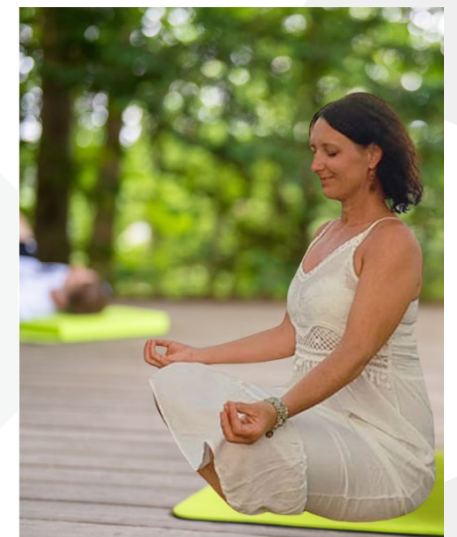
Dr. med. Lisa Fiedler
Chefärztin & Ärztliche Direktorin
Vincera Klinik Burg Wernberg



Sandra Köhler
Musiktherapeutin
Vincera Klinik Burg Wernberg



Mandy Benndorf
Kunsttherapeutin
Vincera Klinik Burg Wernberg



Stephanie Winter
Yoga-Therapeutin
Vincera Klinik Burg Wernberg

25
07
26

*Psychosomatisches Fachseminar:
Resonanzräume*

SAVE THE DATE
„Resonanzräume“
Burg Wernberg
CME-Punkte werden beantragt

EINFÜHRUNG IN DIE THEMATIK

- In welchem Rahmen, in welcher Beziehung und mit welchen Mitteln können Menschen sich in der Therapie entwickeln, entfalten, Probleme bewältigen und eigene Stärken (wieder) aufblühen lassen?
- → **Resonanzraum, den Therapeuten und Patienten gestalten**





EINFÜHRUNG IN DIE THEMATIK

Resonanz in der Physik

- Lateinisch resonare „widerhallen“
- In der Physik ist Resonanz das verstärkte Mitschwingen eines schwingfähigen Systems, wenn es von außen mit seiner Eigenfrequenz angeregt wird

EINFÜHRUNG IN DIE THEMATIK

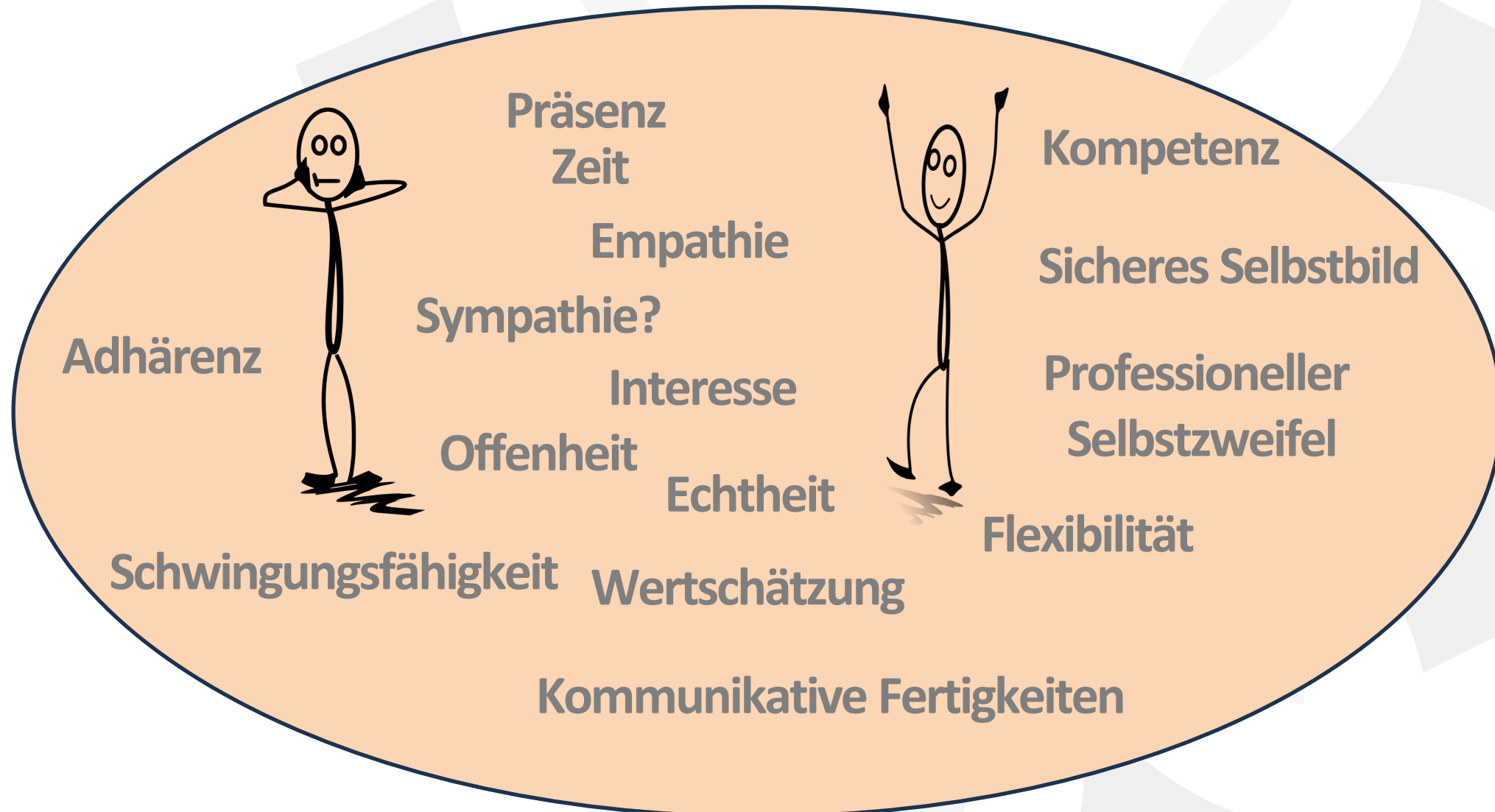
Die therapeutische Beziehung

- Mit dem Begriff der Resonanz versucht der Jenaer Soziologieprofessor Hartmut Rosa, gesellschaftliche Phänomene aus einem grundlegenden menschlichen Streben nach „resonanten“ Beziehungen zu erklären.
- Resonanz bezeichnet in der Psychotherapie ein Phänomen, bei dem zwei Systeme aufeinander reagieren und sich gegenseitig beeinflussen, insbesondere auf emotionaler Ebene. Sie zeigt sich darin, dass sich Patient*innen verstanden, gehört und akzeptiert fühlen (oft auch ohne Worte).

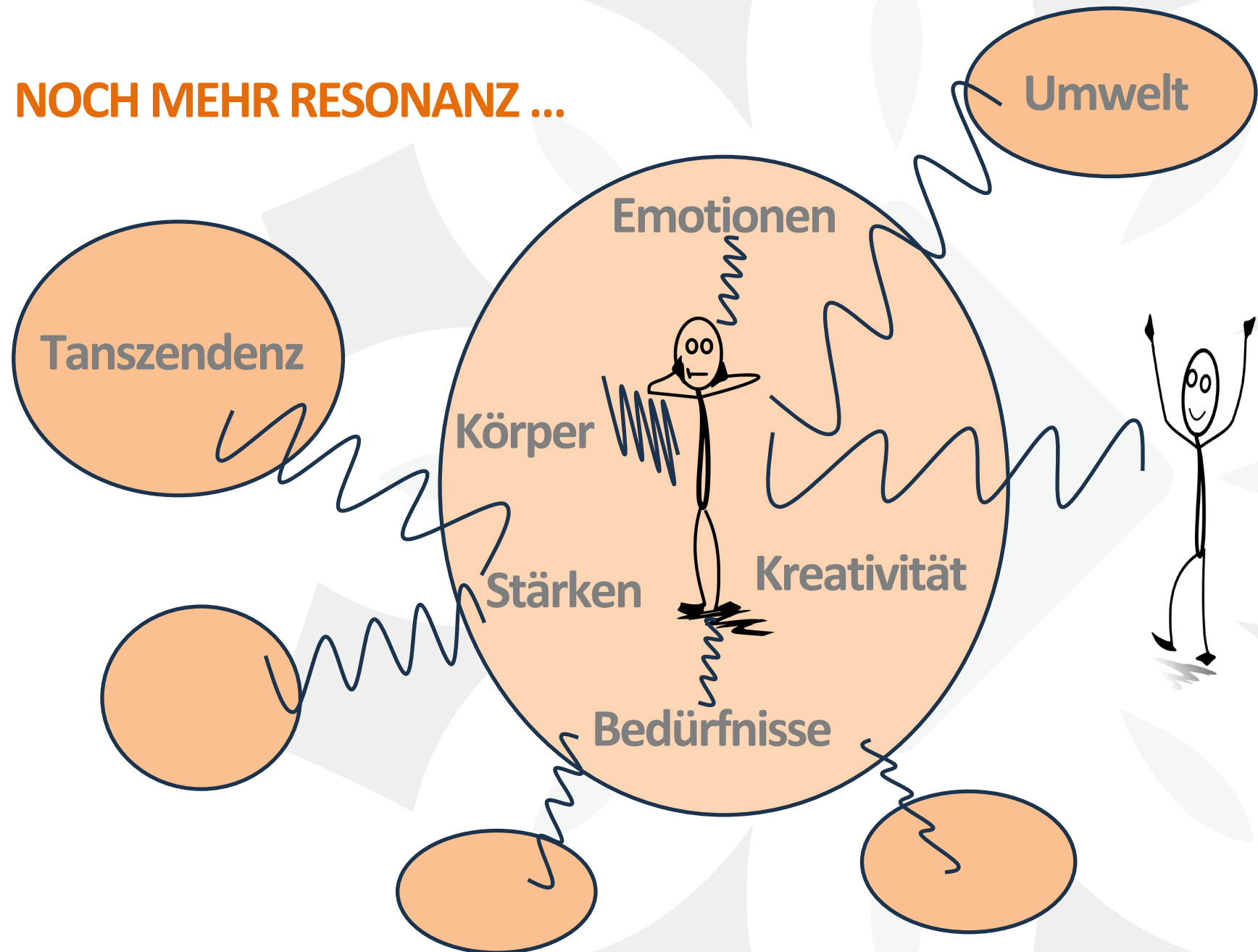


„Ich glaube daran, dass das größte Geschenk, das ich von jemandem empfangen kann, ist, gesehen, gehört, verstanden und berührt zu werden. Das größte Geschenk, das ich geben kann, ist, den anderen zu sehen, zu hören, zu verstehen und zu berühren. Wenn dies geschieht, entsteht Beziehung“ (Virginia Satir)

RESONANZRÄUME IN DER THERAPEUTISCHEN BEZIEHUNG



NOCH MEHR RESONANZ ...



RESONANZRÄUME

- Nicht jeder Therapeut und nicht jeder Patient fühlt sich von vornherein auf allen Ebenen gleich gut zuhause und „resonanzbereit“
- Ziel ist es, Patienten möglichst bei ihren Ausdrucksmöglichkeiten abholen zu können.



RESONANZRÄUME IN DER KUNSTTHERAPIE



RESONANZRÄUME IN DER KUNSTTHERAPIE

- Der Begriff Resonanzraum beschreibt in der Kunsttherapie einen Raum, in dem inneres Erleben in Beziehung treten kann – mit dem Bild, mit Materialien, der therapeutischen Begleitung und mit dem eigenen Selbst. Es ist ein Raum, in dem etwas „anklingt“, berührt wird und Antwort finden darf.
- Beim Gestalten bringt ein Patient Gefühle, Erinnerungen, Konflikte und Wünsche oft nonverbal zum Ausdruck.
- Farben, Formen, Strukturen oder Symbole können dabei etwas sichtbar machen, das zuvor schwer greifbar war.
- Das entstehende Bild wirkt dann wie ein Gegenüber: Es spiegelt, zeigt neue Perspektiven und kann Emotionen auslösen. Zwischen Patient und Werk entsteht Resonanz.

RESONANZRÄUME IN DER KUNSTTHERAPIE



- In der Reflektion des Bildes erkannte der Patient, dass trotz der momentanen „dunklen Episode“ viel Licht im Hintergrund zu finden ist und auch das Selbst ist eine „Lichtgestalt“.
- Der Satz „*Ich sehe es wohl oft dunkler als es tatsächlich ist*“ ist bezeichnend für die Möglichkeit, den Blickwinkel durch ein Bild wechseln zu können.



RESONANZRÄUME IN DER KUNSTTHERAPIE

- Bei dieser kunsttherapeutischen Übung ging es um das Thema Wandlung.
- In der Reflektion dieses Bildes erkannte die Patientin, dass ein großer Wunsch nach „Sortierung“ vorliegen muss.
- Die Patientin befand sich zu diesem Zeitpunkt in ungeklärter Beziehung, sowie vor der Veränderung ihres Arbeitsplatzes.

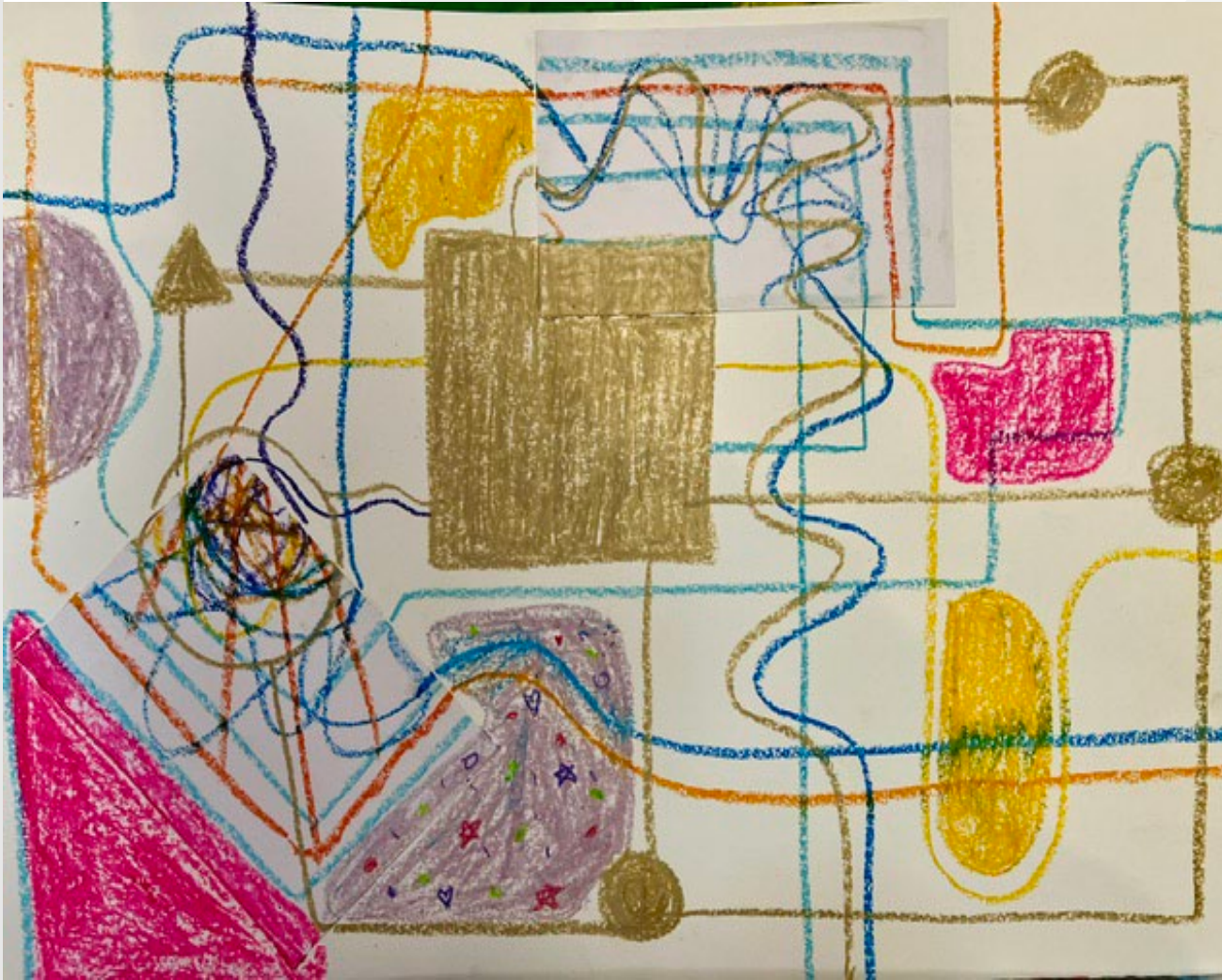
RESONANZRÄUME IN DER KUNSTTHERAPIE

Auch die Materialien selbst können Resonanzräume eröffnen. Ton, Farbe, Papier, Holz oder Kreide sprechen unterschiedliche Sinne an. Manche Materialien laden zu Kontrolle ein, andere zu Freiheit, wiederum andere zum Experimentieren oder Loslassen. Die Reaktion auf das Material kann Hinweise auf innere Themen geben.



- **Beispiel: Experimentieren**
Die Aquarellkreide lässt es zu, mit der zuerst festen Farbe und dem anschließenden Verwässern zu experimentieren. Diese Technik ist für Patienten geeignet, die im Veränderungsprozess am Anfang stehen und noch nicht völlig losgelöst von Erwartungshaltung arbeiten können.

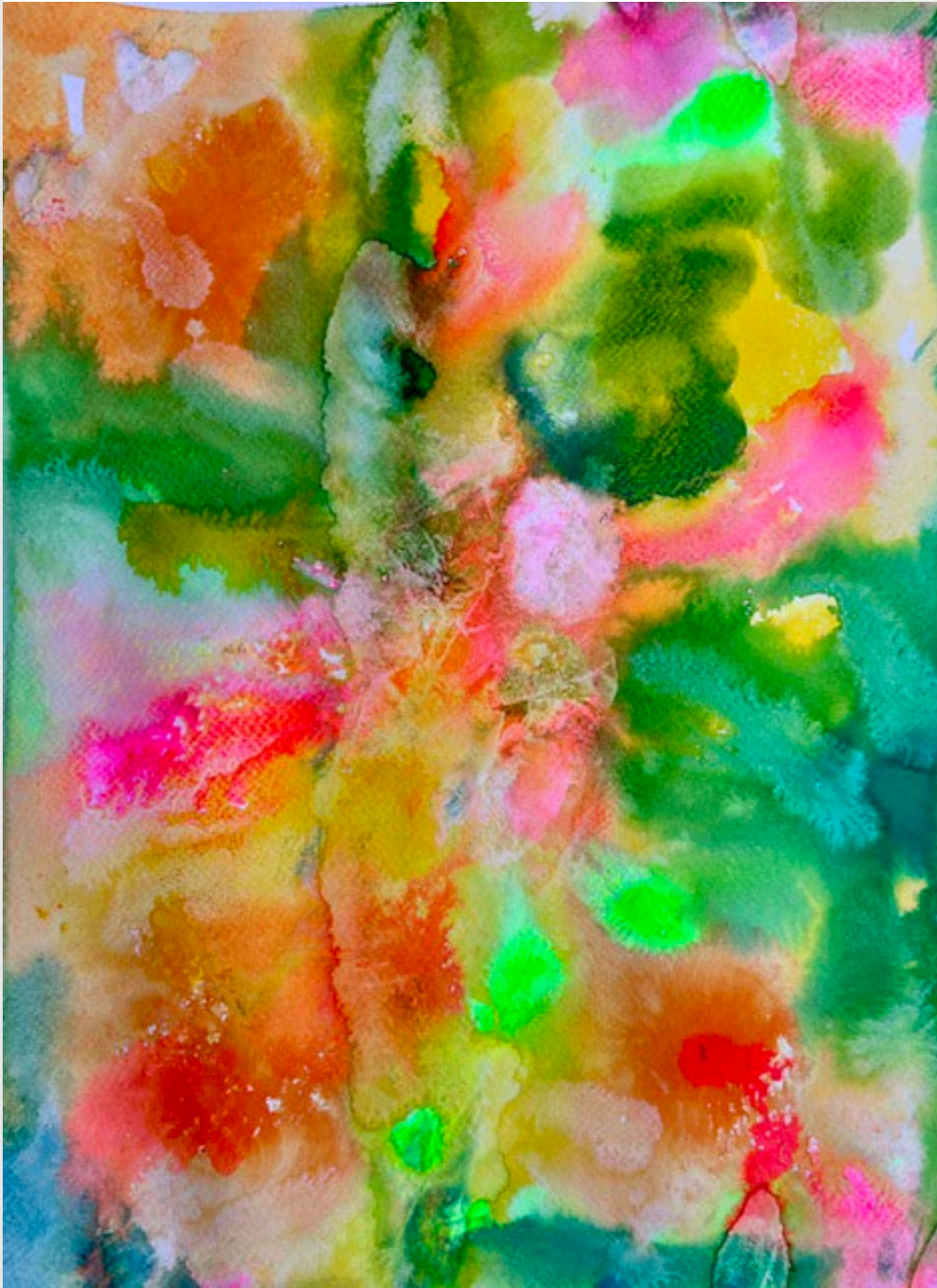
RESONANZRÄUME IN DER KUNSTTHERAPIE



Beispiel: Kontrolle

Teil der Aufgabe war es, mit dem Thema „Kontrollverlust“ ein Din A4 Papier mit Ölkreide zu gestalten. Dieses wurde dann in vier Teile zerschnitten. Zwei Teile, die der Patient besonders gut fand, wurden auf ein größeres Blatt geklebt. Anschließend wurden diese miteinander verbunden.

- Hierbei erkannte die Patientin, dass auch nicht kontrollierbare Anteile etwas interessantes bereithalten. Der Resonanzraum für mehr „Zufall“ im Leben wurde zugelassen und geöffnet.



RESONANZRÄUME IN DER KUNSTTHERAPIE

Beispiel: Loslassen

Diese Patientin kam mit dem Thema Kontrollverlust. Sätze: „Ich bin nicht mehr Herr meiner Gedanken.“ oder „Mein Körper macht nicht mehr mit“ sind vorherrschend. Die Patientin hat Angst, die Kontrolle komplett zu verlieren.

- Durch die Übung, Tusche ohne Ziel und Vorstellung fließen zu lassen und achtsam zu beobachten, was entsteht, konnte die Patientin entspannen. Das Endergebnis hat ihr so gut gefallen, dass sie versucht hat, darin Figuren zu entdecken. Ein schönes Beispiel für den entstandenen Resonanzraum. Die Kontrolle wurde neu bewertet und ein Gefühl von Selbstwirksamkeit aufgebaut.

RESONANZRÄUME IN DER KUNSTTHERAPIE

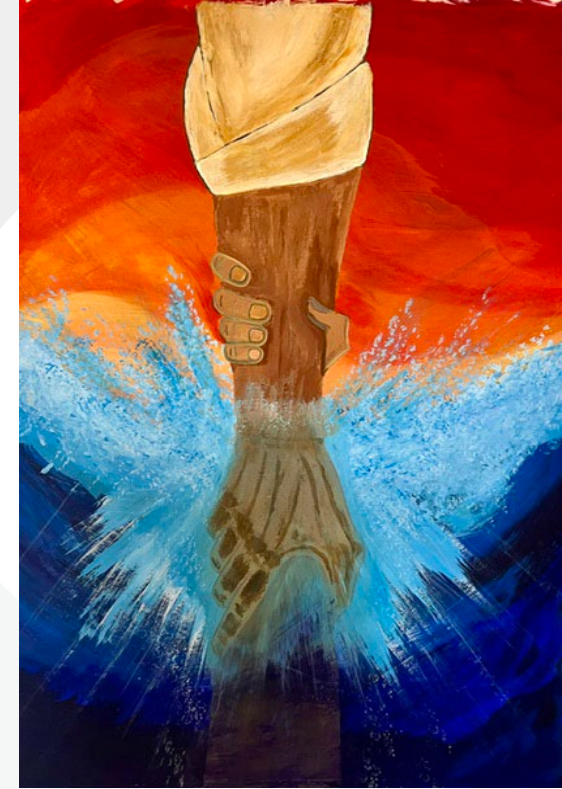
Beispiel: Freiheit

Dieser Patient wollte ein „schönes Bild“ malen, da er „mit dem anderen Mist“ nichts anfangen könne. Er wählte Acryl, was aufgrund seiner Eigenschaften immer wieder übermalbar ist.

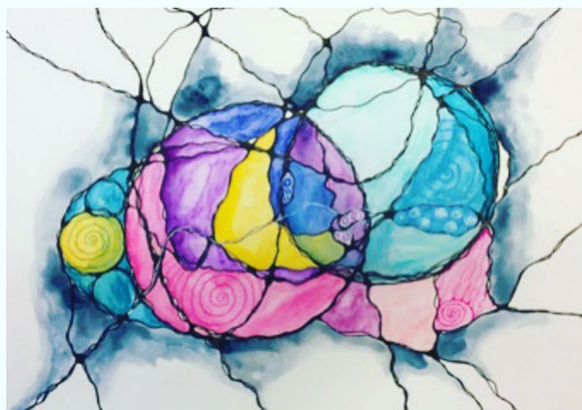
- Im Prozess kam er wieder und wieder an seine Grenzen. Er war unzufrieden, verbrachte Stunden außerhalb der Therapie damit, das Bild zu perfektionieren. Erst mit der Frage „Hängt ihr Wohlergehen von dieser Leistung ab?“ kam er darauf, den Prozess zu beenden.



- Beim nächsten Bild, welches er zum Thema Wasser gestaltete, malte er sich die Freiheit, in die naive Gestaltung einzutauchen. Mit dem Ergebnis, dass er voller Leichtigkeit in kurzer Zeit ein tolles Werk schaffen konnte.
- In der Reflektion konnte er annehmen, „gut genug zu sein“. Er erkannte, dass sein Perfektionismus zur Aufrechterhaltung seiner Identität dient (in dem ich leiste, bin ich wertvoll).



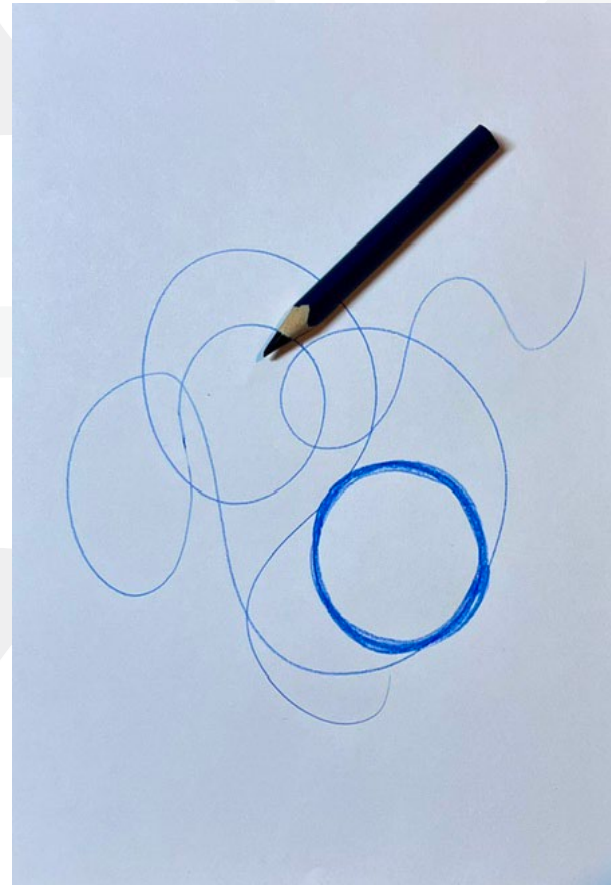
RESONANZRÄUME IN DER NEUROGRAPHIK



- Auch beim neuronalen Zeichnen entstehen verschiedene Resonanzräume. Unterbewusst findet der Patient Formen, die seine Ist-Situation widerspiegelt. Das Auge erkennt schnell, dass Formen störend wirken oder aber sich harmonisch einfügen.
- Dies wahrzunehmen und anschließend so zu verändern, dass der Patient Zufriedenheit empfindet, ermöglicht ihm, Selbstwirksamkeit wahrzunehmen.

RESONANZRÄUME

Praktische Übung

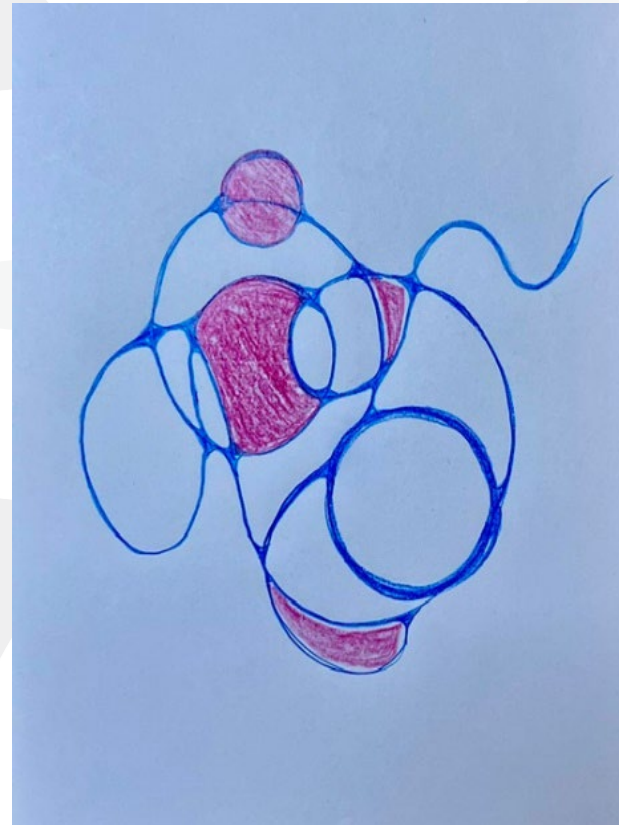
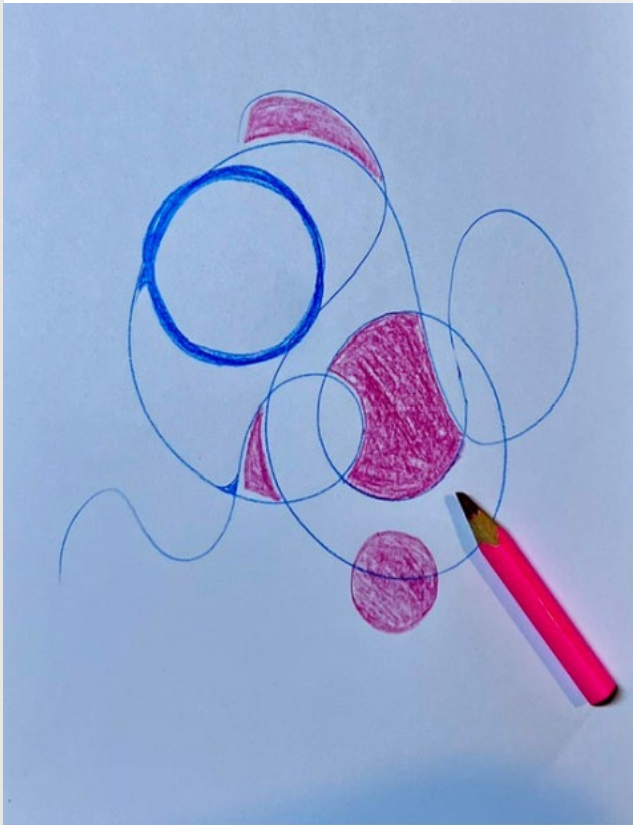


1. Impuls

- Schließe kurz die Augen und frage dich: “Was bewegt mich gerade?”
- Wähle intuitiv zwei unterschiedliche Farbstifte
- Ohne nachzudenken, setze mit der ersten Farbe spontane Linien, Formen oder Spuren auf das Papier.

RESONANZRÄUME

Praktische Übung



2. Resonanz wahrnehmen

Betrachte das Bild (1-2 min),
dabei frage Dich:

- Wo zieht es meinen Blick hin?
- Welche Stelle wirkt lebendig oder welche Form spiegelt deine Emotion?

3. Kontakt aufnehmen

- Nimm die zweite Farbe und reagiere auf das, was Du siehst.
- Ergänze, widerspreche, beruhige, verstärke oder verbinde

RESONANZRÄUME

Praktische Übung



Gefühlt habe ich

4. Kurzer Abschluss

Schreibe einen kurzen Satz und beginne mit:

- „Gefühlt habe ich...“

Diese Übung dient dem Dialog mit sich selbst, statt eine Leistung zu erbringen.

RESONANZRÄUME IN DER MUSIKTHERAPIE















RESONANZRÄUME IN DER MUSIKTHERAPIE: Stimme



RESONANZERFAHRUNG IN DER YOGA-THERAPIE



FAZIT & FEEDBACK



STAY CONNECTED

Vincera-Newsletter abonnieren



**Neues aus den Kliniken,
Wissenstransfer, Termine
und aktuelle Themen rund
um die „Psychische
Gesundheit“:**

Wir freuen uns auf den
monatlichen digitalen
Austausch und darauf, mit
Ihnen in Kontakt zu sein!

Anmeldung:

www.vincera-kliniken.de/zuweiserinfos/newsletter

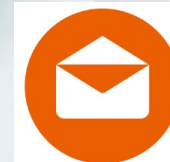


SAVE THE DATE B&B-Veranstaltungen



**Mittwoch, 10. Juni
2026, 18:00 Uhr**
„Wenn der Darm
verrückt spielt -
Therapie des
Reizdarmsyndroms“

Prof. Dr. med. Kamila
Jauch-Chara, Chefärztin,
Vincera Klinik Bad
Waldsee



Anmeldungen bitte per Mail:
anmelden@vincera-kliniken.de