

Eva Maria Haußner Stauch

Einfach Sein

Kreative Arbeit mit Menschen mit Behinderung

IHP Manuskript 0909 G * ISSN 0721 7870



Eva Maria Haußner-Stauch

Einfach Sein

Kreative Arbeit mit Menschen mit Behinderung zur Seinsstärkung

Gliederung

1. Mein Thema und ich
2. Sein in Selbstverständlichkeit - Das heile Selbst erfahren
3. Seinsstärkung durch kreatives Tun
 - 3.1 Achtsamkeit
 - 3.2 Schmerzferien
 - 3.3 Disidentifikation
 - 3.4 Resilienz
 - 3.5 Flow
4. Grundlagen meiner Arbeit
 - 4.1 Cycles of Power nach Pamela Lewin
 - 4.2 Persönlichkeitstheorie nach Carl Rogers
 - 4.3 Beziehung Counselor Klient
5. Vom Muss zum Darf - Therapiefreie Zeit
6. Setting
 - 6.1 Ich sehe aus fetter Erde Frühlingsblumen sprießen - Arbeit mit Ruth
 - 6.2 Freude schöner Götterfunken - Arbeit mit Mona
 - 6.3 Unser Wolkenkuckucksheim - Arbeit mit Ulla und Werner
7. Schlussgedanken

Literatur

1. Mein Thema und ich

Vor einigen Jahren befand ich mich in einer sehr schwierigen Situation. Ich musste meinen bisherigen Lebensrahmen verlassen. Trotz großer Erschöpfung rührte sich in mir der tiefe Wunsch nach einer Möglichkeit, mit den mir verbliebenen Kräften und meiner Leidenschaft für den Menschen, insbesondere für Menschen mit Behinderungen, etwas zu finden, das mir Perspektive gibt.

So begann ich die Ausbildung zum Counselor für Kunst –und Gestaltungstherapie. Dort bemerkte ich Eigenartiges. Ich fühlte mich wie Asche und malte Feuer. Wo kam dieses Feuer her? Es war im Außen nicht wahrzunehmen, aber es zeigte sich in den Gestaltungsarbeiten immer wieder. Ich erkannte, dass sich mein heiles, unversehrtes Selbst auf diese Weise zeigt. Mein innerster Kern war immer noch kraftvoll und energiegeladen, auch wenn mein Körper müde und erschöpft war.

Wie Elisabeth Tomalin es benennt:

Kunst-und Gestaltungstherapie ist eine Möglichkeit, spontane schöpferische Energien zu beleben und die eigene Seelenmitte – das Selbst zu finden.

(Lumma/Michels/Lumma 2009)

Und dieses Selbst – meine Seelenmitte war energiereich, hatte Kraft, war nicht Asche, sondern Feuer. So konnte sich aus dieser kraftvollen heilen Mitte heraus ein Gesundungsprozess entfalten. Die Energie der innersten Mitte wurde durch das gestalterische Tun sichtbar gemacht und genährt. Sie konnte sich gleich Wellen, die ein ins Wasser geworfener Stein erzeugt, fortsetzen und das ganze Wesen erfassen.

Das innere Feuer konnte durch die Ascheschichten hindurch nach außen dringen und wieder sichtbar werden.

Diese Zusammenhänge erschlossen sich mir, als ich begonnen hatte mit Menschen mit Behinderung gestaltend zu arbeiten.

Dort konnte ich beobachten, wie sich die teilnehmenden Menschen in den Phasen konzentrierter gestalterischer Arbeit heil, schmerzfrei, ohne Behinderung fühlten. Ihre Arbeiten waren kraftvoll und voller Energie.

Wie geschieht das während und durch diese kreative Arbeit? Es machte mich neugierig, und ich begann genauer zu beobachten und in Gesprächen mit den Gestaltenden genau hinzuhören, was sie mir zu berichten hatten.

Die vorliegende Arbeit ist ein Bericht über die von mir gemachten Beobachtungen und die Erkenntnisse aus den Gesprächen mit den Teilnehmern während des Zeitraums eines Jahres. Das Counseling erfolgte ehrenamtlich.

2. Sein in Selbstverständlichkeit

Das heile Selbst erfahren

Der Begriff Sein bedeutet in der Philosophie Dasein, in der Welt-Sein, Gegebensein.

Es ist etwas Allgemeines, allem zugrunde liegendes.

Es ist aber auch das Umfassendste, das Höchste.

Sein bedeutet auch Werden. Aktivität und Bewegung sind Elemente des Seins. Sein impliziert Veränderung, das heißt, dass Sein gleichbedeutend mit Werden ist. Lebende Strukturen können nur existieren, wenn sie sich verändern.

Das innerste Wesen unseres Seins ist überzeitlich und unverletzbar. Dieser innerste Kern im Anderen kann durch alle raumzeitlich bedingten Zustände und Nöte hindurch erreicht und angesprochen werden. So erwächst die Chance, dass im Anderen von der Mitte her heilmachende Kraft frei wird. Die Kraft der Mitte, die durch stetige Zuwendung angesprochen und genährt werden kann.

Dazu gehört auch Angenommensein. Wir sind angenommen, weil wir da sind und in diesem Dasein sind wir zutiefst in Ordnung.

So stellt Behinderung keinen Sonderfall des Lebens dar. Deshalb kann es keine Anthropologie eigens für Menschen mit Behinderung geben. Jedes menschliche Leben ist einzigartig, unersetzlich, unverfügbar und in seiner Verschiedenheit von gleichem Wert. Jeder Mensch verfügt über kreative Fähigkeiten, die anerkannt, gelebt und gefördert werden wollen.

Kreatives Gestalten im Sinn von Counseling ermöglicht Menschen mit Behinderung sich Ausdruck geben zu können, ohne formästhetische Wertungen.

3. Seinsstärkung durch kreatives Tun

In den folgenden Ausführungen werde ich die Bezeichnung „der Klient“ der besseren Lesbarkeit wegen verwenden. Sie bezieht sich sowohl auf weibliche wie männliche Teilnehmer.

Meine Beobachtungen und die Gespräche mit den Teilnehmern, Ruth, 55 Jahre, seit Geburt an Tetraspastik leidend, Mona, 42 Jahre seit Geburt an Mukoviszidose leidend, Ulla, 62 Jahre, seit 6 Jahren Schlaganfallbetroffen, Werner, 54 Jahre, seit 12

Jahren Schlaganfallbetroffen, haben mir Aspekte aufgezeigt, die kreatives Tun im Sinne von Counseling ermöglichen können. Ein Text von Mona drückt dies aus. Ihn möchte ich meinen weiteren Ausführungen voranstellen.

*Wenn ich gestalte
bin ich ganz bei mir
überlasse mich dem Fluss
den inneren Orten
Bildern und Gefühlen
höre Stimmen von Vögeln und Menschen
sitze wie Buddha am Meer
der aufgehenden Sonne
erlebe Geschichten aus vergangenen Zeiten
spüre Lösungen von Problemen
überwinde jede Trennung
bin all-eins
im Fluss
danach wieder im Alltag
wie neu geboren*

3.1 Achtsamkeit

Durch achtsames Tun wird die Aufmerksamkeit bewusst auf die Gegenwart gelenkt. Es wird möglich im Moment zu verweilen, sich vollkommen auf das kreative Tun einzulassen. Die Aufmerksamkeit wendet sich dem kreativen Tun zu und befindet sich im gegenwärtigen Moment. Vom emotionalen Gefangensein eines „Dort und Damals“ führt achtsames Tun in das lebendige Gestalten des „Hier und Jetzt“. Das Aufmerksamkeitsfeld weitet sich, es geht über die eigene momentane Befindlichkeit hinaus auf einen Gegenstand des Interesses außerhalb des eigenen Körpers. Die Konzentration auf den gegenwärtigen Augenblick, das Erleben der Farbe, der Formen auf dem Papier, die stetige Veränderung der Gestaltung öffnet die Intuition. Den gegenwärtigen Moment in Achtsamkeit wahrnehmen als die einzige wirkliche Realität. Dies kann innere Ruhe und Abstand zum Alltagsgeschehen ermöglichen. Schöpferfreude stellt sich ein.

Kreativ sein heißt: aus der Mitte schöpfen, die Künstlerin, den Künstler in uns wecken, die schöpferische Kraft spüren und sich mit ihr verbinden.

Der Klient handelt selbstbestimmt und kann sich kunterbunte Freiräume schaffen. Das wiederholte Aufsuchen dieser Zustände führt nicht nur zu vorübergehender Funktionsveränderung im Gehirn, sondern verändert die Gehirnstrukturen nachhaltig. Neue Nervenverbindungen werden geknüpft, wie die neuere Hirnforschung nachgewiesen hat. Und dies ist in jedem Lebensalter möglich.

3.2 Schmerzferien

Der Begriff Schmerzferien wird seit einiger Zeit in der Medizin verwendet. So kann, der Schmerzlevel eines Dauerschmerzpatienten mithilfe geeigneter Medikamente gesenkt werden und gleichzeitig Maßnahmen zur Extinktion der Schmerzgefühle angewendet werden. Die entsprechenden Regionen des Gehirns sollen mit erfreulichen Ereignissen überschrieben werden und die Schmerzerfahrung dadurch eliminieren.

In der Arbeit mit Klienten konnte ich immer wieder beobachten, wie während der Zeit der Gestaltung das Empfinden für ihre dauernd spürbaren Schmerzen in den Hintergrund trat. Die sonst so dominanten Schmerzen waren während dieser Zeit nicht spürbar. Dies trat ein, ohne dass Medikamente das Schmerzgefühl beeinflussten. Auch waren Bewegungen der Arme oder des Kopfes beschwerdefrei möglich, die im Alltag schmerzhaft Reaktionen hervorrufen.

Wer kreativ tätig ist, lernt das Schmerzgedächtnis zu überlisten. Kreatives Tun löst angenehme Emotionen aus, wie Freude am Gestalten und Stolz über das entstandene Werk. Gelingt es dem Klienten, sein kreatives Interesse zu wecken und positiv zu erleben, aktiviert er damit zugleich seine tiefen Kraftquellen (Ressourcen).

Das Erfolgsrezept hat biochemische Gründe. So bedeutet kreativ zu sein, sich auf positive Weise mit seinen Gefühlen zu beschäftigen. Dies löst angenehme Reaktionen wie Freude, innere Befriedigung, Zufriedenheit und ein stabiles Selbstwertgefühl aus. Im Gehirn werden Glückshormone wie Serotonin und Endorphine ausgeschüttet. Diese Botenstoffe wirken stimmungsaufhellend und hemmen die Weiterleitung der Schmerzreize an das zentrale Nervensystem. Je mehr positive Erlebnisse sich die Klienten verschaffen, desto größer ist die Chance auf längere schmerzfreie Phasen. Da das Gehirn die Fähigkeit zum Überschreiben lebenslang behält, können in jedem Alter schmerzfreie Phasen erzeugt werden.

3.3 Disidentifikation

Dieser Begriff wurde von Roberto Assagioli (1888 – 1974) geprägt. Assagiolis Anliegen war eine wissenschaftliche Psychologie zu entwickeln, die Freude, Sinn, Erfüllung, Kreativität, Weisheit und Liebe mit einbezieht.

Ich habe einen Körper, aber ich bin nicht mein Körper.

Mein Körper kann müde, angespannt, krank, gesund, schwer, leicht sein.

Dies alles hat nichts mit meinem innersten Wesen zu tun. Ich identifiziere mich nicht mit meinem Körper, sondern ich bin mehr als mein Körper.

Die Klienten, auf die sich dieser Beitrag bezieht, spüren ihre begrenzte Körperlichkeit nahezu ohne Unterbrechung. Jede Bewegung schmerzt, die Luft zum Atmen findet nicht selbstverständlich ihren Weg in die Lunge, Bewegungen wollen geplant und gut überlegt sein um sie einigermaßen schmerzfrei durchführen zu können.

Kreatives Tun gibt den Betroffenen die Möglichkeit, im Rahmen des ganz persönlichen Vermögens und der aktuellen Tagesform gestalterisch tätig zu werden. Wer gestaltet ist aktiv handelnd. Er nimmt aktiv teil an seiner eigenen Entwicklung. Den Rahmen des Tuns bildet die ureigene Verfasstheit. Es muss nicht mehr Kraft und Geschicklichkeit eingebracht werden, als beschwerdefrei möglich ist.

Aus der Erfahrung des kreativen Tuns, des sichtbar aus eigener Kraft geschaffenen, kann ein neues Selbstbild entstehen. Der Tätige kann einen Perspektivenwechsel vollziehen, er kann einen neuen Blick auf sich gewinnen. Das gestaltende Tun kann zur Kraftquelle werden, die im Alltag Kreise ziehen kann.

Es kann Anregung sein, auch im alltäglichen Leben kreativ zu sein, Neues auszuprobieren, Grenzen zu erweitern, neue Wege zu suchen. Kreativität ist eine Kraft, die uns ungewohnte Situationen bewältigen lässt und Veränderungen möglich macht. Während des Gestaltens wird das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zur

Veränderung geweckt und weiterentwickelt. Eine Verbindung zu den eigenen inneren Kräften entsteht.

Es wird Bewegung ausgedrückt, die in der körperlichen Realität so nicht mehr möglich ist. Wachstumspotential kann wahrgenommen werden, um Resignation und daraus entstehender Passivität entgegenzuwirken. Jede entstandene gestalterische Arbeit ist zudem ein Stück sozialer Anerkennung. „Ich habe etwas geschafft und geschaffen.“ Die Freude darüber spiegelt sich jedes Mal in den strahlenden Gesichtern wieder.

3.4 Resilienz

Das Resilienzkonzept geht auf Dr. Anton Antonovsky (1923-1994) zurück. Unter Resilienz versteht er die seelische Widerstandsfähigkeit eines Menschen. Sie ist kein angeborenes Persönlichkeitsmerkmal, sondern eine Kapazität, die im Laufe der Entwicklung erworben wird (Rutter 2000). Durch kreative Arbeit kann diese Entwicklung weitergeführt und genährt werden. Kreatives Tun stärkt die Selbstwirksamkeitsüberzeugung und erhöht das Selbstwertgefühl. Der Speicher für gelungenes Tun vergrößert sich.

Im Mittelpunkt meiner Counseling Arbeit stehen die persönlichen Ressourcen, nicht die Defizite. Es wird möglich, Stärken und Fähigkeiten zu entdecken, die bisher noch verborgen oder unter unguten Erlebnissen verschüttet waren.

„Ich wusste gar nicht, dass ich so schön malen kann und das Gestalten so viel Freude macht“. „In der Schule war das nur schrecklich für mich, keiner nahm Rücksicht auf meine Beeinträchtigung“. Dies sind häufige Aussagen. Leider wurde im Besonderen bei Menschen mit Behinderungen in der frühen Kindheit und in der Schulzeit die Freude am kreativen Gestalten durch verständnislose Bewertungen und mangelndes Verständnis für die besondere Situation zerstört. Dies gilt es durch positives Erleben zu überschreiben, um diese Ressource als Quelle zur Seinsstärkung wieder zugänglich zu machen.

3.5 Flow

Mihaly Csikszentmihaly (1934) hat die Flowtheorie entwickelt. Flow meint das völlige aufgehen in einer Tätigkeit.

Wenn wir im Flow sind, dann ist unser Denken, Fühlen und Wollen in diesem Augenblick in Übereinstimmung. Weder die Zeit, noch unsere Person selbst spielt eine Rolle. Flow ermöglicht einen Zustand der kardinalen Kohärenz.

Das bedeutet Herzschlag, Atmung und Blutdruck befinden sich in einer optimalen Synchronisation. Es besteht eine völlige Harmonie zwischen dem kortikalen System / Neocortex, dem Sitz für

Bewusstsein und Verstand und dem limbischen System, das die Emotionen steuert.

Kreatives Tun kann Flow erzeugen, da es folgende Möglichkeiten bietet:

Der Klient ist der Aktivität gewachsen.

Er kann sich das Material und die Gestaltungsweise ganz nach seinen Möglichkeiten auswählen.

Die zur Verfügung stehenden Materialien haben Aufforderungscharakter und sprechen die Experimentierfreude an.

Eine Gestaltung erfordert die volle Konzentration, stellt aber keine Überforderung dar.

Dem Klient steht der Raum zur Verfügung, sich vollständig auf sein Tun einzulassen. Er hat die Kontrolle über seine Aktivität, kann über Ablauf und Ende selbst entscheiden. Wenn er sich ganz einlassen kann, bleibt kein Raum für andere Gedanken, die Sorgen um sich selbst treten in den Hintergrund.

Die Gestaltung braucht seine ganze Aufmerksamkeit. Die Handlung ist im Jetzt, ebenso sein Bewusstsein.

Der Klient kann unmittelbares Feedback erhalten. Er kann sich, wenn er möchte, zu seinem Tun, seinen inneren Prozessen, seiner geschaffenen Arbeit äußern.

Dabei ist es möglich, wie ich häufig erlebe, dass sich das Gefühl für Zeitabläufe verändert. „War das wirklich eine ganze Stunde?“ ist eine häufig gestellte Frage. Die Zeit scheint schneller zu vergehen.

4. Grundlagen meiner Arbeit

4.1 Cycles of Power

Eine wesentliche Grundlage meiner Arbeit sind die Cycles of Power nach Pamela Lewin (1974). Ich habe die Folge der Cycles meiner Arbeit angepasst. Ausgehend vom Recycling, der Möglichkeit, an jeder Stelle des Lebens die vorausgegangenen Cycles aufgreifen zu können, stärkt das kreative Tun die Kraft des Seins, fördert damit die Kraft der Geschicklichkeit und führt zur Stärkung der Kraft der Identität.

Recycling

Lernen sich Herausforderungen zu stellen

Du darfst erwachsen sein und alle unterstützenden Botschaften nutzen, immer wieder.

Kraft des Seins

Sicherung der Existenz

Es ist gut, dass es dich gibt.

Du hast ein Recht hier zu sein.

Du bist richtig wie du bist.

Du darfst Bedürfnisse haben und zulassen.

Du darfst dir Zeit lassen

Kraft des Tuns

Handeln und Initiative ergreifen

Du darfst ausprobieren und experimentieren.

Du darfst neugierig und intuitiv sein.

Du darfst erforschen und deine Sinne nähren.

Du darfst die Initiative ergreifen.

Du darfst dir Unterstützung holen.

Kraft der Geschicklichkeit

Gelingen ermöglichen

Du darfst es auf deine Art und Weise tun.

Du darfst überlegen, bevor du handelst.

Vertraue deinem Gefühl und lass es dein Handeln leiten.

Du kannst Dinge bekommen, die du brauchst ohne dafür leiden zu müssen.

Kraft der Identität

Aufbau der Individualität

Du darfst wissen, wer du bist.

Du darfst stark sein und gleichzeitig Bedürfnisse haben.

Du darfst deine Gefühle haben.

Du darfst dir ohne Angst Dinge vorstellen, dadurch werden sie nicht Wirklichkeit (Lumma/Michels/Lumma 2009).

4.2 Persönlichkeitstheorie nach Carl Rogers (1902-1987)

Eine weitere Grundlage meines Tuns ist die von Carl Rogers erarbeitete Persönlichkeitstheorie. Nach ihr wird der Mensch von einer einzigartigen zentralen Energie, der angeborenen Tendenz zur Selbstaktualisierung, Selbsterhaltung und Selbstverwirklichung gesteuert. Sie sind seine Hauptantriebe.

Es sind nicht die Lebensumstände und die Ereignisse wesentlich, sondern die Art und Weise, wie der Mensch sie wahrnimmt und bewertet. Die Selbstaktivierung ist das grundlegende Motiv für das Tätigwerden des Menschen, um Autonomie und Selbstständigkeit zu erreichen. Dabei entwickelt der Mensch die zunehmende Bereitschaft, sich für jede Art von Erfahrung zu öffnen und sich und andere dabei so wahrzunehmen, wie sie sind. Ein wesentlicher Prozess ist die Entwicklung eines Selbstkonzeptes, bei dem Realselbst und Idealselbst weitgehend übereinstimmen. Ein positives Selbstkonzept kann sich entwickeln, das flexibel genug ist, neue Erfahrungen anzunehmen und sich ihnen anzupassen. Eine Übereinstimmung zwischen dem Selbstkonzept und den gemachten Erfahrungen führt dazu, dass die betreffende Person ausgeglichener und zufriedener ist. Der gestaltende Mensch wird unterstützt in seine Kraft zu kommen. Er erhält die Möglichkeit aktiv zu werden und auf diese Weise gestaltend auf sein Leben einzuwirken.

4.3 Beziehung Counselor – Klient

*Die wichtigste Stunde ist immer die Gegenwart,
der bedeutendste Mensch ist immer der, der gerade gegenüber steht,
das wichtigste Werk ist stets die Liebe.*

(Meister Eckhart 1260-1328)

Diese schon Jahrhunderte alte Aussage trifft den Kern meiner inneren Haltung. Echtheit, Akzeptanz, aufrichtiges Interesse, Wertschätzung, wohlwollendes Angenommensein, eine Haltung des Lauschens, einer entspannten, gelassenen, wachsam Aufmerksamkeit ist die Basis meines Tuns. Menschen mit Behinderung dürfen Da-Sein in ihrem So-Sein. Eine empathische Haltung, die zu einem verstehenden Zuhören führt, wird möglich. Der innere Bezugsrahmen des anderen kann genau wahrgenommen werden, ohne sich mit der persönlichen Problematik zu identifizieren.

5. Vom Muss zum Darf - Therapiefreie Zeit

Alle vier Klienten, auf die sich dieser Beitrag bezieht, müssen täglich viele Stunden mit therapeutischen Tätigkeiten und Unterstützungen verbringen. So braucht Mona täglich bis zu zehn Stunden verschiedenste therapeutische Behandlungen, um der fortschreitenden Beeinträchtigung durch Mukoviszidose entgegenzuwirken und ihre Lebensqualität so gut wie möglich zu erhalten. Deshalb habe ich das kreative Tun bewusst als therapiefreie Zeit benannt. Die Klienten dürfen, aber sie müssen nicht. Sie dürfen wählen.

Die Eingangsfrage lautet: worauf hast du heute Lust? Was würde dir Spaß machen? Was spricht dich an? Was würdest du gerne einmal ausprobieren? Diese Fragestellungen lösen immer eine freudige, aktivierende Stimmung aus. Sie vermitteln das Gefühl von selbstbestimmten Handeln. Die Klienten können sich mit ihrem Können, ihrem Vermögen, ihrer Kraft identifizieren.

6.Setting

6.1 Ich sehe aus fetter Erde Frühlingsblumen sprießen - Arbeit mit Ruth

Das Setting findet in loser Folge bei mir am Esszimmertisch oder bei schönem Wetter auf der Terrasse statt. Die gebäudlichen Gegebenheiten müssen ihrer starken Bewegungseinschränkung entgegenkommen. Meine Wohnsituation ist dafür sehr gut geeignet Da sie nicht selbst mobil ist, muss sie abgeholt und heimgebracht werden. So sind die kreativen Termine bei mir immer ein mit großer Freude erwartetes Ereignis. An einem der ersten warmen Frühlingstage dieses Jahres wünscht sich Ruth, auf der Terrasse malen zu können. Sie ist an diesem Tag sehr schmerzgeplagt und klagt nahezu bei jedem Schritt und jeder Bewegung über Schmerzen in allen Gliedmaßen. Sie wählt für ihre Gestaltung Gouache, ein Papier DinA 2 aus und entscheidet sich mit Pinseln zu malen. In großer Konzentration arbeitet sie 60 min an ihrem Bild. Während dieser gesamten Zeit gibt sie keinen Hinweis auf schmerzhaft Vorgänge in ihrem Körper. Sie wirkt entspannt, gelassen, ja zunehmend heiter und freudig. Als sie bekundet, dass ihr Bild jetzt fertig ist, stelle ich das entstandene Bild in der von ihr gewünschten Entfernung auf. Ein Staunen über die eigene Leistung und große Begeisterung über die Schönheit der Gestaltung sind zu sehen und zu hören. Ruth ist sehr angetan von ihrem Bild. Sie ist stolz auf ihre Arbeit. Sie möchte das Bild von allen Seiten betrachten, und so drehe ich es und sie staunt jedes Mal über die unterschiedlichen Eindrücke, die entstanden sind. Ich rücke das Bild in verschiedene Distanzen zur Betrachterin. Auch hier ist sie erstaunt und überrascht über die neuen Sichtweisen, die bei einem Perspektivenwechsel entstehen können. Ruth gibt ihrem Bild den Titel: „Ich sehe aus fetter Erde Frühlingsblumen sprießen“. Sie hat sich durch die äußere Situation des Malens auf der Terrasse, umgeben von Frühlingsboten, inspirieren lassen und in ihre kreative Gestaltung übernommen. Die Kraft der Natur ist ein Teil ihrer selbst geworden.



****Bild 1**** Ruth: *Ich sehe aus fetter Erde Frühlingsblumen sprießen*

Das gestaltete Bild ist sichtbares Zeichen dieser inneren Hinwendung und Öffnung. Ihre Schmerzfreiheit während des Gestaltens und der Betrachtung des Bildes bemerkt sie mit großer Freude. Schmerzen sind zur Zeit des Gestaltens nicht in ihrem Bewusstsein, sie hat mehr als eine Stunde Schmerzferien. Ruth hat beachtliches künstlerisches Talent, das wird während einer Reihe von Settings immer deutlicher. Sie wusste bis dahin noch nichts davon und war sehr überrascht über sich selbst. Leider hat sie diese Erkenntnis zu Hause für sich noch nicht umgesetzt. Es wäre für sie auch eine Möglichkeit täglich Schmerzferien zu haben.

6.2 Freude schöner Götterfunken - Arbeit mit Mona

Mona kämpft um Luft zum Atmen. Seit einiger Zeit trägt sie bei Schritt und Tritt eine Sauerstoffbrille verbunden mit einem Sauerstoffbehälter auf dem Rücken. Trotz aller Beeinträchtigungen ist sie eine lebhaft, an unendlich vielem interessierte Frau. Sie hat eine große Begabung zu Schreiben, die auch ihr Text „Wenn ich gestalte“ wiedergibt.

Mona hat erkannt, dass Singen sowohl ihre Lunge, als auch ihre emotionale Verfasstheit sehr positiv unterstützt. Zudem macht ihr kreatives Gestalten große Freude, also arrangieren wir eine Kombination aus beidem. Sie singt und malt gleichzeitig. Eines ihrer Lieblingslieder ist die Ode an die Freude, „Freude schöner Götterfunken“. Mona wählt zur Gestaltung Aquarellkreiden und Papier DinA3. Wir singen gemeinsam, sie malt gleichzeitig mit großem Köpereinsatz.



****Bild 2**** *Mona: Freude schöner Götterfunken*

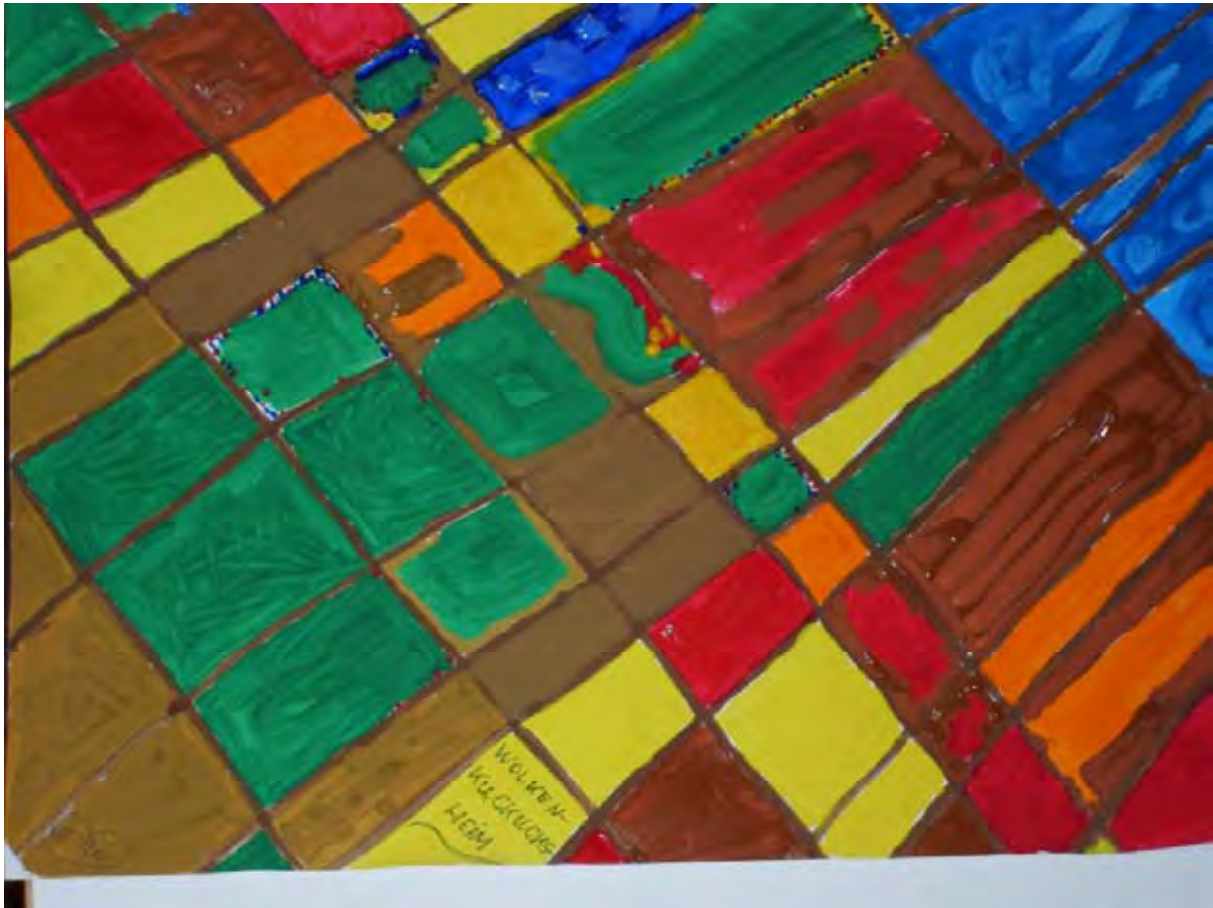
Sie schwingt die gesungene Melodie auf das Papier. Jede Tonfolge wird auf dem Papier sichtbar.

In Übereinstimmung von Atmung und Körperbewegung weitet sich das Atmungssystem, die Sauerstoffzufuhr verbessert sich. Dazu kommt die Freude am Tun, die sehr deutlich sichtbar wird. Wenn die Melodie verklingt ist das Bild fertig. Es

ist immer wieder eine spannende Überraschung, was diesmal entstanden ist. Wenn Mona sich durch diese Sing-Mal Kombination lockern kann und sich mit Sauerstoff und Freude auftankt, dann spürt sie fließende Energie, ist sie im Fluss, es fließen Gedichte und Texte sprudelnd aus ihr heraus (Flow, siehe oben).

6.3 Unser Wolkenkuckucksheim - Arbeit mit Ulla und Werner

Ulla und Werner, beide Schlaganfallbetroffene, kommen einmal in der Woche gemeinsam und gestalten auch gemeinsam. Werner hat Anfangs große Scheu und meint, das könnte er nicht. Anfangs bringt er Ulla nur an die Tür, später bleibt er und schaut zu, was Ulla so macht. Irgendwann greift er selbst zu Pinsel und Stift. Inzwischen ist er sehr mutig und gestaltungsfreudig geworden. Beide gestalten zusammen auf korrespondierende Art und Weise. Das Bild mit dem Titel „Unser Wolkenkuckucksheim“ ist als Maldiktat entstanden. Sie wählen Gouache, Papier DinA2 und verschiedene Pinsel. Werner malt, Ulla sagt, was er malen soll. Da beide planen, zusammen zu ziehen, versucht sie bildhaft ihr Wolkenkuckucksheim auszuloten. Sie widmen sich mit großer Konzentration und Hingabe ihrem Projekt. Für diese Arbeit werden drei Vollzeitstunden benötigt. Es gelingt mühelos, den Faden nach einer Woche wieder aufzunehmen und am gemeinsamen Projekt weiterzuarbeiten. Diese Arbeit erfordert eine hohe Konzentration, es bleibt kein Raum für Gedankenspaziergänge. Vermögen rückte in den Vordergrund, nicht Einschränkung. Da beide große Beeinträchtigungen durch den Schlaganfall erlitten haben, fordert sie die kreative Arbeit heraus, immer etwas mehr zu wagen und zu experimentieren, um neue Fertigkeiten auszubilden. Als das Werk dann von Ulla als vollendet betrachtet wird, sind beide sehr glücklich und stolz auf das gemeinsam geschaffene Werk.



****Bild 3**** Ulla & Werner: *Unser Wolkenkuckuksheim*

Während der kreativen Arbeit sind auch diese Beiden nahezu schmerzfrei, fühlen sich tatkräftig und aktiv. Ulla drückt es so aus: "Mir geht es nach dem Gestalten immer besser als vorher."

7. Schlussgedanken

einfach	Sein
Da	Sein im So Sein
So	Sein aushalten
Dem	Sein Raum geben
Tätig	Sein
	Sein lassen
Verzaubert	Sein
in der Kraft	Sein
weiterhin	Sein
einfach	Sein

Literatur

FROMM, Erich: Haben oder Sein, München (dtv) 1980.

LUMMA, Klaus, MICHELS, Brigitte, LUMMA, Dagmar: Quellen der Gestaltungskraft, Hamburg (Windmühle) 2009.

KLEIN, Stefan: Die Glücksformel, Hamburg (Rowohlt) 2002.

STIEGLER, Richard: Kein Pfad, Aus der Stille leben, (Kamphausen Verlag) 2005.

[http://de.wikipedia.org/wiki/Resilienz_\(Psychologie_und_verwandte_Disziplinen\)](http://de.wikipedia.org/wiki/Resilienz_(Psychologie_und_verwandte_Disziplinen))

[http://de.wikipedia.org/wiki/Flow_\(Psychologie\)](http://de.wikipedia.org/wiki/Flow_(Psychologie))

http://www.palliativ-medizin.at/PP_Vortraege/harrer.pdf

[http://de.wikipedia.org/wiki/Flow_\(Psychologie\)](http://de.wikipedia.org/wiki/Flow_(Psychologie))

Eva Maria Haußner-Stauch

Einfach Sein

Kreative Arbeit mit Menschen mit Behinderung

IHP Manuskript 0909 G

Zusammenfassung

Dieser Beitrag zeigt, wie kreatives Tun für Menschen mit Behinderungen zur Kraftquelle der Seinstärkung werden kann. Es wird möglich mit dem heilen inneren Wesenskern in Berührung zu kommen, ihn zu nähren und sichtbar zu machen. Durch achtsames Tun wird ein Perspektivenwechsel im Blick auf die eigene Person möglich. Es rücken die Ressourcen, die immer noch vorhandenen Fähigkeiten in den Blick. Konzentration auf das Gestalten und Schaffensfreude ermöglichen eine schmerzfreie Zeitspanne.

Biographische Notiz

Eva Maria Haußner-Stauch

96129 Strullendorf

Grund-und Hauptschullehrerin, langjährig an Schulen für Hör-und Sprachbehinderte Kinder tätig gewesen. Counselor grad. BVPPT Fachrichtung Kunst-und Gestaltungstherapie, in eigener Praxis „eigenART“ tätig

Lehrcounseling: Dagmar A.M. Schneider, Erlangen, Dr.Klaus Lumma, Eschweiler

Lehrtrainer der Weiterbildung: Dr. Klaus Lumma, Eschweiler; Dagmar Lumma, Eschweiler; Elisabeth Tomalin, London

Methodentraining: Manuel Rohde, Wuppertal; Monica Claire Locher, Aachen