

# «Der Körper reagiert auf das, was die Seele bewegt»

24. November 2022



Silvana Müller, 44 Jahre, wohnt in Hombrechtikon

Silvana Müller ist Mal- und Kunsttherapeutin und verhilft Menschen zu mehr Lebensqualität. Seit Anfang 2022 befindet sich ihr Atelier in der Stiftung Ancora-Meilestei in Wetzikon, wo sie zudem das Café SAM leitet.

Ursprünglich hat Silvana Müller Verkäuferin gelernt. Ihre Berufung fand die 44-Jährige später als Mal- und Kunsttherapeutin. «In der Ausbildung reflektierte ich mein eigenes Leben und konnte vieles aufarbeiten», erzählt sie rückblickend. Bei einer Uneinigkeit hätten ihre Eltern früher wochenlang nicht mehr miteinander geredet. Das belastete sie als Kind. Während ihres Praktikums auf einem Pferdehof fand sie als Jugendliche zu einem persönlichen Glauben an Jesus Christus. Später arbeitete Silvana mit Herzblut als Jugendarbeiterin bei der Stiftung Jugendsozialwerk in Liestal. Jung und unerfahren wie sie war, achtete sie

zu wenig auf den eigenen Kräftehaushalt und erlitt ein Burnout.

«In der Ausbildung reflektierte ich mein eigenes Leben und konnte vieles aufarbeiten.»

Silvana Müller

## **Krankheit, keine Schuld**

Heute ist Silvana verheiratet, Mutter eines Sohnes und hat die Ausbildung zur prozessorientierten Kunsttherapeutin APK in Thalwil absolviert. Dabei lernte sie verschiedene Werkzeuge kennen, um inneren Verletzungen zu begegnen. «Der Körper reagiert auf das, was die Seele bewegt», sagt Silvana Müller. Wichtig ist ihr, dass psychisches Leiden als Krankheit wahrgenommen wird und nicht vorschnell als selbst verschuldet oder geistliches Problem gilt. «Ja, es gibt Wunder. Gott kann vollständig heilen, aber das ist die Ausnahme», sagt die Therapeutin. Oft blieben die Lebensthemen bestehen, man könne aber Linderung erfahren. Je nach Schweregrad seien Seelsorge, Mal- und Kunst- oder Psychotherapie dabei hilfreich. Und manchmal ermöglichten erst Medikamente, dass der Kranke hinsehen und aktiv werden könne. Dazu Silvana Müller: «Das Zwischenmenschliche wirkt am stärksten – da liegt die Quelle der Heilung.»

«Das Zwischenmenschliche wirkt am stärksten – da liegt die Quelle der Heilung.»

Silvana Müller

## **Verschiedene Werkzeuge**

Sieben Jahre lang arbeitete sie als Kunsttherapeutin für die Quellenhof-Stiftung in Winterthur. Seit bald einem Jahr engagiert sich Silvana Müller für die Stiftung Ancora-Meilestei in Wetzikon und leitet das Café SAM. Zusätzlich bietet sie dort Mal- und Kunsttherapie für interne und externe Ratsuchende an. Silvana hört

genau hin, wenn Klientinnen und Klienten von ihren Nöten erzählen und wählt dann die geeignete Methode.

Mit einer sehr unruhigen Person kann das ein Spaziergang sein. Jemand anderem bietet sie Ton oder Gips an, um mit den Händen zu arbeiten, oder sie nutzt Papier und Farben. Dabei geht es nicht darum, ein Kunstwerk zu erschaffen, sondern die Gefühle auszudrücken. Bleibt das Blatt und fühlt sich der Patient leer, dann muss das nicht so bleiben. Etwas Leeres kann man mit Neuem füllen – und bewusst entscheiden, womit das geschieht. Abschliessend sagt die Kunsttherapeutin: «Wenn Ratsuchende neue Lebensqualität erlangen, macht mich das froh.»

### **Zur Person:**

#### ***Einer meiner Lieblingsplätze in Hombrechtikon:***

*Die Hängematte in unserem Garten*

#### ***Meine Lieblingsbeschäftigung an verregneten (Sonntag-)nachmittagen:***

*Lesen, lesen und nochmals lesen...*

#### ***Meine Lieblingsmusik:***

*ändert ständig; zur Zeit höre ich oft das Album von Lotte «Woran hältst du dich fest, wenn alles zerbricht?»*

#### ***Auf diese App möchte ich auf keinen Fall verzichten:***

*Watson (Nachrichten) und Instagram*

***Hier geht's zur Website von [cafesam.ch](http://cafesam.ch)***

Autor: Mirjam Fisch

Quelle: HOPE-Regiozeitungen

Tags