

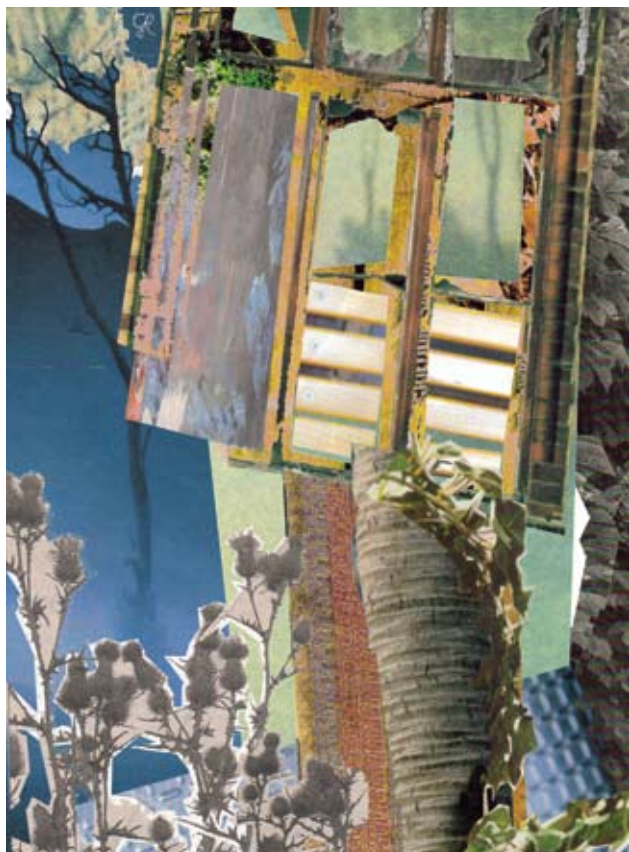
Gut für die Seele: Psychische Gesundheit und Kunst

Früher bedeutete Gesundheitsschutz, dass man Mitarbeitern die richtigen Arbeitshandschuhe und Schutzhelme zur Verfügung stellte. Heute müssen Unternehmen für Arbeitsstrukturen sorgen, in denen Mitarbeiter auch kreativ sein können. Denn motivierte Mitarbeiter sind die Grundlage für Innovation und Wettbewerbsfähigkeit. Um gute Arbeit zu leisten und Stress positiv zu verarbeiten, ist die seelische Gesundheit eine der wichtigsten Vorbedingungen. Bea Gellhorn und Christine Richter

Spielräume sind Denkräume

Kunst in Unternehmen bietet Oasen zur Entspannung und Inspiration, schafft eine kreative und angenehme Arbeitsatmosphäre. Die Auseinandersetzung mit Kunst fördert kreatives Denken und neue Ideen. Unternehmen und Mitarbeiter brauchen solche „Spielräume“ sowie eine Büroatmosphäre des Wohlfühlens.

Zunächst bringt die Kunst in Unternehmen ganz profan Farbe ins Arbeitsleben. Sie schafft ein motivierendes, inspirierendes und individuelles „Klima“ und fördert Identität, Unverwechselbarkeit und Identifikation.



„Uns fehlte etwas“

Aussage eines BKK Mitarbeiters in Berlin: „Wir hatten über ein Jahr keine Kunst an den Wänden. Nachdem die erste Ausstellung abgehängt wurde und eine Woche keine Bilder an den Wänden waren, fehlte uns richtig etwas. Schön, dass jetzt bald wieder neue Bilder hängen.“ Mit „Insider Art“, also der Kunst von Menschen mit Handicaps, findet eine erweiterte Auseinandersetzung mit Kunst statt. Denn die Beschäftigung mit den Biographien der Künstlerinnen und Künstler und ihren Handicaps fördert Verständnis für Menschen in anderen und schwierigeren Lebenssituationen, aber auch ein Bewusstsein für die eigene Gesundheit.

Kunst wirkt präventiv

Gerade in Hinblick auf die häufigsten Ursachen psychischer Erkrankungen wie Überforderung, Burn-out oder Mobbing hilft der Umgang mit Kunst Probleme zu versprachlichen. Denn mit dem Sprechen über Kunst lernt man über eigene Gefühle und Eindrücke zu reden. Vor allem der Umgang mit „Insider Art“ ermuntert Menschen, dass Imperfektionismus zum Leben gehört, auch zum eigenen. Frühzeitiges Erkennen und Aufdecken von Problemen kann langfristigen Erkrankungen entgegenwirken. Begleitend zur Kunst an den Wänden ist die Kunstvermittlung in Unternehmen ein wichtiges und ergänzendes Lernfeld für die Mitarbeiter und Führungskräfte, denn sie schult nachweislich folgende soziale Fähigkeiten:

- Formulierung von Fragen (richtige Fragen sind der Schlüssel zu den richtigen Antworten);
- Offenheit, sich auf Unbekanntes einzulassen;
- Standpunkt wechseln;
- komplexe Zusammenhänge entdecken;
- Grenzen und Ängste erkennen;
- verbesserte Kommunikations- und Kritikfähigkeit;
- alte Denkmuster aufgeben und
- Haltungen verändern (durch neue Wahrnehmung und neues Denken).

Steigerung der Lebensqualität und der Lebensfreude

Die Künstler selbst ermutigt die kreative Arbeit zum authentischen Ausdruck, fördert ihr Selbstwertgefühl und die Lebensfreude und dient damit der positiven Persönlichkeitsentwicklung sowie ihrer psychischen Stabilität.

Dazu einige Zitate von Künstlerinnen und Künstlern der Online-Galerie für „Insider Art“, mit der der BKK Bundesverband seit Sommer 2010 kooperiert. Auf der Internetplattform www.insiderart.de stellen mehr als 170 Künstlerinnen und Künstler mit jeder Art von Handicap ihre Werke aus und finden erstmals, vor allem kostenfrei, einen Ort, an dem sie sich präsentieren, sich vernetzen und austauschen können, wo sie willkommen sind und von einer breiten kunstinteressierten Öffentlichkeit wahrgenommen werden.

Neues Ausstellungskonzept: Verantwortlich und kreativ

Mit wechselnden Ausstellungen von Künstlerinnen und Künstlern mit Handicap in den Räumen des BKK Bundesverbandes in Berlin-Mitte engagiert sich der BKK Verband nicht nur gesellschaftlich, sondern investiert auch in die eigene Unternehmenskultur, schafft Kommunikationsplattformen mit Kunden und Gästen und – ganz nebenbei – eine positive und inspirierende Arbeitsatmosphäre. Damit möchte das Unternehmen Impulse für Kreativität geben.

■ **Bea Gellhorn, Geschäftsführerin,**
Online-Galerie für Insider Art
Kontakt: gellhorn@insiderart.de

■ **Christine Richter, Pressesprecherin,**
BKK Bundesverband, Berlin
Kontakt: RichterC@bkk-bv.de



Auf der Homepage des BKK Bundesverbandes werden unter www.bkk.de/insiderart die jeweils in Berlin ausstellenden Künstler mit Kurzbiographie und Werkbeispielen vorgestellt:

„Kunst fängt da an, wo Sprechen aufhört. Sie drückt aus und erzählt, wo die Sprache bereits aufgegeben hat.“ Tatjana Calaki

„Es ist eine Meditation, wenn man malt. Man weiß nie, wo einen der Pinsel hinträgt. Gut für die Seele.“ Juliana Götze

„Kunst ist meine Sprache, da ich meine chaotischen Gefühle erklären kann. Kunst ist ein Fenster, wo ich meine Alpträume den Menschen zeigen kann. Kunst ist mein Blut, das ich beim Zeichnen als Tinte nutze. Aber Wichtigstes: Kunst ist ein Rettungsring, in dem mir meine Symptome zeigen, dass das Leben schön ist.“ Kamil Ilze