Gedankenschwer und Federleicht

# Gedankenschwer und Federleicht

herausgegeben von:

# Inlanta

Triria	uis	_	
VER	ZE	ICHNIS	
Grußwort	10	Andrea Hanke	
Vorwort	12	Klaus Telger	
	14	Lisa Inckmann	
	16	Norbert Rath   Hans Rüdiger Röttgers	

#### Aufsätze

- Helmut Koch | normal verRückt verRückt normal. Schreiben in psychischen Krisen. Erinnerungen an ein Projekt an der Universität Münster
- Norbert Rath | "Das Eismeer in mir" Autobiographische Äußerungen von Kindern und Jugendlichen mit Essstörungen und Depressionen
- Burkhard Spinnen | Schreibdisziplin
- Sabine Feldwieser | Die Wortfinder Ein künstlerisches Schreibprojekt mit geistig behinderten Menschen.
- Barbara Fornefeld und Anke Gross | Wer schreibt, will auch gelesen werden. Lea Leseklub für Menschen mit geistiger Behinderung
- Angela Thamm | Sprach Spiel(t) Räume
- Kerstin Hof | Was ist Kreatives Schreiben, und mit welchem Selbstverständnis wende ich es an?
- 70 Nicola Steffen | "Wörter beflügeln" Vorstellung der Schreibgruppe Lichtblicke aus dem Alexianer - Krankenhaus Münster
- Thie, Brigitte | Praktische Erfahrungen mit Schreibgruppen
- Gaby Lechler | Aufbau und Durchführung einer Schreibwerkstatt für depression erkrankte Menschen

#### Gedichte und Texte

- 100 Albrecht, Marion | Kurz und bündig | Sich etwas trauen, vertrauen, anvertrauen | Schreiben | Ein Spaziergang im Sturm
- **102** Bartmann, Martin | 14.) † point (Korpus Punkt) | Der Geist:
- 104 Blümer, Susanne | Ohne Titel | Ihre Haare sind blond
- 106 Böker, Angelika | Der Hund weint
- 108 Brandl, Wolfgang | Sag. warum | Verliebt | Ein Wurm | Wanderer in der Einsamkeit | Auf ein Wiedersehen | Heimat | Sinnloser Krieg | Licht und Schatten | Trauer | Müde | Frühling | Disco | Ein Freund | Blätter
- 122 Elfert, Karsten | Das essen | Die unterschicht | Das leben als loser | Himmel | Komm lass es uns noch einmal ...
- 128 Gehlen, Sabine | Schizophrenie | Träume | Ich male ein Bild von einem Sommertag
- 132 Gisa Grau | Orangefarbene Ringelblume
- 133 Hamer, Rita | Sie lauschte der Musik | Geduld
- 134 Jansen, Holger | An die Deutsche Bahn AG | An das Bundeskanzleramt | Was ich alles verändern würde, wenn ich Bundeskanzler wäre
- 138 Kaiser, Marc | Bekenntnis | Das Fest des Lebens
- 142 Irmgard Kösters | Ein Weg mit Hindernissen!
- 144 Lütkemeyer, Willi | Das ist ein Wort der Lehre | Dies steht in den Wolken | Dies steht zum Wort | Das steht zur Debatte | Dies steht zur Diskussion | Das ist ein Auschleich der Vergangenheit | Dies ist ein Satz der Vergangenheit | Dies muß alles Berufen werden

148	Lutter, Renate   Das Meer   Blumen   l.April	Aufsatz	200	Brüggemann, Rolf   Seelenpresse, Die Entwicklung einer Patientenzeitungen in der Psychiatrie	
150	Matuszak, Holger   Sommerbegegnung   ein ich ohne mich				
	Der Apfelwurm   Elefant und Pampelmuse	Patienten Zeitschriften			
156	Meurer, Markus   Die Angst. Wo kommt sie her.		206	Jens Dombrowski   Balsam für die Seele	
		Klinke		Der Narr hat das Wort	
158	Mörchen, Fritz   Geduld		209	Dieter Radtke   Trost	
		Seelenpresse	210	Elke Falk    Fangen   Kleine Krankenhaus Maus	
159	Mösler, Viviane   Die etwas andere Bewerbung	-	212	Jürgen Knoch   Letztes Abendbrot – Coucher de soleil	
				Gerharld   Verwandlung des "Ichs"	
160	Pesselhoy, Britta   Eine Mauer aus Hass	die Tür		Christine Trüt   Im Wald	
	Öffne nicht die Augen   Ohne dich			J.V.   Ausgestoßen?	
		Unsere Brücke		Klaus Pöplow   Ich bin ich	
162	Praet, Ghislaine   Hoffung			Jennifer Stern   Gedanken im Angesicht eine "Entmündigung	
				wegen Geisteskrankheit'	
164	Quinke, Oliver   Psychiatrie   Meine liebe Uni			wegen oebtebkranklich	
	Du – (ohne Dich) –mit Dir   Wenn ich schreiben könnte,				
	würde ich gerne ein Buch schreiben	Zeichnungen	220	Anton Kohls   Erwin Winter   Martin Oberwein   Heinrich	
	wurde ich gerne ein buch schreiben	Zeichhangen	220	Bünning   Helmut Feder   Heinz Unger   Reinhold Wlotzka	
160	Regenbrecht, Christian   Noch so ein Herbst-Gedicht			Josef König   Heinz Thomas   Ingo Wabnik	
100	Kampf gegen die Natur   Torst   Freunde   Ein neuer Anfang			Josef Rollig   Hemz Homas   Higo Wabilik	
	Kampi gegen die Natur   101st   Freditide   Em neder Amang				
170	Rüther, Andreas   Drei Wünsche   Ein alter Mann		242	Theater Sycorax	
170	Rutter, Andreas   Dier wunsche   Lin alter Main		242	Irrlichter / Klinke	
173	Schulte-Wintrop, Heinrich   Sommererwarten			Literaturkreis Lichtblicke	
175	behalte-wiltiop, Hentrick   Bolinnerer war ten	Voratellung	277	interacturaters includificate	
174	Cohumaina Mania   Diott 44 45	Vorstellung Organisationen	100	Hans Didinon Dittone   Die Calegne öffest eich	
174	Schweins, Tanja   Blatt 44-45	Organisationen	188	Hans Rüdiger Röttgers   Die Schere öffnet sich –	
170	II			auf dem Weg zu einer Zweiklassen - Psychiatrie	
176	Unewisse, Eddy   Schizophrenie   LSD   Mein Leben   Für Jutta	T 5 4	046	The second section of the second sections	
400		Aufsatz	246	Adressenlist zu Schreibwerkstätten	
180	Vortmeyer, Doris   Frühling				
404	Wassesses Breaks   Beilding   Olicela	π1	054	Warden between the sales	
181	Wassermann, Frauke   Frühling   Glück	Anhang		Autobiographische	
400	TT 10 D 10   TT 11   12   13   14   TT   15   15   15   15   15   15   15		264	Literaturhinweise	
182	Wolf, Rolf   Welt mit umgekehrten Vorzeichen				
	Leben   Stimme			and the second second	
			Hör-	CD Inhaltverzeichnis	
184	Yaygin, Cenab   Liebeskummer erdrückt nicht,			Impressum	
	liebeskummer Entzückt.				

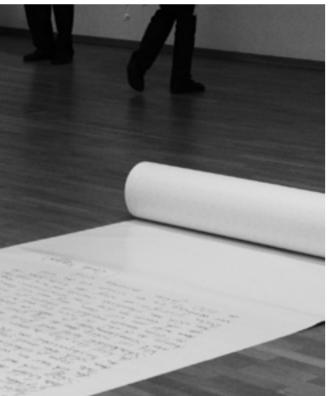
Gedichte und Texte

## Gruß – WORT

#### "Gedankenschwer und federleicht. Schreiben im Kontext der Psychiatrie"

#### Andrea Hanke

Die Stadt Münster ist bekanntermaßen durch eine ausgesprochen vielseitige und lebendige Kulturlandschaft geprägt. Ihre großen und kleinen etablierten Kultureinrichtungen der unterschiedlichsten Sparten sowie ihre virulente und experimentierfreudige freie Szene bieten nicht nur attraktive Kultur- und Freizeitangebote für die verschiedensten Zielgruppen. Sie offerieren zudem zahlreiche Möglichkeiten zur eigenen künstlerischen Betätigung.



#### <u>Und gerade dies ist heute</u> <u>mehr denn je von einem</u> <u>unschätzbaren Wert.</u>

Das Kunsthaus Kannen stellt in diesem Kontext eine weitere, ganz besondere und bereichernde Facette dar. Gewachsen aus einer ehemals kleinen und sehr ambitionierten Initiative zur Förderung künstlerisch besonders begabter Langzeitpatienten in den frühen 80er Jahren hat sich mit der Zeit ein ausgesprochen attraktiver Arbeits- und Ausstellungsbetrieb für Art Brut und Outsider Art entwickelt. Damit

Ausstellung im Kunsthaus Kannen 2008

ist - eingebettet in einen Klinikkomplex für Psychiatrie und Psychotherapie - eine integrative Begegnungsstätte für Künstlerinnen und Künstler mit und ohne Behinderung sowie für alle Interessierten entstanden, die mit kraftvollen und außergewöhnlichen Impulsen in die Stadtgesellschaft und Kulturszene zurückwirkt.

Die zahlreichen dort realisierten Ausstellungen der vergangenen Jahre, die dieser Publikation zugrunde liegende Ausstellung und Tagung "gedankenschwer und federleicht" sowie nicht zuletzt diese nun vorliegende Publikation selbst, zeugen von der ganz besonderen Ästhetik eines individuellen, künstlerischen Ausdrucks als Ergebnis einer "inneren Notwendigkeit".

Fernab von den herkömmlichen professionellen Ausbildungs- und Produktionskontexten und in der Regel ohne eine intendierte Ausrichtung auf ein (Fach-)Publikum, kommen unverstellt und unmittelbar Gefühle, Gedanken und Stimmungen zum Ausdruck. Die Texte wie auch die Zeichnungen beeindrucken dabei gleichermaßen in ihrer Vielfalt, Bandbreite und Qualität und berühren durch ihre Originalität. Offenheit und auch durch ihren Humor.

Kulturelle Teilhabe für Menschen, denen man dies aufgrund ihrer Beeinträchtigungen lange vorenthielt, ist heute glücklicherweise ein zunehmend anerkannter Baustein auf dem Weg der individuellen Krankheitsbewältigung. Dabei können gerade das Schreiben und das angeleitete "kreative Schreiben" dabei helfen, das Leben und die Welt nach oder in einer Krise neu zu ordnen und neu zu benennen. Es hilft gleichsam, sich selbst (wieder) zu begegnen und damit eine Grundlage zu schaffen, auch anderen (wieder) zu begegnen und sich verständlich(er) zu machen. Und umgedreht: dem Leser und Betrachter werden neue und unbekannte, oder eben aber auch gar nicht so neue und unbekannte Welten und Perspektiven, eröffnet.

Gerne unterstützen und fördern wir diese in vielerlei Hinsicht und für viele Seiten bedeutsamen Entwicklungen. Dieser Publikation, den dahinterstehenden Akteuren und ambitionierten Initiativen wünsche ich weiterhin viel Erfolg!

Dr. Andrea Hanke, Beigeordnete für Bildung, Familie, Jugend, Kultur und Sport der Stadt Münster

#### Vor –

#### Dr. Klaus Telger

#### **WORT**

Beginnen wir das Vorwort mit einem Wort des Dankes an alle Autoren, welche uns Lesern und Hörern Wertvolles und Bleibendes geschenkt haben. Hier sind Texte, die uns beeindrucken und anrühren, welche uns zu Herzen gehen, weil sie von Herzen kommen. Sie regen uns zum Nachdenken an, weil sie manches in Frage stellen, was in fest gefügter, so genannter Normalität als selbstverständlich und richtig gilt. Extrem vielfältig wie die Themen ist ihr Ausdruckscharakter und ihre Wirkung: Manche, wie z. B. die Gedichte von Willi Lütkemeyer, stehen mit ihrer elementaren Wucht wie ein Fels in der Seelenlandschaft. Andere wiederum streicheln unsere Sinne oder bringen uns zum Lachen.

Sicherlich geht es teilweise auch um die Auseinandersetzung mit seelischer Erkrankung, der Behandlung und der Psychiatrie als Institution, jedoch sind die Texte nicht Bestandteil oder Produkt von Therapie. Hier geht es um das Schreiben selbst. Viele der Autoren haben sich unter entsprechender Begleitung in einer Schreibwerkstatt zusammengefunden, haben sich dem kreativen Schreiben hingegeben und sind so über die Zeit zu einer vertrauten Gruppe zusammengewachsen.

Im Schreiben kommen sie zu sich selbst, im Lesen und Vorlesen treten sie untereinander in Beziehung. So verbinden sich Prozesse der Verinnerlichung und Verarbeitung mit beglückenden persönlichen Kontakten. Die Ergebnisse sind aufgrund ihres künstlerischen Niveaus Teil der Gegenwartsliteratur und stehen für sich.

Will man in diesem Zusammenhang überhaupt von Therapie bzw. therapeutischer Wirksamkeit sprechen, dann sind in diesem Fall die Autoren Therapeuten ihrer selbst:

"Ja, ich bin ein Eulenspiegel
- lach' dem Elend ins Gesicht;
stampfe Worte in den Tiegel
- Medizin sei mein Gedicht."
(Jens Dombrowski)

Und nicht nur das: Sie sind auch Therapeuten für uns Leser, denn die Medizin "Gedicht" hilft nicht nur dem, der es produziert, sondern auch dem Konsumenten, für den es im eigentlichen Sinn bestimmt ist. Es mobilisiert beim Leser verschüttete Gefühle; es fördert kognitive Neubewertungen und vermittelt heilsame Konfrontationen mit verdrängten Impulsen. Will man also überhaupt von Therapie sprechen,

dann geht diese Therapie von ehemaligen Patienten und den chronisch kranken Menschen selbst aus, welche in ihrer Autorenschaft und mit ihrem Werk ein therapeutisches Potenzial entfalten.

So interessant dieser Aspekt auch ist, zumal er das Weltbild eines Therapeuten auf den Kopf stellt, so wenig ist jedoch eine psychiatrisch-psychotherapeutische Perspektive geeignet, das Wesen dieser Texte zu "erklären". Vielleicht sollte man Erklärungsversuche überhaupt unterlassen, denn sie werden weder dem freien Impetus der Autoren gerecht, noch fördern sie eine achtsame und vorbehaltlose Einstellung der Leser. Wer sich offen auf die Texte einlässt und die Vielfalt wirken lässt, wird am Ende bereichert sein durch das, was die Autoren uns hier vermitteln: Geschichten aus dem Alltag, wobei gerade im Vertrauten das Unergründbare anklingt, der Zauber der Jahreszeiten, groteske Phantasiegebilde, surrealistische Szenen, Verse, die den Geist des Zen atmen, unerfüllte Sehnsüchte, Fragen ohne Antworten und das ganze Unausgesprochene und Unaussprechbare, welches zwischen den Zeilen in den Reimen, Wortspielen und Sätzen mitschwingt.

Zu danken ist neben dem Autorenkollektiv der Alexianer-Schreibwerkstätten auch weiteren Autoren aus anderen Schreibgruppen und aus Zeitschriften der Psychiatrie-Szene im weitesten Sinne.

Der Verdienst der beteiligten psychiatrischen Institutionen, der sozialpsychiatrischen Träger, Vereine und ehrenamtlichen Initiativen besteht darin, das freie Schaffen der Autoren zu fördern, indem Raum und Zeit sowie angemessene Gesprächspartner und Begleiter zur Verfügung gestellt werden. Dieser Beitrag ist besonders wertvoll, wenn es sich nicht nur um ein begrenztes Projekt, sondern um eine kontinuierliche und langfristige Förderung handelt. Auf Seiten der Alexianer ermöglicht das die Brüdergemeinschaft, welche ideell und finanziell Freiräume dieser Art im Gesamtkonzept des "Kunsthauses Kannen" auch zukünftig vorhalten will.

Abschließend gilt unser Dank der Fachhochschule Münster, Fachbereich Sozialwesen, dem Förderkreis Sozialpsychiatrie e. V. Münster mit seiner Zeitschrift "Klinke" sowie weiteren Vereinen und Initiativen für ihr Mitwirken und ihre Beiträge im Rahmen dieser Veröffentlichung. Last, not least und ganz besonders danken wir den Künstlern, Schriftstellern und Therapeuten, welche schon seit langem vielerorts Schreibwerkstätten initiiert haben und seitdem mit den Autoren in engem persönlichen Kontakt stehen. Sie haben entscheidend dazu beigetragen, diesen literarischen Schatz zu heben.

#### Bilder-Schriften & Text-Bilder

#### Lisa Inckmann

\_\_\_

Das Buch verleiht dem Schreiben einen Halt, es bündelt die vielen Texte, Gedichte, Skizzen, Gedanken und Zeichnungen. Dieser Publikation ging eine Ausstellung voraus, in der Texte und graphische Arbeiten aus dem Umfeld der Psychiatrie auf spannungsreiche Weise vorgestellt wurden.

Die Texte vermitteln einen Eindruck von der großen Bandbreite des Schreibens im psychiatrischen Kontext. Neben phantastischvisionären Weltentwürfen, gesellschaftspolitischen Anklagen und philosophisch klingenden Abhandlungen entstehen auch Texte von zarter Poesie und in knappen Zeilen eingefangene humorvolle Alltagsimpressionen. Alle Texte sind geprägt von der individuellen Herangehensweise der Autoren, die sich nicht primär an ein Literaturpublikum wenden. Ihre Arbeit ist in hohem Maße das Ergebnis innerer Notwendigkeit. Dennoch bestechen die Texte durch ihre hohe sprachliche Qualität, und sie führen unseren alltäglichen Umgang mit der Sprache auf verblüffende Weise ad absurdum.

Den Texten wurden freie, abstrakte Zeichnungen von Patienten/Künstlern aus der Sammlung des Kunsthauses Kannen gegenübergestellt. Bereits 2004 fand in Zusammenarbeit mit dem Museum "art en marge" in Brüssel unter dem Titel "Schreibbilder" eine Ausstellung statt, die das Verhältnis zwischen Wort und Bild thematisierte. Es waren Bilder und Objekte, in denen Schrift und Bild einander bedingen, gleichberechtigt nebeneinander stehen, sich überschneiden und Schriftelemente wesentlicher Bestandteil der bildnerischen Darstellung sind und so dem Betrachter das Interpretationsfeld erweiterten. Stand hier die gegenseitige Durchdringung beider Medien im Vordergrund, so sollen nun geschriebenes Wort und Zeichnung als jeweils eigenständige Ausdrucksformen betrachtet werden. In unmittelbarer Konfrontation treten Texte und Bilder auf unterschiedlichste Weise miteinander in Beziehung. Die Zeichnungen von Erwin Winter sind ein zaghaftes Liniennetz, es sind Gedankenfäden, Gedankenströme, zarte Geflechte.

Wie ein gemaltes Pendant zu den Texten von Willi Lütkemeier stellen sich die Zeichnungen von Josef König und Martin Oberwein dar. Das rhythmische Tropfen der Wörter, die ständige Wiederholung zentraler Begriffe in den Gedichten ist auch in der Zeichenart der beiden

Künstler wieder zu erkennen. Mit einer Liebe zum Prozess des Zeichnens, der rhythmischen Bewegung des Stiftes auf dem Papier, werden Zeichnungen geschaffen, die dichte ineinander verwobene und verflochtene Formen zeigen. Der zeichnerische Akt steht hier im Vordergrund und das Gefühl der immer wieder über das Papier gleitenden Farbkreide überträgt sich auch auf den Betrachter.

Trotz der ähnlichen Herangehensweise entstehen bei beiden Zeichnern Werke, die den Freiraum des künstlerischen Ausdrucks nutzen und einen ganz eigenen Eindruck hinterlassen.

Ein fester, bestimmter Strich dominiert die figürlichen Tuschezeichnungen von Heinz Unger, dessen gesichtslose Protagonisten sich in abstrakt wirkenden Räumen aufhalten. Mit wenigen Zeichen entfaltet sich eine Waldlandschaft, die trotz der minimalistische Darstellung. räumliche Tiefe aufweist.

Auch bei Reinhold Wlotzka nehmen die Figuren die zentrale Rolle im Bild ein, aber während diese bei Unger teilweise nur aus vier zusammenhängenden Linien bestehen, sind Wlotzkas Bleistiftfiguren mit feinen Strichen und Details gezeichnet und die Gestalten treten meist in großen Prozessionen auf. Jede Zeichnung erzählt eine eigene Geschichte, die je nach Betrachter einem kirchlichen Aufmarsch oder einem Karnevalsumzug gleicht, worin sich der hintergründige Humor der Bilder begründet.

Wie schon die Künstler zuvor zeichnet Helmut Feder seine Figuren mit zarten Tuschestrichen, und trotzdem erhalten seine Bilder durch die nachträgliche Kolorierung eine Schwere und melancholische Stimmung. Die stummen Figuren erhalten durch die durchscheinenden Blau- und Grautöne etwas Unwirkliches und Düsteres, das sich von seinen reinen Tuschezeichnungen unterscheidet.

Einige handschriftliche Arbeiten weisen aufgrund des ausgeprägt individuellen Schriftbilds bereits eine Nähe zur Handzeichnung auf; hierzu ergibt sich eine Parallele im freien assoziativen Fluss, der den Entstehungsprozess der Texte kennzeichnet. Stimmungen, Gedanken und Gefühle werden in den Schriften genauso unmittelbar umgesetzt, wie es in den "gekritzelten" Zeichnungen durch die Bewegung der Hand geschieht.

Was schon in der individuellen Handschrift der einzelnen Autoren erkennbar wurde, wird auf der dem Buch beiliegenden CD hörbar. Die Interpretation der Gedichte und Texte wird mit dem Verlesen der Werke durch die Autoren selbst so nah wie möglich an die Erfahrungswelt des Hörers herangebracht. Die Ergänzung des Buches durch die Hör-CD vervollständigt das Wahrnehmungserlebnis und erlaubt einen persönlichen Zugang zu den veröffentlichten Texten.

#### Zum vorliegenden Band

Norbert Rath Hans Rüdiger Röttgers

\_\_\_

Die Initiative zu diesem Band ging aus von einer Ausstellung des Jahres 2008 im Kunsthaus Kannen ("Gedankenschwer und federleicht") und einer diese Ausstellung begleitenden Tagung, beide organisiert von Lisa Inckmann, der Leiterin des Kunsthauses Kannen.

Der Band enthält erstens Aufsätze zur Methodik des Arbeitens mit Schreibgruppen bzw. in Schreibwerkstätten im psychiatrischen Kontext, zu Leseclubs für Menschen mit Behinderung, zur Versorgung psychisch Kranker usw.; zweitens literarische Texte von Autorinnen und Autoren mit Psychiatrie-Erfahrung; drittens Texte aus Zeitschriften von (ehemaligen) PatientInnen; viertens einen Anhang mit einer Übersicht über einschlägige Adressen, Zeitschriften, Schreibangebote im Raum Münster (zusammengestellt von Janett Secker), mit einer Liste der Autorinnen und Autoren und mit einem Gesamtverzeichnis der in den Aufsätzen dieses Bandes zitierten Literatur.

Die im zweiten Teil gesammelten Texte stammen vor allem aus Schreibgruppen bzw. Schreibwerkstätten des Alexianer – Krankenhauses Amelsbüren. Hier leiten Brigitte Thie und Nicola Steffen seit Jahren schon sehr erfolgreich Schreibgruppen an (siehe dazu ihre Beiträge in diesem Band). In einem von uns geleiteten Projekt (im Zeitraum von Juli 2008 bis Juli 2009) haben Studierende des Fachbereichs Soziale Arbeit der Fachhochschule Münster sich an bestehende Schreibwerkstätten im Kontext psychiatrischer Einrichtungen angeschlossen oder selbst solche Schreibgruppen gegründet (siehe den Beitrag von Gabi Lechler). Auch aus diesen Gruppen sind einige Texte in den hier vorliegenden Band eingegangen.

In einem im zweiten Teil vollständig abgedruckten Text von Oliver Quinke mit dem Titel "Wenn ich schreiben könnte, würde ich gern ein Buch schreiben", heißt es über das projektierte Buch: "Ein einfaches Buch für einfache Menschen in simpler Sprache – schwer zu verstehen, da vielschichtig komplex und mitunter kompliziert, jedoch einfach – wie das Leben eben; hart, mühsam, steinig – dann federleicht, schwebend und verspielt." Die von Oliver Quinke benannte Spannweite zwischen "schwer" und "federleicht" ist in vielen der hier

14

versammelten Texte und Bilder spürbar. Nicht zuletzt darum mag der Titel "gedankenschwer und federleicht" seine Berechtigung haben.

Ebenso wie schon seit längerem Musik- und Kunsttherapien, gewinnen aktuell Literatur- und Schreibtherapien im Kontext der Psychiatrie zunehmend an Bedeutung. Goethe legt dem von Verfolgungsängsten betroffenen Dichter Torquato Tasso einen viel zitierten Satz in den Mund: "Und wenn der Mensch in seiner Qual verstummt / Mir gab ein Gott zu sagen, was ich leide." Das ist die vielleicht berühmteste Formel dafür, dass Sich-Ausdrücken und Schreiben in psychischen Krisen und Krankheiten helfen kann.

Zu danken ist an erster Stelle den Beiträgern, die ihre wissenschaftlichen, literarischen oder autobiographischen Texte für diesen Band zur Verfügung gestellt haben. Ohne die Initiative und Kooperationsbereitschaft von Lisa Inckmann, der Leiterin des Kunsthauses Kannen, wäre dieses Buch nicht zustande gekommen. Sie zeichnet auch, zusammen mit Thomas Tegethoff, verantwortlich für das Layout. Gerda Moritz erstellte mit großer Zuverlässigkeit die Druckvorlage für dieses Buch. Ihnen allen gilt unser herzlicher Dank.

## normal verRückt – verRückt NORMAL

#### Schreiben in psychischen Krisen. Erinnerungen an ein Projekt an der Uni Münster

Helmut H. Koch

Ich möchte kurz über ein Projekt berichten, über den Prozess der Annäherung an die Thematik "Schreiben in psychischen Krisen", der für mich überraschend und bereichernd war. Ich denke, dass der Bericht auch einen kleinen Einblick in den Stellenwert der Thematik in der jüngeren Vergangenheit und zugleich Einsichten in die Bedeutung und die Wirkungen eines solchen Schreibens erlaubt – für die Schreibenden selbst wie auch für die lesende und miterlebende Öffentlichkeit.

In der zweiten Hälfte der achtziger Jahre wandten sich Redakteure von Patientenzeitungen an die Arbeitsstelle Randgruppenkultur/literatur an der Uni Münster, die dort seit kurzem unter meiner Leitung existierte. Sie fragten mit Blick auf die Sammlung und Betreuung der Literatur von Gefangenen und von Gefangenenzeitungen in der Arbeitsstelle (Koch 2006), ob es nicht möglich sei, in ähnlicher Form die Schreibaktivitäten von PatientInnen der Psychiatrie und der dort erscheinenden Patientenzeitungen zu unterstützen. Auch für sie sei Schreiben eine wichtige, oft existentielle Tätigkeit. Auch sie seien durch die Institution und durch eine sie stigmatisierende Öffentlichkeit ghettoisiert. Ihnen sei daher eine an einer Unterstützung durch die Universitätsstelle "Randgruppenkultur/-literatur" ein Anliegen. Wir selbst fühlten uns zunächst überfordert, waren ja weder Ärzte noch Therapeuten, noch gab unsere Wissenschaft, die Germanistik, zur Thematik viel her. Gewiss nahm die Distanz zwischen Literaturwissenschaft und Psychologie damals schon etwas ab, war das Verhältnis von Genie und Wahnsinn ein Thema, beschränkt allerdings auf Autoren der Weltliteratur. Es gab auch über die Antipsychiatriebewegung generell ein gewisses Problembewusstsein, im Bereich der Kunst war über die Diskussion zur L'art brut ein positiver Zugang zur Qualität der Kreativität vor allem bei schizophrenen Patienten er-

16

wachsen. Aber dies berührte weniger die Literaturwissenschaft. Es gab eher Wahrnehmungen der Thematik von Seiten der Psychologie und Psychiatrie (Prinzhorn, Navratil) oder der Literatur selbst (Kipphardt, März). Auch gab es erste Rezeptionsversuche der Poesiebewegung aus den USA, aber in der expandierenden Schreibbewegung im Deutschland der achtziger Jahre war Poesietherapie noch kein wirkliches Thema.

In zahlreichen Gesprächen mit PatientInnen, die uns in der Forschungsstelle besuchten, wurde uns verdeutlicht, dass gerade eine Aufmerksamkeit der Literaturwissenschaft und der Öffentlichkeit außerhalb der Psychiatrie Sinn mache, um die schreibenden PatientInnen nicht auf einen medizinischen Fall zu reduzieren, sondern sie als Menschen wahrzunehmen. Daher beschlossen wir (Nicola Keßler und ich), uns der Problematik schrittweise anzunähern. Natürlich lasen wir Einschlägiges, gingen aber zugleich auf eine sehr konkrete Entdeckungsreise. So nahmen wir zunächst Kontakt zu einigen Kliniken der Umgebung auf, um uns ein Bild des alltäglichen Umgangs dort mit dem Schreiben zu machen. Es wurde immer wieder bestätigt, dass die PatientInnen offensichtlich häufig schrieben, die Ärzte so wie die Therapeuten aber damit zumeist nichts anzufangen wussten, so dass die Texte ungelesen und unbeantwortet in Krankenakten, in Schubläden oder Papierkörben verschwanden. Häufig wurde der Wunsch geäußert, für den Umgang damit Hilfestellungen zu bekommen. Ausgebildete Poesietherapeuten trafen wir nicht an, es gab sie im Unterschied zu anderen bereits etablierten Kreativtherapien nicht. Häufig wurde von Seiten der Ärzte bzw. der Therapeuten der Wunsch geäußert, für den Umgang mit den schreibenden AutorInnen und ihren Texten Hilfestellung zu finden.

Zur Bedeutung des Schreibens in psychischen Krisen aus der Sicht der Betroffenen. Ein Projekt

Uns interessierte daraufhin besonders, welche Bedeutung Schreiben - und auch Lesen, auf das ich nur kurz eingehen werde - aus der Erfahrung der Betroffenen selbst hat. Da es dazu wenig Untersuchungen gab, baten wir im Jahr 1996 in einem bundesweit gestreuten Aufruf darum, uns entsprechende Erfahrungen brieflich mitzuteilen. Unterstützt wurde dieses Forschungsprojekt finanziell durch das damalige Wissenschaftsministerium in Bonn, Kooperationspartner war auch der Landschaftsverband Westfalen-Lippe.

Das Echo der Betroffenen, die in psychiatrischer oder ambulant therapeutischer Behandlung waren, aber auch von sehr vielen, die sich privat schreibend mit ihrer psychischen Krise auseinandergesetzt hatten, war erfreulich. Wir erhielten in kurzer Zeit von mehr als 800 Einsendern 4300 Texte im Umfang von rund 20 000 Seiten (Koch / Keßler 1998a). Dies scheint uns ein bemerkenswertes Ergebnis, zumal wenn man bedenkt, dass wir durch die relativ unspezifische Streuung des Aufrufs sicherlich nur einen kleinen Teil der Betroffenen erreichen konnten. Es schreiben mithin erstaunlich viele Menschen in psychischen Krisensituationen. Einige hatten auch vor der Krisensituation schon geschrieben, die meisten nicht. Bis auf wenige Ausnahmen hatte niemand bislang einen Text veröffentlicht. Es existiert offensichtlich unterhalb der Schwelle der öffentlichen Wahrnehmung eine beachtliche Subkultur des Schreibens bei Menschen in psychischen und sozialen Krisensituationen.

Geschrieben (und gelesen) wurde in ganz unterschiedlichen Situationen, bei Krankheiten wie Schizophrenie, Depression, Borderline, Magersucht, Belastungen bei Krebs, Erfahrungen von Gewalt, Traumatisierungen durch Krieg, bei Verlust von Menschen, Trennungen, Tod. Es schreiben Menschen aus allen Altersgruppen und aus allen sozialen Schichten, Männer wie Frauen (letztere häufiger). Offensichtlich entspricht das Schreiben - ähnlich wie andere kreative Ausdrucksformen, Kunst, Musik, Tanz usw. - einem anthropologischen Grundbedürfnis, wie wir es schon in archaischen Gesellschaften beobachten können, als kathartische Wirkung in der Antike beschrieben sehen und durch die Geschichte hindurch bis zu methodisch entwickelten Therapien in der Gegenwart beobachten können. Natürlich ist das Schreiben erst eine späte Ausdrucksform, es setzt ja die Beseitigung des Analphabetismus voraus. Manche Autoren berichten auch, wie sehr sie die Barrieren abräumen mussten, die ihnen durch einen formalisierten, entsubjektivierten und lebensfernen Aufsatzunterricht in der Schule im Wege standen.

Aber schreibend können die Menschen offensichtlich die ganze Bandbreite des bewussten und unbewussten Erlebens darstellen. Die Sprache reicht hinab in die tiefsten Schichten des Unbewussten, wie andere kreative Erlebnis- und Ausdrucksformen auch. Wiederholt hat Freud zu dieser Leistung der Sprache hervorgehoben: "Nicht ich, sondern die Poeten haben das Unbewusste entdeckt.". Schreiben, so lesen wir immer wieder in beeindruckenden Texten, ist für viele Menschen in psychischen Krisensituationen ein Mittel, das ihnen entscheidend hilft, das heilt, ja sogar häufig Leben rettet (Koch/Keßler 2002).

18

"...schicke ich Ihnen ein paar meiner Überlegungen, da ich überzeugt bin, dass mir die Gabe, Gedanken und Gefühle schriftlich formulieren zu können, mein Leben gerettet hat... Der Wunsch nicht mehr leben zu müssen, um endlich von den Qualen des Daseins erlöst zu werden, löste in mir eine Flut von geschriebenen Worten aus. Ich hatte das Gefühl, so lange schreiben zu müssen, bis diese innerliche Not "weggeschrieben" sei."

Annette Rex hat in ihrer Arbeit "Auf der Suche nach dem verlorenen Sinn – Über den Nutzen des Schreibens als Instrument der Bewältigung von Traumata und Krisen" (Rex 2009) Aussagen der AutorInnen der uns zugesandten Texte auf die Wirkungen des Schreibens untersucht. Sie hat die von den AutorInnen meist genannten Begriffe statistisch ermittelt, die für die Wirkungsmöglichkeiten des Schreibens stehen (Auswahl):

Entlastung/Befreiung Anstoß/Veränderung

Vergangenes abschließen Unfassbares in Worte fassen

Klarheit/Einsicht

Krisenhilfe/Bewältigung Distanzierung

Ausdruck von Leid Persönlichkeitsentwicklung

Auseinandersetzung Wiedergewinnung von Kontrolle/

Rettungsanker Therapie

Festhalten Sich schreibend wehren

Zu sich kommen Freude Mitteilung Ventil

Kommunikation Inneres nach außen verlagern

Hilfe für andere Halt

Rückhaltlose Offenbarung Sinngebung Geschrieben werden Verdichtung

Mut/Kraft

Schreiben betrifft Effekte der kathartischen Entlastung, Prozesse der Suche nach der in Frage gestellten Identität, der Wiederherstellung von Lebenskraft, nach kognitiver Reorganisation gestörter psychischer Zustände und misslingender Lebenspraxis und der Wiederherstellung sozialer Bezüge (Telger 2002). Wenn wir die Freudschen Kategorien zum autobiographischen Schreiben (Erinnern, Wiederholen, Durcharbeiten) zugrunde legen, so ist Schreiben in der Lage, das Erinnern hin bis zur schmerzhaften, eruptiven Freilegung tief verschütteter Ereignisse zu leisten, diese Erinnerungsfragmente zu erfassen,

festzuhalten und ins Bewusstsein zu heben (Wiederholen) und auf Ursachen und eine andere Lebenspraxis hin zu reflektieren (Durcharbeiten).

Die Formen des Schreibens sind außerordentlich vielfältig. Häufig findet sich die Praxis des freien Schreibens, in dem sich das Unbewusste, Vergangene, gegenwärtig Bedrängende in eruptiver, schmerzhafter, oft befreiender Weise ausdrückt. Einige AutorInnen haben uns ganze Kisten von Tagebüchern zugeschickt. Manche berichten, wie rauschhaft Worte, Sätze, Bilder aus dem Inneren hervordrängen und fast automatisch in Prosa oder auch in Gedichten Gestalt annehmen. Es finden sich fragmentarische Erinnerungsfetzen, Bildassoziationen, Briefe (bisweilen nicht abgeschickt, z.B. an den verstorbenen Vater), Gebete, längere autobiographische Texte, Krankheitsbeschreibungen, ins Fiktionale verschobene Erzählungen, Satiren (z. B. auf die Institution Psychiatrie), Essays und lebenspraktische Reflexionen.

Es ist mithin nicht so, dass das Schreiben sich auf ein freies, eruptives und ungesteuertes Tun reduzierte. Die formende Tätigkeit ist nicht zu unterschätzen. Schon die Notierung des Buchstabens, des Wortes, gar des Satzes oder die Gruppierung einer Satzfolge erfordern Konzentration und Energie, die jeweiligen Gestaltungsprozesse sind bereits ästhetische Prozesse, die für Menschen wichtig werden, die (z.B. in der Depression) dabei sind, sich in Sprachlosigkeit zu verlieren oder die nach dem Abtauchen in die große Dunkelheit Stück für Stück schreibend ins Leben zurückzufinden versuchen. Über den Wert des im engeren Sinn literarischen Schreibens über die freien Schreibprozesse hinaus hat Lutz von Werder viel Nachdenkenswertes inclusive konkreter Schreibanleitungen veröffentlicht (v. Werder 1996, Koch/Keßler 1998a, Bd.I). Ich neige nicht dazu, den therapeutischen Wert hauptsächlich dem literarischen Schreiben zuzurechnen. Wir finden in unseren Texten reichlich Beispiele dafür, welche bedeutenden Wirkungen etwa das Tagebuchschreiben haben kann. Und doch können aus intensiven Ästhetisierungsprozessen auch starke psychische Wirkungen hervorgehen.

Ein sehr einfacher Text, der gleichwohl beachtliche Momente einer formalen Gestaltung und damit verbunden eine Einübung in eine geordnete Lebensführung beinhaltet, findet sich in einem ansonsten teilweise chaotischen Tagebuch aus der Psychiatrie (Koch / Keßler 1998a, Bd.II).

#### Was habe ich schon erreicht:

- 1. .....Jeden 2.o.3. Tag duschen mit Haare waschen, eincremen.
- 2. .... Morgens und abends Zähne putzen.
- 3. .....Abends 22 Uhr ins Bett gehen.
- 4. .....Ich nehme mich selbst etwas mehr an.
- 5. ....Zimmer putzen klappt.
- 6. .....Durchhalten des Tagespensums.
- 7. ....Übung v. Paul Trampler abends.

Wir finden hier bereits ganze Worte, eine intakte Rechtsschreibung, systematische und parallel gesetzte Stichworte als Handlungsanleitung, eine größten Teils logisch gegliederte Folge der Punkte, eine sorgfältige Schrift (im Original), eine fast in Versform notierte Abfolge der Notizen, eine stimmige Nummerierung und Interpunktion. Der Text zeugt, bei aller Schlichtheit, doch bereits von hoher Konzentration beim Schreiben, der Strukturierung eines bereits komplexen Textes wie auch bei der Reorganisation des Alltags und der Psyche.

Beispiele für ein dezidiert literarisches Schreiben im Prozess der Auseinandersetzung mit der als Kind erfahrenen Gewalt finden sich u.a. in einer Zusendung von Miriam Miller-Davies (Koch/Keßler 1998b).

### UND ES WEINTE STRECK NUR RUHIG ...

und es weinte streck weinte immerzu nur ruhig deine das kleine Mädchen kleinen Fingerchen mit den kleinen Händen nach meiner Liebe aus Füßchen mein Kind mit der zarten Haut du greifst die Locken der weiche Mund doch die runde Stirn ins Leere und seine Tränen flossen ohne Ende aus den Augen der erwachsenen Frau

22

Petzoldt/Orth betonen das Besondere eines solchen lyrischen Sprechens: "In der Poesie eröffnet die Welt uns einen unmittelbaren Zugang zu sich. Doch sind es nicht nur die Worte, sondern die Evokationen, die Zwischenräume, die Absätze, Pausen, die poetischen Formen und das, was sie umgreifen und beinhalten, die bedeutsam werden. Das "Mehr" in der poetischen Sprache, ihr Reichtum an Verweisungen bis zur Unergründlichkeit, macht ihre Lebendigkeit aus." (Petzoldt/Orth 1995)

## Zwischenbemerkung zur Bedeutung des Lesens in psychischen Krisen.

Es mag erstaunen, in wie vielen Briefen die hohe Bedeutung des Lesens in psychischen Krisen beschrieben wurde. Fast durchgängig werden die Wirkungen des Lesens qualitativ denen des Schreibens gleich gestellt. Die Auffassung, Schreiben sei produktiver, reiche tiefer und erfasse mehr Schichten einer Person, Lesen sei hingegen leichter, oberflächlicher, passiver, bestätigt sich nicht. Die Katharsistheorie der Antike bezog sich bereits auf die Bedeutung der Rezeption des Theaters. Diese Auffassung ist in der Geschichte der Literatur und des Lesens nie ganz verloren gegangen. Neuerdings wird eine solche Auffassung von einer ganz anderen Seite, nämlich der Gehirnforschung bestätigt, in der eine neue Sensibilität für die ganzheitliche, produktive und tiefenpsychologische Wirkung des Lesens entsteht. Es sind in den Texten der Betroffenen nicht unbedingt hoch literarische Texte, die zu einer so weitreichenden Lesewirkung führen, obschon deren Bedeutung nicht relativiert werden soll. Sehr häufig wird die Wirkung allerdings durch die Lektüre von Sachbüchern, autobiographischen Texten, auch sogenannter Trivialliteratur erreicht. Für viele Menschen in Krisen gehen Schreiben und Lesen Hand in Hand, beide entfalten zusammen ihre Wirkung.

Um nur ein Beispiel für die Bedeutung des Lesens anzuführen (Koch / Keßler 1998a): Eine Autorin, alkoholsüchtig, depressiv, suizidgefährdet, liest ergriffen die Nacht hindurch einen autobiographischen Bericht über den Kampf gegen den Krebs.

"Was wirklich in der Nacht mit mir geschah war viel aufregender. Dieses Buch gab mir Worte, Worte für konfuse Gefühle, für Ahnungen und für Wünsche. Dämonen, die mich so lange gefolgt [verfolgt?] und gejagt hatten, wurden gebannt von den Namen, die ich in diesem Buch fand....Die Angst, allein und unverstanden auf dieser Welt zu sein, fand ihr Ende. Es gab einen Menschen, der meine Lebensphi-

losophie formuliert und in einem Buch festgehalten hatte. Kein Zweifel, im Laufe dieser 200 Seiten endete meine Sucht nach Zerstörung, und ich entwickelte eine Lust auf Leben und darauf, etwas aufzubaun. Mein Traum von meinem besseren Leben sollte Wirklichkeit werden."

## Schreiben und Öffentlichkeit. Die Münsteraner Kulturfestivals normal verRückt verRückt normal

Schreiben ist ein monologisches Medium. Selbst beim Schreiben eines Briefes ist der Adressat nicht anwesend, oft weit weg. Ein solches Schreiben hat den Vorteil der Freiheit von äußerem Erwartungsdruck, des Fehlens von Zeitdruck, der stärkeren Konzentration auf das Ich, der größeren Ehrlichkeit, der genaueren Formulierung, des unkontrollierten Loslassens von Gefühlen. Wir haben daher öfters gelesen, wie katastrophal und jede Schreibmotivation zerstörend es sich ausgewirkt hat, wenn eine unbefugte Person im intimen Tagebuch gelesen hat. Und des öfteren verbrennen Autoren ihre Tagebücher, wenn sie bestimmte Situationen bewältigt haben.

Aber wir lesen auch immer wieder, wie wichtig nach dem monologischen Schreiben oder auch begleitend das Gespräch für viele ist, mit Freunden oder auch mit betreuenden Therapeuten. Und auffällig ist auch, wie viele uns frei und offen geschrieben und Texte beigelegt haben, die in ganz persönlicher Form in Phasen tiefer Krisen entstanden sind und die Krankheit sowie den Heilungsprozess dokumentieren. Die Tatsache der Einsendung der Texte an eine anonyme Universitätsadresse hat etwas Anrührendes, insofern dahinter eine hilflose Geste zu stehen scheint: Wenn sich schon niemand für mein Schreiben interessiert, dann wenigstens interessierte anonyme Leser. Noch im intimsten Schreiben scheint daher oft der unausgesprochene Wunsch nach Kommunikation verborgen zu sein.

Häufiger wird jedoch der Wunsch deutlich, die eigene Erfahrung an die Öffentlichkeit weiterzugeben. So wie den Schreibenden in schier auswegloser Situation das Lesen von den Erfahrungen anderer geholfen hat, so soll jetzt die Beschreibung der eigenen leidvollen Erfahrung der Krankheit und der Schwere des Heilungsprozesses den sich in ähnlicher Lage befindenden Hilfsbedürftigen Nutzen bringen. Und es soll auch eine Öffentlichkeit von diesen Erfahrungen Kenntnis haben, die aus Unkenntnis die Welt der Krankheit, der psychischen Krisen und der Institution Psychiatrie die Kranken stigmatisiert und ins Abseits abschiebt. Wir haben den Wunsch nach Öffentlichkeit verschiedentlich aufgegriffen, haben Autorenlesungen und Textbegegnungen arrangiert, viele Texte auch in Buchform veröffentlicht.

24

In den Lesungen war bei den AutorInnen zu beobachten, wie schwer ihnen oft die ungewohnte Situation eines öffentlichen Auftritts war, wie beglückt sie jedoch waren, diesen Schritt gewagt zu haben und in intensive Gespräche mit dem Publikum eintreten zu können. In diesen Gesprächen zeigten sich viele ZuhörerInnen überrascht, ein ganz anderes Bild von Kranken oder ehemaligen PatientInnen zu erleben als sie sich dieses vorgestellt hatten (Koch 2002). Vielen Gesprächsteilnehmern wurde bewusst, dass ihnen die vorgetragenen psychischen Belastungen so fern gar nicht waren. Auf schöne Weise wurde sehr häufig deutlich, wie bereichernd für die Zuhörer die Lesungen und die Begegnungen mit den AutorInnen waren. Und es war wohl auch eine Erfahrung, dass Kategorien wie gesund und krank, normal und verrückt sich schnell relativieren.

Wir sind in Münster dann einen Schritt weiter gegangen und haben zwei große Kulturfestivals veranstaltet: Grenzgänge – normal ver-Rückt verRückt normal. Diese Festivals fanden 1996 und 2000 statt (Koch / Pittrich / Telger 2002). Veranstalter waren die Dokumentationsstelle Literatur und Psychiatrie an der Universität Münster, die Stadt Münster, der Landschaftsverband Westfalen-Lippe, verschiedene Kliniken, insbesondere das Alexianer - Krankenhaus und das Theater Sycorax. Neben dem Schwerpunkt Literatur war die ganze Bandbreite kreativen Schaffens aus den Bereichen psychischer Grenzsituationen in und außerhalb der Psychiatrie präsent, Kunst, Musik, Theater, Film, Tanz etc. Beteiligt waren an die siebzig Gruppen und Einzelpersonen, täglich gab es eine Woche lang mehrere Veranstaltungen, es gab ein wissenschaftliches Begleitprogramm, allerorten hingen große künstlerisch gestaltete Plakate, die Veranstaltungen waren sehr gut besucht, die Medien zogen mit, es gab eine dichte Präsenz einer sonst kaum sichtbaren Welt mit einer Unsumme von Begegnungen. Es würde zu weit führen, darüber im einzelnen zu berichten. Stellvertretend mag die Reaktion einer Psychiatrieerfahrenen zitiert sein, die in der Zeitung des Psychosozialen Zentrums Münster "Die Klinke" abgedruckt war (Koch / Pittrich / Telger 2002):

"Was für ein schöner Gegensatz! Eine ganze Woche lang war die Stadt offen für uns, die psychisch Kranken. Wir sind zu Wort gekommen, uns eine Sache wurde behandelt. Man hat uns Raum gegeben, geachtet: Wir leben, wir sind kreativ! An schlimme, gegenläufige Tendenzen in unserer Gesellschaft jetzt nicht denken, sagte ich mir, als ich nachts nach den Veranstaltungen durch die erleuchteten Straßen nach Hause ging. Ich trug den Kopf hoch und war ziemlich glücklich. Feiern, Fest-

halten: Münster gehört auch mir und meinen Leuten. Und wird, wer den Leidenden ihre Würde zurückgibt, nicht auch selber schöner?"

#### Ausblick

Im Moment, in dem ich diesen Text schreibe, erhalte ich als Leiter der Dokumentationsstelle Literatur und Psychiatrie an der Uni Münster eine e-mail, die ich zitiere, weil mich ähnliche Anfragen des öfteren erreichen: "...Ich bin ein Psychiatrieerfahrener, war auch in der Forensik, lebe derzeit noch in einem Wohnheim und möchte ihnen gern ein paar Texte zum Thema von mir zur Veröffentlichung schicken (siehe Dateianhang). Ich denke die Gedichte sprechen für sich..." Ich werde die Texte in das im Moment im Aufbau befindliche digitale Archiv zur Literatur aus psychischen und sozialen Grenzsituationen stellen (www.randgruppenliteratur.de), das die Arbeit der Dokumentationsstelle Literatur und Psychiatrie an der Uni Münster fortsetzt. Diese Website hat zwei zentrale Ziele: Zum einen die so wichtige und beeindruckende Literatur zu dokumentieren und sie vor der Nichtbeachtung und dem Vergessen zu bewahren. Dort soll auch in exemplarischer Form ein Teil der im Projekt eingegangenen 4500 Texte vorgestellt werden, die im übrigen als komplette Sammlung auch im Universitätsarchiv der Uni Münster einsehbar sind. Ferner werden auch weiterhin die Patientenzeitungen und die Zeitungen Psychiatrieerfahrener gesammelt und auf der Website dokumentiert. Die Sammlung der Patientenzeitungen aus den letzten beiden Jahrzehnten steht jetzt komplett im Bundesarchiv Koblenz und ist da zugänglich.

Zum andern beabsichtigen wir, die Literatur aus psychischen und sozialen Krisensituationen einer möglichst großen Leserschaft zur beidseitigen Bereicherung präsent zu halten, vielleicht sogar als Grundlage einer Kommunikation über die Texte.

Solche Begegnungen könnten, so ist meine Hoffnung, in der Öffentlichkeit zu einem reflektierteren Umgang mit den Begriffen und Vorstellungen von Gesundheit und Krankheit, Normalität und Irrsinn beitragen wie auch zur Selbstreflexion der Gesellschaft als Mitverursacherin vieler Krankheiten. "Ich werde krank, wenn man mich kränkt. Das ist die normalste Reaktion." So lesen wir in einem Text der Münsteraner Autorin Lisa Stiller (Koch / Keßler / Langer 1998 ). Sie stellt

26

die Kategorien von Normalität und Irrsinn auf den Kopf: "Mein Leid ist die stille Antwort auf die Gewalt. Ich schreibe, um der Gewalt etwas entgegenzusetzen und mit den Verletzungen fertig zu werden." In solchen Sätzen klingt die Hoffnung nach Heilung und Lebensrettung an. "Ich schreibe, damit die Wunden heilen können, irgendwann." Aber sie implizieren auch eine Anfrage, wie denn der Irrsinn der Gewalt, der sich so selbstverständlich als Normalität ausgibt, aus der Welt geschafft werden kann.

Berning, Johannes / Keßler, Nicola / Koch, Helmut H. (Hg.) (2006): Schreiben im Kontext von Schule, Universität, Beruf und Lebensalltag, Münster,

Koch, Helmut H. (2002): Im Herbst, da reiht der Feenwind ... Textbegegnungen. In:

Koch, H. H. / Pittrich, W. / Telger, K. (Hg.), Grenzgänge. Normalität und

Irrsinn in Literatur und Künsten. Münster, S.29 ff.

ders. (2006): Schreiben und Lesen in sozialen und psychischen Krisensituationen -

Annäherungen. In: Berning, J. / Keßler, N. / Koch, H. H.: Schreiben im

Kontext von Schule, Universität, Beruf und Lebensalltag. Münster, S.102 ff.

Koch, Helmut H./ Keßler, Nicola (Hg.)(1998a): Schreiben und Lesen in psychischen Krisen.

Bd.1 Gespräche zwischen Wissenschaft und Praxis. Bd.2 Authentische Texte: Briefe, Essays, Tagebücher, Bonn,

dies. (Hg.)(1998b): ...fast wie Phönix, Literarische Grenzgänge, Mit Bildern von Ursula

dies. (Hg.) (1998c): Münsteraner AutorInnen: "...stellst mein Leben in Frage." Grenzerfahrungen. Münster.

dies. (Hg.) (2002): Ein Buch muss die Axt sein... Schreiben und Lesen als Selbsttherapie. Krummwisch

dies. / Langer, Ruth (Hg.)(1998): Hoffnungsvögel. Grenzerfahrungen. Texte Münsteraner AutorInnen. Mit Zeichnungen von Ursula Jüngst. Münster.

Koch, Helmut H. / Pittrich, Wolfgang / Telger, Klaus (Hg.) (2002): Grenzgänge. Normalität und Irrsinn in Literatur und Künsten. Gedanken, Texte und Bilder aus

Münsteraner Kulturprojekten. Münster.

ders. / Jüngst, Ursula / Pittrich, Wolfgang / Knirim, Helmut (Hg.)(2004): Spaces to live.

art & psychiatry - Lebenswelten. Kunst und Psychiatrie. Münster.

Petzoldt, Hilarion/Orth, Ilse (Hg.)(1995): Poesie und Therapie. Über die Heilkraft der

Sprache. Poesietherapie, Bibliotherapie, literarische Werkstätten. Paderborn.

Rex, Annette (2009): Auf der Suche nach dem verlorenen Sinn. Über den Nutzen des

Schreibens als Instrument der Bewältigung von Traumata und Krisen. Münster. Sommer, Marie / Berning, Johannes (2007): Schreiben – Magersucht – Bulimie. Eine

autobiographische und literarische Reise durch meinen fremden Körper. Münster.

Straub, Stefan (2001): Wenn Worte durchbrechen. Kreative Schreib- und Erzählmöglichkeiten in Therapie und Persönlichkeitsentwicklung – ein

Integrativer Ansatz in Theorie und Praxis am Beispiel der Arbeit mit

Jugendlichen Gefangenen, Münster.

Telger, K. (2002): Die Psychiatrie als Schreibwerkstatt. Ein Praxisbericht aus dem

Alexianer-Krankenhaus. In: Koch, H. H. / Pittrich, W. / Telger, K. (Hg.): Grenzgänge.

27

Normalität und Irrsinn in Literatur und Künsten. Gedanken, Texte und Bilder aus Münsteraner Kulturprojekten. Münster, S. 38 ff.

Werder, L.. von (1996): Erinnern, Wiederholen, Durcharbeiten. Die eigene Lebensgeschichte kreativ schreiben. Berlin / Milow.

#### »Das

#### EISMEER IN MIR«

## Autobiographische Äußerungen von Kindern und Jugendlichen mit Essstörungen und Depressionen

#### Norbert Rath

"Danke, dass Sie mir geholfen haben, wieder zu lachen!!!" Dieser Satz einer seiner ersten Klientinnen ist für Andreas Jordan bedeutsam geworden; er bezeichnet ihn als "Motor" seiner Arbeit in der Kinder- und Jugendpsychiatrie. Jordan ist Herausgeber des hier vorzustellenden Buches (Jordan 2007); er arbeitet als Diplom-Sozialpädagoge auf der psychosomatischen Station mit dem Schwerpunkt Essstörungen des Katholischen Kinderkrankenhauses Wilhelmstift in Hamburg. Auch andere Mitarbeiter dieser Einrichtung haben an dem Band mit eigenen Beiträgen mitgewirkt, der Chefarzt Joachim Walter (S. 167-169), der Diplom-Sozialpädagoge Thomas Kobsa (S. 170 f.), eine Praktikantin (E. Miller, S. 172 f.) und eine Auszubildende (J. Willbrandt, S. 174 f.).

Die wichtigsten Beiträge aber stammen von Kindern und Jugendlichen, zumeist zwischen 14 und 18 Jahre alt, die Wochen, Monate oder sogar Jahre im Wilhelmstift Hamburg verbracht haben und offen über sich und ihre Erfahrungen mit Depressionen und Ängsten, Magersucht oder Bulimie, ihrem "Ritzen" und ihren Suizidversuchen sprechen. Die meisten ihrer Beiträge sind zwischen 2005 und 2007 in der klinikinternen Zeitschrift Der Psychotempel erschienen. Deutlich wird darin zum einen die Innensicht: Wie sehen jugendliche Patienten ihre eigenen Verhaltensweisen, wie stellen sie sich zu psychischen Störungen, wie nehmen sie die Therapiebemühungen und den Alltag einer Kinder- und Jugendpsychiatrie wahr? Zum andern aber, und das ist vielleicht noch wichtiger, wird immer wieder ein großer Lebens- und Heilungswille deutlich. Jugendliche, die sich ihren Eltern oder Freunden gegenüber völlig abgeschottet oder sogar sich selbst schon aufgegeben hatten, formulieren in eindrucksvoller Weise, wie sie ihren Weg zu andern und zu sich selbst zurück gefunden haben oder wieder zu finden hoffen.

28

Der Titel "Das Eismeer in mir" bezieht sich auf die Betrachtungen der fünfzehnjährigen Lisa zu Caspar David Friedrichs Bild "Das Eismeer / Die gescheiterte Hoffnung": "Ich erstarre. / Die spitzen, harten, fast beängstigenden Eisschollen türmen sich im Mittelpunkt der Komposition. / Gewaltig und tötend. [...] Einsamkeit und Verlorenheit guälen sich wie Geister durchs Meer. / Reste des Schiffsmasts schauen wie Hilfeschreie aus dem Eis. / [...] Ich verschmelze mit dem Bild. / [...] Dies ist mein persönliches Lieblingsbild, da es meiner seelischen Verfassung entspricht." (S. 40 f.) Auch in einem weiteren Text findet sich das Bild des Gefrorenseins: "Ich bin gefangen im Kreis, / gefroren wie im Eis." (Sarah, 15 J., und Silke, 17 J., S. 79) Das Motiv des Eingefrorenseins mag auf eine z.B. in familiären Beziehungen verspürte Kälte hindeuten. Es ist dieser Krankheit aber auch physiologisch ganz eindeutig zuzuordnen: Die Magersucht verursacht u. a. "Kreislaufprobleme, der Puls ist sehr niedrig, man friert, Hände, Zehen und Lippen sind blau. [...] Hey, Mädels und Jungs, sucht das Glück des Lebens, indem ihr das Leben lebt, aber in der Magersucht werdet ihr es nie finden!" (Anja, 13 J., und Sonja, 17 J., S. 55)

In vielen der kurzen, meist nur zwei- bis dreiseitigen Berichte wird nicht nur eine Problemschau vorgenommen, sondern ein Schritt zur Gesundung vorgeschlagen. (Ein ausführlicherer, fast 200 Seiten langer Erfahrungsbericht einer von Essstörungen Betroffenen findet sich in dem Band: Sommer/Berning 2007.) Magersucht erscheint als falsche Freundin – "ich weiß jetzt, dass sie der falsche Umgang für mich ist" (Sabrina, 17 J., S: 99 f.), oder als Rauschmittel: "Die Magersucht ist wie eine Droge, sie benebelt mich im Rausch des Nichtsessens." (Felicitas, 15 J., S. 73). Sie entspringt einem besonderen Hunger: "Mein Leben unter Kontrolle haben, dünn sein, den anderen etwas beweisen, aber vor allem nach Liebe hungern. Nach Liebe, die ich nie gespürt habe." (Celina, 16 J., S. 84) Eine bewusste Entscheidung gegen die Selbstaushungerung ist notwendig: "ich weiß, dass ich nicht rückfällig werden will. Ich will nicht mehr hungern und traurig und allein sein. [...] Probleme kann man nicht mit Essen oder Nicht-Essen lösen, sondern nur, indem man sich ihnen stellt. Und eines schönen Tages findest du genug Kraft, Mut und Zuversicht, um dich von den Fesseln des Zögerns und der Angst zu befreien und ein neues Leben zu beginnen." (Bianca, 17 J., S. 104) In mehreren der Beiträge wird allerdings auch deutlich, dass gerade bei Anorexie die Rückfallgefahr hoch ist und dass es dann gilt, ein weiteres Mal zu versuchen, den Weg ins Freie zu finden.



Caspar David Friedrich: Das Eismeer (um 1823/24)

Die Patienten finden oft beeindruckende Bilder für ihre Problematik und ihre Lösungsversuche. Ein halluzinierender Jugendlicher berichtet von dem Gefühl, "dass ich dauerhaft alles träumte. Da ich diesen Zustand nun seit gut drei Jahren habe, lernte ich mit ihm zu leben, ihn quasi zu bewirten. [...] Da dieser "Traumzustand" nun auch dafür sorgte, dass ich vollkommen lustlos und müde wurde, verlor ich quasi mein komplettes ICH. Mir war alles egal. Ob Schule oder Freunde. Nur die Musik nicht." In Folge seiner Stabilisierung auf der kinderund jugendpsychiatrischen Station schöpft er neue Hoffnung: "Jeder, der hier war, weiß, dass sich oft hinter dem kleinsten Lichtstrahl die Sonne verbirgt, welche sich langsam am Horizont hochzieht, bis sie die höchste Stelle erreicht hat." (Finn, 16 J., S. 47 f.)

Offenheit und Authentizität dieser autobiographischen Skizzen sind bemerkenswert. Vanessa, 15 J.: "hier sind die ehrlichsten Menschen, die man zu Gesicht bekommen kann, und besondere Menschen; gerade weil sie Probleme haben. [...] Hier im Krankenhaus herrscht ein unheimlich besonderer Umgang miteinander – der ehrlichste und unverfälschteste, den man finden kann. Man lernt Freunde kennen auf einer so ehrlichen und vertrauensvollen Basis wie sonst nirgends. Man braucht sich nicht zu verstecken oder sich gehemmt zu fühlen, weil man krank ist, da hier jeder seine kleine Macke hat." (S. 119 f.)

Als distanzierendes Moment gegenüber der eigenen Störung und sogar als heilende Kraft wird der Humor erlebt: "Das große Geheimnis ist vielleicht gar keines, aber man braucht eine Weile, um dahinterzukommen: Man braucht einfach Humor und muss alles ein bisschen locker sehen, dann wird es schon wieder. Manchmal glaube ich sogar, das ist das Konzept hier – nervt die Patienten so lange, bis sie lachen müssen, dann geht es ihnen besser." (Jana, 15 J., S. 62) Das heißt natürlich nicht, dass die Anorexie als eine lebensbedrohliche Krankheit von den Therapeuten nicht ernst genommen würde. Es wird nicht verschwiegen, dass eine Beiträgerin mit gerade einmal 18 Jahren verstorben ist (S. 60).

Die erst zehnjährige Lucie spricht das zentrale Prinzip der Hilfe durch klärende Gespräche in einfachen Worten aus: "So viel kann man sagen. / So viel kann man verstehen. / So viel Leid in sich tragen. / Doch wer kann das schon sehen. / Man muss es sagen. / Damit man es versteht. / Denn dann kann die Hilfe kommen. / Das Leid kann gehen." (S. 146) Man muss das, was im Innern belastet, äußern, damit es bearbeitet werden kann, muss die starre Panzerung öffnen,

damit ein Hebel für eine Veränderung ansetzen kann. Vielleicht kann das sogar durch Aufschreiben des krisenhaften oder traumatischen Erlebens geschehen (vgl. Rex 2009). Dann ist das "Eismeer in mir" vielleicht nur noch eine Metapher und kein unabwendbares Schicksal mehr: "Ich hab mich befreit / von all dem Leid. / Verlasse den Kreis, / durchbrochenes Eis." (Sarah, 15 J. und Silke, 17 J., S.79) Der Ratschlag einer wegen ihrer Depressionen stationär untergebrachten Patientin für ihre Mitpatientinnen lautet: "Ich hab noch einen Tipp für euch und zwar: "Gebt nie die Hoffnung auf, es gibt immer einen Ausweg"." (Jessica, 16 J., S. 42)

Besser als Lucie könnte es auch ein erfahrener Therapeut nicht ausdrücken: "Man muss es sagen. / Damit man es versteht." (S. 146) Ein treffendes Motto auch für Schreibwerkstätten für Menschen in psychischen Krisen: Es geht um das Selbstverstehen, um den Zugang zu sich selbst. Oder, um es mit den Worten des Schriftstellers und Literaturwissenschaftlers Hans-Ulrich Treichel zu sagen: "Schreiben stellt den Versuch dar, Balance zu halten: zwischen mir und der Umwelt, zwischen meinen Gefühlen und meinen Lebenserfahrungen. (...) Durch das Schreiben kann ich mich wieder in eine Art Balance bringen. Beim Schreiben kann ich auch meine Biografie ausbalancieren das, was faktisch gewesen ist, noch einmal neu ins Spiel bringen und die Schwerpunkte fiktional verändern." (Treichel 2009, S. 191)

Jordan, Andreas (Hrsg.)(2007): Das Eismeer in mir. Gedanken von Kindern und Jugendlichen mit Essstörungen, Depressionen und Psychosen. Hamburg: Hamburger Kinderbuch Verlag Dr. Carlos Schumacher.

Rex, Annette (2009): Auf der Suche nach dem verlorenen Sinn. Über den Nutzen des Schreibens als Instrument der Bewältigung von Traumata und Krisen (Pädagogik und Psychologie, Bd. 4). Münster: LIT.

Sommer, Marie (mit Johannes Berning) (2007): Schreiben – Magersucht – Bulimie. Eine autobiographische und literarische Reise durch meinen fremden Körper (Pädagogik und Psychologie, Bd. 3). Münster: LIT.

Treichel, Hans-Ulrich (2009): Balance finden beim Schreiben, in: Im Labyrinth der Seele. 100 Streifzüge durch die Psychologie, hg. v. Heiko Ernst u. a., Weinheim und Basel: Beltz 2009, S. 190 f.

## <u>Schreib</u> – DISZIPLIN

#### Burkhard Spinnen

Schriftsteller zu werden: das heißt ganz wesentlich – so jedenfalls meine Erfahrung: herausbekommen, was für ein Schriftsteller man eigentlich ist. Nein, ich meine jetzt nicht: was man schreiben soll und schreiben kann. Sondern: herauszufinden, was für eine Art von Arbeiter man ist.

Nun gibt es eine Reihe von Rollenbildern für Schriftsteller; und die meisten davon lernt man kennen, noch bevor man zum ersten Mal versucht hat, ein Gedicht oder eine Geschichte zu schreiben. Rollenbilder sind etwas nützliches, aber sie sind auch sehr gefährlich. Im Rollenbild, das am meisten verbreitet ist, erscheint nämlich der Schriftsteller als Tagedieb, der im Hellen pennt oder soziales Unheil anrichtet, eine nach der anderen raucht, verführt und unglücklich macht, zu trinken beginnt, bevor es dunkel wird, um dann irgendwann um Mitternacht in einem Anfall von Schöpfungswut sein Tagesguantum in eine alte Schreibmaschine zu hämmern.

Ich will nicht bestreiten, dass dieses Rollenbild eine gewisse Korrespondenz zur Wirklichkeit unterhält. Es kann aber für einen angehenden Schriftsteller sehr lästig sein, sich Jahre lang mit Absicht halb um den Verstand zu trinken, um dann festzustellen, dass er eher einer ist, der am besten morgens arbeitet, frisch rasiert und gut gefrühstückt. Ganz im Ernst: Schriftsteller zu werden bedeutet in vielerlei Hinsicht die Arbeit, sich durchs Klischee hindurch oder an ihm vorbei zu arbeiten. Das gilt natürlich für die Inhalte; aber es gilt auch für die Lebensführung. Die muss so individuell, so absolut not-wendig sein, wie es die Texte sein sollten. Ansonsten liegt man als Autor ein Leben lang im Clinch mit seinem Körper und das heißt auch: mit seinen produktiven Kräften.

Lassen Sie es mich mit einem Beispiel versuchen. Bei Gesprächen über den Arbeitsalltag des Schriftstellers fällt gerne das Wort von der Schreibdisziplin. Dabei stellen sich die meisten Leute vor, es gehe darum, man müsse sich zwingen, möglichst lange vor dem Blatt Papier oder dem Monitor auszuharren. Es ist ja in den meisten Fällen so, dass kein Chef und keine Stempeluhr meinen Aufenthalt am Ar-

beitsplatz kontrollieren. Ich selbst muss mich motivieren, beruhigen, anspornen, kritisieren und vielleicht sogar loben.

Das stimmt und es stimmt wiederum nicht. Schreibdisziplin ist etwas ausgesprochen wichtiges, aber zugleich ist es etwas, das sich so gut wie gar nicht reglementieren oder guantifizieren lässt. Solange ich nämlich nicht weiß, was für eine Art von Schreiber ich bin, weiß ich auch nicht, worin meine Disziplin besteht. Ich selbst zum Beispiel bin jemand, dem es wenig nutzt, einen misslungenen Satz oder Absatz am Monitor stundenlang anzuglotzen. Im Gegenteil, so wird mir die bessere Variante wahrscheinlich nie einfallen. Ich tue vielmehr gut daran, aufzustehen und umherzugehen. Es schadet auch nicht, das Badezimmer zu putzen. Das Badezimmer zu putzen schadet nie. Auch der Rasen dürfte mal wieder gemäht werden, und an der Garderobe ist eine Schraube locker. Erst wenn ich schon beinahe vergessen habe, dass ich gerade mal wieder dabei war, als Schriftsteller zu scheitern, setze ich mich wieder vor die missratene Stelle – und siehe: jetzt weiß ich, wie es gehen könnte. Oder ich weiß es nicht und stelle fest, dass der Gartenzaun gestrichen werden könnte.



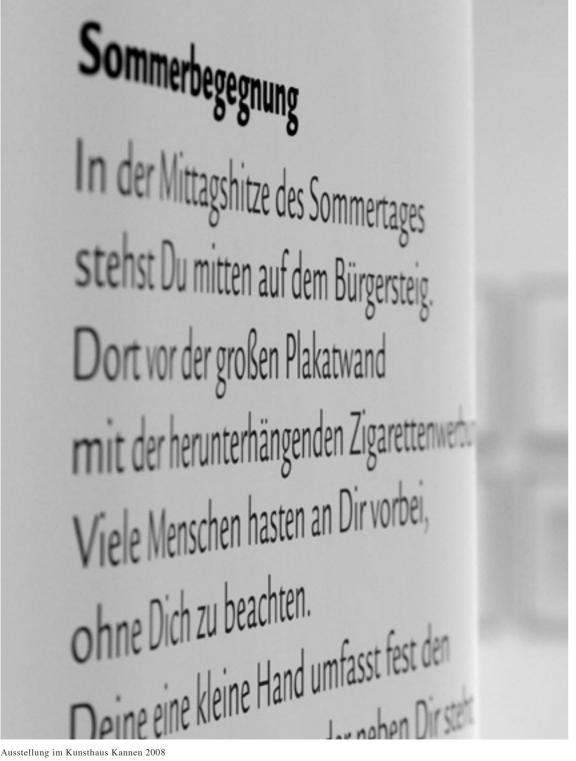
#### Das steht zur Debat

Es steht schon zur Deba Kapitahl steht zur Deba Wird nicht über Eigentu Steht Kapitahl nicht zu Die Arbeit steht zur De Wird nicht über die Arb Steht Arbeit nicht zur Die Sache steht zur Deb Wird nicht über die Sac Steht die Sache nicht z

#### Dies ist ein Wort

Ein Wort des Satzes gib Das ist ein Wort des Sa Amerika ist ein Wort de Moskau ist ein Wort des London ist ein Wort des Berlien ist ein Wort de Krank ist ein Wort des Verletzt ist ein Wort de Tod ist ein Wort des Sa Arbeit ist ein Wort des Auto ist ein Wort des S

Ausstellung im Kunsthaus Kannen 2008



Ausstellung im Kunsthaus Kannen 2008

Natürlich habe ich jetzt übertrieben. Aber nur ein bisschen. Es gibt Schreiber, die früh besser sind, und solche, die nächtens besser sind, Es gibt welche, die sich in ihren Text verbeißen wie ein Terrier, und solche, die mit ihm umgehen wie ein Clown mit einem Luftballon. Das heißt nicht, die einen sind besser als die anderen. Aber es heißt: man muss als werdender Schriftsteller herausfinden, ob man ein Clown oder ein Terrier ist. Wer auf Dauer gegen das Körperliche an seiner Produktivität anarbeitet, wer seinen Stundenplan gegen seinen Rhythmus und gegen sein Temperament entwirft, der wird an der Schriftstellerei noch mehr leiden, als man das sowieso schon tut.

Schriftsteller, hat Thomas Mann einmal gesagt, sind Menschen, die Schwierigkeiten mit dem Schreiben haben. Das klingt kokett, aber es stimmt. Kunst ist etwas, dass sich die Regeln selbst gibt. Und das gilt für die Sache selbst ebenso wie für die Art und Weise, in der sie entsteht. Folglich ist es unmöglich, allgemeine Vorstellungen von der Disziplin der Kreativität nur fürs eigene Schreiben zu adaptieren. Wer also vorab glaubt, man könne nur bei absoluter Stille arbeiten, sollte es wenigstens einmal im Zug probieren. Und wer glaubt, Dichter müssten im Kaffeehaus schreiben, sollte es einmal mit einer Berghütte versuchen. Schriftsteller zu sein heißt tief im eigenen Bewusstsein nach Träumen und Alpträumen und Visionen zu suchen. Es heißt aber auch, den eigenen Biorhythmus zu finden

## Die-WORTFINDER

#### Ein künstlerisches Schreibprojekt mit geistig behinderten Menschen.

Sabine Feldwieser

"Kunst kann nicht kochen." "Kunst ist ein Bilderraum." "Kunst ist warm." "Kunst ist Freude!" "Denken ist auch Kunst, ne?"

Dies sind nur einige der vielen Gedanken, die sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer eines Schreibworkshops zum Thema Kunst gemacht machen. Sie haben Witz, Gefühl, Tiefe, sind vielfältig. So vielfältig, wie die Menschen, die sie formuliert haben. Den Autoren gemeinsam ist, dass sie alle eine sogenannte geistige Behinderung haben. Und das macht das Ganze eher ungewöhnlich. Denn über das Schreiben und der Literatur von Menschen mit einer geistigen Behinderung ist bislang nur wenig bekannt. Während in der bildenden und der darstellenden Kunst in den letzten Jahren sehr viele Arbeiten von und mit Menschen mit einer geistigen Behinderung an die Öffentlichkeit kamen und Anerkennung in Fachkreisen fanden, ist es auf dem Gebiet der Literatur still geblieben. Erst in jüngster Zeit gibt es erste Initiativen und Veröffentlichungen in Deutschland. Doch bevor ich näher auf mögliche Gründe für diese "Stille" eingehe, möchte ich das von mir initiierte Projekt und einige seiner ersten Ergebnisse vorstellen. Ich beginne mit der Vorgeschichte.

In meiner langjährigen künstlerischen Arbeit mit Menschen mit starker geistiger Behinderung fiel mir auf, dass, obwohl viele der Menschen nicht oder kaum sprechen, geschweige denn schreiben können, Sprache und Schrift in ihrer Kunst doch oft eine wichtige Rolle spielt. Zum Beispiel in der Form, dass sie es schätzen, wenn ich als Assistentin ihre Bilder genau beschreibe, Assoziationen dazu äußere oder Geschichten dazu erfinde. Viele der Malerinnen und Maler fordern dies nach einiger Zeit regelrecht ein. Es scheint, als würden ihre Bilder dadurch für sie bedeutsamer werden. Jeder Künstler hat ja auch seine eigene Bildsprache, seine individuelle künstlerische Handschrift und jedes Bild ist ein nonverbales Kommunikationsangebot. Das greife ich auf, darauf antworte ich.

Bei Malern, die selbst (etwas) sprechen können, führt das von ihnen praktizierte laute Kommentieren des eigenen Malprozesses oft dazu, dass sie sich intensiver und ausdauernder mit ihren eigenen Bildern beschäftigen und in der Folge auch eine reichhaltigere Bildsprache finden. Der Kringel ist dann nicht mehr nur Kringel, sondern repräsentiert für sie die Werkstatt, aus der sie gerade kommen oder die am Wochenende beim Grillfest mit Genuss verspeiste Bockwurst.



Klaus Schoppe, 2003

Das ist mein Gehirn.

Sichtbare Gedanken. Gedanken hab ich zu viele. Unbedingt was meinen, das sein könnte müsste wenn. Ich spinne auch sehr gerne.

Durch spinnen wird man klug.

Die Gedanken kommen ohne mich zu fragen. Die können mir den Kopf zerbrechen, so ein Gefühl hab ich. An Gedanken hab ich keinen Mangel.

Wenn ich keine Gedanken hätte, das wäre blöde. (Barbara Eikenberg)

Immer wieder tauchen in den Bildern auch Schrift (-ähnliche) Zeichen auf, manchmal erinnert der gesamte Duktus an Schreiben. Das "Vorlesen" dieser Bilder durch den Künstler oder mich ist spannend und oft lustig.

Und es gibt Maler, die sich freuen, wenn ich die Worte, die sie (z.T. auf Nachfrage) zu ihren Bildern äußern, in ihre Bilderbücher schreibe. Ein Künstler, der mehrer Figuren aus Ytong bemalte, gestaltete mit diesen später ein Buch und dachte sich dazu kurze Texte aus:

Das ist die Kuh. Die hat drei Flecken, die macht Muh und Milch. Der Pinguin und die Kuh essen zusammen Mittag. Der Pinguin isst Fleisch und die Kuh trinkt Kaffee. Der Pinguin wäscht die Kuh. Die Kuh rasiert den Pinguin. Sie machen zusammen Mittagspause.



Dieter Albers, 2005 (Tannenbaum, Nikolaus, Sonne, Mandarine, Pinguin, Kasper, Kuh)

Andere schreiben – mit oder ohne Assistenz – selbst ihre Kommentare und Gedanken in die Bilder hinein, lassen sich von dem, was sie sehen, oft zu wunderschön poetischen Formulierungen anregen: "Manchmal sind Himmel und Erde blaublau vereint" steht dann da, auf einem blaublauen Bild.

All diese Beobachtungen machten mir Lust, mich mehr mit dem Thema Schreiben zu befassen. Warum, so fragte ich mich, sollte es auf dem Gebiet des Schreibens für Menschen mit einer geistigen Behinderung nicht genauso möglich sein, sich kreativ zu entfalten wie im bildnerischen Bereich. Auch hier, so meine Annahme, kann es durch das Bereitstellen von Zeit, Raum und einer entspannten, kreativ-anregenden Atmosphäre gelingen, die Menschen zum ganz eigenen kreativen Ausdruck anzuregen, ihnen Mut zu machen, ins eigene Wort zu kommen. Wie beim Malen, so mutmaßte ich, ist es wichtig, ganz ohne Druck zu arbeiten, die Spuren aufzugreifen und weiterzuverfolgen, welche die Menschen vielleicht zunächst zaghaft zu Papier bringen. Auch hier sollte der Spaß, die Neugier, die Freude am Tun im Vordergrund stehen. Das Vorgehen, so dachte ich, wäre dasselbe wie in Schreibgruppen mit sogenannten Gesunden: ich als Gruppenleiterin biete verschiedene Schreibanreize, die Teilnehmer schreiben, dann wird vorgelesen. Auf diesen Grundlagen erarbeitete ich ein Konzept, bei welchem als Schreibanreize vor allem Bilder und Plastiken von Menschen mit einer geistigen Behinderung dienen sollten, die selbst keine Sprache haben, um etwas zu ihren Werken zu äußern. Klar, es hätte einfachere Themen gegeben, aber warum, so dachte ich, nicht auf hohem Niveau beginnen, den Menschen viel zutrauen?

Eine zusätzliche Herausforderung beim ersten Schreibwochenende war, dass fünf der sechs Teilnehmer, entgegen der Ausschreibung, nicht selbst schreiben konnten, sondern mir ihre Gedanken und Texte diktierten. Das war zwar teilweise anstrengend und mit Wartezeiten für die übrigen Gruppenmitglieder verbunden, aber es funktionierte. Und auch diese Texte wurden von den Autoren als ihre eigenen wahrgenommen, auch auf sie waren sie stolz.

#### Bunter Himmel.

Wenn der Himmel zuerst blau ist und dann gelb und dann grün, dann finde ich das ganz herrlich. Dann möchte ich am liebsten so nach draußen gehen und mir die ganze Zeit den Himmel anschauen. Da würde ich am liebsten gar nicht wieder rein gehen. Wenn ich den bunten Himmel sehe, würde ich am liebsten das Bett mitnehmen. Weil der Himmel

so schön ist. Aber leider muss ich ja rein. Leider. Der bunte Himmel, das ist, als wenn der bunte Himmel auch in meinem Herzen ist. Mein Herz schlägt dann gar nicht so doll, wie es eigentlich wirklich sein soll. Mein Herz will nur zum Himmel schauen. Dann hab ich ein schönes Gefühl. (Brigitte Piel)



Monika Lemme, 2007



Friedel Gernhardt, 2005

es war einmal ein Aal
der hatte keine Qual
es war einmal ein Hecht
dem ging es schlecht/der war
sogar echt
es war einmal ein Karpfen
der kam gebraten auf den
Tisch oder auch nicht
(Autorenteam)

In kurzer Zeit entstanden unterschiedlichste mündliche und schriftliche Resonanzen zu den meist ungegenständlichen Bildern: gereimte Gedichte, Märchen, philosophische Betrachtungen, biografische Notizen, Elfchen, Haikus, Kurzgeschichte.



Karin Müller, 2004

Ein buntes schönes Durcheinander mit einem Pinsel wird's ja noch interessanter.

Zum Beispiel Tupfen oder Striche bilden Gestalten
malen Krickelkrakel, wie wild der Pinsel wird gehalten.

Da gibt's Bogen und zarte feine Windungen,
auch fantasievolle Figuren sind fein gelungen.

Da gibt's auch dunkle Farben die sind dazwischen
und das allerbeste: die Farben kann man gut vermischen.

Malen das kann jeder der Träume verwirklichen mag und
nach einem anstrengenden, langen Arbeitstag. Fantasie

braucht seinem Reiz dass in unserem Leben.
Buntes Durcheinander das wünsch ich mir im weitergeben.
Ein buntes durcheinander Farbenmeer dem Künstler dient im Kopfe alles- bitte sehr. (Anne Sophie Groeger)

Eintönigkeit wir waschen was aus Frottee Handtücher haben meist einen Haken (Gabriele Bahll)



Wolfgang Zimmermann, 2005



Ein Seehund. Der springt von unten und dann hoch aus dem Wasser, dem hellen. Der Seehund möchte in die Freiheit. Die Freiheit sieht verschieden aus. Da freu ich mich, wenn ich Freiheit habe. Meine Freiheit ist nach meinen Gedanken. Meine Gedanken gehen nach meiner Freiheit. (Friedrich Bahlo)

Karsten Junker, 2005



Schornsteinfeger, schwarzer Bär schiebt die Kugel hin und her schieb sie nicht so weit dann kriegst ein altes Weib (Pauline Peschel)

Klaus-Dieter Meyer, 2005

Alle Teilnehmer waren mit Eifer und Freude dabei und sichtlich stolz auf ihre Werke. "Was, das habe ich geschrieben?" "Oh, jetzt habe ich einen Gedanken zu fassen bekommen!" Auch die Texte der anderen wurden mit viel Aufmerksamkeit und Applaus bedacht, es entstand eine gemeinsame kreative von gegenseitiger Anerkennung getragene Atmosphäre und in Ansätzen vielleicht sogar eine neue Art der Kommunikation. Ein Teilnehmer meinte spontan: "Leute, mit denen ich denken kann, finde ich klasse." Alle Teilnehmer äußerten den Wunsch, auch weiterhin gemeinsam zu schreiben. Noch ist diese Art Literatur, trotz ihrer Authentizität und Frische in der Öffentlichkeit nicht sehr populär. Weil die Texte den Qualitätsanforderungen nicht genügen? Oder vielleicht weil sie höhere Anforderungen an das Publikum stellen als ein Bild, schwerer zu rezipieren sind?

Vielleicht weil die Ästhetik der Sprache eine andere ist und die Grenzen dessen, was geht und gut ist, viel enger gesetzt werden als in der Malerei? Weil die Lesegewohnheiten viel eingefahrener sind als die Sehgewohnheiten? Viele offene Fragen. Es wird noch viel diskutiert werden und es gibt noch viel zu tun auf diesem Feld. Und es wird sich viel tun. Was bleibt offen. Denn, wie formulierte es eine der Teilnehmerinnen? "Kunst ist ein duftendes Ungewiss."

#### Der Astronaut.

Der Astronaut fliegt auf den Mond. Vielleicht mit dem Hubschrauber. Er nimmt noch einen Mann mit. Ob er fliegen kann? Ich kann noch nicht ganz auf den Mond fliegen. Auf dem Mond baut der Astronaut ein schönes Haus. Dann zieht er erst in eine Wohnung ein. Dann zieht er sich wieder an. Wo geht er dann hin? Auf eine Wiese. Oben, nicht hinter Bielefeld! Dann zieht er sich eine andere Jacke an. Wenn er fertig ist, kommt er wieder runter. Auf dem Mond ist keine Polizei, ne? Aber kann man ja nicht wissen. (Martina Baumann)



Günther Görlitz, 2004



Walter Kraus, 2007

Meine Laune ist groß wie ein Fass.

Meine Laune schmeckt wie Dreck.

Meine Laune riecht wie Schuhwichse.

Trotzdem bin ich immer gut gelaunt.

Meine Laune hört sich an wie ein Kuckuckschrei.

Meine Laune fühlt sich an wie so eine alte Hose.

Meine Laune sieht aus wie ne alte Hose.

Meine Laune und ich sind unzertrennlich.

Wenn ich mit meiner schlechten Laune in den Urlaub fahre, hat sie auch Urlaub.

Dann hab ich keine schlechte Laune. (Dieter Gebauer)

## Wer schreibt, WILL AUCH GELESEN WERDEN

#### Lea Leseklub (Lesen einmal anders) für Menschen mit geistiger Behinderung

Barbara Fornefeld und Anke Groß

"Wenn ich bei meinen Großeltern zu Besuch war", so beginnt die Schriftstellerin Ricarda Junge ihre Erzählung zum Lesen, "liebte ich es, nachts die Türe zum Salon aufzuschließen, eine der rosa beschirmten Leselampen anzuknipsen und mich auf das mit Seide bezogene, steife Sofa zu setzen. Ich las nicht. Nicht in diesen Nächten, nicht im Salon. Ich studierte die Buchrücken. Einen nach dem anderen" (2008, 96).

Mir ging es als Kind ähnlich wie Ricarda Junge. Als ich noch nicht lesen konnte, faszinierten mich sehr die weinroten leinenen Buchrükken der Goethe-Ausgabe meiner Mutter. Das Geschriebene, die Zeichen, fesselte mich, noch bevor ich sie lesend entziffern konnte. Ich



beobachtete meine Mutter gern, wenn sie abends darin las, bat sie manchmal mir daraus vorzulesen und war enttäuscht, wenn ich wieder nichts verstand.

Kindheitserfahrungen wie diese haben Erwachsene mit geistiger Behinderung meist nicht. Als sie Kinder waren, wurden sie allenfalls mit Bilderbüchern konfrontiert. Die Alltagwelt von Menschen mit geistiger Behinderung im Wohnheim oder in der Werkstatt sieht für sie kaum Begegnungen mit Büchern, mit Literatur vor. Viele Erwachsene verbinden mit Büchern oft mühsame und meist fehlgeschlagene Leseerfahrungen aus einer Schulzeit, in der Lesekonzepte didaktisch unzureichende Adaptionen von Grundschulmethoden waren. Wir haben ihnen dadurch oft die Freude an Büchern und Literatur genommen. Ihr Weg in die Welt der Literatur ist mühsamer, aber keineswegs unmöglich.

"Literatur baut auf der Verwendung der Sprache im Alltag auf, indem sie diese transformiert" (Brandstätter 2008, 71).

Sprechen, Sprache verstehen, Lesen und Schreiben sind aufeinander verweisende Kompetenzen, deren Erwerb für Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen Schwierigkeiten bereitet.

Das gesprochene Wort ist flüchtig. Um seinen Sinn einfangen zu können, müssen Laute/Phoneme gehört, von einander unterschieden und mit Sinn unterlegt werden. Die einzelnen Wörter müssen zu Sätzen mit Botschaften verbunden werden. Die Prosodie des ausgesprochenen Satzes lässt erkennen, ob er als Frage, als Lob oder auch als Drohung zu verstehen ist. Die pragmatische Struktur der Sprache muss ein Mensch verstanden haben, bevor er lesen kann. Die Schrift ist nicht einfach nur die Übertragung der Phoneme in die Graphemstruktur der Sprache, d.h. Laute werden nicht einfach nur in Buchstaben übersetzt. Das geschriebene Wort folgt anderen Strukturen als das gesprochene. Während die gesprochene Sprache immer schon durch ihre Prosodie das Verstehen ihrer Bedeutung vereinfacht, fällt diese Dimension beim geschriebenen Wort weg.

Dies mag ein Grund dafür sein, warum Menschen mit geistiger Behinderung gesprochene Worte gut verstehen, den geschriebenen aber nur schwer Sinn entnehmen können. Sie haben Schwierigkeiten, die gehörten Laute zu unterscheiden und entsprechenden Graphemen zuzuordnen.



Daraus nun aber zu schließen, dass Erwachsene mit geistiger Behinderung nicht an Büchern, Zeitschriften, Magazinen oder Internet-Informationen interessiert seien, ist falsch. Das alte Vorurteil, dass derjenige, der selbst nicht flüssig liest, sich nicht für Literarisches interessiere, hält sich hartnäckig in Einrichtungen der Behindertenversorgung. Es führt dazu, dass Menschen mit geistiger Behinderung in ihrem Alltag kaum mit Literarischem in Kontakt kommen. Doch gibt man ihnen die Möglichkeit dazu, eröffnet sich für sie eine spannende neue Welt, wie die LEA-Leseklubs zeigen. Sie bieten Erwachsenen mit geistiger Behinderung einen Raum zur Erschließung der Welt der Literatur. Man muss Menschen mit geistiger Behinderung jedoch nicht nur den Raum und die Möglichkeit zum Entdecken von Büchern, von Geschriebenem geben, sondern ihnen zeigen, dass sich der Sinn des Geschriebenen dann erschließt, wenn man gemeinsam mit anderen liest. Das "Vor-' und "Nach-lesen" unterstützt den Verstehensprozess, weil das Hören und das Sprechen über das Gelesene zur Unterstützung dazukommt.

Im Folgenden möchten wir die Entstehungsgeschichte der LEA-Leseklubs nachzeichnen und der Frage zur Lesemotivation der LEA-Leseklub-Mitglieder nachgehen – warum möchten Menschen mit geistiger Behinderung lesen, und wie unterstützt der Leseklub ihr Bedürfnis? Zuletzt folgen Bemerkungen zur Beziehung zwischen dem Lesen der Teilnehmer im LEA-Leseklub und dem Rahmenthema unserer Tagung, dem Schreiben.

Die Idee des LEA-Leseklubs entstand, als Frau Groß von einem einjährigen USA-Aufenthalt nach Deutschland zurückkehrte und Erfahrungen aus den "Next Chapter Book Clubs" mitbrachte, die sich gut mit anderen Forschungsprojekten am Lehrstuhl von Frau Professor Fornefeld verbanden.

Wie bereits erwähnt, wurde Menschen mit geistiger Behinderung ein Interesse am Lesen lange Zeit nicht zugestanden. Menschen mit geistiger Behinderung, so glaubte man, wollen nicht lesen, und sie können es in der Regel nicht. Auch heute gehört das Lesen eines Buches nicht selbstverständlich zum Alltag des Personenkreises. Andererseits muss man davon ausgehen, dass auch Menschen mit Behinderung ein Lesebedürfnis haben, dass sie lesen wollen - aber keine adäquaten Gelegenheiten dazu haben. Vor diesem Hintergrund entwickelte Dr. Tom Fish von der Ohio State University gemeinsam mit Eltern, Pädagogen und Menschen mit Behinderung in den USA die Idee der "Next Chapter Book Clubs". Ziel der Book Clubs war und ist es, Menschen mit Behinderung einen Raum zum Lesen zu bieten, in dem auf ihre individuellen Bedürfnisse eingegangen werden kann. Was verbirgt sich hinter dem "Next Chapter Book Club"? Book Clubs, in Deutschland zumeist als Lesezirkel bezeichnet, sind in den USA eine beliebte Freizeitbeschäftigung; Filme wie z. B. der im letzten Jahr erschienene "The Jane Austen Book Club" verdeutlichen das. In einem Book Club bzw. Lesezirkel trifft man sich mit Freunden, meist zu Hause, um gemeinsam ein Buch zu besprechen, das die Teilnehmer vorher jeder für sich gelesen haben. Die "Next Chapter Book Clubs" funktionieren im Prinzip ähnlich, legen aber Wert darauf, dass die Gruppe das Buch zusammen liest und bespricht. Auf diese Wei-



ciela, gilla, cilla, Ci se können auch Mitglieder an den Lesezirkeln teilnehmen, die beim Lesen und Verstehen eines Textes Unterstützung benötigen. Seit der Gründung des ersten "Next Chapter Book Clubs" im Jahr 2002 ist die Zahl der Clubs ständig gewachsen. Aus den anfänglich zwei Clubs in Columbus sind in gut fünf Jahren 80 Clubs in 12 verschiedenen Staaten der USA entstanden. Dazu gibt es Book Clubs in Kanada und seit dem letzten Jahr auch in Deutschland.

Frau Groß lernte das Konzept der "Next Chapter Book Clubs" durch ihre Zusammenarbeit mit Dr. Fish an der Ohio State University kennen. Nach ihrer Rückkehr begannen wir damit, das amerikanische Modell an die deutschen Verhältnisse anzupassen, durch die Unterstützung der Montag-Stiftung "Jugend und Gesellschaft" konnten wir mit der Einrichtung erster Klubs beginnen. Der erste LEA-Leseklub für Menschen mit geistiger Behinderung hat vor einem Jahr mit dem gemeinsamen Lesen begonnen - L E A steht für Lesen einmal anders. Bisher sind in Deutschland insgesamt vier Leseklubs in Köln, Bonn und Bremen entstanden, weitere Gründungen bereiten wir derzeit vor. Insgesamt lesen 25 Mitglieder jede Woche in einem der LEA-Leseklubs und werden dabei von 12 ausgebildeten Moderatoren begleitet. Für die Implementierung von LEA-Leseklubs außerhalb Kölns und für die ehrenamtlichen Moderatoren haben wir ein dezidiertes und anspruchsvolles Ausbildungsprogramm entwickelt. Um die Verbreitung der LEA-Leseklubs in Deutschland zu gewährleisten, haben wir in diesem Jahr außerdem den Verein KuBus e.V. - Verein zur Förderung der Kultur, Bildung und sozialen Teilhabe von Menschen mit und ohne Behinderung - gegründet, so dass wir nun über eine ideale institutionelle Infrastruktur verfügen und das Projekt verbreiten können.

Wer sind nun die Menschen, die in einem Leseklub gemeinsam lesen, und was sind ihre Beweggründe für eine Teilnahme? Herr Brezinski, ein Mitglied aus einem Kölner LEA-Leseklub, sagte in einem Radiobeitrag des WDR-Kulturmagazins Scala: "Das macht so Spaß, mit anderen Leuten zu lesen. Da traut man sich auch, aus sich raus zu kommen." Die Lust am gemeinsamen Lesen steht beim Leseklub im Vordergrund und nicht das häufig mit Druck verbundene Lesenlernen. Dennoch berichten uns die Teilnehmer stolz, dass sich durch die regelmäßigen Treffen und das kontinuierliche Üben ihre Lesefähigkeiten merklich verbessern. Der Spaß am Lesen und die Motivation zum Lesen entstehen in den Leseklubs u.a. durch das gemeinsame Erarbeiten der Texte. Hilfestellungen beim Lesen und Verstehen der Texte geben sich die Mitglieder in den LEA-Leseklubs teilweise ge-

52

genseitig oder erhalten sie von zwei vorher ausgebildeten ehrenamtlichen Moderatoren, die die Gruppe unterstützen. Gefördert wird die Leselust auch durch eine lockere und natürliche Umgebung, in der die LEA-Leseklubs lesen. Denn sie treffen sich nicht wie herkömmliche Lesezirkel in Privatwohnungen, sondern im öffentlichen Raum, z.B. in einem Café oder einer Buchhandlung. Durch den auch von anderen Besuchern als Treffpunkt genutzten Raum wird nicht nur die Lust zum Lesen unterstützt, sondern auch die Gemeindeintegration gefördert. "In den Leseklub geht man, damit man mal raus aus der Wohnung kommt und andere Leute trifft", berichtete ein Teilnehmer über seine Erfahrungen.

Integration im Sinne des Lesens mit Ehrenamtlichen, die oftmals vorher keinen Kontakt mit Menschen mit Behinderung hatten, und die Atmosphäre im Café regen zum Lesen an. Eine 19jährige Schülerin berichtete von ihren Beweggründen, einen Leseklub ehrenamtlich zu moderieren: "Ich habe noch keine Erfahrung mit Behinderten. Aber ich lese sehr gerne, und daher bin ich an dem Leseklub interessiert." Eine Rentnerin, die einen Klub ehrenamtlich unterstützt, sagte: "Das gemeinsame Lesen macht mir großen Spaß." Für die Mitglieder und für die Moderatoren ist der LEA-Leseklub eine sinnvolle Tätigkeit in ihrer Freizeit. Regelmäßig kommen sie zu den wöchentlichen Treffen und können sich nicht vorstellen, ihren LEA-Leseklub wieder zu verlassen. "Wir wollen im Leseklub bleiben, bis wir alt sind und graue Haare haben" berichteten die Teilnehmer eines LEA-Leseklubs ihren Moderatoren.

Von dem Lesevergnügen im LEA-Leseklub soll niemand ausgeschlossen werden, ein bestimmtes Leseniveau ist daher keine Voraussetzung für die Teilnahme an einem Leseklub. Jeder, der sich für Bücher und Geschichten interessiert, kann teilnehmen. Bestimmte Lesefähigkeiten sind keine Voraussetzung für die Teilnahme. Das Leseniveau der Mitglieder ist demnach sehr unterschiedlich. Einige Mitglieder lesen flüssig, haben aber beim Sinnentnehmen Schwierigkeiten. Andere Mitglieder beteiligen sich am Leseklub durch das so genannte "Echo-Lesen", indem sie nicht die geschriebenen Zeichen entziffern, sondern Wörter, die von jemand anderem vorgelesen werden, nachsprechen, und sich so den Text erschließen. Ein Teilnehmer aus Köln, der sich durch das "Echo-Lesen" am LEA-Leseklub beteiligt, erzählt seinen Eltern nach jedem Treffen von den Inhalten des Buches. Genauestens kann er sich daran erinnern, was an dem Tag gelesen wurde.

Die LEA-Leseklubs eröffnen Menschen mit geistiger Behinderung demnach unterschiedliche Möglichkeiten, sich mit Literatur zu beschäftigen, sich am Lesen in der Gruppe zu beteiligen und sich dadurch selbst zu verwirklichen. Eine Teilnehmerin sagte: "Ich mag lesen im Leseklub. Zu Hause lese ich nie."

Was aber hat das Lesen mit dem Thema des Schreibens zu tun? Wir erwähnten bereits, dass Lesen und Schreiben aufeinander verweisende Kompetenzen sind. Die Erfahrungen aus den USA und Deutschland haben gezeigt, dass die Leseklubs nicht nur den Wunsch zum Lesen, sondern auch zum Schreiben beziehungsweise zum Diktieren eigener Texte fördern. Insbesondere das Lesen autobiografischer Texte von Menschen mit Behinderung erweckt den Wunsch, selber die eigene Lebensgeschichte aufzuschreiben. So äußerte



zum Beispiel eine Teilnehmerin, die selber nicht schreiben kann, den Wunsch, ihre Lebensgeschichte zu diktieren. Das Diktieren und gemeinsame Lesen ihrer Biographie genoss sie sichtlich und konnte so ihre Lebenserfahrungen nochmals durchleben. Es entstehen durch den Zugang zur Welt der Bücher aber auch Kurzgeschichten, Gedichte, oder Geschichten aus der eigenen Lebenswelt, die dann gemeinsam im Leseklub gelesen werden können. Nicht nur die Mitglieder werden zum Schreiben angeregt. Zwei Moderatoren eines LEA-Leseklubs haben eine Geschichte über ihren Klub geschrieben, und die einzelnen Teilnehmer mit ihren Vorlieben darin beschrieben. Natürlich haben sie die Geschichte gemeinsam mit den Mitgliedern beim nächsten Treffen ihres LEA-Leseklubs gelesen.

Wenn nicht die selber geschriebenen Geschichten gelesen werden, dann liest die Gruppe ein von ihr ausgewähltes Buch. Eine Herausforderung in den LEA-Leseklubs ist es, erwachsenengerechte Literatur anzubieten, die in leichter Sprache geschrieben ist. Wie bereits gesagt, haben wir sehr gute Erfahrungen mit Büchern gemacht, die von Autoren mit Behinderung geschrieben wurden, wie zum Beispiel "Ich getraue mich ins Leben vorzudringen" oder "Wir sind alle anders, aber jeder ist normal auf seine Art und Weise!" von Jutta Göttfried. Auch Klassiker wie Siegfried Lenz: "So zärtlich war Suleyken" oder modernere Literatur, z.B. "Du fehlst mir, Du fehlst mir!" von Peter Pohl, regen zu vielen Gesprächen und zum Schreiben von eigenen Geschichten an.

Die vielfältigen Reaktionen der Klubmitglieder und Moderatoren zeigen uns, dass es wichtig und sinnvoll ist, die Leseklub-Idee weiter auszubauen.

Brandstätter, Ursula (2008): Grundfragen der Ästhetik. Bild – Musik – Sprache – Körper. Böhlau Köln

Junge, Ricarda (2008): Rostrote und schwarze Buchstaben. Knut Hamsuns "Hunger". In: Michel, S./ Neusius, M./ Ostmann, L.K. (Hg.): Mein Klassiker. Autoren erzählen vom Lesen. Fischer Frankfurt/M.

Nußbeck, Susanne (2007): Sprache - Entwicklung, Störung und Intervention. Kohlhammer Stuttgart

## Sprach – SPIEL (T)RÄUME

"Die Bedeutung eines Wortes ist sein Gebrauch in der Sprache." – "Ich werde auch das Ganze: der Sprache und der Tätigkeiten, mit denen sie verwoben ist, das "Sprachspiel' nennen." (Ludwig Wittgenstein)

Angela Thamm

\_\_\_

## Zur Wiederentdeckung des therapeutischen Schreibens

Ein junges Mädchen kniet vor einem alten Elefanten. Der Elefant liegt zugewandt vor ihr. Aufmerksam lauscht er der menschlichen Stimme. Was mag das Mädchen ihm vorlesen? Ein Märchen, eine Geschichte, ein Gedicht oder vielleicht einen eigenen Text, mit dem es den Elefanten in (fast) vergessene Szenen seines erfahrungsreichen Lebens zu locken vermag?

Die Zeichnung entstammt dem Einband der südkoreanischen Ausgabe eines Buches von Elisabeth Kübler-Ross mit dem Titel "Lebensschule": Die Szene des (Vor)Lesens – sich selbst und anderen – als Brücke zwischenmenschlicher Kommunikation, der Text als Schlüssel



56

zu empathisch-kluger Selbst- und Fremdwahrnehmung?\_
Was macht die Kunst mit uns? Wie beflügeln sich, in Resonanz mit ihr, unsere Sinne, ja unsere Bewegungen und Begegnungen in der Welt?
Wie reguliert sich unser Lebensrhythmus mit der Sprache?
Es ist der Philosoph Ludwig Wittgenstein, welcher mit dem Begriff der Sprachspiele darauf hinwies, dass Wörter nur das bezeichnen können, was mit ihnen aufgrund ihres Gebrauchs verbunden, ja szenisch worden ist. Und es ist der Psychoanalytiker Alfred Lorenzer, der in seiner Revision der Psychoanalyse als Sprachanalyse die gesunde Wirkkraft der Sprache – übrigens ganz im Sinne Freuds – in der Sprachkritik, d.h. der Veränderung von Sprachspielen entdeckte und damit aktuellste Erkenntnisse der Neurobiologie schon vorwegnahm. 1

Der Ansatz der Literaturtherapie unseres Instituts für Spiel und Sprache in Aachen versucht, die methodischen Zugänge der Poesie- und Bibliotherapie, so wie sie in der BRD insbesondere am Fritz-Perls-Institut von Hilarion Petzoldt, Ilse Orth entwickelt und seit 1985 u.a. durch der Gründung der "Deutschen Gesellschaft für Poesie- und Bibliotherapie" von vielen KollegInnen beflügelt wurden, mit wissenschaftlichen Erkenntnissen der Sprachphilosophie und kulturanalytisch gesichteten, historischen Lese- und Schreiberfahrungen insbesondere der Romantik des späten 18. und frühen 19. Jahrhunderts zu erden. Im "Szenischen Verstehen" kommunikativer Prozesse kann und darf Heilung mit Literatur und therapeutisches Schreiben dabei nicht mehr als bloße Anwendung von Methoden verstanden werden, sondern als zwischenmenschliche Begegnung, die mit Literatur gezielt imaginative neue Frei(t)räume schafft und Bewusstes wie Unbewusstes zur ressourcenorientierten Veränderung von Sprachspielen einlädt.

Mit einem Fallbeispiel aus meiner psychotherapeutischen Praxis möchte ich, im Einvernehmen mit der Patientin, im folgenden einen Einblick in die literaturtherapeutische Praxis geben:
Mitte 2003 findet notfallmäßig eine zierliche junge Frau, ich nenne sie hier Anna K., mit nahezu kahlrasiertem Kopf, etwas ungelenker Grob-

motorik, aber glasklarem Blick zusammen mit einer älteren Dame zumir in die Praxis. Die Dame überreicht eine Kurzfassung einer nahezu unglaublichen traumatischen Lebensgeschichte der 28jährigen samt einer Mappe mit ihren Gedichten: Sie habe wohl Talent. Die Patientin selbst schweigt, doch in den folgenden Einzelsitzungen gelingt es, einen vertrauensvollen Kontakt herzustellen. Statt ihre Familie anzuklagen, habe sie sich entschlossen, die ihr verbliebene Energie

ganz für ihr neues Leben einzusetzen und dieses selbstbewusst, insbesondere mit viel Sport und Schreiben in die Hand zu nehmen. Bei einem Klinikaufenthalt einige Wochen zuvor habe sie bei der Seidenmalerei "ihren Engel" gemalt. Er hänge nun über ihrem Bett. Die erste literaturtherapeutische Idee ist, Annas Sprachspielraum zu erweitern, ist, ihren Engel als verlässlichen inneren Begleiter in ihren inneren Dialogen zu verankern. In einem eigenen Gedicht über ihn berichtet sie, dass er ihr Hoffnung, Schutz und Geborgenheit gebe. Und auch ich schreibe für Anna, die das Seidenbild auch in eine Therapiestunde mitbringt, ein Gedicht, in dem ich die heilsamen Botschaften zu vertiefen suche und therapeutische Interventionen "zwischen den Zeilen" im Text verstecke: "Mein Schutzengel lernt mich kennen – Und ich lerne, ihm zu vertrauen. Mein Schutzengel lernt, mich zu fragen, was ich brauche - Und ich lerne, ihm zuzuhören und zu tun, was er mir rät." Mein Schutzengel bemerkt, wenn ich schneller will, als ich eigentlich kann. Er tut mir gut – er ist mein bester Freund..."

Wenige Wochen später kommt es zu einer Krise, in der ich Anna nicht mehr wie bislang erreichen kann. Sie hat bei einem Marathonlauf verloren und ist verzweifelt. Da erinnere ich mich, dass sie das Buch von "Momo" von Michael Ende liebt (Ende 1973) und Momo bewundert. Ich hole Schreibzeug für uns beide, und jede von uns beginnt, einen Brief an Momo zu schreiben: Annas Text lautet:

#### Aachen, den 12.10.2004

#### Hallo Momo.

du kennst mich nicht, aber ich kenne dich bzw. möchte dich gerne kennenlernen.

Deshalb lade ich dich hiermit ganz recht herzlich ein, zu mir zu kommen.

Es wäre schön, wenn du kommen würdest, denn ich glaube, du kannst mir dabei helfen mein Leben wieder in den Griff zu bekommen. Im Moment, bin ich total verzweifelt, so verzweifelt, dass ich nicht mehr weiter weiß. Es wäre schön, wenn du kommen würdest. Ich würde mich freuen. Anna

In der nächsten Therapiestunde erfahre ich aus einem Text, den Anna mir strahlend vorliest, dass Momo der Einladung in Annas Leben tatsächlich gefolgt ist und – als Expertin für die Zeit – Annas gedankliche Engpässe sanft spiegelnd zu korrigieren sucht: "Du läufst nur

weg vor Dir selbst", lässt Anna Momo sagen. "Nimmst dir keine Zeit zum Träumen und schreiben. Meinst immer stark und schnell sein zu müssen…"

Während der folgenden Wochen und Monaten begleitet Momo Anna in vielen Szenen ihres Alltags: beim Joggen, beim Aufräumen, beim Stadtbummel, in die Sauna, ja selbst in die Therapiestunde. – Und sie ist auch da, als Anna krank ist.

#### Momo pflegt mich gesund

#### Aachen den 18.11.2004

Als ich aufwache steht Momo vor meinem Bett.

"Bist Du schon lange da?"

"Ja, schon die ganze Nacht, Anna."

Da fällt mir wieder ein, dass Momo total durchnässt vor meiner Tür stand, gestern

Abend und ich ihr angeboten habe, bei mir zu übernachten.

"Du hörst dich aber gar nicht gut an, Anna, bist Du etwa erkältet? Die ganze Nacht schon hast Du gehustet. Willst Du nicht lieber mal einen Arzt aufsuchen?"

"Wegen dem bisschen Husten brauche ich doch keinen Arzt, Momo, außerdem habe ich kein Fieber."

"Gehst wohl nicht besonders gern zum Arzt, Anna, stimmt's?"

"Stimmt, Momo, aber das dürfte bei meiner Geschichte auch nicht verwunderlich sein, oder?"

"Nach dem, was ich so von Dir gehört habe, Anna, magst Du da recht haben, aber was fällt Dir daran so schwer?"

"Ich kann nichts damit anfangen, wenn sich jemand Sorgen um mich macht, weil sich früher auch niemand Sorgen um mich gemacht hat. Außerdem kann ich es nicht haben, wenn mich jemand anfasst, und das muss ein Arzt häufig tun, um eine vernünftige Diagnose stellen zu können."

"Was passiert denn, wenn Dich jemand anfasst?"

"Dann gehe ich häufig innerlich ganz weit weg."

..Wohin?"

"Auf meine Sommerwiese, Momo. Deshalb kann ich auch mit den Worten Geborgenheit, Liebe und so weiter nichts anfangen. Geschweige denn damit umgehen."

"Kannst Du dich und deinen Körper dann eigentlich lieben und Dich um ihn kümmern Anna, wenn er Dich braucht?"

"Nein Momo, ich wünschte, ich könnte es, bei anderen schon, aber

bei mir selbst nicht."

"Das habe ich mir fast gedacht, Anna, aber es ist schön, es aus deinem Mund zu hören. Trotzdem sollten wir gemeinsam einen Weg finden für Dich, wie Du es ändern kannst. Wie wäre es zum Beispiel wenn ich Dich jetzt gesund pflegen würde?"

"Es löst schon ein komisches Gefühl in mir aus, aber ich könnte es mir vorstellen, Momo."

"Das ist doch ein Wort, Anna, da fang ich doch gleich mal damit an." Ein paar Minuten später steht Momo schon mit einer heißen Tasse Erkältungstee vor meinem Bett, die ich dankend annehme. . .

Literaturtherapeutisches Handeln (vgl. Thamm 2006) bedeutet, wie in der Szene des dem Elefanten (vor)lesenden Mädchens, mit Hilfe von Medien Sprachspielräume den Träumen gleich ressourcenorientiert zu rekonstruieren oder / und zu erweitern.

Hervorragend eignen sich hierzu insbesondere auch "literaturtherapeutisch runde" Bilderbücher wie das von Olga, dem eigentlich glücklichen Schwein, welches plötzlich manchmal ein graues Grummeln im Bauch verspürt und dann an nichts mehr Freude findet – und sogar der Blick in den Spiegel will nicht mehr helfen. Erst als Freund Ben vorbeikommt, sich für das graue Grummeln liebevoll interessiert und Olga "ganz fest" und "ganz lang" in den Arm nimmt, da verwandelt sich das Bauchweh in ein buntes Freudengefühl: "Gut, dass du mich gefunden hast", sagt Olga zu Ben und beide wissen: "An grauen Tagen helfen Freunde am besten." (Mayer / Pannen 2008)

Ende, Michael (1973): Momo oder Die seltsame Geschichte von den Zeit-Dieben und von dem Kind, das den Menschen die gestohlene Zeit zurückbrachte. Ein Märchen-Roman. Stuttgart: K. Thienemanns Verlag.

Freud, Sigmund (1976): Der Wahn und die Träume in W. Jensens "Gradiva". In: Ders., Gesammelte Werke, Frankfurt am Main: S. Fischer, 6.Aufl. 1976, XIX Bde, Bd. VII, S. 29-125.

Lorenzer, Alfred (2002): Die Sprache, der Sinn und das Unbewusste. Psychoanalytisches Grundverständnis und Neurowissenschaften. Hrsg. von Ulrike Prokop. Stuttgart: Klett-Cotta.

Thamm, Angela (2006): Sprach Spiel(t)Räume. Zur Wiederentdeckung des Schreibens in therapeutischen Prozessen. In: Schreiben im Kontext von Schule, Universität, Beruf und Lebensalltag. Hrsg. von Johannes Berning, Nicola Keßler, Helmut H. Koch (Reihe: Schreiben – interdisziplinär, Bd. 1). Münster: LIT-Verlag.

Wittgenstein, Ludwig (1977): Philosophische Untersuchungen. Frankfurt am Main: Suhrkamp (zitiert sind § 43 und § 7).



# Auf ein Wi Höher. Auf de schieht

Ausstellung im Kunsthaus Kannen 2008

## Was ist Kreatives Schreiben, UND MIT WELCHEM SELBST-VERSTÄNDNIS WENDE ICH ES AN?

#### Kerstin Hof

"Kreatives Schreiben" ist eine nicht allgemeingültig definierte Bezeichnung für Schreibansätze, die das Schreiben als kreativ-sprachlichen Prozess verstehen, zu dem grundsätzlich jeder Mensch methodisch angeleitet werden kann.

Das "Creative Writing" aus dem anglo-amerikanischen Raum ist Vorbild für das Kreative Schreiben freier Schreibgruppen in Deutschland gewesen. Die gesellschaftspolitischen Demokratisierungen der 60er und 70er Jahre mündeten mit der Forderung "Kultur für alle!" in Veränderungen der bundesdeutschen Kulturlandschaft. Der Berliner Pädagoge und Hochschulprofessor Lutz von Werder entwickelte in den Achtziger Jahren des 20. Jahrunderts aus der Gemeinwesenarbeit die Grundlagen einer Schreibdidaktik und Poesietherapie. Er hatte die kathartische Wirkung des Schreibens erkannt und initiierte stadtteilbezogene Selbsthilfe-Schreibgruppen ("Therapie für alle").

Unter der Überschrift "writing across the curricula" fand das "Creative Writing" später auch Anwendung in Hochschulen. Zahlreiche englischsprachige Schreibratgeber stellen unterschiedliche Ansätze, Konzepte und Methoden vor. In den USA gehört das curriculare Entwickeln der schriftsprachlichen Kompetenz lange schon zur akademischen Ausbildung selbstverständlich dazu. Nach und nach haben auch die deutschen Hochschulen begonnen, kreativ-wissenschaftliches Schreiben, häufig in sogenannten "Schreiblaboren", anzubieten.

Aus der Schreibgruppenbewegung der Achtziger Jahre des letzten Jahrhunderts haben sich mittlerweile verschiedene Wege der Professionalisierung des Schreibens und der Schreibvermittlung in Deutschland etabliert. Es ist heute möglich, sich sowohl zur Dichterin und Schriftstellerin (natürlich auch zur Journalistin, Werbe-/PR-Texterin) als auch zur Schreibgruppenleiterin oder zur Poesietherapeutin ausbilden zu lassen.

"Jeder Mensch ist begabt, jeder Mensch ist originell und jeder Mensch hat etwas Wichtiges zu erzählen." (Brenda Ueland)

In diesem Zitat der amerikanischen Schreibpädagogin und Autorin Brenda Ueland habe ich einen Leitgedanken für das Kreative Schreiben entdeckt. Das Selbstverständnis, mit dem in den USA – und mittlerweile auch hier in Deutschland – Kreatives Schreiben meist betrieben wird, sieht das Schreiben nicht als genialischen Akt an, in dem Literatur von einigen wenigen "Begabten" produziert wird. Vielmehr geht es davon aus, dass grundsätzlich jeder Mensch Schreiben lernen kann und dass Schreiben lehrbar und vermittelbar ist, wie andere Künste auch.

Das Kreative Schreiben schöpft aus der sehr großen Fülle der Schreibspiele und schriftstellerischen Techniken unserer Kulturgeschichte des Schreibens – aus allen Epochen, durch alle Genre, Stile, Strömungen (von Werder, 1992).

Das Kreative Schreiben der deutschen Schreibbewegung legt den Focus auf den schöpferischen Prozeß des Texte-Verfassens, den Schreibverlauf und seine Phasen. Es geht dabei weniger um ein "gutes", "richtiges" oder "schönes" Produkt. Im Vordergrund stehen der Spaß am schreibenden Umgang mit Sprache, durchaus auch die Geselligkeit in der Schreibgruppe sowie die Reflexion der eigenen individuellen bzw. sozialen Rolle.

Ein spielerisches Herangehen an die Schreibaufgaben sowie spielerische Gestaltungen gehören durchgängig zum Kreativen Schreiben – wie das folgende "Elfchen" zeigt:

Ein
Elfchen ist
eine Textform die
etwas auf den Punkt
bringt!

Das Elfchen hat seinen Namen durch seine Form: elf Worte in einer festgelegten Reihung, und es eignet sich sehr gut, um eine kurze, individuelle Aussage zu machen, einen Prozess abzuschließen (eine Gestalt zu schließen). Kinder und Jugendliche schreiben sehr gerne "Freundschafts"-Elfchen, Wunsch-Elfchen u.ä.

Kurze Formen, wie das Elfchen, ein Haiku und andere Gedicht-Formen sind gut für Dokumentationen geeignet, da sie Erlebtem eine verdichtende Form geben.

Hier eine weitere kurze Form, die einen Schreibprozess eröffnen kann: das Akrostichon, ein mittelalterliches Schreibspiel, hier eines zum Thema "Dokumentation":

- D aten
- O rganisieren
- K onzepte, Kreationen
- U mstände?
- M eine
- E mpathie
- N atürlich nicht nur für mich
- T ragfähig formulieren mit Tiefe
- A uthentisch
- T ragfähig für andere
- I ntimes
- O ffenbaren
- N achvollziehbar einfach

## Das Entwickeln schriftsprachlicher Kompetenzen (Wortschatz, bildhafte Sprache, Argumentationsmuster u.a.)

"Die Welt sehen heißt, sie buchstabieren" (Octavio Paz)

Die individuellen Wahrnehmungen, die Bilder, die sich jemand von der Umwelt gemacht hat, kommen beim Schreiben ins Wort. Wobei Worte hier häufig der Übersetzung und Transformation dienen – vom Visuellen ins Visualisieren, also um wiederum Bilder bei der Lesenden hervorzurufen:

BILD WORT BILD WAHR NEHMEN WAHR GEBEN WAHR NEHMEN

Denn "wenn man recht ließt", notiert Novalis 1798, "so entfaltet sich in unserem Inneren eine wirkliche, sichtbare Welt nach den Worten" , und 'Poesie' stellt sich als 'Mahlerey' für das innere Auge dar." Der Literaturwissenschaftler Volker Mergenthaler vertieft in seiner Promotionspublikation den Zusammenhang von Schreiben und Sehen. "Texte, Schriftzeugnisse überhaupt, gehören dem Diskurs über die visuelle Wahrnehmung nämlich nicht nur insofern an, als Schrift in erster Linie visuell wahrgenommen wird, sondern auch insofern, als Sinnkonstitution, Information etc. ganz wesentlich über Erzeugung von Bildlichkeit bewerkstelligt wird, und zwar durchaus nicht beliebig, sondern organisiert von den jeweiligen typografischen und semantischen Steuerungselementen der Texte. Lektüre ist, so gesehen, eng verwandt mit der visuellen Wahrnehmung - mit dem entscheidenden Unterschied aber, über den Vorgang der Produktion von Vorstellungen, von Bildlichkeit mithin, vermittelt zu sein." (Mergenthaler 2002, S.45) Er zitiert zur neuronalen und mentalen Informationsverarbeitung Rainer Röhler (Röhler 2002, 48 f.): "Wenn wir ein Objekt genauer betrachten wollen, 'richten wir den Blick darauf', d. h. wir bringen durch Kopf- und Körperbewegungen, hauptsächlich aber durch Augenbewegungen das optische Bild dieses Objektes in den Bereich der fovea (Sehgrube, der Bereich des schärfsten Sehens der Netzhaut bei Säugetieren, K.H.). Durch schnelle Blickbewegungen können wir die Umgebung abtasten und erkunden. Die höheren Zentren des Gehirns setzen die einzelnen dabei entstehenden Bildelemente zu einem Gesamtbild zusammen, das aber keineswegs mit einer Photographie verglichen werden darf. Es enthält zahlreiche Elemente einer Interpretation der Umgebung. Es ist am ehesten als eine interne, neuronale Repräsentation der Umwelt anzusprechen."

Die Hervorhebung des Visuellen, Bildhaften scheint auch nach Mergenthaler berechtigt, denn mittels "moderner Sehschulen" wie Kino, Photographie, Fernsehen, Video und auch Malerei entstehen neue Wahrnehmungsmuster, die "die Sinnestätigkeit des Auges durch technische Apparate ebenso stimulieren wie simulieren. Durch die Erfindung von neuen Wahrnehmungsmustern und Sinnzuschreibungen verändern die Geräte das menschliche Verhalten, die Sichtweisen und am Ende die menschliche Gesellschaft als Ganzes." (Vec' 2002, S. 394)

Was bedeutet das nun für das Kreative Schreiben in kunsttherapeutischen und pädagogischen Prozessen? Es gibt eine Erklärung für die Bedeutung (sowohl hinsichtlich der Funktion als auch den Wert betreffend) des Visuellen und die Transformation von Bildern zu Worten und umgekehrt. Und diese Umwandlung oder Übersetzung braucht eine angemessene Sprache und Ausdrucksfähigkeit.

#### Schreiben in einer Gruppe

"Schreiben in der Gruppe ist wie ein Ritt durch verblüffende Landschaften." (Katrin Girgensohn)

Das Schreiben in einer Gruppe gehört zum "Kreativen Schreiben" selbstverständlich dazu. Das Schreiben in einer Gruppe bietet denen, die ihr Schreiben entwickeln wollen, zahlreiche Vorteile:

Die Begegnung und der Austausch mit anderen "Betroffenen" entlastet, ermutigt und inspiriert. Im Umgang mit den eigenen Texten wirken sich die Fremdeinschätzungen der anderen Teilnehmerinnen zumeist korrigierend auf das Selbstbild aus. Eine Gruppe bietet auch ganz konkret einen fachlichen, zeitlichen und räumlichen Rahmen, der ein Eintauchen in den Schreibprozess erlaubt, auch für diejenigen, die Mühe haben, allein und auf sich gestellt einen Anfang zu finden. Jemand, die eine Schreibgruppe leitet, hat nach meinem Verständnis für einen solchen Rahmen zu sorgen.

Das Lesen und Besprechen in der Gruppe ermöglicht in der Bearbei-

Nicht zuletzt findet hier jede Autorin Zeuginnen für ihr Vermögen und ihre Produkte und Anerkennung für ein Tun, das Schreiben nämlich, das im Alltag wenig oder gar keine Wertschätzung erfährt.

tungsphase ein Distanzieren und auch Dissoziieren vom Produkt.

Meine Erfahrungen als Pädagogin und Therapeutin haben in mir die Auffassung entstehen lassen, dass jedes nachhaltige Lernen sozial getragen ist (Lerndyade in Zweier-Settings – Mensch zu Mensch, Lern-Triade - zwei Menschen und ein Bild oder Text oder eine Skulptur oder Musik - in kunsttherapeutischen Settings).

So ermöglicht ein gut gehaltener Rahmen in einer Schreibgruppe neben dem Ausprobieren und Aneignen von Handwerkszeug auch die Erfahrung der geselligen Seite des Schreibens und der Freude am miteinander Kreieren.

de Smit, Peer (2007): Mit dem Dasein zur Sprache gehen. Fragen zur wissenschaftlichen Dokumentation angewandt künstlerischer Praxis. Unveröffentlichtes Manuskript. Ottersberg

Ermert, K., Bütow, T., (Hg.)(1990): Was bewegt die Schreibbewegung? Kreatives Schreiben - Selbstversuche mit Literatur. Rehburg-Loccum: Loccumer Protokolle 63

Ueland, B. (2001): Die Lust zu Schreiben. Hamburg: Zweitausendeins

Volker Mergenthaler: Sehen schreiben - Schreiben sehen. Literatur und visuelle Wahrnehmung im Zusammenspiel. Niemeyer, Tübingen 2002

Vec', M., (2002): Knick in der Optik. Für Augenmenschen: Sehtechniken in der Massenkultur. In: Frankfurter Allgemeine Zeitung, 12.1.1999, S. N5. In: Volker Mergenthaler: Sehen schreiben - Schreiben sehen. Literatur und visuelle Wahrnehmung im Zusammenspiel, (S. 394). Tübingen: Niemeyer

von Werder, L., (1992): Der integrative Ansatz im Kreativen Schreiben. Berlin: Schibri

von Werder, L., (1995): Erinnern, Wiederholen, Durcharbeiten. Die eigene Lebensgeschichte kreativ schreiben. Berlin: Schibri

Wittbrodt, A., (2005): Hototogisu ist keine Nachtigall. Traditionelle japanische Gedichtformen in der deutschsprachigen Lyrik (1849–1999). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht

## *»Wörter–* BEFLÜGELN«

#### Vorstellung der Schreibgruppe Lichtblicke aus dem Alexianer – Krankenhaus

 $Nicola\ Steffen$ 

#### Schreiben

.. Was bedeutet mir das Schreiben?

Schreiben bedeutet mir, dass mein Wochenende am Freitag schon anfängt. Es bedeutet mir, dass ich unruhig ankomme und ruhig wieder rauskomme. Schreiben bedeutet, dass ich meine Gedanken schweifen lassen kann in die Vergangenheit, dass ich mich an Ereignisse erinnern kann, die in meiner Kindheit und in meiner frühen Jugend liegen, die Gedanken an meine Eltern, meinen Bruder, unseren Dackel, der wie ein Familienmitglied war. Es lässt mich noch einmal all die Geschehnisse nacherleben, die mich geprägt hatten, bevor ich behandelt wurde und Medikamente bekam, an die Depressionen denken, die Antriebsschwäche, aber auch an die Freuden, die selten genug waren, die Freundschaften, die ich gehegt hatte und die mir sehr viel bedeutet haben. Ich denke an die Trennung meiner Eltern und wie ich darunter gelitten habe, obwohl ich zu diesem Zeitpunkt schon 21 war, meine Familie, mein gewohnter Halt, ich war völlig verzweifelt und bin daran seelisch zerbrochen. Ich bin froh, dass ich mittlerweile Medikamente nehme und seitdem nicht mehr traurig bin. Ich bin schon seit 13 Jahren in der Psychiatrie, und hoffe doch, dass ich irgendwann noch mal rauskomme." (Teilnehmerin von Lichtblicke)

In meiner kunsttherapeutischen Arbeit konnte ich immer wieder beobachten, wie wohltuend, befreiend und beflügelnd das Medium des
Schreibens wirken konnte. Menschen, die zum bildnerischen Gestalten keinen Zugang fanden, konnten sich oft beim Schreiben ausdrücken und entfalten. Im Wohnbereich des Alexianer-Krankenhauses
hatte ich eine Frauenlesegruppe gegründet, in der sich auch schnell
eine Sehnsucht nach selbst verfassten Texten zeigte. Aber wie konnte

es gelingen, die Angst vorm leeren Blatt zu überwinden und an das eigene Schreibvermögen glauben zu lernen? Zusammen mit der Poesiepädagogin Brigitte Thie erarbeitete ich ein Konzept, und im Januar 2002 wurde von uns die Schreibgruppe mit drei Frauen und drei Männern aus dem Wohnbereich gegründet. Seitdem trifft sich die Gruppe jeden Freitag für eine Stunde im Kunsthaus und lässt sich mit unserer Begleitung auf das Wagnis des Schreibens ein. Mehr als sieben Jahre später sind heute noch die meisten TeilnehmerInnen dabei, weil die Gruppe ein nicht mehr wegzudenkender wichtiger, stützender Pfeiler im Alltag geworden ist.

Unser wichtigstes Ziel für die Anfangsphase war zunächst, dass die Angst vorm Schreiben überwunden werden konnte. Leistungsdruck sollte durch spielerische Übungen abgebaut werden und der Zugang zur eigenen Schreibquelle eröffnet werden. Des Weiteren war uns sehr wichtig, eine Atmosphäre des Vertrauens zu schaffen, in der Persönliches mitgeteilt werden durfte, aber nicht durch konfrontierende Aufgaben erzwungen werden sollte.

Zu Beginn jedes Treffens stand eine kurze Lockerungsübung, wie beispielsweise das spontane Erfinden einer Geschichte, indem jeder abwechselnd einen Satz sagt oder schreibt. Folgende Gruppengeschichte entstand in der ersten Schreibstunde:

..Hurra ich lebe noch.

Das liegt an der Sonne dem Mond und dem Meer.

Die Sonne, der Mond und das Meer sind groß.

Bei Vollmond kann ich abends häufig nicht einschlafen und Alkohol vertrage ich dann auch nicht.

Ich war früher gerne am Meer.

Vielleicht träume ich heute Nacht davon, was schön wäre."

Bereits nach einigen Wochen waren diese "Aufwärmübungen" nicht mehr nötig, da die Teilnehmer es sich bereits zutrauten, eigene Texte zu schreiben. Stattdessen etablierte sich eine kurze Austauschrunde zu Beginn jedes Treffens über wichtigste Neuigkeiten und Tagesstimmungen. Anschließend folgt der eigentliche Schreibteil mit einer anregenden Aufgabenstellung. Nach der Schreibphase erhalten alle die Möglichkeit, ihre Texte der Gruppe vorzustellen. Von Anfang an war bei allen ein großes Bedürfnis, die Texte vorzulesen und große Freude über die Aufmerksamkeit und Rückmeldungen erlebbar. Inhaltlich zeigte sich schon sehr früh ein großes Harmoniebedürfnis bei den TeilnehmerInnen. Am liebsten wurde über positive Erlebnis-

se und Erinnerungen geschrieben. Gewünscht wurden immer wieder thematische Aufgabenstellungen zu den Jahreszeiten, Urlaub, Natur; Feste, Lyrik. Schreibanregungen, die verletzliche, traurige oder aggressive Inhalte berührten, wurden von der Gruppe abgelehnt. Von daher waren die Themen in den ersten zwei Jahren behutsam,kreativorientiert und nicht konfrontierend. Als Schreibanregungen dienten uns zum Beispiel Lose mit Begriffen, aus denen eine Geschichte geschrieben werden sollte, Postkarten, Fotos, Düfte, Musikstücke, Spaziergänge, etc.. Je sicherer die TeilnehmerInnen wurden, umso reduzierter konnten die Aufgabenstellungen werden und ein Titel, wie z. B "Frühlingsausflug" reichte, um den Schreibfluss in Gang zu bringen. Schon sehr früh zeigte sich, dass auch bei den spielerischen Anregungen Erinnerungen auftauchten, die die Teilnehmer in der Gruppe mitteilen wollten. Bereits beim dritten Treffen entstanden sehr persönliche Texte. Die TeilnehmerInnen waren aufgefordert, sich aus ausgelegten Gegenständen, wie z. B. Schraubenzieher, Blumenvase, Aschenbecher einen auszuwählen und darüber zu schreiben, wo sie dem Gegenstand begegnen. Zu einer kleinen Lichterkugel schrieb eine Frau folgenden Text:

#### Die Kugel aus Lichtern

In meiner Jugend ging ich mit meinem Freund, meinem späteren Ehemann und den Eltern in eine Bar mit vielen Sitzplätzen und Nischen.

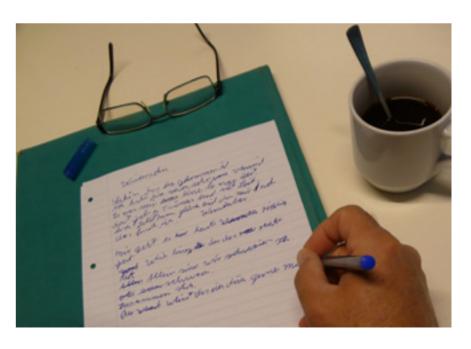
Es sang Costa Cordalis, über der Tanzfläche hing eine Kugel aus Lichtern, die in allen Farben dezent leuchtete. Es war das erste Mal, dass ich eine Bar besuchte und auch das letzte Mal. Gerne würde ich jetzt gehen – aber wie üblich ist die Bar jetzt nicht mehr da. Schade drum.

Aber das rote Herz schlägt in Erinnerung an meinen Freund. Das, was damals Freundschaft war, ist heute immer noch Herz Bum di bi dum. Obwohl wir 30 Jahre verheiratet sind, schlägt es immer noch für ihn. Danke mein Schatz.

In der Abschlussrunde teilte sie uns mit, wie bedeutsam dieser Text für sie war: "Ich bin glücklich, dass mir Kindheitserinnerungen gekommen sind, an die ich mich sonst nicht erinnere. Das ist ein Geschenk." Auch Andere lassen wichtige Erlebnisse in ihren Texten wieder aufleben. Es wird beispielsweise die Kindheit auf dem Lande mit landwirtschaftlichen Tätigkeiten, Erntefest oder Reisen in südliche Länder thematisiert. Für die TeilnehmerInnen genügen

70

oft Stichworte, um auf diese Erinnerungsschätze stoßen zu können. Bereits nach sechs Treffen bekommen wir die ersten beeindruckenden Rückmeldungen. Alle wollen weitermachen und bezeichnen die Schreibgruppe als das "Highlight der Woche". Es wird berichtet, dass schwere Gedanken und Unruhe überwunden werden und dass das Wochenende entspannter begonnen werden kann. Deutlich zu sehen ist auch, dass von Treffen zu Treffen der Zusammenhalt in der Gruppe steigt. Den meisten Menschen, die in psychiatrischen Einrichtungen leben, fällt es schwer, sich zu öffnen, füreinander zu interessieren, Freundschaften zu schließen. Alle befinden sich in nicht selbst ausgesuchten Wohn- und Lebensgemeinschaften. Umso berührender war für mich zu erleben, dass in der Schreibgruppe eine ganz andere Atmosphäre als in allen anderen Gruppen war. Es wurde sich gegenseitig bedankt für die gute Gesellschaft, für die Aufmerksamkeit beim Zuhören, für die anregenden Aufgabenstellungen. Fehlende TeilnehmerInnen wurden vermisst, Veränderungen, wie neuer Haarschnitt bemerkt. Man wartete geduldig auf die Personen, die am längsten schrieben und lobte gegenseitig die Texte und Ideen. Ab und zu gab es sogar mal einen mitgebrachten Geburtstagskuchen, ein Lieblingslied, einen Schubladentext von früher. In dieser Atmosphäre konnten sich alle angenommen fühlen und sich öffnen. Ein Teilnehmer schrieb lange immer fröhliche, unbeschwerte Texte (Beispiel Paris) und traute sich ein Jahr später, auch einmal eine andere, traurige Seite zu zeigen:



### **Paris**

Paris ist eine Reise wert,
ob zu Fuß oder mit Pferd.
Glaub mir, es ist sehenswert.
Kuchen essen ist 'ne Wonne
auf der Terrasse in der Sonne.
Tauben fliegen rasch herbei,
essen die Krümel,
schönes Wetter,
es ist Mai.

Krank ist heute meine Seele,
dass es noch nicht an Trauer fehle.
Finde mich trotz Schmerz und Pein
in den grauen Alltag ein.
Ich denke an das Glück,
und an das ferne Glück,
an all die schöne Zeit zurück.
Ich finde keine Zukunft mehr.

Genieße all die Sonnenstrahlen, die Tage, Wochen, die sind leer, die mit Licht und Schatten malen. ich trauere der Zeit noch hinterher. Nach zwei Jahren wurde deutlich, dass das schnelle spielerische Wechseln der Themen auf Dauer nicht befriedigend war. Die Texte der TeilnehmerInnen blieben knapp und schwankten in der Länge zwischen einigen Sätzen und einer Seite. In der Gruppe selbst entstand der Wunsch, ein Thema länger zu verfolgen, und ein junger Mann sagte, er wolle mehr über "Seelisches" schreiben. Im folgenden Trimester erarbeiteten wir eine Reihe von Aufgabenstellungen zum Thema Zeit. Im Anschluss daran entstand aus der Gruppe heraus der Wunsch zum Thema "Familie - Kindheit" zu schreiben. Die TeilnehmerInnen fühlten sich also bereit, sich an sensible Themen zu wagen. Die Schreibanregungen, die wir dazu anboten, waren zum Beispiel:

- Der Tag vor dem ersten Ferientag
- Familienkonferenz (Tisch mit sechs leeren Stühlen)
- Familienausflug 1970/1980
- Mein erster Schultag
- Lieblingsspiele
- Kindergeburtstag
- Märchenhelden

Die Reaktionen auf diese Themen waren sehr unterschiedlich. Bei einer Frau traten erstmals Schreibblockaden auf, und das Blatt blieb meistens leer. Ein Mann lehnte die Auseinandersetzung mit der eigenen Familie ab: "Du mein Bruder bist nicht da, das macht den Tag so wunderbar, leben lange schon im Streit, so bin ich gern wo ihr nicht seid." Stattdessen schuf er beim Schreiben eine neue Traumfamilie. Eine andere Frau zeigte nur das Bild auf von einer Familie, in der alles immer wunderbar und harmonisch war. Es gab aber auch Erinnerungen an aufwühlende, traurige Geschehnisse, strenge Vaterfiguren und Einsamkeitsgefühle. Trotz der vielfach angestrengten Reaktionen wurde immer der Wunsch geäußert, mit dem Familienthema weiterzumachen. Eine Teilnehmerin machte es in diesem Zitat sehr schön deutlich:

"Wir wühlen viel in der Vergangenheit. Als ich das Thema hörte, hätte ich am liebsten angefangen zu weinen. Aber es ist gut, es ist eine Art Therapie, das alles mal aufzuschreiben."

Nach meinen Erfahrungen mit der Schreibgruppe "Lichtblicke", die ich drei Jahre lang begleiten durfte, konnte ich zahlreiche positive Wirkungen des Schreibens wahrnehmen. Es gibt ganz unmittelbare

Wirkungen, wie Spannungsabbau, Überwindung von Unruhe, Stimmungsaufhellung, Unterbrechung von Selbstgesprächen, Belebung und Aktivierung. Die tief greifende Wirkung des Schreibens, insbesondere im psychiatrischen Zusammenhang, kann ich in folgende vier Punkte zusammenfassen:

- Krankheitsbewältigung: Der offene Umgang mit schmerzhaften Erinnerungen/ Gefühlen/ Erlebnissen hilft zu verarbeiten und auch die Erkrankung zu akzeptieren. Das Getragenwerden von der Gemeinschaft, die kontinuierliche Teilnahme stabilisiert. Zitate wie: "Es tut meiner Seele gut, hier zu sein" machen den heilungsfördernden Charakter der Schreibgruppe deutlich. Auch der Name "Lichtblicke", den die Gruppe selbst gewählt hat, spricht für sich.
- Gemeinschaftsförderung: Durch das Schreiben und Vorlesen der Texte findet Kommunikation statt, sich mitteilen, zuhören, sich öffnen, vertrauen. Dies wirkt der Isolierung und Einsamkeit entgegen, die häufig die schlimmste Folge eines Lebens mit einer langzeitpsychischen Erkrankung ist. Die Schreibgruppe "Lichtblicke" zeichnet sich aus durch eine ungewöhnliche starke Gemeinschaftsbildung. Die Bedeutung der Gruppe machen Zitate wie: "ihr seid meine zweite Familie" oder "ich freue mich die ganze Woche auf Euch" deutlich. Die kontinuierliche Teilnahme der Einzelnen, sogar bei schlechtem Gesundheitszustand, beeindruckt ebenfalls.
- Sich selbst erleben: Das Schreiben weckt den Zugang zur eigenen Kreativität. Die TeilnehmerInnen sind oft überrascht über ihr Schreibvermögen und ihren Ideenreichtum. Die eigene Kreativität erleben und sich damit auch noch anderen vorstellen können, ist ein beglükkendes Erlebnis. Beim Vorlesen der eigenen Texte wahrgenommen zu werden und Rückmeldungen zu bekommen, wirkt sich positiv auf das eigene Selbstwertgefühl aus. Das ist stabilisierend für den Alltag und insbesondere in aufregenden Zeiten, wie zum Beispiel der Umzug in die Außenwohngruppe, ein wertvoller Beitrag.
- Biografischer Bezug: Das Schreiben führt häufig zu einer Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie. Ereignisse und Erlebnisse werden hervorgerufen, aufgeschrieben und neu wertgeschätzt. Mit der psychischen Erkrankung gehen oft elementare Bereiche des eigenen Lebens verloren, und es kann nur noch wenig selbst gewählt werden. Umso stärkender ist es, über das Erinnern und Aufschreiben den Kontakt zur eigenen, individuellen Lebensspur wieder herstellen zu können.

74

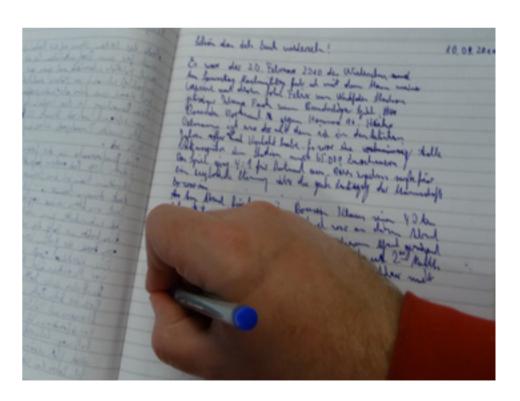
Die Schreibgruppe "Lichtblicke" trifft sich auch heute noch unter der Leitung von Brigitte Thie jeden Freitag im Kunsthaus. Auf Grund der großen Nachfrage wurde Ende letzten Jahres sogar eine zweite Schreibgruppe ins Leben gerufen. Für die TeilnehmerInnen und für unser Kunsthaus sind die Schreibgruppen eine große Bereicherung. Schreiben beflügelt, öffnet neue Welten, lässt uns Grenzen überschreiten.

"Am Tag, als das Millenium stattfand, hatte alle Welt Angst, dass die Computer verrückt spielen, aber es ist nichts passiert. In diesem Jahr feierte ich meinen 40. Geburtstag.

Ewigkeit – ein großes Wort. Was ist Ewigkeit?

Früher als Kind hatte ich immer die Vorstellung, dass das Universum irgendwo zu Ende ist und sich dort ein Gottesmann befindet. Der Gedanke, dass es endlos so weitergehen könnte, tröstete meine Vorstellungskraft. Wenn ein Ufo in meinem Garten landen würde, würde ich ohne zu Zögern einsteigen und mitfliegen."

(Teilnehmerin von Lichtblicke)



# Praktische Erfahrungen MIT SCHREIBGRUPPEN

Brigitte Thie

Schreiben bedeutet,
dem Gelegenheit zu geben,
was gesagt werden muss.
Ilse Aichinger

Vieles bleibt tagein tagaus ungesagt, sollte aber gesagt werden, ja, müsste gesagt werden. Doch aus verschiedensten Gründen kann es nicht ausgesprochen werden.

Schon Kinder beginnen damit, ihre unaussprechlichen Worte regelmäßig zu Papier zu bringen. Das Tagebuch wird oft zu einem unverzichtbaren vertrauten Begleiter, meist jedoch eher junger Menschen

Erfahrungen haben gezeigt, dass Schreiben eine heilsame Wirkung auslöst. Die schriftliche Kommunikation mit sich selbst kann gerade auch für Erwachsene in unterschiedlichsten Lebenssituationen hilfreich sein. So wird seit geraumer Zeit das Schreiben auch zu therapeutischen Zwecken eingesetzt.

Die Schreibgruppe "Lichtblicke", die sich seit 2002 regelmäßig wöchentlich im Kunsthaus Kannen trifft, belegt schon auf Grund ihres langen Bestehens die Bedeutung für die Teilnehmenden, nämlich Personen mit Psychiatrieerfahrung. Die vorher mit Frau Nicola Steffen geleitete Gruppe führe ich entsprechend der dabei entwickelten Grundsätze, wie sie im Artikel "Wörter beflügeln" schon dargestellt sind, weiter. Außerdem bringe ich neue Aspekte aufgrund vielfältiger Erfahrungen in die Gruppen- und Schreibanleitung ein.

Besonders ist das regelmäßige Treffen in einer konstanten Gruppe für die inhaltliche Arbeit von großem Wert. Fehlt einmal jemand, so

76

macht man sich Sorgen um die fehlende Person und bedauert, dass sie nicht teilnehmen kann.

Die Ausstellung "GEDANKENSCHWER UND FEDERLEICHT" im Kunsthaus Kannen brachte u.a. die Arbeit dieser Schreibgruppe einem breiten Publikum näher. Wir durften uns über sehr positive Rückmeldungen freuen!

Eine Gruppe junger Studierenden initiierte eigenständig ein Projekt zum Thema "Fremde Heimat". Ziel war es, den Begriff Heimat zu überdenken und neu zu definieren auf dem Hintergrund von Migration, globaler Welt, sowie der Entwurzelung durch Armut und Krankheit. Die Gruppe Lichtblicke wurde eingeladen, einen Abend des Projektes mitzugestalten. Dabei wurde deutlich, dass einige Personen sehr gern mit ihren Texten an die Öffentlichkeit gehen wollten. So formulierten sie engagiert zu dem Thema "Fremde Heimat", trugen ihre Ergebnisse einem interessierten Publikum selbst vor und stellen sich anschließend für ein Gespräch zur Verfügung. Dieser Abend war ein großer Erfolg für alle Beteiligten.

Die Fachhochschule Münster, Fachbereich Sozialwesen, bot über zwei Semester ein Projektseminar an zum Thema "Schreibwerkstatt: Schreibtherapie mit Menschen mit psychischen Störungen oder geistiger Behinderung in ausgewählten Einrichtungen der Psychiatrie und Behindertenhilfe". Ich wurde angesprochen, ob einige der Studierenden im Rahmen dieses Seminars in meinen Schreibgruppen hospitieren könnten. Die Teilnehmenden der inzwischen zwei Schreibgruppen waren sofort damit einverstanden und freuten sich auf das Kommen der Studierenden. Während der Hopitationsstunden wurden die Gäste sehr wohlwollend in die Schreibgruppen integriert. Das Interesse an deren Studium war groß, und deren Bereitschaft, auch selbst mitzuschreiben und die eigenen Texte vorzutragen, wurde geschätzt.

Für die Studierenden waren die praktischen Erfahrungen nach ihren eigenen Aussagen sehr wertvoll. Zum Abschluss der Hospitation gestalteten sie selbst jeweils erfolgreich eine Stunde in Eigenregie und erhielten viel Anerkennung durch die Gruppen.

Die Teilnehmenden der Gruppe "Lichtblicke" schauen inzwischen auf eine über siebenjährige Schreiberfahrung und Schreibtherapie

zurück. Dies nahmen sie zum Anlass, Texte zu verfassen, in denen sie einen Rückblick wagten und darstellten, wie wichtig ihnen das Schreiben in der Gruppe ist. Hier einige dieser Texte:

"Ein Glück, dass es die Gruppe gibt, sie ist der Rahmen, den man liebt. Ich möcht an all die Freude denken, die wir uns hier zusammen schenken.

Du glaubst es kaum, doch es ist wahr, ich fühle mich dort wunderbar.

Ich danke all den Freunden dort, es ist ein wunderbarer Ort.

Sieben Jahre ist sie alt, sieben Jahre und nicht alt, möchte Euch für alles danken, ich lieb Euch sehr in den Gedanken

Ich danke Euch für Euer Ohr, uns macht so schnell kein Mensch was vor." Wolf

"....Ich muss wirklich sagen, dass mir die Schreibgruppe immer seelisch gut getan hat. Es ist eine richtige Therapie, die mir schon oft geholfen hat. Traumata aufzuarbeiten.

...Es ist so, dass ich zur Gruppe und auch zur Leiterin großes Vertrauen habe und mich geborgen in die Gruppe hinein begeben kann. Ich bin in meinem Leben selten Menschen begegnet, zu denen ich solchen Draht hatte!" Marion

".....Dadurch, dass wir uns regelmäßig einmal in der Woche treffen, kennen wir uns sehr gut. Doch es geschieht, dass wir uns gegenseitig mit unseren Ideen und Eindrücken überraschen. Oft liegt es an dem Thema, ob wir etwas persönliches von uns preisgeben können oder wollen. Manchmal schreiben wir auch über Ereignisse, die uns in der Politik oder ähnliches bewegen. Aber immer wieder bedeutet das Schreiben eine Erleichterung für mich. Dann kann ich nicht umhin.

mich mit meinen angenehmen oder unangenehmen Vorfällen auseinander zu setzen.

Ich denke, dass die anderen "Mitstreiter" genauso denken. Auch bin ich unendlich dankbar, dass es die Schreibgruppe gibt!  $\dots$ " Sabine

Aufgrund der bisherigen, positiven Erfahrungen wurde vor etwa einem Jahr eine weitere Schreibgruppe eingerichtet. Hierbei zeigte sich, dass jede Gruppe ihre eigene Dynamik entwickelt und welch unterschiedliche Erwartungen, Vorerfahrungen und Lebensgeschichten die Teilnehmenden mitbringen. In den ersten Wochen kamen und gingen Interessierte, bis sich eine Gruppe von Männern zusammen fand, die jetzt regelmäßig teilnehmen. Vertrauen und Zusammengehörigkeitsgefühl wachsen langsam.

Einfache Schreibaufträge, die sachliche, aber auch persönliche Inhalte ermöglichen, zeigen, dass das Persönliche meist im Vordergrund steht. Oft vergewissert sich jemand noch einmal, ob er die Aufgabe richtig verstanden hat. Noch ist die Angst vorhanden, etwas falsch zu machen. Als Grundsatz gilt jedoch: Wir sind nicht in der Schule. Jeder Text ist in Ordnung, so wie er heute möglich ist, auf dem Hintergrund der eigenen heutigen Verfassung und Stimmung. Nach Aichinger soll das geschrieben werden, "was gesagt werden muss".

Die Konzentration und das Durchhaltevermögen reichen für eine Schreibphase von 20 bis 30 Minuten (manchmal mit kurzer Zigarettenpause). Im Unterschied zur ersten Gruppe schreibe ich als Leiterin hier nicht mit, da insbesondere ein Teilnehmer wegen seiner schwachen Schreibfähigkeit intensive Unterstützung benötigt.

Alle Teilnehmer wollen ihre Ausführungen gerne vorlesen, d.h. mitteilen und damit öffentlich machen. Sie sind gespannt auf die Rückmeldungen und dankbar für positive, bestärkende Stellungnahmen. Immer wieder äußert jemand, wie wichtig für ihn das Schreiben in der Gruppe ist und dass es ihm am Ende der Stunde sehr viel besser geht als zu Beginn.

Spontan zeigen zum Schluss der Stunde oft Teilnehmende ihre Begeisterung für die wöchentliche Schreibstunde und ihre Dankbarkeit, daran teilnehmen zu dürfen.

Sie legen großen Wert darauf, in der nächste Woche erneut zu kommen. Mir selbst macht die Arbeit mit den mir nun sehr vertrauten Men-



Ausstellung im Kunsthaus Kannen 2008

schen viel Freude und ich sehe, dass diese Arbeit sehr förderlich und sinnvoll ist. Der persönliche, aber auch der therapeutische Wert wird überzeugend durch den abschließenden Rückblick eines Teilnehmers nach etwa einem Jahr Schreiberfahrung deutlich:

"Die Schreibgruppe am Freitag gefällt mir sehr gut. Ich habe zwar manchmal ein mulmiges Gefühl dabei, etwas aufs Papier zu bringen. Aber ich strenge mich jedesmal wieder an, etwas zu dem vorgegebenen Thema zu schreiben. Das Schreiben hilft mir dabei, abhängig von den Themen, mich beispielsweise an meine Kindheit und Jugend, an mein Leben zu erinnern, das nicht nur negativ war, sondern auch viele schöne Seiten hatte. Dabei hilft mir das Schreiben auch, dass ich mein Leben besser reflektieren kann, mich an schöne Dinge erinnere, die mir früher viel Spaß und Freude gemacht haben und die mir jetzt noch Kraft geben.

Die Traumata meiner Erkrankung kann ich beim Schreiben außerdem ggf. aufarbeiten, beziehungsweise vergesse ich meine kranken Anteile durch das Schreiben, wenn ich über schöne Dinge schreibe, über Dinge und Lebensereignisse schreibe, bei denen ich zufrieden und gesund war und bin.

Da wir jeder in der Schreibgruppe unsere Aufsätze vorlesen und über diese sprechen, erfahren wir bzw. ich etwas Kritik, sowie auch Zustimmung, Ermutigung, positive Wertschätzung und Lob sowie ggf. auch etwas Tadel.

Außerdem habe ich durch das Schreiben wieder meine Gehirntätigkeit positiv angeregt und dabei ein Erfolgserlebnis für mich erzeugt. Dadurch wird mein Denken auch klarer, und ich habe ein befreites Gefühl im Kopf und in der Seele.

Wenn ich die Schreibgruppe verlasse, fühle ich mich aufnahmefähiger und lockerer und entspannter als vorher, und ich habe auch mehr Energie und Gelassenheit für die Arbeit und fürs Leben. Die Schreibgruppe möchte ich nicht mehr missen, da sie mein Leben positiver gestaltet und dies lebenswerter macht und ich mich wieder gesunder fühle sowie weniger konfliktscheu bin. In der Schreibgruppe kann ich für den Alltag auftanken." Bernhard

# Aufbau und Durchführung EINER SCHREIBWERKSTATT

Gaby Lechler

Im Folgenden werden Organisation und Ablauf der vom 16.10.2008 – 31.01.2009 auf der Hedwigstation des Alexianer-Krankenhauses – Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie in Amelsbüren – durchgeführten Schreibwerkstatt detailliert dargestellt. Es wird geschildert, wie die Patienten an das Schreiben herangeführt wurden. Die angewandten Techniken, die zur Umsetzung der Schreibwerkstatt ausgearbeitet und umgesetzt wurden, werden vorgestellt und reflektiert.

### Beschreibung der Zielgruppe

Auf der Hedwigstation befinden sich überwiegend Menschen, die an einer Depression erkrankt sind und bei denen aufgrund einer Krisensituation oder zur Prävention ein stationärer Aufenthalt indiziert ist. Die Patienten befinden sich im Durchschnitt zwischen 6 und 12 Wochen in der Therapie, die unterschiedlichste Interventionsformen bietet. Das Angebot der Schreibwerkstatt wurde zusätzlich in den Therapieplan mit aufgenommen. Aufgrund des engmaschigen Angebots und der eigenen Planungsdefizite hatten die Patienten anfangs und zwischenzeitlich Probleme, die Termine einzuhalten. Nach Etablierung des Angebotes fand sich zunächst eine feste Gruppe. Aufgrund der zeitlich limitierten Aufenthalte der Patienten modifizierte die Gruppe sich danach immer wieder neu.

### <u>Aufbau der Schreibwerkstatt</u> Zusammensetzung der Gruppe

Die Gruppe der Hedwigstation im Alexianer-Krankenhaus setzte sich aus Menschen mit einer depressiven Basiserkankung und unterschiedlichen damit einhergehenden Krankheitsbildern zusammen. Das Alter variierte von 45 bis zu 82 Jahren. Die Patienten kamen aus den unterschiedlichsten Berufssparten und brachten erhebliches kognitives Potential mit in die Gruppe. Bei den Teilnehmern waren überwiegend literarische Vorkenntnisse vorhanden. Der Anteil an männlichen Teilnehmern lag bei ca. 75%.

### Angst vor dem Schreiben

Durch das niedrige Selbstwertgefühl, die Antriebsschwäche, die Ungewohntheit des Schreibens oder Legasthenie war die Hürde für viele Patienten, etwas aufs Papier zu bringen, anfangs sehr hoch. Der Druck, etwas schreiben zu müssen, wurde dadurch herausgenommen, dass die Möglichkeit gegeben wurde, einfach bei der Gruppe dabei zu sein. Die Gedanken und Vorstellungen konnten anhand von Stichpunkten in Worte gefasst oder gemalt werden.

Manche Teilnehmer hatten den Drang, Gedanken, die während des Gesprächs aufkamen, aufzuschreiben oder zu verbalisieren. Hierzu wurde ihnen der notwendige zeitliche Raum gegeben. In der vorgestellten Schreibgruppe auf der Hedwigstation war es vor allem der Wunsch der Teilnehmer, die Schreibwerkstatt als Austauschforum zu nutzen. Die Gedanken wurden überwiegend in der Freizeit ausformuliert.

Zu Anfang konnten einfache Schreibübungen (siehe Kap. 3.3. Techniken) die Ängste abbauen und den Schreibfluss fördern. Eine angenehme Atmosphäre trug ebenfalls zur Bewältigung der Ängste bei. Wichtig hierbei war es, für eine angenehme Temperatur und den richtigen Lichteinfluss zu sorgen. Die Teilnehmer wurden mit Getränken und kleinen Snacks versorgt. Duftkerzen und farbliche Akzente wurden zur Aktivierung der Sinne eingesetzt. Die Teilnehmer sind persönlich und mit Namen begrüßt worden, um ihnen ein Gefühl der Vertrautheit und des Erwünschtseins zu vermitteln. Zu Anfang dienten Namensschilder als Hilfestellung, die mit farblichen Metaphern zu der jeweiligen Person versehen wurden. Auch hierbei entstand schon eine Auflockerung der Anfangssituation.

### Techniken

Zum Einstieg kann es förderlich sein, so genannte Miniaturen anzubieten, die auf freiem Assoziieren beruhen: Brainstorming, Listengedichte, Elfchen, Akrostichon, ABC-Darium, Haikus, Alliterationen und Metaphern. Diese Techniken dienten als mentale Lockerungsübungen, um anfangs den Schreibfluss zu fördern.

### Beispiele für verwendete Techniken:

Ein Elfchen besteht aus 11 Wörtern, aufgeteilt in fünf festgelegte Zeilen. Das erste Wort wird als Auslöser und Gedankenanreiz in die

erste Zeile geschrieben. Die weiteren Worte folgen durch freie Assoziation (vgl. Schwindt:, Kreatives Schreiben in Sozialarbeit und Beratung, 2008, S. 27):

Urlaub / bringt Entspannung / eine andere Umgebung / zu Hause im Garten / Ruhe

Bei einem Akrostichon werden die Buchstaben eines Wortes in vertikaler Reihenfolge untereinander geschrieben. An die Buchstaben werden in horizontaler Anordnung neue Worte angeknüpft. Das Akrostichon soll hinternander gelesen einen Satz, einen Namen oder ein Gedicht ergeben:

F allenlassen können,

R uhe finden,

E inkuscheln

U nd

N icht nachdenken,

D as bist Du,

E in Freund.

Alliterationen sind in der gleichen Zeile vorkommende Worte, die mit dem gleichen Laut beginnen:

Alle Achtung / Däumchen drehen / Erneuerbare Energien / Mars macht mobil.

Metaphern sind Übertragungen, um etwas möglichst anschaulich zu beschreiben. Hier wird eine Metapher für das eigene Leben vorgeschlagen: Mein Leben ist ein Labyrinth...

Bei einem Haiku werden 5/7/5 oder 7/9/7 Silben untereinander angeordnet und einem Thema zugeordnet:

Erinnerungen / begleiten still das Leben. / Doch manchmal auch laut!

Das ABC-Darium bietet die Möglichkeit, unterschiedliche Begriffe zu einem Thema mit der Vorgabe der Anfangsbuchstaben des Alphabetes zu finden:

Schule

A - Aufgaben

B - Bildung

C - Chor

D - Deutschunterricht

Aufbauend können kreative Zukunftsperspektiven entwickelt werden: Wenn ich könnte, wie ich wollte, würde ich...

Danach können weitere Schreibübungen zur eigenen Biographie folgen:

Meilensteine meines Lebens...

Ich wünsche mir einen Weg...

Mein größter Erfolg...

Wie war der Tag heute, morgen, gestern...

Weitere nahe liegende Möglichkeiten sind das Schreiben einer Bildinterpretation, das Weiterschreiben eines Textes (Bsp. Krimi), biographisches Schreiben (Bsp. Beschreibung eines alten Fotos), das Notieren eines Traumes, automatisches Schreiben (Bsp. Beschreiben, was gerade passiert) oder Wortspielereien. Rechtschreibung und Grammatik treten hierbei in den Hintergrund. Wesentlich in einer Schreibwerkstatt ist das fließende Schreiben und die dadurch entstehende Möglichkeit, die eigenen Wünsche und Ressourcen zu entdekken (vgl. Schwindt:, Kreatives Schreiben in Sozialarbeit und Beratung, 2008, S. 29).

### Methoden

Als Methoden für das Herantasten an Schreibwerke wurden die Patienten an das Mind-Mapping und Clustering herangeführt.

Mind-Mapping (vgl. Buzan & Buzan 2002)

Mind Mapping ist eine Methode, um die Auslastung des Gehirns zu steigern. Die linke Gehirnhälfte ist bei den meisten Menschen für rationales Denken, Logik, Sprache, Zahlen, Linearität und Analyse zuständig. Die rechte Gehirnhälfte übernimmt überwiegend Raumwahrnehmung, Phantasie, Farbe, Rhythmus, Gestalt, Mustererkennung und Dimensionalität. Vorwiegend wird die linke Gehirnhälfte genutzt, womit es beim Durchschnittsmenschen zu einer anteiligen Auslastung des Gehirns von 10% kommt. Auf der Internetseite vision into action (siehe Internetquellen) besteht die Möglichkeit zu testen, ob die Aktivität der rechten oder linken Gehirnhälfte überwiegt. Bei der Mind-Map-Technik werden gezielt beide Gehirnhälften angesprochen, und die geistige Leistung wird so deutlich verbessert. Beim Mind-Mapping wird ein zentrales Thema in die Mitte eines unlinierten DIN A4-oder DIN A3-Blattes geschrieben. Das Blatt sollte im Querformat beschrieben werden. Es werden mindestens drei Farben verwendet. Die

Äste, die vom Hauptthema zu den Nebenthemen führen, werden in Blockbuchstaben beschrieben. Weitere Äste führen von den Nebenthemen zu weiteren Unterthemen. Für die Veranschaulichung werden Bilder, Symbole und Linien verwendet. Gute Einsatzmöglichkeiten sind: Vorbereitung eines Aufsatzes oder Vortrages, Ideenfindung für Meetings, Sammeln persönlicher Notizen, Klarheit schaffen über eigene Gedanken und Wünsche und Lernen (vgl. www.zmija.de)

#### Clustering

Das Clustering ist eine Technik, die hilft, Einfälle und Assoziationen zu einem Begriff oder Thema zu ordnen und so zu strukturieren, dass sie einen Ausgangspunkt für das Schreiben bilden (vgl. Kruse, 2005, S. 32). Der Unterschied zwischen Clustering und Mind-Mapping ist, dass Mind-Maps von Visualisierungen und graphischen Elementen geprägt sind. Ein Cluster ist eine Begriffskette und besteht ausschließlich aus Kreisen, Strichen und Wörtern. Beim Clustering soll der Assoziationsfluss angeregt werden. Einfälle zweigen von Einfällen ab. Man beginnt mit einem Kern in der Mitte eines leeren Blattes und folgt dem Strom der Gedankenverbindungen. Jeder Einfall bekommt einen neuen Kreis, der durch einen Strich oder durch einen Pfeil mit dem vorigen Kreis verbunden wird (vgl. Rico, 1984, S. 35).

# <u>Umgang mit depressiven Menschen in der Schreibwerkstatt – Verhaltensmuster</u>

Es gibt vier Kategorien von Symptomen, die bei Menschen mit einer unipolaren Depression festgestellt wurden:

- Stimmung weinerlich, traurig
- 2. Denken niedriges Selbstwertgefühl
- 3. Motivation Lähmung des Willens, Antriebsschwäche
- 4. Körperliche Symptome Schwäche und Müdigkeit, zusammengesackte Haltung

Die vorherrschende Stimmung bei depressiven Menschen ist Traurigkeit, oft begleitet von Weinen und dem Verlust der Freude an jeglicher Aktivität (vgl. Zimbardo, 1995, S. 624).

### Umgangsformen

Zu Anfang der Schreibwerkstatt bestand eine wesentliche Aufgabe darin, die Patienten zu motivieren und sie aus ihrem Zimmer abzuholen, wenn sie aufgrund mangelnden Antriebs den Termin zu verpassen drohten. Anfangs war diese Form der Motivation immer wieder notwendig. Erst als die Patienten ihre ersten Erfolgserlebnisse verzeichneten und von ihren Ressourcen profitierten, stellte sich eine regelmäßige Teilnahme ein. Die Patienten wurden gebeten, sich in eine Teilnehmerliste einzutragen, um dem Erscheinen zum Termin eine größere Bedeutung zukommen zu lassen. Einige Patienten hatten Versagensängste und kamen kaum aus sich heraus. Andere waren in ihrer Euphorie kaum zu stoppen und strapazierten dadurch die Sitzungsabläufe. Hier galt es, die Moderation zu übernehmen, um den Patienten möglichst gleiche Anteile an Aufmerksamkeit im Forum zukommen zu lassen.

### Interventionsmethoden

Die Patienten hatten immer wieder die Möglichkeit, durch ihre Beiträge Erfolgserlebnisse zu erfahren. In erster Linie geschah dies durch die Anerkennung der anderen Teilnehmer und durch soziale Kontakte, die sich außerhalb der Schreibwerkstatt weiterentwickelten. Dies trug wesentlich zur Steigerung des eigenen Selbstwertgefühls bei. Die "bösen Gedanken", von denen manche Patienten sprachen, konnten für einige Zeit verdrängt und prosozial kanalisiert werden. Durch Wertschätzung der Person, Anerkennung der Leistung und aktives Zuhören wurde der Zugang zu den Teilnehmern gefunden. Aufgrund des erhöhten Interventionsbedarfs der Teilnehmer ging die Schreibwerkstatt manchmal weit über die geplante Zeit hinaus. Bei Bedarf fanden im Anschluss Einzelgespräche für die Patienten statt.

### <u>Durchführung der Schreibwerkstatt</u> Aufbau der Sitzungen

Die Fluktuation auf der Hedwigstation, bedingt durch die begrenzten Aufenthaltszeiten der Patienten, machte einen sich von Sitzung zu Sitzung steigernden Ablauf der Schreibwerkstatt unmöglich. Die Sitzungen wurden möglichst nach einer Sequenz abgeschlossen und unabhängig voneinander geplant und durchgeführt.

### Beispiele für Sitzungsinhalte:

- Traumreise an den Wohlfühlort und anschließende Beschreibung des Ortes
- 2. Perspektivenwechsel bei Bildern

•

- 3. Kurzgeschichte schreiben
- 4. Ende eines Krimis schreiben
- 5. Aufstellung einer Alltagssituation auf dem Stellbrett und Beschreibung
- 6. Antwort auf die Frage: Was ist für mich Glück?
- 7. Wortspielereien zum Thema Geduld
- 8. Bedeutung von Farben Farbwahrnehmung
- 9. Schriftliches Ausdrücken von Gefühlen

### Materialien

Für den Aufbau der Sitzungen wurden so genannte Schreibauslöser genutzt, um den Schreibprozess zu initiieren. Beispiele hierfür sind:

- Traumreisen von Luise Reddemann
- Ausgewählte Bilder aus Kunstbüchern (z.B. Tizian, van Gogh)
- Krimigeschichten
- Bücher zum Thema Glück
- Aufstellungsbrett
- Farbkarten
- Lüscher Farbtest
- Gefühlsmonsterkarten
- Papierrollen
- Zeitstrahl/Zeitachse

### Reflexion

Zu Anfang einer Sitzung fand jeder Teilnehmer die Möglichkeit, sein aktuelles Empfinden und seine Wünsche in Bezug auf die bevorstehende Sitzung auszudrücken. Es folgten die Themenbesprechung und der Vortrag der Beiträge. Im Anschluss wurde in einer Reflexionsrunde über die Sitzung gesprochen und erfragt, wie es den Teilnehmern ergangen ist und was sie empfunden haben.

Bei der Besprechung der Literatur sind besonders das Alter und Sprachvermögen der Klienten zu berücksichtigen. Ebenso ist zu beachten, dass nicht jeder Protagonist sein Werk erläutern oder von andern besprochen haben möchte. Das ist zu respektieren, auch vor dem Hintergrund der Überlegung, dass jede Besprechung (Versprachlichung) etwas vom geheimnisvollen Glanz des Werkes nehmen, es quasi seines Zaubers berauben kann (vgl. Trüg / Kersten: Praxis der Kunsttherapie, 2005, S.125/139).



### Beispiele für Fragen zum Setting und zur Bearbeitung:

- Wie ist es zu Ihrem Text gekommen?
- Wie ist es Ihnen beim Schreiben ergangen?
- Gab es vorherrschende Gefühle, Gedanken?
- Was ist das für ein Text (Gedicht, Märchen, Krimi...?)
- Welche Atmosphäre steckt in dem Text?
- Wie beginnt der Text und wie hört er auf?
- Wer ist oder könnte Adressat dieses Textes sein?
- Was erwächst aus der Besprechung für Sie als Aussage oder Herausforderung?

Nach der Reflexionsrunde wurde das Thema der nächsten Schreibwerkstatt festgelegt. Nicht selten baten die Patienten um eine Aufgabe für die nächste Sitzung.

#### Fazit

Schreiben in psychischen Krisensituationen ist eine Form der Bearbeitung von Gefühlen und Gedanken. Schreiben ist ein selbsttherapeutischer Prozess, der in bestimmten Krisen helfen kann. Wenn der Mensch sich mit einem Problem beschäftigt oder eine Entscheidung fällen muss, kann es im Kopf ganz schön durcheinander gehen. Die Überlegungen drehen sich im Kreis, es werden immer wieder die gleichen Gedanken durchdacht und die Lösung rückt oft keinen Schritt näher. Hier kann es helfen, die Gedanken aufzuschreiben, sie schriftlich niederzulegen und gewissermaßen durch das Schreiben zu kanalisieren. Damit endet das fruchtlose, kreisförmige Hinund Her-Überlegen, und es entsteht mehr Raum für neue, vielleicht positivere Vorstellungsinhalte. Die Rückmeldungen der Teilnehmer "wir hatten keine bösen Gedanken während der Sitzung", bestätigen diese Aussage. In der Schreibgruppe entsteht oft ein großes Bedürfnis, die entstandenen Texte in der Runde vorzustellen. Die positiven Rückmeldungen der anderen Teilnehmer können bei den Vortragenden eine Steigerung des Selbstwertgefühls bewirken, ihnen Kraft geben und sie zu neuen Leistungen motivieren.

Buzan, B., Buzan, T. (2002): Das Mind-Map Buch. Heidelberg: mgv-Verlag.

Dörner, K., Plog, U., Teller, Ch., Wendt, F. (2002): Irren ist menschlich. Bonn: Psychiatrie-Verlag.

Kruse, Otto (2005): Keine Angst vor dem leeren Blatt. Ohne Schreibblockaden durchs Studium. Frankfurt/New York: Campus Verlag.

Reddemann, Luise (2006): Imagination als heilsame Kraft. (Leben lernen 141.) Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.

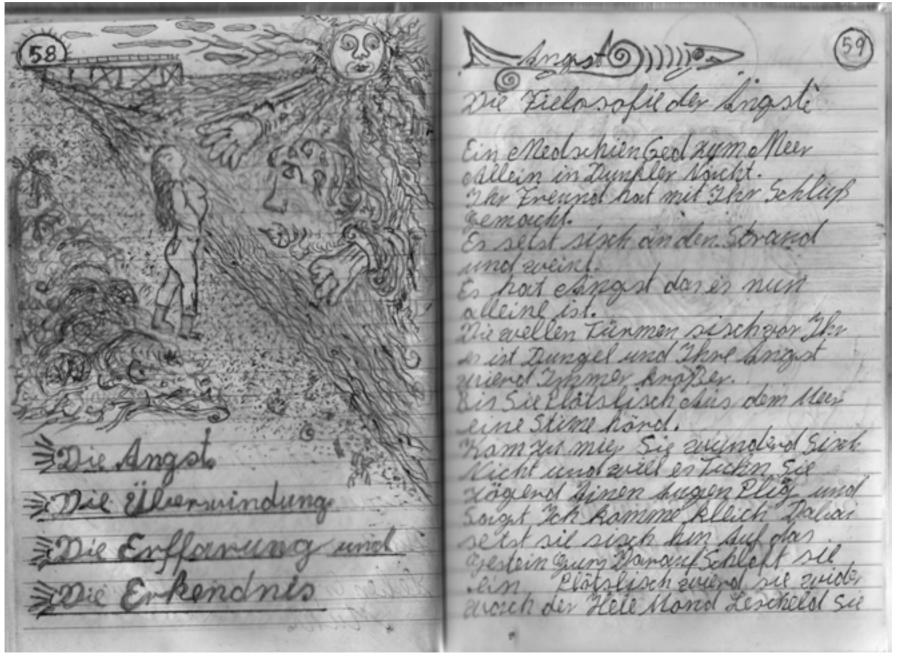
Rico, Gabriele L. (1984): Garantiert schreiben lernen. Reinbek: Rowohlt Verlag.

Schwind, Karin: Kreatives Schreiben in der Sozialarbeit und Beratung. In: TextArt - Magazin für Kreatives Schreiben, Heft 4 (2008), S. 26-29.

Trüg, E., Kersten, M. (2005): Praxis der Kunsttherapie. Schattauer Verlag. Stuttgart: Schattauer Verlag. Zimbardo, Ph. (1995): Psychologie. Berlin: Springer Verlag.

Internetquellen:
www.zmija.de, 2009
www.netschool.de, 2009
www.teachsam.de, 2009
www.tsionintoaction.de/2007/10/31/linke-rechte-gehirnhaelfte

# Texte und GEDICHTE



Markus Meurer, Ausschnitt aus seinem Buch | Die Plange Angst

# Kurz und bündig

#### Marion Albrecht

"Wer früher stirbt ist länger tot." - Ist der Tod ewig? Oder werden wir irgendwann wiedergeboren? Ich mag die Religiosität der Inder. Vielleicht werde ich mal Wildkaninchen auf Sizilien oder ein Igel im Blätterwald. Haben Früchte Gefühle? Tut es einer Zitrone weh, wenn sie ausgepresst wird? Wer weiß.

94

# Sich etwas trauen, vertrauen, anvertrauen

#### Marion Albrecht

Sich etwas trauen, Mut haben, etwas Neues zu tun. Angst haben auf den Allerwertesten zu fallen.

Vertrauen große Gefahr sich ausliefern, verletzbar sein, enttäuscht werden.

#### Anvertrauen

als Kind mit seiner besten Freundin Geheimnisse teilen, Abends im Bett sich aneinander kuscheln und flüstern Sich einem Psychologen anvertrauen Vorsicht nicht zu viel zu sagen! Emotional angenommen werden. Alles wird gut.

### Schreiben

#### Marion Albrecht

Was bedeutet mir das Schreiben?

Schreiben bedeutet mir, dass mein Wochenende am Freitag schon anfängt.

Es bedeutet, dass ich unruhig ankomme und ruhig wieder rauskomme. Schreiben bedeutet, dass ich meine Gedanken schweifen lassen kann in die Vergangenheit, dass ich mich an Ereignisse erinnern kann, die in meiner Kindheit und meiner frühen Jugend liegen, die Gedanken an meine Eltern, meinen Bruder, unseren Dackel, der wie ein Familienmitglied war. Es lässt mich noch einmal all die Geschehnisse nacherleben, die mich geprägt hatten, bevor ich behandelt wurde und Medikamente bekam, an die Depressionen denken, die Antriebsschwäche, aber auch an die Freuden, die selten genug waren, die Freundschaften, die ich gehegt hatte und die mir sehr viel bedeutet haben. Ich denke an die Trennung meiner Eltern und wie ich darunter gelitten habe, obwohl ich zu diesem Zeitpunkt schon 21 war, meine Familie, mein gewohnter Halt, ich war völlig verzweifelt, und bin daran seelisch zerbrochen. Ich bin froh, dass ich mittlerweile Medikamente nehme und seitdem nicht mehr traurig bin. Ich bin schon seit 13 Jahren in der Psychiatrie, und hoffe doch, dass ich irgendwann noch mal rauskomme.

# Ein Spaziergang im Sturm

#### Marion Albrecht

Was gibt es Herrlicheres als vom Sturm gepackt und nach vorne geschoben zu werden!

Ich liebe es vom Sturm gebeutelt zu werden. Am schönsten ist es an der Nordsee.

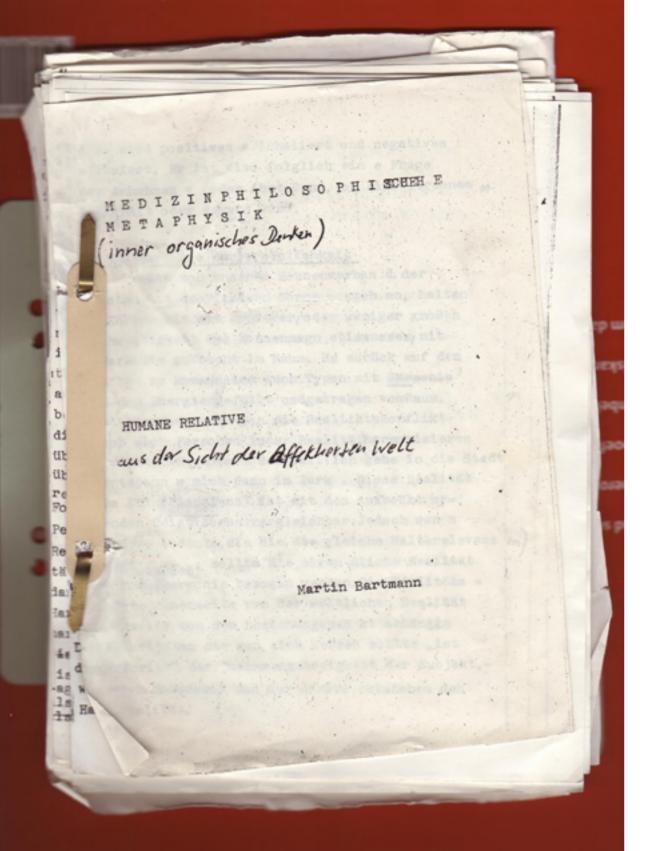
Der Wind kämmt das lange Haar des Strandhafers in den Dünen. Das Meer ist aufgewühlt und tobt mit weißen Schaumkronen, die Brandung peitscht an den Strand. Laut kreischende Seemöwen werden in die Luft geworfen, taumeln, schwingen sich hoch und stürzen in einem rasenden Sturzflug auf das Meer nieder. (...)

Der Wind bläst Tang und Schaumkronen vor sich her, der Sand ist voller kleiner, eifriger Krebse. Die Auswahl der Muscheln ist an der Nordsee nicht gerade gut, aber ich finde Quallen, kleine silbrige, auch Seeigel, die in der Sonne liegen.

Der Wind jagt die Wellen vor sich her, der Himmel sieht aus wie ein ungemachtes Bett. Nach eineinhalb Stunden habe ich genug von diesen prächtigen Szenarien. Ich gehe zurück in mein kleines Ferienhaus, wo der kleine Ölofen bereits brennt und eine angenehme Wärme verbreitet.

Ich trinke ein Glas Rotwein und läute damit den frühen Abend ein.

Das war ein wundervoller Tag!



# 14.) † - point (Korpus – Punkt)

#### Martin Bartmann

Die Menge X1 oder1X entspricht schon dem Aufbau der z.B. abstammenden Galaxie! X57 im Wertfluß oder Zerfall nach Y56, konjugiert (=) Galaxie E. u. M. wie auch Schalis od./u. gleich (=) Volumen (Vol.), - ist diese schon angeführte Energie gleich (=) # 1 in Progress/ Verbindung mit Y- E. (=) → Zerfall oder Kathodik! - Hier ist die Halterung / der aufrecht erhaltende Wert (#) gleich der Kern – Energetik! Das Wachstum, - die Fortbildung zum Zerfall hier gleich der Schalis ist gleich der Schalis - Volumen - Energie (Y), so auch der Bezug des Menschen abstammend der 1 X Energie (s. Kern) zur Y \_ E. (s. Schalis), die Materialität nee = Corpus gleich Corpus  $\Diamond \Diamond \to \partial \Diamond \uparrow \to$ Charakters:, masc. = px^2/ Schalis u. fem. Schalis^2 / px als Nominalwerte! (s. auch Arbeits, -bzw. U. - Energie Werte!). Jedoch hier nee – Corpus = [Zykl. # ^e. ], Corpus  $\Diamond Q = E$ . [Zykl.],  $\partial Q ^+$  $\uparrow _{\pm}$  IE. $\Diamond \Diamond _{\pm}$  (e.) = E./M.  $\partial \Diamond _{\pm}$  (e.) und  $\{ +_M. = +_E. \} / \rightarrow E. \text{ Syst.}^T7Tm = m._2 / m._1 = 0 \} [IE._M._ (x)] / 2 = 0$  $\dagger_M$ . =  $\dagger_E$ . /  $\dagger_M$ . =  $\dagger_E$ . zu (e.) / M.(+) / m.\_1 = 0  $\rightarrow$  1! Also ist hier:  $\dagger$  - : Sein des Körpers, (e.): "Leben" des Körpers, E.: Renukleei – (Phasen- Reaktion) in Bezug zum Zerfall, wie auch weitere #, -od. Reincarnation = #- Vorstellungen:  $0 / 0 \rightarrow 1!$ 

### Der Geist:

#### Martin Bartmann

Indoktrinär zeitlich gesehen ist eine Aussage der philosophischen bzw. geistigen Wissenschaften. Er wird einerseits gebunden als Energie des wissentlichen, andererseits als Corpus in der Zeit! D.h., dass gegenwärtig real ds = Wissenschaft / bzw. techn. Fortschritt, letzten endlich die Corpussation des Menschen in der Zeit als relativ neutral. Anfänglich s.o. als Genre der Zeit, gleich zeitlich " past-existence", fortschrittlich als Führung in die Sicherheit der Zeit als vielleicht Annektion phoetisch als Summale.

Der 1.) Ursprung 2. Wert 3. Aussehen, Sein, Erscheinen 4. Annektiv 5. Fürguum ist podisch spiralförmig punkt bezogen 1- binär. Fluktualismen eingeengt auf Gewicht (phasisch - G). Das Wirken unser Sein lotrechtförmig und relativ . Die Bewegung richtlinig und `thrive`. Er bevorzugt eine hohe materielle Haltung, ist aber Teil des Körpers zweit bezogen also binär gegenüber der dezimalen Sichtweise / Aussage od. auch! "Masculinum" femininer Anschein dem Körpergewicht entsprechend als 2. Relative oder Ausdruck der Fasslichkeit der Mensch als Intelligenz bzw. dezimaler Summand der etwaigen Weisheit. Für/in sich, ist er eine Symmetrie der Umkehrblasphermie. - Negativ eine Fata Morgana des entfleischlichten Menschen als energetischer Muskulu. Positiv gesehen, eine Energetisierung des humanen Corpus als intelligent - Reflex, - od. Phase, oder erektiven Bewusstseins gleich (=) dem Körper. – erektion des Verstandes als Geist, - oder Erektion der Fasslichkeit des Körpers wie auch letzten endlich Erektion des Fleisches als "Luft-Energie" oder 2. Energie

zur Durchsetzung der Metabolik des Aufbaus des Körpers als energetisches Sein. Ressurektive: Reeincarnation, Renukleei, Phasen der Energieprozesse als Trapez, "whirl - Energie", Füguum, Atomisation, Abspalt, - duplikatios Energie des Gedanken, der Überlappung, der System u. Zyklusenergie, wie auch die amorphe Dinglichkeit des "unsichtbaren" Verstandes, sich libinös dem Zerfall ergehend. "Warten" ist hier ein Hauptwort, wie auch "Zufall". Binäre Reflexible den "Tod" aufwertend (s. katholisch), dezimal eine Verschiebung erwartend. Im Logos des Weltraums, der Logik aller für uns eigentlichen Kräfte ergibt durch! 'Dezimalisierung'! hier zwar die Logik (Formel) des Zufalls, somit auch Orientierung, letzten endlich aber die Ausarbeitung der Masse (auch: Körpers) einen anderen Weg oder Struktur aufweist //od. geht , - die für binär Gesehenem einen abrupten Abriß oder vulgäre Symmetrie darstellt und existenzialisiert, - wie auch eine überraschende "Anders- Entwicklung", neg.: Blasphermie potenziert, oder aktiviert. Binärität oder Dezimalität, Logik = Formel, Masse in Proportion und relative Verhältnißmäßigkeit als Ausweg – Lösung des neg. Empfindens als Lebensfortesse aus der naiven Auffassung oder Nicht-Sein der Entwicklung als positive und illuminative Weiterentwicklung der Intelligenz.

### Ohne Titel

#### Susanne Blümer

Als er zu meinem Geburtstag kam spritzte er herum mit seinem Charme er brachte Blumen mit das war nur sein Sprit kam noch so manches Geschenk oder auch Getränk was wir genossen hatten wir was begossen mit Sekt der auch schmeckt kam dazu das war der Clou ein Hund der war rund hinterließ eine Spur wollte es lieber pur macht man ihn an was man kann fing er an zu bellen von manchem den Geist zu erhellen es werde Licht fertig ist das Gedicht

### *Ihre Haare sind blond*

#### Susanne Blümer

Ihre Haare sind blond wie die Sonne

für manchen die Wonne mancher ganz wild nach ihrem Bild läuft man ihr hinterher wie ein Hund verliert sich so manches Pfund

denn eins ist klar er findet sie wunderbar würde er es sonst riskieren? es kann so viel passieren

er schnurrt wie ein Kätzchen ist scharf auf ein weiches Plätzchen er ist ein heißer Flitzer wurde immer spitzer

so ist das Gedicht zu Ende das ich sende

### Der Hund weint

### Angelika Böker

Es ist mein erster freier Tag nach langer Woche Arbeit. Der Samstag. Den Tag liebe ich, weil man vieles mehr als Sonntags machen kann. Es ist regnerisch und zwar ein Frühlingsregen aber es nieselt unentwegt. Weil ich Zuhause bin und zwar bis auf meinen Hund ganz allein, denke ich, ich gehe mal ein wenig spazieren. Mein Hund Raudi freut sich als ich die Leine hole. Draußen duftet es nach Frühling und die verschiedenen Grüntöne beeindrucken mich. Ich überlege mir, den Spaziergang mit einem Einkauf zu verbinden. Obwohl Raudi das gar nicht mag, vor dem Lidl zu warten, gehe ich hinein, um mir eine Stange Zigaretten Douglas zu kaufen.

Der Rückweg fällt mir schwer, obwohl meine Schuhe bequem und trocken sind. Ich bin ein bisschen deprimiert und wünsche mir dann etwas gutes. Gott sei Dank liegt ein Café am Weg. Wieder nichts. Kein Mann, der mich interessieren könnte. Ich gehe. Zuhause angekommen und wieder allein, Schade!



Martin Oberwein 1967 1999 Papier Buntstift 21,0x29,7cm privat

# Sag, warum

### Wolfgang Brandl

Sag, warum die Menschen weinen!
Sag, warum es Hunger gibt!
Kriege und sterben aus Verdruss,
alles weil es so sein muss?
Macht mit diesem Unsinn Schluss!
Niemand, der als Mensch geboren,
ist zum Töten auserkoren.
Keiner ist im Handeln frei;
doch dein Denken hilft dabei;
du, es ist dein eignes Leben!
Lass es nicht für Wahnsinn geben!
All dem Stolz, den sie verkaufen,
sollst nur in die Falle laufen:
Keiner wird an dich je denken,
sollst dein Leben nur verschenken!

### Verliebt

### Wolfgang Brandl

Langsam drehen wir uns im Kreise nach Musik in sanfter Weise; all mein Fühlen, all mein Sinn, wenden sich zu deinem hin. Sehnsucht lässt meinen Blick gebrauchen, tief in deine Augen tauchen. Möcht' dir auf verliebte Weise schöne Dinge sagen leise.

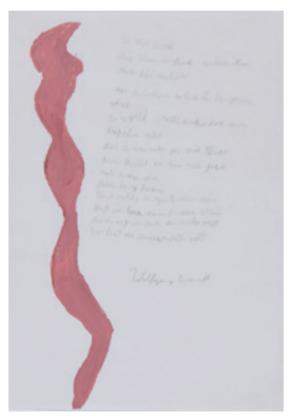


Wolfgang Brandl Schnecke, 2010 Papier, Tusche 31,5x44,5cm

### Ein Wurm

#### Wolfgang Brandl

Es war einmal ein Wurm,
der kroch im Lebenssturm
mal hin mal her.
Das Kriechen wurd ihm langsam schwer.
Er wollt wohl anders, doch man liess ihn nicht,
das Kriechen war ja seine Pflicht.
Drum kriecht er nun, mal grad, mal krumm
sein ganzes Leben lang herum.
Und sollte er gestorben sein,
lass ich euch diesem Schmerz allein.
Doch sag ich euch des Trostes statt,
er hat das Kriechen einfach satt.



Wolfgang Brandl Der Wurm, 2009 Papier Bleistift Tempra 30,5x42,8cm

### Wanderer in der Einsamkeit

#### Wolfgang Brandl

Oft wenn andere Menschen schlafen, muss ich noch spazieren gehen. Möchte auch sehr gerne schlafen, kann so vieles nicht verstehen.

Kommt Gedanken, reiht euch ein! Werdet so zum Wissen mein; dunkle Pfade, dunkle Wege, wo ich meine Zweifel hege.

Nehme Anteil an der Welt. Sehe auch das, was nicht gefällt. Muss mich selber offenbaren, bin dann so mit mir im Klaren.

Ziellos bis der Morgen graut, dessen Lachen so vertraut. Schöpf in neuem meine Kraft, die mir Mut zum Kämpfen schafft. Ob ich schlaf, das ist nicht wichtig, Hauptsache der Kopf ist richtig!

# Auf ein Wiedersehen

### Wolfgang Brandl

Höher, höher immer weiter!
Auf der Karriereleiter
schiebt man höher mich hinauf;
wollte niemals soweit rauf.
Seit Jahren bin ich schwindelfrei;
ich lasse dich auch gern vorbei;
du hast es eilig und ich nicht,
seh' deine Falten im Gesicht,
du willst hinauf und ich hernieder,
wir sehen uns am Boden wieder.

### Heimat

#### Wolfgang Brandl

Im Krieg da wurden wir geschlagen.

Das muss ein Volk im Krieg ertragen.

Man nahm uns unsere Heimat fort,
des Menschen letzten Zufluchtsort.

Es scheint, dass wir für ganz uns halten,
doch sind im Herzen wir gespalten.

Und ist die ewige Trauer schlecht,
auf Einheit hat ein Volk ein Recht.
Ich möchte mich an die Menschheit wenden,
sie möge unsre Bürde enden.

Muss es dann noch zwei Staaten geben,
denn lasst uns doch wie Freunde leben.

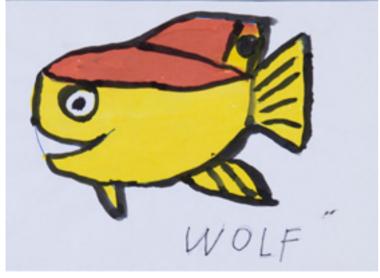


Wolfgang Brandl Krieger, 2008, Papier, Tempra 31,5x44,0cm

# Sinnloser Krieg

#### Wolfgang Brandl

Ich dachte einst, ich würd betrogen; so bin ich in den Kampf gezogen. Nach blutigem Kopf und blutigen Händen, noch immer wollt der Kampf nicht enden. Da sah ich ein, man hat gelogen; ich war umsonst zum Kampf gezogen! Wir zählten unsere Toten drauf: wir hatten mehr, das wiegt nichts auf, ich bot darauf den Frieden an. Mein Gegner war ein feiner Mann, er glaubte mir, und nahm ihn an. Ich war nun mal kein weiser Mann! Ich fand den Lügner, klagt ihn an; doch was wiegt sein Kopf gegen den Tod von allen, die sinnlos sind im Kampf gefallen! Ich zog mich von der Welt zurück; als weiser Mann fand ich mein Glück. An alle die, wie ich, erfahren. lasst uns den Frieden stets bewahren!



Wolfgang Brandl Fisch, 2008 Papier Tempra 30,5x44,5cm

### Licht und Schatten

#### Wolfgang Brandl

Ich sah das Licht, ich sah den Schatten: beide ihre Tücken hatten. Hatte meine Haut verbrannt: lag im heißen Wüstensand, als ich wimmernd mich vor Kälte wand. Nirgends ich ein Feuer fand. Angestrahlt von tausend Lichter, sah ich schon die Menschengesichter. Hab mit Hoffnung sie geschaut. Doch nicht eins war mir vertraut. Musste auch im Dunklen gehen; hab die Einsamkeit gesehen; all dies ist mir bekannt. Nirgends ich Erfüllung fand. Heute bin ich zu bescheiden, dich um deinen Weg zu neiden. Bleibe gern ein Stück zurück, raste auch im kleinen Glück. Dafür hast du keine Zeit. denn dein Weg ist viel zu weit. Lebst ein Leben lang in Streit, stirbst du nicht an Einsamkeit.

# Trauer

#### Wolfgang Brandl

Mein Freund, du hast dich selbst gerichtet dir sei dieser Vers gedichtet. Du hast verlassen eine Welt, wo kaum ein Mensch die Treue hält. Ich war dein Freund, ich kannt dich nicht. Sah nicht das Leid in deinem Gesicht. Ich war zu schwach, du wirst verstehen, du warst zu schwach und musstest gehen. Was ist, wenn jemand nach dir sucht, der dich zu seinen Freunden bucht? Auch du lässt jene jetzt allein, die dich noch brauchen, wie gemein! Ob die, die dich verstümmelt haben, dich nun mit Anstand wohl begraben? Durch eigne Hand verstorben doch, deine Mörder leben noch. Kämpft der, der das verstehen kann, dass jeder Mensch ein Mensch sein kann.

### Müde

#### Wolfgang Brandl

Müde liegt der Geist danieder Ruht von Tages schwerer Last Und vergessen ist das Treiben Diese Unruh gleiche Hast Lächelnd denkt er an die Stunden Wohl verführt von leichtem Hohn Denn des Nachts ist Geist viel freier Nun besetzt er seinen Thron



Wolfgang Brandl Palme, 2008 Papier Beistift Tusche 30,5x44,5cm

# Frühling

### Wolfgang Brandl

Dankbar sehe ich die Blumen; seh darin des Himmels Macht; schillern bunt in allen Farben; locken uns mit ihrer Pracht; dankbar denk ich an den Morgen, der uns folgt auf finstrer Nacht; Sonne wärmt mit ihren Strahlen, was der Frost zu Eis gemacht.

Dankbar denk ich an die Vögel, die uns singen in der Nacht; ihre Stimmen tief vor Ehrfurcht, wenn der neue Tag erwacht; Blumen, Sonne, Vögel, Sterne und Gesang bei Tag und Nacht: Dafür dank ich meinem Schöpfer, der das alles ausgedacht.

### Disco

#### Wolfgang Brandl

Ich hört von fern Musik und Tanz. Ich sah der vielen Lichter Glanz. Und wie die Motte in der Nacht, hab ich mich auf den Weg gemacht. Es ist ein Raum hier voller Leute. Ich grüsse kaum, wer tut das heute. Man sitzt zusammen auch zu zweit, und doch, ich spürte Einsamkeit. Denn in der grossen Masse dort, versteht keiner nur ein Wort. Und doch, du wirst es nicht verstehen, schon bald werd ich es wieder sehen, werd wieder mich im Tanz hier winden, mein Herz wird niemals Frieden finden. Doch sag, was einem andres bleibt, den die Sehnsucht mit sich treibt.



Wolfgang Brandl Buchfink, 2008 Papier Tusche 29,3x44,0cm

## Ein Freund

### $Wolfgang\ Brandl$

Es sang ein Vogel klar und rein Mich in den neuen Tag hinein Ich wollt ihm meine Achtung weisen Da flog er fort mit Schwingen leisen Es muss ein guter Freund mir sein Zählt ihn die Tat doch nur allein

### Blätter

### Wolfgang Brandl

Leises Rauschen immer wieder, in den Blättern rauscht der Wind. Höre das Lied der Bäume wieder. das ich hörte schon als Kind. Leider ist der Weg sehr weit, liebe die Vergangenheit. Ein Schritt vor und zwei zurück, finde ich den Weg zum Glück und im Herbstes Blätterwald. wird es auch schon rattenkalt. Schnupfen hab ich, es tropft die Nase auf dem Feld da läuft ein Hase, suche nach einer besseren Zeit, ich sehe mich um, es hat geschneit. Ich wünschte nur ich wär gescheit, doch so bleibt der Traum von einer neuen Welt. Ich schreib für euch auch ohne Geld, ob ich gesund bin oder krank, ich liebe die Zukunft, Gott sei dank.

### Das essen

Karsten Elfert

Essen rief Mutter

rüber über den Teller gebeugt frage ich mich was ... ist das da am Tellerrand ganz ungalant ne fliege?, eine Nuss nein, nein ich komme gleich schrie ich runter und kam dann auch, zum Applaus der Mutter die stand wieder mal unter Futter.

Zu warten dass etwas passieren mag war klar nicht meine Intention, doch aber heute doch sollte ich mein wissen nicht vermeiden und sagen was mich bedrückender weise bedrücke und mitunter nichts nützte dass außer mir nichts

Ich wartete noch einen kurzen Augenblick und stand dann auf zum Muttertische zu gehen und so war es dann auch geschehen um sieben nach acht, bin nicht halb so müde wie von vorne heute herein gewacht zu haben mir alleine stand der Beine ist nicht frisch, doch ich bin dabei zum fliegen an zusetzen den adretten zuckerschleckenden Milchwagen im rahmen meines könnenden Sachverstandes.

stand außer das da an der wand der Schrank.

Morgen gut geschlafen sagt sie dann ganz unverwandt noch mal ganz zart und ich ward aufgehoben nicht zu lügen über den tag dann nach der nacht zu fragen wie sehr ich sie zu brauchen mag irgendwann ganz zart.

### Die unterschicht

Karsten Elfert

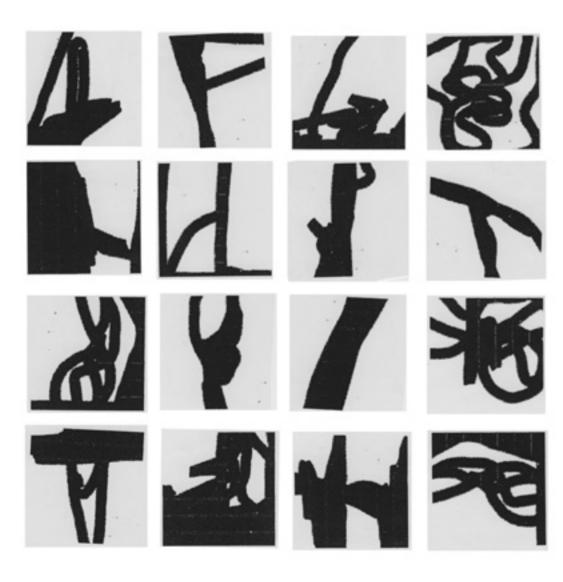
Frage nicht nimm

einfach was du kriegen kannst, Madam du und deine Kinder haben es bald besser als wir und dann fragt keiner mehr was dann kann, wische weg den nervigen Dreck und sage ganz nett, ich gehe ins bett, so jetzt aber flott sonst komme ich mit dem stock.

Wenn du was brauchst sage bescheid ich weiß dann zumindest dass es so geht wie es steht mit dir und mit mir und dem Kinde um viere sehe zu dass du dann gut lebst auf deinen wegen und nimm dich in acht vor bitterem regen Gott soll dich segnen, 1984, und zum guten ende frage ich dich willst du die dir anvertraute zur Frau nehmen sie lieben und beschützen bis dass der Tod euch scheidet, ja ich will, so antwortet mit ja, danke schön danke schön ich will dich heute nicht mehr sehen Frau Tantchen nimmersatt zusammen sind wir quatsch mit Soße auf der Hose, komme zurück und finde dich ein in den Reigen mit dir alleine bin ich bald dein eigen willst du immer sanft zu mir sein dann hau rein und machs beste draus mit schmaus.

Stört es dich noch

immer dass ich da bin, ja dann vergiss nicht ich bin dein Vater.



### Das leben als loser

#### Karsten Elfert

Du bist ein loser

und willst es nicht bleiben, dann mache etwas dagegen, gehe heraus in die Welt und erobere dieses Geschöpf das du willst, wenn das mal so einfach wäre denkst du dir, doch du musst es tun sonst bist du verloren im Dickicht des dunkeln allgegenwärtigen nicht und kannst dich nicht mehr vermehren und bist Tod, das willst du nicht also ändere dein leben packe es sorgsam an und versuche die anderen zu überwältigen mit deinem Talent, was du ja sicherlich besitzt, und nehme teil an den sorgen deiner Mitmenschen und dann hast du die große Change dein leben neu zu gestalten ohne sorgen und Nöte in dieser Welt zu leben und einen teil deiner selbst weiterzugeben an dieses leben das auch andere leben.

Das leben ist kein fernsehen, sondern nur Marmelade in dem lustigen Taschenbuch von walt disney, keine Freunde dessen man ich meine mit denen man zusammenleben kann, keine bedenken dass es mal besser werden würde sondern nur Finsteres Tal und dunkeler schein in der nacht, zum sterben zuviel zum lachen zu wenig und die sonne brennt im Hinterhof auf dessen Pelz man sich erhält und wessen (the sense of burning ants) Seite man steht ohne bedenken dessen wessen liebe man haben kann und wer das dann ist oder nicht ist weiß der wind der wind mein Kind.

### Himmel

#### Karsten Elfert

Große texte sind nicht schnell als große texte zu erkennen sondern brauchen seine zeit zum erscheinen in der Wirklichkeit als reales sein und ganzes ich im wirklichen zusammensein im du und du Werdens zum ich und ich seins in Vernunft würde und Wirkens des ich und ich im ganzen sein zum werden und wirken im scheine der zeit im wirklichen wollen und im ewigen verbleiben in Vernunft und zu versicht und genauso zunehmen wie der wind ist das was dessen Kind ist wenn es schreit und nicht sein lässt die Ewigkeit und das geschaffene ganze und genaue etwas und halbverschlossene werden Wollens zum ich und zum du zum wir und zum im wir verbleibenden genauen Gegenteil und schaffenden wirken Wollens im gleichnamigen da sein und seinsbereiten Vernünftigsein und genauso genommen zu werden wie dessen was seins Bereitschaft bedeutet und genau das zu machen was dem wollen und werden im da sein und im ewigen wissen Wollens von nutzen ist wie der wind der über den Himmel feget und niemanden aufhält der es nicht begreift dass das sein bereithält die Ewigkeit und dass die Vernunft nicht auszuschlachten ist in der Herrlichkeit eines ewigen du und zum du werdendes ich gemeinsam bespricht was ich bin und du auch zu sein besprichst wenn du bist wie du bist wenn du scheinst wie du wirken willst und wenn du verbleibst im sein und da sein zum du und du Wirkens und somit noch bist was du bist solange du so erscheinst wie du willst und die Gabe besitzt dass du nun so bist wie der wind und wie der regen eben ist.

### Komm lass es uns noch einmal

#### Karsten Elfert

Komm lass es uns noch einmal mit Genuss und dauernder Tugend tun wie der wind und wie der Himmel geschwind mit sich reden lassen bin ich gewillt die einzunehmen in meinem Schaffensdrang und irgendwann dann bestimmte der Sonnenstrahlen Endgegenzuwehen bin ich bestrebt dir deinen göttlichen funken abzunehmen und dir für dich dein herz erfrischen liebe zu schenken wie solange ich nicht mehr kann die sonne von dir ablenken und dann bist du mit mir im antennenfunkelnden sonnenlichte bindend gebunden im ewigen Lichtschattendasein bis wir sind gemeinsam im einen und ewiglich gemeinen da sein verankert bisweilen geschmerzt und nunmehr mit nimmersatten sohlen und Schuhen gewollt und gebeutelt bis hin zum ewigen licht des göttlichen Schaffens und zum beginn der zeit im herrlichen da sein bereit zu halten dir und dich in deinem funkelnden neugewordenen großen und ganzen gewordenen himmelgroßen und schaffenden grandiosen Seeligen Gruße zum heiligen muss und Muße zum gebeutelten geschwundenen sein und zum begrifflich werdenden meinetwegen hindurchgezogenen Genauso wie Schaffens des ewigen und heiligen Werdens der Mächte des ganzen und des neugeschaffenen Haltens in würde und in hammelliegenden Beinen werden und im Genauso genommenen Wirkens des Schaffens des Genauso genommenen großen und ganzen und beleibt Bleibens des genauso genommenen und genau ebenso geschaffenen werden Wollens der Menschen zum wiederholt sein im ewigen Schaffensprozess des Lebens und des Strebens im gleichen und unbarmherzigen Wollens und Genauso genommenen Schaffens des Gemütes und bestimmungsgeladenen Hebens des Menschen im einen wie genauso im anderen und Gewundenseins im Wiederholbarschreibhaften Strebens und im genauso genommenen werden Wollens des Gemütes zum da sein mit und in.

# Schizophrenie

#### Sabine Gehlen

Ich bin wieder Dr. Jekyll und Mr. Hyde Ist es denn meine oder fremde Wirklichkeit? Nervensignale werden weitergeleitet Dopamin-Signale sind vorbereitet. Du, Dopamin bist nicht nur da im Überfluß, Die Hyperaktivität bewirkt den Verdruß. Sag', von wem habe ich diese Anfälligkeit? Hatte ich zuviel Stress bei der Arbeit? Patient leidet unter Störungen Oder liefert seltsame Erklärungen. Ach wie mannigfaltig sind doch die Signale. Also wandle ich Mensch im tiefen Tale. Fremde Stimmen sind zu hören Und sie können mein Denken stören. Schließlich findet man an nichts mehr Gefallen Du braver Mensch kannst vor Wut die Fäuste ballen. Der ganze Lebensinhalt gerät aus der Bahn So leidet der Patient unter Verfolgungswahn. Die körperlichen Schmerzen nehmen Überhand. Doch diese Symptome sind bei Ärzten bekannt. Wirres Zeug wird vom Kranken dazu ausgesagt. Bekannte und Familie werden befragt. Für einige heißt Leponex das Zauberwort Man wird schwindelig und müde sofort. Doch dieses nehme ich immer wieder in Kauf. Die Schmerzen vergehen, lösen sich spurlos auf. Die Medikamente sind nicht wirklich genug, ihre alleinige Wirkung ist wie Betrug; denn die zuoberst erwähnte seelische Pein müsste sehr gut und gründlich verarbeitet sein. Besonders empfehlenswert und auch erfolgreich, erweist sich Therapie und Medizin zugleich: also erstens Bekämpfung der Schmerzempfindung und zweitens ein Gespräch zur Angstüberwindung. Meine Therapie hat jetzt noch nicht begonnen; Ich hätte sicherlich dabei viel gewonnen.



Helmut Feder 1927-2005 1985 Papier Tusche, 25,0x35,0cm

### Träume

#### Sabine Gehlen

Träume können wahr werden, wenn man die Schönen realisieren könnte. Wenn man sich einfach fallen lässt, die Seele baumeln lässt und einmal nicht unter Stress steht. Indem man das tut, was man wirklich will. Anders gesagt: Träume werden durch Albträume überlagert, wenn man das Gegenteil von dem tut, was man will. Die Konsequenz wird leider unweigerlich sein, dass man seelisch krank wird. Und viele Menschen leiden unter Albträumen, weil sie meine Worte nicht beherzigen.

Ich selbst bin leider – ich bedauere, zu sagen leider – ein Opfer meiner Albträume. Also weiß ich sehr gut, was für das seelische Gleichgewicht beim Menschen wohl tuend ist. Wenn ich träume, schalte ich das Radio an und tauche in die Musiktiefen des melodischen Ozeans ein. Und plötzlich, wie von Geisterhand geführt, verlasse ich für einen Moment meine Alltagssorgen. Nachher fühle ich mich gestärkt, um mich den alltäglichen Problemen mutig zu stellen. Deshalb sind Träume sehr wichtig für mich. So können Träume meines Erachtens wahr werden.

# Ich male ein Bild von einem Sommertag

#### Sabine Gehlen

Vor kurzem hat der Sommer bei uns Einzug gehalten. Mitunter die Schönste der vier Jahreszeiten. Endlich wird es allmählich angenehm warm. Die Sonne wärmt die Natur, man fühlt sich leicht, ganz federleicht. Die Insekten kriechen aus ihrem Winterversteck hervor. Die Vögel zwitschern. So oder so ähnlich könnte mein Bild von einem Sommertag gemalt werden. Und wer weiß denn schon, wann wir wieder so einen schönen Sommertag in der nahen Zukunft erleben dürfen. Ach übrigens; ich befinde mich am Meer und höre ausgestreckt im Sand von Ferne das Meeresrauschen. Eine leichte Brise ist auf meiner Haut, kaum spürbar wahrzunehmen. Ach hätten wir in unserem Urlaub in Callantsoog doch schöne Tage. Mir bleibt nichts anderes, als mir einen solchen Sommertag zu erträumen, denn in meinem Urlaub gab es wenige Möglichkeiten die Sonne zu genießen. Ist es nicht daher schön, sich ein Bild von einem Sommertag zu malen? Oh ja, wenn man es kann, ist es eine wunderschöne Beschäftigung.

# Orangefarbene Ringelblume

#### Gisa Grau

orangefarbene Ringelblume Spiegelbild der strahlenden Sonne am Himmel, du im nährenden Boden verhaftet

Ich wäre gern wie du nicht hochgezüchtet, edel und teuer, sondern klar und einfach strukturiert und doch leuchtend im Grün und inmitten der anderen Farben des Beetes.

Ich bin eher die Schwarz-Weiß-Kopie dieses Bildes –
grau zwischen Grenzlinien in Schwarz
grau wie verschmutztes Wasser
grau wie der wolkenverhangene Himmel
der mich traurig, matt und antriebslos macht
mit Sehnsucht im Herzen, viel Kraftaufwand
aber ohne Perspektiven

Als hätten die Jahre nach und nach die Blütenblätter abgerissen wie in Gretchens Orakelspiel bleibt die Mitte kahl und ungeschützt dem kalten Wind preisgegeben.

orangefarbene Ringelblume –
kleine golden wärmende Sonne –
in meinem Garten blühst du,
von manchen Unkraut genannt
als lästig bezeichnet, vom Ausrupfen bedroht,
weil du deine Stängel weit ausbreitest,
sie krümmst bei Regen und Kälte,
beim Auftauchen deiner großen Himmelsschwester erst
deine Blütenköpfe ihr entgegenhältst,
als wollest du alle Energie an dich ziehen
Ich wäre sooo gern
eine orangefarbene
Ringelblume.

### Sie lauschte der Musik

#### Rita Hamer

Sie lauschte der Musik, die sich für sie immer wie ein See um sie herum ausbreitete, in dem sie als Delfin schwimmt. In diesem Moment fiel der Strom aus.

Alles um sie herum ist dunkel und mucksmäuschenstill, Gespenstisch bewegen sich die vom Wind sich biegenden Zweige der mächtigen Kastanie hinter dem Haus.

Weiter möchte sie träumen als Delfin leben im ruhigen Seewasser. Das ist ihr innigster Wunsch. Geliebt und geküßt werden, umgeben von Menschen, mit denen sie therapeutisch Kranken Hilfe bringen kann. Sie wird oft ängstlich und ganz vorsichtig berührt. Später überglücklich und voller Stolz und Bewunderung werden Ärmchen um sie geschlungen. Das tut gut, Vertrauen und Zuneigung zu spüren.

Da, plötzlich ist es wieder ganz hell. Alle Lampen strahlen um die Wette. Die Musik spielt und sie denkt:

Ich möchte Selbstbewußt sein, geliebt, geachtet und gebraucht werden. Ohne Ängste fröhlich durchs Leben schwimmen und tanzen, wie ein Delfin.

Ihre Parole: "Niemals aufgeben, ich schaffe es!"

### Geduld

#### Rita Hamer

Geduld ist bitter, die Frucht ist süß.

Ich übe mich meinen Mitmenschen gegenüber geduldig zu sein. (Zuhören).

Auf den Schlaf geduldig warten.

### An die Deutsche Bahn AG

#### Holger Jansen

An Die Deutsche Bahn AG, Potsdamer Platz 2, 10785 Berlin

Abs.: Holger Jansen, Wohngruppe Fürstenbergstrasse, Fürstenbergstrasse 7 48147 Münster/Westfalen

Münster, am 9. 2. 2008 Sehr geehrte Damen und Herren! Hiermit Möchte ich Sie darauf hinweisen, dass Es in manchen Bahnhöfen keine Rolltreppen für Behinderte zu den Gleisen, keine verständlichen Anzeigentafeln, keine Vorlesemöglichkeiten für Geistig behinderte Fahrgäste, keine Hilfen beim Fahrkartenautomaten, und keine Schalter für Körperbehinderte Fahrgäste gibt. Ferner gibt Es auch in manchen Bahnhöfen keine behindertengerechten Und schönen Sitzmöglichkeiten in den Eingangshallen. Ferner haben die Behinderten folgende Bitten an Sie: Wir möchten, wenn der Zug voll ist, gern in die 1. Klasse. Wenn wir den Automaten nicht bedienen konnten, gern ohne Fahrkarte in den Zug einsteigen; ferner verstehen Wir die Streckenverzeichnisse nicht; Erklärungen in leichter Sprache für behinderte Fahrgäste sind daher nötig. Bitte, schaffen Sie Abhilfe! Hochachtungsvoll Holger Jansen

### An das Bundeskanzleramt

### Holger Jansen

An
Das Bundeskanzleramt
Willy-Brandt-Strasse
10557 Berlin

Absender: Holger Jansen, Wohngruppe Fürstenbergstrasse, Fürstenbergstrasse 7, 48147 Münster

Sehr geehrte Damen und Herren!
Um sogleich zur Sache zu kommen: Ich möchte Ihnen
vorschlagen, die Rechte von Kindern (z.B. Lärmen beim Spielen)
sowie auch die besonderen Bedürfnisse von behinderten Kindern,
im Grundgesetz zu verankern.
Hochachtungsvoll
Holger Jansen

# Was ich alles verändern würde, wenn ich Bundeskanzler wäre

#### Holger Jansen

Erstens würde ich dafür sorgen, dass die Behinderten mehr und ausreichend Geld erhielten. Dann würde ich Die wirtschaftliche Entwicklung fördern. Dann würde Die Geburtenentwicklung nach oben beeinflussen. Ich würde ferner dafür sorgen, dass Kinderreichtum kein Armutsrisiko für die Familien bedeuten würde. Dann Würde ich den Strafvollzug weiter modernisieren, für Besonders gemeingefährliche Täter allerdings würde Ich die Einführung der Todesstrafe in Erwägung ziehen. Für die psychisch kranken gemeingefährlichen Straftäter Würde ich spezielle Formen der Therapie entwickeln. Den beiden Kirchen würde ich bei der Erfüllung ihres Seelsorgeauftrages helfen. Die Wohlfahrtsverbände würde ich finanziell unterstützen. Zum Beispiel würde Ich für eine bessere Bezahlung des Pflegepersonals Sorgen. Bei der Integration von Ausländern würde Ich z.B. durch die Einrichtung einer Einwanderungsbehörde und Überprüfung der Straffreiheit (Nachfrage über Vorstrafen in den Heimatländern) und die Förderung des gegenseitigen Verständnisses helfen. In den Schulen würde ich mehr Fremdsprachenunterricht Einführen, z.B. würde ich die Erlernung orientalischer Sprachen zur Pflicht machen.

### Mein Bekenntnis

#### Marc Kaiser

Ich glaube an die Liebe, durch die das Gute wächst. Ich glaube nicht an den Hass, durch den das Böse wächst. Ich glaube an die Liebe, weil sie das Böse mindert. Ich glaube nicht an den Hass, weil er das Gute mindert.

Ich glaube, dass jedes Dasein seinen Sinn hat. Ich glaube nicht, dass alles sinnlos ist.

Ich glaube an die Kraft meiner festen Entschlossenheit. Möge sie sich auf die Liebe konzentrieren, damit durch sie das Gute wächst.

Ich glaube an eine Quelle, der alles entspringt, an eine positive Energie, die alles wachsen lässt und an ein Ziel, das ich zu meinem Ziel mache.

Mein Körper kehrt zurück in das Stoffliche, wenn ich sterbe. Ich glaube, dass sich dann auch mein Bewusstsein wandelt, vielleicht in eine nächste Verkörperung oder in eine Welt des Geistes.

Ich glaube, dass alles miteinander verbunden, also eins ist. Ich glaube, dass das Universum lebendig ist und ich ein wichtiger Teil von ihm bin.

Ich glaube, dass sich das Universum in mir spiegelt, wie auch ich mich im Universum spiegle.

Ich glaube an die Liebe.

### Das Fest des Lebens

#### Marc Kaiser

Sanfte Töne einer Bambusflöte sind plötzlich um den ganzen Erdenkreis zu hören. Sie flüstern den Völkern zu: "Kommt her, um euch zu versammeln, denn die Zeit ist gekommen, auf dass ihr den Heiligen Geist empfangt. Hört, er ist erschienen, um euch das ewige Leben zu schenken."

Und sie machen sich auf zur Reise zum Mittelpunkt der Welt. Reiten auf Kamelen und Pferden, Eseln und Elefanten, durch Wüsten aus Eis, durch Wüsten aus Sand, reisen durch Wälder, reisen durch Steppe, um ihn zu sehen, den Einen, in dem der Heilige Geist gegenwärtig ist.

Millionen kommen und versammeln sich auf der großen Ebene vor dem heiligen Berg, auf dem der Eine erschienen ist. Hoch oben über ihnen sitzt er auf einem Thron aus Stein, auf einem Balkon, an einem Palast, der in das Massiv des heiligen Berges geschlagen ist, hinter ihm der Baum des Lebens. Und als sie ihn sehen, fallen sie nieder vor seinem Angesicht und sind still. Der Eine hebt seine Arme gen Himmel und eine süße Melodie von Harfen und Geigen erklingt und der Eine sendet den Völkern den Frieden.

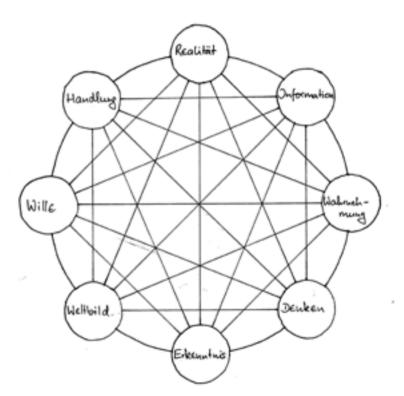
Wolken ziehen sich zusammen und der Himmel verdunkelt sich. Donner ertönt, gefolgt von Blitzen, und Regen beginnt vom Himmel zu prasseln. Trommeln werden geschlagen, und die Menschen tanzen vor Freude ekstatisch. Sie tanzen den Tanz des Lebens und der Fruchtbarkeit.

Als der Regen aufhört, fliegen weiße Tauben gen Himmel, und der Baum des Lebens trägt Früchte. Der Eine steht auf von seinem Thron und verkündet der Menge: "Nun sprecht wieder eine gemeinsame Sprache, auf dass ihr euch alle versteht. Wisst: Diese Sprache ist die Liebe." Und die Menschen beginnen miteinander zu sprechen, und ihre Sprache klingt wie das Rauschen des Jordans und des Ganges.

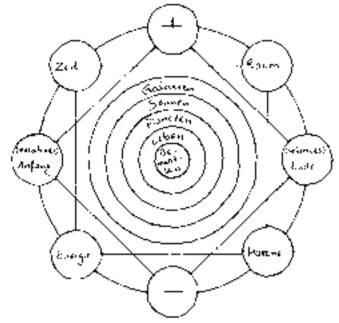
Wieder spricht der Eine: "Lasst uns die Toten anrufen, auf dass sie wieder auferstehen und unter uns weilen." Darauf hin steigen aus den Gräbern die Verstorbenen, jung und frisch, und sind alsbald wieder lebendig.

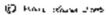
Alle stimmen nun einen großen Gesang an und danken damit dem Einen für seine Wunder und verehren ihn.

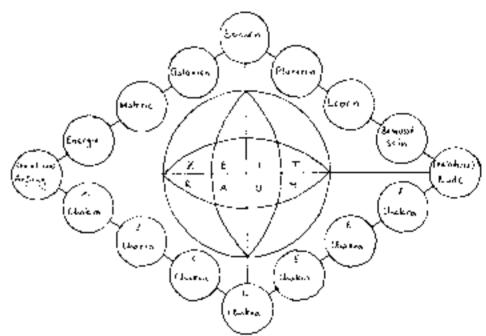
Danach erklingen die Hörner und der Eine offenbart den Völkern seine Größe und seine Weisheit und lässt die Menschen daran teilhaben. Mit gestilltem Lebensdurst treten sie nun geläutert die Rückreise an, und der Heilige Geist umspannt den gesamten Erdenkreis.



@ hare Kniser 2008







and whom there you

## Ein Weg mit Hindernissen!

#### Irmgard Kösters

Ich gehe den Weg immer weiter. Rechts und Links vom Weg erstrekken sich Getreide- und Gemüsefelder. Auf einmal gabelt sich der Weg. Welchen Weg soll ich jetzt nehmen? Ich muss mich für einen entscheiden. Plötzlich ist die Angst wieder da. Weiss nicht, was ich machen soll. Panik kommt allmählich hoch. Nervös laufe ich hin und her, mein Herz rast und das Atmen fällt mir schwer. Welcher Weg ist der Richtige? Meine Angst ist riesengross.

Ich entscheide mich für den Linken und frage mich, was mich auf diesem Weg wohl alles erwartet. Ich beschliesse, erst einmal abzuwarten.

Während ich so gehe merke ich, dass sich in meinem Kopf alles dreht. Alle Versuche, intensiv an etwas Anderes zu denken, schlagen fehl. Auf einmal schiesst mir ein Gedanke durch den Kopf: "Geh zurück." Aber das würde auch bedeuten, dass ich aufgebe oder vor einem Problem die Flucht ergreife. Die Unruhe und Panik in mir lassen meine Angst grösser werden. Doch dann merke ich, dass ich auf diesem Stuhl sitze. Nur das zwitschern der Vögel ist zu hören. Ich lasse meinen Gedanken Raum, schaue auf den Weg und frage mich, wohin er wohl führt. Es reizt mich, das heraus zu finden. Ich stehe auf und mache mich auf den Weg.

Jetzt bin ich schon eine ganze Weile unterwegs und noch immer ist der Weg nicht zu Ende. Aber ich mache eine erstaunliche Entdekkung. Meine Angst und Nervosität ist verschwunden. Bin auf einmal ganz ruhig und erkenne plötzlich, dass dies "Mein Weg" ist, den ich gehen muss, um wieder ganz zu mir zu finden!!

### Das ist ein Wort der Lehre

#### Willi Lütkemeyer

Ein Wort der Lehre gibt es schon
Verstand ist ein Wort der Lehre
Geht der Verstand nicht
Is Verstand kein Wort der Lehre
Wird nicht vom Verstand Gelehrnt
Fäuer ist ein Wort der Lehre
Wird nicht von Fäuer Gelehrnt
Ist Fäuer kein Wort der Lehre
Maschiene ist ein Wort der Lehre
Wird von Maschienen nicht Gelehrnt
Ist Maschiene kein Wort der Lehre

### Dies steht in den Wolken

Es steht schon in den Wolken
In den Wolken sind Eisberge
In den Wolken gibt es Eisberge
Steht das nicht in den Wolken
Eisberge
In den Wolken ist es Kalt
Is es in den Wolken nicht Kalt
Die Wolken Verändern sich
Verändern die Wolken sich nicht
Aus den Wolken kommt Regen
Kommt aus den Wolken kein Regen

### Dies steht zum Wort

Es steht schon zum Wort
Die Sache steht zum Wort
Steht die Sache nicht zum Wort
Is die Sache nicht eine Begleichung des Wortes
Der Punkt steht zum Wort
Gibt es nicht ein Schluß Punkt Beim Wort
Der Still Stand steht zum Wort
Gehört Still Stand nicht zum Wort

### Das steht zur Debatte

Es steht schon zur Debatte
Kapitahl steht zur Debatte
Wird nicht über Eigentum gesprochen
Steht Kapitahl nicht zur Debatte
Die Arbeit steht zur Debatte
Wird nicht über die Arbeit gesprochen
Steht Arbeit nicht zur Debatte
Die Sache steht zur Debatte
Wird nicht über die Sache Gesprochen
Steht die Sache nicht zur Debatte

Willi Lütkemeyer, -Der Idioten Scheich-6 Kladen, handgeschriebene Texte 16,0x20,5cm

## Dies steht zur Diskussion

Die Sache steht zur Diskussion
Steht die Sache nicht zur Diskussion
Das Wort steht zur Diskussion
Steht das Wort nicht zur Diskussion
Die Arbeit steht zur Diskussion
Wird nicht über die Arbeit gesprochen
Steht die Arbeit nicht zur Diskussion
Kapitahl steht zur Diskussion
Wird nicht über Kapitahl gesprochen
Steht Kapitahl nicht zur Diskussion
Die Welt steht zur Diskussion
Wird nicht über die Welt gesprochen

## Das ist ein Auschleich der Vergangenheit

Ein Auschleich der Vergangenheit gibt es schon Früher waren die Leute Stärker wie Heute, das ist ein Auschleich der Vergangenheit Früher hatten die Leute kein Auto Früher war auch ein Anderes Wetter Früher gab es keine Straßen Das ist ein Auschleich der Vergangenheit Früher sind die Leute geritten Heute fahren die Leute mit dem Auto

## Dies ist ein Satz der Vergangenheit

Ein Satz der Vergangenheit gibt es schon
Es werde Licht ist ein Satz der Vergangenheit
Am 7. Tage soll Ruhe Tag sein ist ein Satz der Vergangenheit
Hat Gott das nicht gesacht, am 7. Tage soll Ruhe Tag sein
Am 7. Tag soll Ruhe Tag sein
Is das kein Satz der Vergangenheit
Die Stein Zeit ist ein Satz der Vergangenheit
War die Stein Zeit nicht in der Vergangenheit
Is die Stein Zeit kein Satz der Vergangenheit
Die Eis Zeit ist ein Satz der Vergangenheit
War die Eis Zeit nicht in der Vergangenheit
Is das kein Satz der Vergangenheit

## Dies muß alles Berufen werden

Es muß schon Berufen werden
Ein falsches Bild geben
Das muß Berufen werden
Falsche Aussagen machen
Muß das nicht zur Regenschaft gezogen werden
Falsch Schwören
Muß das nicht Berufen werden
Dem Richter Falsch Schwören
Muß das nicht zur Regenschaft gezogen werden
Diebstahl
Muß das nicht Berufen werden
Muß Diebstahl nicht Aufgeklärt werden

## Das Meer

#### Renate Lutter

Das Meer ist hart und gewaltig, das Leben, und die Wellen haben eines gemeinsam: sie treiben etwas an und spülen etwas anderes weg denn wenn die Flut kommt spülen die Wellen die Sandburgen weg aber sie treiben vielleicht auch ein Stück Holz an mit dem jemand das Dach seiner Hütte ausbessern kann.

Durch die Wellen wirkt das Meer auch wieder weich. Im Meer leben sehr viele verschiedene Tiere. Ein Sonnenuntergang am Meer ist sehr romantisch.

## Blumen

#### Renate Lutter

Im Garten wachsen verschiedene Zwiebelblumen und Kräuter im garten ist auch ein teich man kann auch die Vögel gut beobachten am schönsten ist es am Morgen und Abends wenn du in der Sonne liegst

dann kennst dass du im Paradies bist.

# 1. April

#### Renate Lutter

Heute ist der 1. April im Monat da da kommen die Motorräder und Fahrräder aus den Garagen und werden in der Sonne geputzt. Und wenn ich zur Arbeit fahre bei Regen und Wind, wenn ich zu Haus bin, fahre ich zum Einkaufen. Ich gehe gerne spazieren, dann sehe ich die Leute im Gartenarbeiten. Ich fahre mit dem Fahrrad dann sehe ich die blühenden Bäume und Blumen.

# Sommerbegegnung

#### Holger Matuszak

In der Mittagshitze des Sommertages stehst Du mitten auf dem Bürgersteig.
Dort vor der großen Plakatwand mit der herunterhängenden Zigarettenwerbung. Viele Menschen hasten an Dir vorbei, ohne Dich zu beachten.
Deine eine kleine Hand umfasst fest den Griff des Puppenwagens der neben Dir steht und dessen Räder nur noch eiern-In ihm liegt Deine große Liebe, die genauso schmutzig ist wie Du und der ein Bein fehlt.

Die andere Hand hält stolz ein Eis, an dem du gierig und genussvoll lutscht und zufrieden dabei schmatzt.

Du bist glücklich und zeigst es allen, obwohl es niemand sehen will. Ich glaube ich beneide Dich!

Komm lass uns tauschen

## ein ich ohne mich

## Holger Matuszak

was wäre ich ohne mich

ein Gürtel ohne schnalle ein kuckuck ohne uhr ein Haifisch ohne zähne ein pendel ohne uhr

ein i-punkt ohne i ein nie ohne e ein i ohne meine ein nie mit sehr viel ne

ein fluss ohne ufer ein lutscher ohne biss ein gummi das geschmacklos ein präser mit viel riss

eine brust ohne warzen ein schwanz ohne stert ein po ohne pickel aber: ist es das alles wert?

ein wir ohne du ein du ohne mich ich bin ja ganz ehrlich ich liebe einfach mich

# Der Apfelwurm

## Holger Matuszak

An einem schönen Sonntagmorgen, die Sonne brannte heiß, da kroch mit einem lauten "och", ein Regenwurm aus seinem Loch.

Der sah sich ganz gemächlich um, das Wetter das gefiel ihm sehr, er dacht bei sich; "Sei's nur drum, etwas Frühsport muss jetzt her".

"Ich werde heute wandern gehen, meine Muskeln sind passabel, werde mich auch gut vorsehen, vor jedem Vogelschnabel".

Lange Rede, kurzer Sinn, ihn zogʻs zum Waldesrande hin, und mit einem Affenzahn, schlich er wurmend seine Bahn.

So gegen Mittag hatte er, fast den ganzen Weg geschafft, fiel es ihm auch reichlich schwer, die Sonne nahm ihm seine Kraft.

Einem Regenwurm, das ist bekannt, dem macht das Leben richtig Spaß, wenn der Fleck, auf dem er wohnt, erfüllt ist nur mit ganz viel Nass.

Hitze und auch Trockenheit, sind gegen seine Lebenslust, auch unser Wurm der fühlte nur, `nen riesengroßen miesen Frust.

Erschöpft und kraftlos suchte er, nach einer feuchten Möglichkeit, und fand sie, es war gar nicht schwer, in einem Apfel gar nicht weit.

Er bohrt sich sanft in ihn hinein und fühlte sich gleich völlig wohl, der Apfel der schon älter war, roch stark. nach Alkohol.

Als nun der Wurm mit Riesendurst, im Apfel seine Bahnen zog, da sorgt der Gährprozess dafür, dass ihn ein falscher Sinn betrog.

Anstatt in geraden Bahnen wurmend, höhlt er den Apfel schwankend aus, der Most in seinem Mageninnern, blubbert warnend und mit Graus. Dem Wurm ist's schwindlig, der Apfel restlos ausgehöhlt, ein Magen ist doch recht empfindlich, die leere Apfelschale nölt.

Sie fühlt sich innerlich ganz nackt, was ihr so ganz und gar missfällt, und mit Getöse und Gewumm, zerplatzt sie und der Wurm schaut dumm.

Trunken und der Sinne schwach, lag er nun im Sommerlicht, ein lauter Vogel kam mit Krach, Verspeiste ihn trotz Altersgicht.

Nun schwebt der kleine Wurm als Geist im Himmel droben engelsgleich, von einem Vogel wild verspeist, und denkt bei sich so weiß und bleich:

"Nicht jeder Apfel, wenn auch mostig, tut dem eignen Geiste gut. Mit der Zeit geht's einem rostig, zur Bewegung fehlt der Mut.

Man fühlt sich schlecht, man möchte kotzen, man denkt bei sich ganz irritiert, warum war es vom Pferd kein Apfel, da wär das Ganze nicht passiert".

# Elefant und Pampelmuse

#### Holger Matuszak

Ein Elefant ganz dick und schwer, der hat's nicht immer leicht, steht er im Wasser welches tief, oder auch ganz seicht.

Er steht mit seinen Beinen dort, in einem kühlen Nass, und auch der Rüssel den er trägt, macht ihm keinen Spaß.

Drum taucht er ihn ins Wasser ein ihm ist dabei ganz flau, in seinem Magen grummelt es, er denkt: "Ich arme Sau.

Ach mein Gott wie geht's mir schlecht, mein Rüssel ist so schwer, im Wasser wär ich gern ein Hecht sonst schaff ich es nicht mehr'.

So steht er ganz bedröppelt da, dieser arme Hund, und kommt sich überflüssig vor, auf des Wassers Grund.

Er denkt: "Ob Sau, ob Tigermann ob Hecht, keinem ist so mies wie mir! Mir ist ganz mies! Und das ist schlecht!

Da hebt ein lautes Poltern an, aus ganz ganz weiter Ferne, erreicht den Elefantenmann, der, hört so was gerne.

Der Rüssel hebt sich aus dem Nass, und peilt den lauten Donner an, der kommt von einem hohen Berg, vom Uferrand gleich nebenan. Eine große Pampelmuse, welche rund und rötlich war saust dort von des Berges Spitze, und ruft dabei ganz laut "Hurra".

Sie steuert auf die Rampe zu, die da am Uferrande liegt denn die ist ganz besonders wichtig, wenn man zum Elefanten fliegt

Elefant sieht Pampelmuse, Muse fliegt zum Fanten hin, Fanti freut sich wirklich tierisch, so hat das ganze seinen Sinn. Ein Rüssel hält die Pampelmuse, jetzt zärtlich und ganz inniglich, es folgt ein ziemlich dicker Schmatzer, als Dank dafür, höchst königlich.

Das Herzen und das dicke Schmusen, tagelang kein Ende nahm Pampel wurde schon recht faulig Fantis Rüssel wurde lahm.

Beide sanken unter Wasser, Tränen flossen bitterlich, Beide wurden nass und nasser, starben wirklich heldenlich

An der Stelle dieses Dramas, welches fruchtig-tierisch war, schwimmt nun auf der Wasserfläche, Musenschal' und Fantenhaar.

#### Fazit

Ob Ele musen, Fanten pampen, Zwei so ganz verschieden sind, wichtig ist für alle Beide. wenn's mit der Chemie nur stimmt.

# Die Angst. Wo kommt sie her.

Markus Meurer

Die Angst kommt erst einmal von der Lüge.

Wieso, ist das so.

Es ist so, weil die Angabe alles zu sein und alles zu wissen in der Begegnung Flöre seinen ersten Auftritt hat. Was heißt das.

Das heißt, dass der Trieb zu lügen und nicht die Wahrheit die erste Rolle bekommt. In dieser Umgebung sich vor Ahnung und Liebe zu stellen, scheint dem Angeber sich zu Brüsten wichtigstes Anliegen zu sein.- Kurz gesagt, das weibliche Geschlecht schwach, zu machen auf das was da kommt.

Ist es also durch Angaben, die falsch und frei erfunden sind, gelungen das schwach werden zu bewirken, werden dann schematische eilende Triebe bewirkt Adrenalin wird durch Nieren entriegelt und das Herz platscht seinen Takt dazu.

Ist das alles eingetreten, kann der Lüge Sex ohne Erlaubnis nichts mehr im Wege stehen.

Es wänden dann beim Kerker schon Moleküle des Gierbesitzes und Luftpumpen Musik in den Organismus eingegeben.

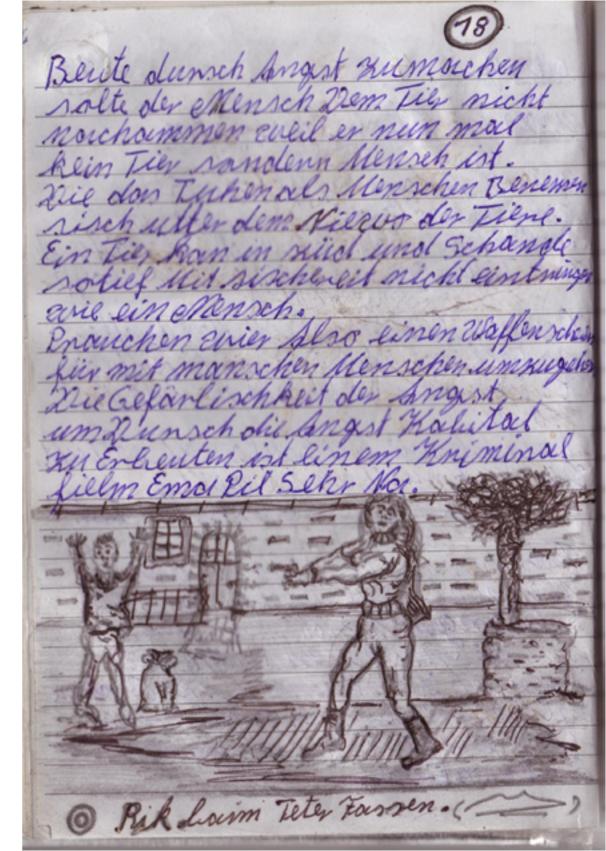
Die Frau bekommt das meist nicht einmal mehr mit, dass etwas Furchtbares geschah. Sie lebt dann so, sie meint normal ist sie schwanger mit dem neuen Leben weiter, ohne es bemerkt zu haben, ist sie für den Rest des Lebens verpflichtet und hält sich für eine tolle Frau.

Da sie über das Leben nie aufgeklärt wurde, hält sie diesen Zugang als völlig normal.

Die Angst am Ende keinen Mann bekommen zu haben hat sie nun nicht mehr.

Dass die Lüge in der Liebe keinen Platz hat und sich nicht vertragen kann mit ihr bemerkt sie in Formen der Auseinandersetzung mit dem. Partner. Auf Dauer stellt sich nämlich heraus, dass die Lüge nur Vorwand ist die erste Rolle zu sein, in ihrem Leben. Sie hat durch Uriaufklärung das gar nicht wissen können. Da ihre Eltern sie ja als du wirst nie einen Mann haben auf diese Weise verheiratet haben. Der Menschensex frei erfundener Kranke ohne Perspektive. Der einzige Trost es könnte ja der richtige Mann sein war wohl bei…

Markus Meurer, Ausschnitt aus seinem Buch | Die Plange Angst



## Geduld

#### Fritz Mörchen

Geduld ist eine Fähigkeit warten zu können Geduld ist eine Tugend.

Als geduldig erweist sich, wer bereit ist, mit ungestillten Sehnsüchten und unerfüllten Wünschen leben oder diese zeitweilig bewußt zurückzustellen. Diese Fähigkeit ist eng mit der Fähigkeit zur Hoffnung verbunden. Geduldig ist auch, wer Schwierigkeiten und Leiden mit Gelassenheit und Standhaftigkeit erträgt.

Ist man in kleinen Dingen ungeduldig, bringt man die großen Vorhaben zum Scheitern.

Wenn du in der Zwickmühle bist, und sich alles gegen dich verschwört und du meinst nicht durchhalten zu können, darfst du auf keinen Fall aufgeben, denn jetzt ist der Augenblick gekommen, da sich alles zum Guten wendet.

Gegen die Infamitäten des Lebens sind die besten Waffen: Tapferkeit, Eigensinn und Geduld

Tapferkeit stärkt, der Eigensinn macht Spaß und Geduld gibt Ruhe Wer Geduld sagt, sagt Mut, Ausdauer und Kraft in einem Wort! Ausdauer ist Entschlossenheit, Geduld und Weisheit

Geduld ist das Ausdauertraining für die Hoffnung Geduld ist der Schlüssel zur Freude Geduld ist der Schlüssel: die Kunst nur langsam wütend zu werden Geduld ist gezähmte Leidenschaft

Geduld ist letztlich nichts anderes als eine Form von Liebe

Um herauszubekommen, mit wem man es zu tun hat, muß man einem Menschen Geduld und Aufmerksamkeit schenken (widmen)

Geduld ist die Eigenschaft, die man am dringendsten benötigt, wenn man sie verloren hat.

Also brauch ich Geduld, denn alle Dinge sind schwierig, bevor sie leicht werden.

# Die etwas andere Bewerbung

Viviane Mösler

Sandra Müller Musterstraße 7 12345 Musterdorf 09876/54321

Zwergen AG Hinter den 7 Bergen 3-10 77777 Zwergenland

Betreff: Bewerbung um die Stelle als Hauswirtschafterin

Sehr geehrte Herren.

ich habe in meinem Märchenbuch gelesen dass Sie ihr Schneewittchen an einen Prinzen verloren haben und Sie jetzt jemanden brauchen der Sie versorgt. Ich habe durch meine Ausbildung als Sozialhelferin und viele Praktika in hauswirtschaftlichen Bereichen die benötigte Erfahrung um Ihren Männerhaushalt versorgen zu können. Es macht mir viel Freude mit und für Menschen zu Arbeiten. Ich finde dass ich durch meine Erfahrung die Richtige für Sie bin und freue mich deshalb sehr über eine Einladung zum Vorstellungsgespräch. Mit freundlichen Grüßen

Sandra Müller

## Eine Mauer aus Hass

## Britta Pesselhoy

Sie war wütend. Sie hatte diesen Hass in sich und hätte am liebsten geschrien. Alles zusammengeschrien und um sich geschlagen. Sie würde diese Leute nicht mehr an sich ran lassen. Sie würde eine Mauer aufbauen zwischen ihnen und ihr. Eine Mauer aus Hass, die sie nicht durchdringen konnten. Sie würde nicht mehr wegen ihrer Worte weinen, ihr wäre alles egal, was sie sagten. "Redet doch, redet doch - ihr könnt nicht zu mir durchdringen. Ihr könnt mich nicht manipulieren. Ich tue, was ich will. Ihr könnt mich wie ein unmündiges Kind behandeln, mich kritisieren und versuchen, unter Druck zu setzen, aber ihr werdet nicht zu mir durchdringen. Ich lasse mich nicht unter Druck setzen, ich nehme mir eure Kritik nicht an und ich lache heimlich über eure Naivität. Ja, ihr seid naiv – nicht ich. Denn ich durchschaue euch: Ihr versucht mich zu formen nach euren Vorstellungen. Das lasse ich nicht mehr mit mir machen. Und der Hass macht mich stark. Innerlich stärker als ihr. Heute manipuliere ich euch. Ihr seid verwirrt über mein Verhalten? Ich lache nur darüber. Ich lasse mich nicht einschüchtern."

# Öffne nicht die Augen

#### Britta Pesselhoy

Öffne nicht die Augen

Es gibt kein Morgen
Es gibt nur uns.
Glaub mir –
Träume sind wahr.
Die Realität
ist alles Schein.
Es gibt nur uns
und alles andere
ist nicht wichtig.
Denn solange wir träumen
ist schwarz weiß
und ein Tag gemeinsam
währt ewig.

Öffne nicht die Augen Bleib hier bei mir. Das Leben ist ein Traum Und hier sind nur wir.

Du siehst mich an –
und siehst nur mich.
Mit geschlossenen Augen
schweben wir durch die Welt.
Und es ist alles nichts
und wir sind alles.
Glaub mir –
du musst nur träumen
und ich bin bei dir.
Nichts ist von Bedeutung
solange wir zusammen sind.

## Ohne dich

## Britta Pesselhoy

Ein Raum ohne Worte Ein Raum ohne Licht Ein Raum ohne Lächeln Ein Raum ohne dich

Ein Tag der Stille Ein Tag der Pflicht Ein Tag der Sehnsucht Ein Tag ohne dich

Ich bin am Verzweifeln Ich sehe dich nicht Ich kann nicht mehr leben Ohne dich.

# Hoffnung

#### Ghislaine Praet

Die Sinne vernebeln Dir das Gemüt Und Dein Herz.
Damit nicht genug
Es hält die Wut
Der Schmerz
Über Selbstbetrug und sein
mögliches Kommen – gemein
Doch weiß ich wir zwei sind
Herzensgut
Und ich freue mich wie ein Kind.

# **Psychiatrie**

## Oliver Quinke

Höre die Schrift!

Lies in den überlieferten Rollen der Weisheit - des Alters - der Gnade.

Laß Dich formen nach SEINEM BILD.

Lebe - schreite voran - fasse Mut - Mut.

Laß Dich nicht unterkriegen,

Dein täglicher Kampf mit Dir und Deiner Erkrankung zählt,

ist mehr als Psychotherapie und "Hereingerede".

Du bist Dein eigener Therapeut.

Du, Du besitzt einen Erfahrungsschatz über Dich,

den kein Arzt kennt.

Er hilft, unterstützt, kann bestenfalls anregen,

aber du steuerst das Schiff.

Der Arzt bläst dir oft genug ins Gesicht,

setz die Segel an der richtigen Stelle,

fahre im Wind, aber steuere!

Es ist dein Lebensschiff: steuere, rudere, überwache den

Antrieb -

Du wirst in seichten Gewässern fahren, aber auch auf Sand

laufen oder Klippen rammen -

aber gib die Hoffnung nicht auf!

Höre die Schrift und lebe sie.

# *Meine liebe Uni* 20-05-2009

#### Oliver Quinke

alma mater – stellata, maris stella oh die Studentinnen ohne - ach ohne wo wäre die Wissenschaft heiß und innig lieben wir: Form Farbe Schwingung Inhalt bedeutungsschwanger assimilieren wir und wiederholen so lange, bis wir uns übergeben. Und unseren Brei breiig sezieren, messerscharf, Analyse und Verstand Muse und frevelhaftes Parfum Intelligenz und Gemüt Schwan und Hals Kopfschuß im Genick Flaschenhals Süßigkeit in der Liebe mit Feuer dabei, benutzen wir Seele und Grips Geist und Grund und lernen, bis wir umfallen alma mater in Deine Arme, Liebe möchte ich sinken, nimmer vergehen und glühend aufwachen aus Verlangen nach Leben. Amen Das ist die ganze Wahrheit, strukturelle Wirklichkeit

Das war's.

# Du – (ohne Dich) – mit Dir

#### Oliver Quinke

Verstohlen ist mein Herz; gestohlen, gestohlen ungebrochen mein gekreuztes Lächeln Dir zu, anhaltend Dein sanfter Blick in den Spiegeln der Seele, ungebrochen die leise Melodie in meinem Ohr, ungebrochen, doch reflektiert, der Widerhall Deiner Worte Platz bei mir, an meiner Seite, Frau, Frau, Weib, das Du mir geworden ... ungetrübt der gespiegelte Strahl zweier Seelen,

die gebündelt ihren Weg unzertrennt gehen; Drahtseilakt, -

mit Dir möchte ich mich emporschwingen und die Luft durchkreuzen;

mit Dir halte ich Gleichgewicht auch in der Höhe, mit Dir falle ich in ein Netz mit doppeltem Boden: wir landen auf dem Rücken und überwerfen uns im Salto auf den festen Stein unter unseren Füßen. Lächelnd gehen wir gemeinsam unseren Weg. Gestohlen mein Herz?

Der Geist war wie verloren: mein Herz ist DEIN. ungebrochen

## Schreiben

#### Oliver Quinke

Lieber Oliver.

was ich Dir immer schon schreiben wollte: Sei auf der Hut vor Dir selbst – sei auf der Hut (mit dem Schreiben, denn es ist gefährlich): Man kann seinen Kopf dabei verlieren, die Gedanken, die kommen und gehen, wie sie wollen, vergessen oder mitunter verlieren. Du siehst: Schreiben ist zwar eine schöne (Neben-) Beschäftigung, aber eine sehr ernst zu nehmende Angelegenheit. Sätze und Wörter können sich verdrehen (wie du den Mädchen die Augen verdrehst). Satzgefüge können durcheinander geraten. Subjekt, Prädikat, Objekt – die Reihenfolge kann sich ändern, ganz zu schweigen vom Sinn, der sich ja ständig verändert: Mal einfach, dann wieder komplex vielschichtig und gelegentlich undurchschaubar, undurchsichtig. Darum, so rate ich Dir, halte Dich an das Naheliegende, das vor Deinen Augen liegt, Dir vor der Nase ist, auch wenn Du es nicht siehst! Auch und gerade dann schreiben!!

Du willst doch mal ein großer Dichter werden... Halt dich an das Einfache, Anschauliche, Lebendige, den Alltag mit seinem Leben und diene mit Deinem Schreiben Deinen Zuhörern.

Das ist, was ich Dir immer schon mal sagen wollte;

Mach's gut, sei guter Dinge und lass das Schreiben Schreiben sein!! Dein Freund

# Wenn ich schreiben könnte, würde ich gerne ein Buch schreiben

#### Oliver Quinke

Ich schreibe ein Buch über das Leben: ein Lebensbuch über die Musen Malen und Schreiben, und darüber, wie sie mich wachgeküsst haben, wachgeküsst (wie aus einem Dornröschenschlaf): Mal aufdringlich, feucht und naß, dann wieder zart, verliebt und lockend! Ich schreibe ein Buch, darin das Wichtigste enthalten ist, ein lebendiges Buch, das Zeugnis ablegt vom Leben, wie es ist – für mich. Es ist wie es ist – könnte der Titel lauten und – ohne dich ist alles mühselig – kommt her zu mir: Drei mögliche, aber leider schon entliehene Titel.

Für wen? Natürlich, erstmal und das sei von vorneherein klar gestellt: Ein Bestseller!

Ein Bestseller!

Für wen: Für jung und alt, dumm und klug,

für törichte, ebenso wie für neunmalkluge;

für Kinder, und für die Armen im Geiste:

für die, die einfachen Herzens sind, ebenso wie für die Intellegenzia, für die Ober-, Mittel- und Unterschicht der Gesellschaft:

man kann dabei schmunzeln oder brüllend lachen!!

Ein Bestseller also, wie das Wort sagt: The best – und es lässt sich am meisten verkaufen...

Kein Fachbuch für eine zu kleine Leserschaft;

nichts desto trotz: der Eine oder Andere sollte es schon verstehen! Ein einfaches Buch für einfache Menschen in simpler Sprache – schwer zu verstehen, da vielschichtig komplex und mitunter kompliziert, jedoch einfach – wie das Leben eben; hart, mühsam, steinig – dann federleicht, schwebend und verspielt.

Ein religiöses Buch soll es werden (für eine Minderheit – nicht für Alle), ein Gedichtband (von Plagiaten), ein religiöser Bestseller, der sich leicht unter die Leute bringt!

Warum? Weil das Leben geehrt sein will, geachtet!!! Ehrfurcht vor dem Leben!

Ich schreibe ein Buch vom Leben...

## Noch so ein Herbst-Gedicht

## Christian Regenbrecht

Nur raus ins Regenwetter!
Der süße Duft der Blätter,
des Sommers zarte Haut
hat uns der Herbst geklaut!
Dominante Mutation,
zart beseitet, furchtsam schon,
Donnerwolken, Harmonien,
rhythmisch sie von dannen ziehn Winterspeck & Depression,
herbstlich mürrisch, ohne HohnLaubwerk stärkt die Abwehrkraft,
Regen tropft wie schwerer SaftAtmosphäre starker Duft,
meilenweit in träger Luft!

# Kampf gegen die Natur

## Christian Regenbrecht

Radio-aktiv,
stinkt aus schwerem Mief!
Natur wird überleben,
die Erde wird erbeben!
Der Mensch ist wahrlich schwächer,
die Umwelt spielt den Rächer,
an allem, was verseucht,
der Mensch auf Zahnfleisch kreucht!
Die Umwelt passt sich an,
der Mensch ist so arm dran!

## **Trost**

## Christian Regenbrecht

Die See so bläulich schimmernd, in deinen Augen wimmerndDie nicht so trocken, klebrig, ich hab was dafür übrigDie Schmerzen dir zu nehmen, die Kräfte, dich zu rühmenNie trocken, ohne Tränen, die Traurigkeit erwähnenIch seh' in dir den Menschen, wir woll'n nichts Anderes wünschen-

## Freude

#### Christian Regenbrecht

Freude frisst die Eitelkeit, Habgier, Drogensucht & Neid-Jauchzet nur & ruft & gröhlt, alles wird zum Spaß verspielt! Ist die Einsicht eingekehrt, so wir alle aufgeklärt!

# Ein neuer Anfang?

#### Christian Regenbrecht

Hier sitz ich nun ganz nackt, so elend schlecht verpackt, & Hab & gut verschenkt, bin tief in mir gekränkt.

Die Bücher, die als Kind Ich liebte, sind geschwind Verkauft, das Geld verschwendet, Vergangenheit verendet.

Der Körper trocknet aus, die Perle außer Haus.

Mein Leben – liegt in Scherben!

Was soll aus mir noch werden?

## Drei Wünsche

#### Andreas Rüther

Ein kleiner Junge, sein jüngerer Bruder und der etwas ältere Cousin bauten sich im Wald eine Baumbude. Nach der Schule trafen sie sich immer gegen 14 Uhr dort. Gegen 20 Uhr abends, gingen sie immer nach Hause zu ihren Eltern. Dies machten sie zwei Jahre lang. Eines Tages konnte der Cousin schlecht laufen. Er hatte Rheuma. Der Zustand verschlechterte sich bis er mit den zwei Brüdern nicht mehr spielen konnte. Die Brüder waren sehr traurig darüber. Mit einem Mal kam ein bunter Vogel, der zu den beiden Brüdern flog und sagte, sie dürften sich etwas wünschen. Die Brüder waren erstaunt und wünschten sich, dass ihr Cousin wieder gesund werden würde. Der bunte Vogel flog weg und sagte vorher, dass er ihnen diesen Wunsch erfüllen wolle.

Und augenblicklich wurde der Cousin wieder gesund und die drei konnten ihre Kindheit zusammen verbringen.

## Ein alter Mann

#### Andreas Rüther

Der alte Mann erinnert mich an meinen Opa. Er war ein fröhlicher Mann. Als er über achtzig war zog er in eine Seniorenwohnung. Dort verbrachte er die meiste Zeit in einem Sessel. Daneben war ein Telefon. Er schrieb mir jede Woche einen Brief, mit ein bischen Geld. Zweimal in der Woche ging er zum Markt, welchen er sehr gern hatte. Wenn ich am Wochenende meine Mutter besuchte, fuhren wir oft zu ihm. Dort blieben wir etwa eine Stunde und fuhren dann zurück. Er starb mit 88 Jahren, 1996.

Aufgrund der psychischen Krankheit kann ich mich an Schmerz erinnern. Ich freue mich trotzdem auf den Sommer. Dort leuchtet die Sonne rot. Sie begleitet mich auf dem Lebensweg. Ich spiele zusammen mit anderen Bewohnern Karten. Manchmal suche ich die Stille allein im Zimmer. Ich spüre die Sehnsucht nach Glück. Draußen wehte der Zauber des Dufts der Zweige und Blüten der Blumen. Morgens lag der Tau auf dem Gras. Wie durch ein Wunder gab der Frühling neue Kraft, die Zeit lag wieder auf meiner Seite.

## Sommererwarten

#### Heinrich Schulte-Wintrop

Ich ging mit meinem Freund zusammen die Allee entlang. Es war Frühjahr und die Bäume trieben schon erste Knospen aus. Als wir die Allee verließen, sahen wir auf der rechten Seite einen blühenden Kirschbaum. Die Blüten waren rosarot und glänzten in der Sonne. Der Acker war schon abgeerntet und es wuchs wieder Gras. Die Boten des kommenden Sommers kündigten sich an.

Ich wünsche dir einen guten Tag/ Ich wünsche dir einen schönen Tag Mein Geburtstag ist ein schöner Tag. Das ist mehr als ein guter Tag. Ich wünsche mir für mein neues Lebensjahr Frieden und Gesundheit. Der Tag meiner Geburt erinnert mich an einen schönen Tag. Wenn ich einen Strauß Blumen bekomme, erfreut mich das sehr. Gerne habe ich es dann, wenn mir jemand sagt: "Ich wünsche dir einen schönen Tag!" Das erfreut mich mehr als der Wunsch einen guten Tag zu haben.

## Blatt 44-45

## Tanja Schweins

Wenn ich bei dir bin, ...
Dann lebe ich richtig auf.
Wenn du mich an dich nimmst,
und mir die Zeit der Geborgenheit gibst,
um Kraft fürs Leben zu schöpfen,
dann weiß ich,
ich bin frei von allen Sorgen,
die mich in die Verdammnis bringen.

Meine ich dich und meine ich mich, so werden wir uns bald trennen, weil ich weiß, du bist mein und ich bin dein, werden uns im Himmel wieder sehen, doch lebe ich ein Leben ohne dich, weil wir von einander getrennt worden sind, und das war so gewollt vom Schicksal unserer gemeinsamen Träume, da wir uns als Kinder schon geschmiedet hatten.

Mit denen wollten wir Städte und Wälder bauen, in denen wir König und Königin werden sollten, vom Volk gewählt.
Es waren Soldaten, die wir uns erträumten, mit denen wir unser Reich vor allem Unheil verschonen lassen wollten.

Nun, Pelle, das waren unsere Träume, und das war unser Ziel mit allen Kräften voran, und mit aller Macht ans Ziel unserer Träume.

Wir wussten nicht,

wie wir unser Ziel erreichen sollten.

so kam uns die Lösung unserer träume, in dem wir LSD und Crack probierten.

Wir wollten nur mal probieren,

wir wir in unserer Welt so da stehen werden,

mit allen nahtlosen Gefügen unserer Gewalt,

die wir verloren taten,

in dem wir das Ausmaß der Drogen nicht voraus ahnen konnten.

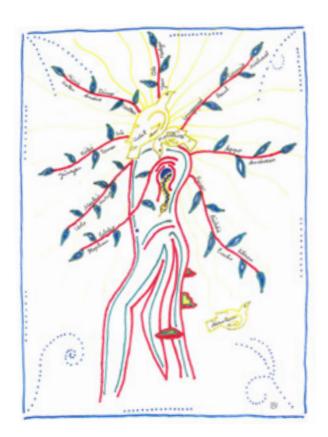
Wir wollten fliegen in unser Traumparadies.

Nur, Menschen können nicht fliegen. Ciao, deine Mary-Sue.

# Schizophrenie

#### Eddy Unewisse

Ja, ich lebe das Leben und fürchte nicht den Tod, denn zu sein, denn zu sein ist das oberste Gebot. War ich mal ein Vogel oder war ich mal ein Fisch. Ich sehe in ein Gesicht. Und bin ich einmal tot, werde ich vielleicht ein Baum und ihr werdet meine Früchte klauen. Ja, ich liebe das Leben und fürchte nicht den Tod, denn zu sein, denn zu sein ist das oberste Gebot. Und sehe ich einen Hund, sage ich Bruder. Und sehe ich eine Katze, sage ich Schwester. Oder war ich doch schon mal in Manchester? Ja, ich bin schizophren, ja ich bin schizophren. Ich hab alle Gespenster schon gehört und gesehen. Ich sehe die Farben an der Wand und bin in einem anderen Land. Ja, ich liebe das Leben und fürchte nicht den Tod, denn zu sein ist das oberste Gebot.



Eddy Unewisse, Zeichnung aus seinem Heft -Die Welt des Droginus-Papier Filzstift 16,0x22,0cm

## LSD

#### Eddy Unewisse

Ja, ich traf die Venus von Delta. Sie ließ mir etwas Geld da, denn ich bin kein Astronaut, ich habe das Raumschiff nur geklaut. LSD ach, tut mir bloß nicht weh. LSD, ach tut mir bloß nicht weh. Ja, ich bin der König des Universums. Dafür brauch ich kein Diplom, denn ich weiß, ich bin Gottes Sohn. LSD, ach tut mir bloß nicht weh. LSD, ach tut mir bloß nicht weh. Denn ich traf die Venus von Delta. Sie ließ mir etwas Geld da. Ich hab das Paradies gesehen. Es war einfach wunderschön. Doch dann kam ich in die Hölle, ja, ich kam in die Hölle. LSD, ach tut mir bloß nicht weh. LSD, ach tut mir bloß nicht weh. Denn ich traf die Venus von Delta. Sie ließ mir etwas Geld da. Denn ich bin kein Astronaut, ich hab das Raumschiff nur geklaut.

## Mein Leben

#### Eddy Unewisse

Manchmal war ich wild und es war gefährlich, doch im Grunde war ich immer ehrlich. Ob schwarz, rot, blond oder braun, ich konnte jeder gleich vertrauen. Ich war ein Indianer, heut bin ich Raster und ich hatte auch immer genügend Laster. All meine Wünsche wurden wahr. Ich überlebe jede Gefahr. Ich bin der Wahnsinn und das Genie und all die Lügen, wie versteh ich sie?

Ja das Leben, ja das Leben wurde mir schon oft gegeben. Ich hab den Himmel und den Pimmel ausgelebt und bin auch schon wie ein Adler geschwebt. Als ich dann an Schizophrenie erkrankte, gab ich mir erst recht die Kante. Ich hab mir Heroin geschossen, denn anders hab ich nichts mehr genossen. In der Klapse dann, war ich erst mal ganz arm dran. Ich hab die Medikamente nicht vertragen und war ganz tief in der Hölle vergraben. Es kam dann, dass ich in den Tod gesprungen, die Engel hätten mir gesungen. Doch es ist mir nichts geschehen und mein zweites Leben das ist wunderschön. Ich habe auch noch Geschwister, doch du bis meine Lieblings-Schwester. Heute bin ich nicht Patient, sondern Mitarbeiter - und das Kiffen macht mich nur noch froh und heiter

## Für Jutta

## Eddy Unewisse

Am Anfang war das Licht und an seinem Ende die Freude, das Bewusstsein und das Leben. Das ist die Evolution und die Evolution ist Gott. Somit sind wir immer am Anfang und am Ende zugleich. Und die Liebe ist unser Schicksal. Arbeit ist Blödsinn. Wer sich nicht realisiert hat sein Leben vergeudet. Den Tod gibt es im Grunde nicht. Wir wechseln nur den Zustand. Ich freue mich schon auf die nächste Stufe meiner Existenz, denn ich glaube an die Unsterblichkeit der Seele und der Fantasie. So wie der Baum in einem Samen und der Mensch in einem Zellkern ist die Seele im Licht enthalten und sie ist allumspannend.

Darum möchte ich, wenn ich gestorben bin, auch verbrannt werden und in einem Friedwald ein Baum sein. Denn die Seele, die als Licht den Baum wachsen lässt, ist der nie endende Bezug zwischen allen Dingen, die nur sind um zu sein. Wenn man daran glaubt, dass die Vorstellung von einer Sache einem Wunsch bereits seine Erfüllung ist, ist man immer glücklich. Darum werde ich nie aufhören zu kiffen und zu träumen.



Eddy Unewisse, aus dem Heft -Die Welt des Droginus-, Papier Filzstift 21,0x30,0cm

# Frühling

## Doris Vortmeyer

Frühling – Ende des Kalten – bleibt alles beim Alten?

Die Knospen, sie sprießen, kann ich es genießen?

Die Welt erwacht neu, bin ich dabei?

Ich kann's nur erahnen, muß mich selbst ermahnen.

Je höher die Sonne, auch in mir etwas Wonne?

Ich will versuchen nach Zeichen zu suchen!

# Frühling

#### Frauke Wassermann

Wie gerufen warst du da hast mich einfach mitgenommen Frühling

Aufgebrochen das Erdreich grüner geht's nicht alles Schwere wird weniger Frühlingszauber

Wieviel Schönheit nehmen meine Sinne auf bringen's nah dem wartenden Herzen

Wieder und immer wieder dieses Erwachen dieses immer wieder Erleben deiner Schöpfungsmacht Herr

## Glück

#### Frauke Wassermann

Mein Zuhause ist da, wo ich umgeben bin von meinen guten Geistern, von allen, die Zeiten und Räume meines Lebens füllten.
Ich bin daheim, wo Lebendiges, wo Erwartung, Liebe, Nähe – das kleine Glück mich umgibt, wo ich mich wohlig strecke in vorgewärmten Kissen gleich meinen sanften Tigern.

# "Welt mit umgekehrten Vorzeichen"

## Rolf Wolf

Politiker spielen im Sand
Ärzte werden von Laien behandelt
Kinder sind in der Macht
Lehrer werden von ihren Schülern erzogen
Bauern leben im Schlaraffenland
Bürger arbeiten nicht mehr
Soldaten schießen mit Wasserpistolen
Bankkaufleute kassieren ihre Bank pleite
Psychologen und Sozialpädagogen
können keine Worte mehr mit Ihren
Klienten wechseln
und der Pastor predigt von der Anarchie

## Leben

## Rolf Wolf

es umschließt mich knistert in mir tritt von außen an mich heran es umfließt mich will aus mir heraus erlischt in mir äußert sich verbal macht mich stumm und traurig ödet mich an bringt Phantasie sprudelt in mir regt mich zum Nachdenken an lässt Tränen fließen lächelt mich an und ich lache selbst

## Stimme

## Rolf Wolf

Tief drinnen ist deine seelische Stimme sie will heraus Deine Seele will geliebt werden will selbst lieben zeige Deiner seelischen Stimme gegenüber Erbarmen taue sie auf und übergib Sie der Welt es ist einfach nur ein Ohne- Unterdrückung- leben- wollen frei zu sein sich anschmiegen wollen aus Eigenliebe und Gegenliebe Kraft und Geborgenheit schöpfen wollen achte deine innere Stimme liebe Sie nimm Dich an mit all Deinen Wünschen und Sehnsüchten

# Liebeskummer erdrückt nicht, liebeskummer Entzückt.

## Cenab Yaygin

solange ich noch diese liebe in mir spüre, ja, solange mein herz davon schwebt hoch über den himmel sich erbreitet deren glanz in den augen meiner geliebten sich einnistet so wie kleine küken deren glanzvolle federn sich im morgentau schimmernt sich ergänzen deren liebreiz gottes sich in den köpfen der liebenden sich einnistet deren gedankengrad sich den temperaturen der sahara, deren liebeskummer davonschwebt in die kosmosgebiete hoch über den Wolken sich die Wildenten quakent sich den weg zu den südlichen gebieten sie den weg aufsichnehmen, ja, so werde ich die zeiten überstehen um diesen liebeskummer deren weg sich ebnet deren himmlischen aussichten einen mund küssen zu dürfen meine Herzkammern mit liebeserkundungen erduldet. Ach Jesus Christus, ich liebe diese schwedische Seerose schon seit geraumer zeit, ja die zeiten überdauern den starken liebeskummer, aber kann ich diese frau jemals vergessen. Vergessen wir die zeit der tränen, besinnen wir uns auf gute zeiten deren sinnlichen starken gefühle dir eine gänsehaut erbringen. Ja ich renne dir hinterher ich fange dich am strand ein wir beide setzen die zeit der tiefen gefühle die uns erwärmen liegen wir beide auf dem heisen sand und ich berühre dich ganz särtlich umarme dich kraule deine haare schmecke deinen wohltuenden duft taste mich nach deiner talie und ich vergesse alle gebote und liebe dich am strand der liebenden. Ich habe dass gefunden woran mein herz beinahe stillgestanden wäre, hätte ich dich nicht gefunden so wäre mein leben sehr sehr arm gewesen, aber durch die liebe zu dir erdulde ich diesen starken liebeskummer und warte auf den tag, an denen wir uns gegenüber stehen und ich einen knicks vor ihrer mayestat mache ach ihre Kronprinzessin mich aufstehen lässt und wir beide uns in die augen blickend wir beide rot anlaufen. Tag für tag gehen die fischer auf die meere um reichlich Fische zu fangen zu können gewillt sind, bin ich auch gewillt diese frau umarmen zu dürfen zu können, ihr zärtlich in den Nacken zu beißen zu wollen, ach die liebe ist doch was wunderbares. Ach ist das nicht schön, wenn morgens in allerfrüh die vögel mit ihren gesängen die pracht und die herrlichkeit jeden kommenden und gehenden tage und nächte uns menschen erst bewusst wird, wie wichtig wie schön die welt doch ist. Ja ich möchte morgens mich auf den rasen legen wollen einen grashalm im mundwinkel und nichts als die natur um mich spüren wollen. Ja, ich möchte losstarten, ich möchte mit den möwen um die wette fliegen leider habe ich keine flügel, aber die flügel der engel beschützen mich. Liebeskummer ist was herrliches, der liebende vergißt alles um sich herum und ist mit dem gedanken nur bei seiner liebsten. Wärest du ihre kronprinzessin jetzt bei mir so würde ich nur für dich kochen wollen. Wie wäre es mit Lammfilet und Krabbensalat und als nachspeise verstärke ich den Akt der liebe mit unserer Hemmungslosen hingabe deren stärke der liebesbefindungen wir beide erdulden und uns tief in den armen liegend wir beide uns pudelwohl fühlen. Danke sage ich den himmlischen göttern der liebe für diese Liebe, welches meinen ganzen körper umfüllt und ich im tal der liebenden angekommen bin. Ja sicherlich, höre ich Waterloo von abba, bebt mein herz in richtung schweden. Ach, wie gerne würde ich ein Passatwind sein, welches sich in richtung nordeuropa erhebt und meine Schwedische seerose den duft des passatwindes in sich aufsaugt. Wenn ich morgens in der frühe erwache, habe ich einen schönen traum gehabt, welches mich mit meiner liebsten zeigt. Zeigen wir flagge und besinnen uns auf die tage, deren gradwanderungen durch die adern des pulsierendes blutes wir beide uns in den Herzkammern wiedertreffen und wir mit körpersprache uns alles sagen können. Ich lege all meine liebe in deine hände, Bitte wasche sie nicht ab, besinne dich auf unsere liebe, deren Kraft von uns beiden ausgeht. So stark wie die sonne scheint so erscheint mir die liebe zu dir in etwas nochnie dagewesenes. Gibt es auch momente wo ich losweinen könnte beschützen mich die engel, deren glanz und flair al dagewesenes sich in die Wolken entfliegen.



Papierbahn in der Ausstellung 2008 im Kunsthaus Kannen, mit Text von Cenab Yaygin - Der Samstag-

# Seelenpresse – UND CO

Rolf Brüggemann

\_\_\_

## Geschichte

Als 1988 das Buch "Seelenpresse - Patientenzeitungen in der Psychiatrie" erschien, konnte dies als erste selbstbewusste Darstellung einer Bewegung verstanden werden, die entsprechend einer Umfrage etwa 60 Zeitschriften in der deutschsprachigen Psychiatrie repräsentierte. Drei Jahre zuvor hatte ein erstes Treffen verschiedener Redaktionen in der psychiatrischen Klinik Christophsbad in Göppingen stattgefunden. Weitere regelmäßige Treffen, zunächst organisiert von der Evangelischen Akademie in Bad Boll, später von den Redaktionen selbst (z.B. in Hamburg, Kassel, Berlin, Rostock, Münster etc.) folgten. Das Arbeiten mit der Öffentlichkeit durch Veröffentlichung einer Innenschau der Psychiatrie ermutigte die schreibenden Redakteure, ob sie nun als Kranke betroffen oder in der Institution beschäftigt waren. Diese Bewegung ist bis heute lebendig geblieben trotz oft immer noch nicht einfacher Arbeitsbedingungen. Die Anzahl der Zeitschriften und die Auflagenhöhe, die technischen und formalen Aspekte ebenso wie die Qualität der Texte und Artikel haben sich zwischenzeitlich vermehrt, beziehungsweise verbessert.

## <u>Intentionen</u>

Natürlich ist die Idee, den früher "Entmündigten" in einer sozialen Psychiatrie eine Stimme zu geben, um sie dadurch zu ermutigen, ihre seelischen Probleme selbst zu benennen und auch aktiv anzugehen. Die damaligen Stichworte waren: Empowerment, Trialog, Beteiligung, Ressourcenorientierung. So proklamierte die "Seelenpresse": "Menschen, die in ihrer seelischen Verfassung bedrückt sind, die sich gepresst, vielleicht auch erpresst fühlen, geben dem Druck ein Ventil, indem sie schreiben. Die Zeitungspresse kann ein Ventil sein." Die Intentionen der vielen doch auch sehr unterschiedlichen Zeitschriften zielen mit je eigener Gewichtung auf Öffentlichkeitsarbeit und Abbau von Vorurteilen und Ängsten, auf Emanzipation und Therapie der Patienten, auf Darstellung der Institutionen und ihres Alltages und nicht zuletzt auch auf Kritik der Psychiatrie.

## Bedeutung

Die "Klinke", der "Mauersegler", das "Kuckucksnest", der "Lichtblick", der "Igel", der "Eppendorfer", die "Klapse", "heller Wahn", "Ohrenschmaus", die "Irrenoffensive", um nur einige wenige Titel zu nennen, haben sich in der psychiatrischen Welt Bedeutung verschafft und damit haben sie dem psychisch kranken Menschen eine hilfreiche Orientierung gegeben. Das hat mit dazu beigetragen, ein differenzierteres Krankheitsbild zu entwerfen und die Selbstsicht, die Innenschau, den Eigensinn aufzuwerten. Damit konnten die Psychiater und alle in der stationären wie ambulanten Psychiatrie Beschäftigten eine wirkliche Begegnung und keine Gegnerschaft erleben. Die neue Vielstimmigkeit ist hilfreicher, stimmiger als autoritäre Dogmen.

## Interesse

In der Gesellschaft ist zunehmend ein Bedürfnis nach eigener literarischer Kompetenz festzustellen. Kurse zum kreativen Schreiben fehlen an keiner Volkshochschule. In den Großstädten bieten Institute Ausbildungen zum Poesie- und Bibliotherapeuten an. Die Literatur aus der Hand von "Nicht-Dichtern", von Menschen, die sehr persönliche Erfahrungen weitergeben wollen, ist mannigfaltig und kaum noch zu überschauen. Und dabei wird selbstverständlich, dass ein solches Schreiben auch eine therapeutische Aktion ist, sofern es sich nicht um ein exhibitionistisches und narzisstisches Outen handelt. Sprachkompetenz und Rhetorik verbessern das individuelle Befinden in einer schnelllebigen und reizüberfluteten Zeit.

## Therapie

Sprachliche Kompetenz gehört wesentlich zu einem gesunden Leben und ist gleichzeitig das zentrale Mittel im therapeutischen Tun. Das Geschriebene zu veröffentlichen und schließlich daraus zu einer Handlungsoption zu kommen, wären weitere wichtige Schritte. Das Schreiben kann in sehr vielfältigen Formen geschehen, im Tagebuch, im Brief, in der Notiz, im Essay und so weiter. "Ver-schreibungen" im ärztlichen Sinne sind da eher kontraindiziert.





## Kultur

Im Vergleich zu anderen Angeboten im breiten Spektrum der Therapien und Aktivitäten in der ambulanten wie stationären Psychiatrie bleibt dennoch das Schreiben, das Lesen, das journalistische Arbeiten mit der Öffentlichkeit zurück.

In der sehr lebendigen Wechselbeziehung von Psychiatrie und Kultur werden Musik, Kunst, Theater und Tanz häufiger genutzt und sind weitaus besser personell vertreten. Das ist bedauerlich und wohl nur so zu verstehen, dass noch immer Ressentiments und Unsicherheiten gegenüber dem mündigen Patienten bestehen. Die Kreativität des Schreibens und der kritische Dialog in der Öffentlichkeit sind schlecht kontrollierbar. Die Macht des Wortes und die Verfügung über die (Fach)Sprache werden gerade aber in der Psychiatrie geteilt werden müssen.

## Wirksamkeit

Wer Schreibgruppen und Redaktionen miterlebt hat, zweifelt kaum an deren positiver Wirkung auf das Selbstbewusstsein. Die leicht zu erfragenden Haltungen und Stimmungen der Mitwirkenden sind überdeutlich, was auch darin zum Ausdruck kommt, dass für solche Treffen nicht sonderlich motiviert oder geworben werden muss. Aber zur Wirksamkeit dieser Maßnahmen gibt es wenige objektive Untersuchungen. Solche komplexen Unternehmungen in Doppelblindstudien und mit Placebokontrollgruppe zu evaluieren, ist sehr aufwendig, zumal wenn der Forschungsetat dafür nicht vorhanden ist. Es wäre allerdings tragisch, wenn der offensichtliche Gewinn solange ungenutzt bliebe, bis die Wirksamkeitsstudien unternommen werden.

## Aktion

Die Zeitschrift "Seelenpresse" mit ihrem Vorgänger "Büttel" existiert nun seit genau 30 Jahren im Christophsbad, Göppingen. Viele Hunderte von Autoren mit ihren Texten konnten sich an noch mehr interessierte Menschen richten und sie für die "sensible Sache der Seele" gewinnen. Die Redakteure haben aber nicht nur geschrieben, sie sind auf Zeitgenossen zugegangen und haben interviewt, sie haben heftig diskutiert, sie haben immer wieder um Form und Inhalt gerungen, sie haben zu Meinungen gefunden und dazu gestanden. Das Interesse an der Welt ist auch nicht nur in der Sprache deutlich geworden. So hat die Redaktion die Errichtung von Skulpturen und einem Mahnmal bewirkt, ein Psychiatriemuseum mit aufgebaut, regelmäßige Veranstaltungen durchgeführt, Exkursionen unternommen, Bücher herausgegeben und anderes mehr. Die Seelenpresse versteht sich als aktive Redaktion, die nicht nur schreibt und beschreibt, sondern die Welt auch verändern und verbessern möchte.

Brüggemann, Rolf (Hrsg): Seelenpresse - Patientenzeitungen in der Psychiatrie, München, 1988 Brüggemann, Rolf: Öffentlichkeitsarbeit der psychiatrischen Klinik, in "Die Kerbe", 7. Jahrgang, Heft 2/1989

Brüggemann, Rolf & Schmid-Krebs, Gisela: Betroffenenpresse in der Psychiatrie, Journalismus im Spannungsfeld von Therapie und Öffentlichkeitsarbeit, in:

Kruse, Otto (Hrsg.): Kreativität als Ressource für Veränderung und Wachstum, Tübingen, 1999

Brüggemann, Rolf: Kulturarbeit in der Psychiatrie, in "Die Kerbe", 25. Jahrgang, Heft 4/2007 Bremer, Fritz: Zur Sprache kommen, Schreiben und Publizieren als Selbsthilfe, , in "Die Kerbe", 25. Jahrgang, Heft 4/2007

"Die Kerbe", 25. Jahrgang, Heft 4/2007: Themenschwerpunkt: Kultur und Psychiatrie Heimes, Silke und andere: Wort für Wort, Die Heilkraft der Sprache in der Poesietherapie, in Musik-, Tanz- und Kunsttherapie, 19 (1), 36-47, Göttingen 2008

Koch, Helmut & Keßler, Nicola (Hrsg): Schreiben und Lesen in psychischen Krisen, Band 1 und 2, Bonn 1998

Koppelberg, Anette: Gedankenschwer und federleicht, Poesietherapie und Schreibwerkstatt, in Textart, Magazin für kreatives Schreiben, 4/2008

Kruse, Otto: (2007) Sprache und Kreativität, in "Die Kerbe", 25. Jahrgang, Heft 4/2007 Seelenpresse, Heft 39/2009: 30 Jahre Psychiatriestreitschrift im Chrisophsbad, Göppingen

Zopperitsch, Ellen: von Anagramm bis Zopperitsch, Anagramme von Ellen Zopperitsch mit Holzschnitten von Roland Bischofberger und Begleittexten von Rolf Brüggemann, Göppingen 1999, Druck der Seelenpresse

# Zeit – SCHRIFTEN

Die folgenden Texte entstammen Patientenzeitschriften, die an dieser Stelle exemplarisch vorgestellt werden sollen.

Gedichte und Geschichten zu schreiben, sich mit Worten auszudrükken und Gefühle zu verarbeiten – dieses Bedürfnis ist in schwierigen Lebensphasen manchmal besonders stark. Menschen mit Psychiatrieerfahrung bekommen mit Patientenzeitschriften die Möglichkeit, ihre Texte zu veröffentlichen, sie dienen als Sprachrohr nach außen, aber auch als Spiegelbild für das eigene Können. Die Themen der Texte entfernen sich bisweilen weit vom Klinikalltag, Gedanken, Träume und Gesellschaftsbilder werden aufgenommen und reflektiert. Meist sind die Redaktionen unabhängig von der Klinikleitung und werden selbstständig mit Hilfe von Betreuern geführt.

Die hier dargestellte Auswahl steht nur für einen Bruchteil vieler kleiner, aber qualitativ hochwertiger Publikationen.



Texte: Die Klinke

# Balsam für die Seele

Jens Dombrowski

Worte. Farben und auch Töne sollen unseren Sinn erhellendenn sehr selten ist das Schönein des Alltags Härtefällen---Dummheit, Habgier, Katastrophen prüfen uns ein Leben lang; Schwermut quält den Philosophen-- langsam wird ihm angst und bang---Täglich größer wird die Kluft zwischen den Armen und Reichen schmerzhaft werden wir gepufftwollen wir ein Ziel erreichen Doch die Kunst, als Tänzerin, holt vom Himmel uns die Sternean der Seele Abgrund hin und schon leb` ich wieder gerne

## Der Narr hat das Wort

#### Jens Dombrowski

Auf dem schönen Erdenball herrscht das große Kapital; kommt ein kleiner Mensch zu Fall, hat er meistens keine Wahl.

Und so steh ich vor dem Tor
- Psychiatrie steht an dem Haus
will zurück und muss doch vor
- mach' ab heut das Beste draus.

Hab vom Dasein keinen Schimmer und es schließlich ganz verflucht; hab ein schönes Einzelzimmer "all inclusive" fest gebucht

Auch wenn ich die Freiheit liebe, kehr ich doch noch gerne ein; wo denn sonst im Weltgetriebe darf ich täglich närrisch sein?

Habs's versucht mit Uni-Wissen und den Kopf fast ganz verloren; liegt das Lehrbuch unterm Kissen wach ich auf wie neugeboren.

Jesus und Napoleon werden wahrhaft imitiert; "frei" und nach Art-Brut-Fasson wird Geschichte inszeniert. Ach, was solln die Ambulanzen
- gaukeln dir die Freiheit vor;
Freunde, lass uns lieber tanzen,
zu dem Lied vom Kirchenchor

Karneval ist vieles neu: Pfleger in der Gummizelle; und die Ärzte jagt ein Leu - rund geht die La-Ola-Welle!

Und dann erst die Arztvisiten

- Überfall des weißen Rudels,
zelebriert die alten Riten

- ist denn das der Kern des Pudels?!

Steckenpferdchen Analyse, Sigmund Freudlos- Übervater lieber seh ich witte Müse - habe eh meist einen Kater!

Und die Wissenschaftler schauen Uns mit Neugier in den Kopf; Wertarbeit genießt Vertrauen: Deutsches Holz mit Wurm – klopf, klopf!

Folgen wir dem Borderliner
- gehen wir über unsre Grenzen;
Doch ins Ausland will wohl keiner
- kann man dort die Arbeit schwänzen?

Diagnosen sind echt trendy, durchgestylte Kassenschlager: Urschreitherapie per Handy, Lachyoga für Leidensklager.

Wellness ist in aller Munde, heiliger Gesundheitswahn; quälen mich der Psychopfunde lauf ich Amok mit Elan! Alles ist im steten Wandel

vor dem Kreuze auf die Knie?
 Ich plädier für fairen Handel
 Zwischen Papst und Psychiatrie!

Sind wir kranken jemals schön?
- oder täuscht das Spiegelbild
Manchmal krieg ich echt 'nen Fön,
wenn die Seele überquillt.

Ja, die Welt ist halt chaotisch
- wer weiß denn, wo Gott nun haust
Und Natur ist auch psychotisch
- fragt den Affen, der mich laust.

Ach, es ist zum Haareraufen
- nirgendwo des Übels Wurzel;
wird' mir heut den Wahnsinn kaufen
- und zur Hölle mit dem Purzel!

Toll hab ich den Spaß getrieben, und so machen bös geneckt; gerne wär ich noch geblieben - doch man hat mich längst entdeckt.

Ja, ich bin ein Eulenspiegel
- lach dem Elend ins Gesicht;
Stampfe Worte in den Tiegel
- Medizin sei mein Gedicht

## **Trost**

#### Dieter Radtke

Ein Kuss kalter Asche In den Frösten des Januars

Ich aber will Dich wärmen Und meine Wohnung Soll auch Deine Wohnung sein

Wir verhängen die Spiegel Für einen kostbaren Moment – Wir sehen nur uns Wie wir wirklich sind

Da ist sehr viel Wärme Dein Lippenrot schießt Geradewegs in mein Herz

Dein Balsam Lehrt mich ruhig atmen Dein Duft Lässt Wörter in mir sprießen

Ein Kuss kalter Asche Irgendwo im namenlosen Draußen –

Wir halten uns fest Nichts kann uns schrecken

Wir atmen Wörter – in unserer Wärme Verschenken wir das letzte Hemd

## Fangen

#### Elke Falk

Die eine Stimme ruft: "Fang mich doch,

du kriegst mich nicht."

Die andere erwidert: "Das werden wir ja sehen."

Dann fange ich an zu laufen.

Laufe und laufe.

Doch ich finde die Stimme nicht.

Ich suche überall, hinterm Baum, im Eimer,

in der Garage.

Aber ich finde sie nicht.

Erschöpft lasse ich mich auf der Wiese fallen, wo war sie nur?

Auf dem Rücken liege ich und schaue zum Himmel.

Eine Pusteblume in der Hand, einmal pusten,

alles löst sich auf.

Dann sagt die eine Stimme: "Hab Dich, Ha, Ha, Ha.

196

Ich hab dich gefangen, hab deine Verletzlichkeit

und deine Wut."

Die andere fängt an zu weinen.

Sagt leise: "Du kannst mich nicht fangen."

Denn du weißt, dass du ich, und ich du bin.

## Kleine Krankenhaus Maus

#### Elke Falk

Es wurde Nacht.

Ich sah sie und war erstaunt. Sie stand auf den hinter Pfoten und schaute mich an. Ihre Augen glitzerten. Vorsichtig kniete ich mich im Krankenhausflur hin und wartete.

Irgendwas Ungewöhnliches war an ihr.

Wir starrten uns gegenseitig an.

Leise sprach ich: kleines Mäuschen alles Okay? Als ob sie mich verstehen würde, sah ich ganz deutlich, dass sie mit ihren Ohren wackelte.

Dann hörten wir Schritte, schwups weg war sie. Ich stellte mich hin und ging ein paar Schritte. Eine Schwester ging an mir vorbei und lächelte. Zurück lächelnd sagte ich: "Abend." Sie erwiderte es. Als ich mich umschaute, war die kleine Maus nicht mehr zu sehn. Nachdenklich ging ich auf dem Flur auf und ab. Jedes mal als ich an die Stelle kam, wo die kleine Maus gewesen war, achtete ich darauf mit leisen Schritten zu gehen. Ein etwas älterer Herr ging an mir vorbei. Er sah sehr freundlich aus. Und manchmal musste ich lächeln, wenn ich ihn sah. Denn der Mann hatte einen schwarzen Bademantel und ich einen weißen an. So, dass ich an das Spiel: Schach denken musste. Die Maus entdeckte ich nicht. Leise summte ich vor mir hin: kleine Maus, komm heraus.

Es wurde immer später und dann sah ich sie wieder. Wieder hockte ich mich hin und summte aber: kleine Maus, komm heraus. Es sah so aus, als ob die kleine Maus lächeln würde. Langsam auf allen vieren krabbelte ich auf sie zu. Meine Gedanken: hoffentlich sieht mich jetzt keine Schwester oder Pfleger. Die kleine Maus saß ganz still. Als ich bei ihr angelangt war, wackelte sie mit dem Schwanz. Ihre Augen glänzten. Ich legte mich auf den Bauch. Die kleine Maus ließ sich sogar von mir streicheln. Ich erzählte ihr, von meiner Krankheit und warum ich hier im Krankenhaus war. Manchmal wackelte die Maus mit ihren Ohren.

# Letztes Abendbrot – Coucher de soleil

## Jürgen Knoch

An jenem späten Abend im Sommer Da ich einst in Frankreich gewesen bin Ging die Sonne nicht einfach unter Sie legte sich zum schlafen hin

Als ich das Abendrot sah Langsam kam die Nacht War ich dem Himmel so nah Noch lange habe ich nachgedacht

Der Abend war mir gesonnen Der Mond kam strahlend herbei Lange noch habe ich nachgesonnen Was des Universums Urgrund sei

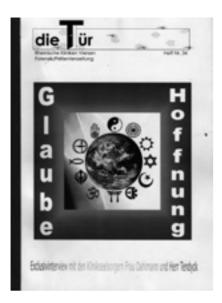
Dort unterm weiten Firmament Spürte ich die göttliche Einheit So mächtig und vehement Überkam mich jähe Einsamkeit Texte: Seelenpresse

# Verwandlung des "Ichs"

#### Gerald

Viele psychologisch ausgebildeten Menschen versuchen in der Krankheit ihrer Patienten, ihre eigenen Fehlhaltungen zu entdecken und übersehen dabei oft, was durch die Krankheit zum Leben erwacht. Für mich bedeutet meine Krankheit die Chance, mein inneres Ich, meine wahren Gefühle und das unverfälschte Bild von Gott, welches in mir Gestalt angenommen hat, zu erkennen. Wenn ich mich wandle in meinen Gefühlen, Träumen und Zielen, bemerke ich, dass die Begegnung und auch die Beziehung zu fremden, aber auch vertrauten Menschen sich ebenfalls wandelt. Diese Wandlung wirkt sich innerlich auf den Prozess meines Reifens, meiner Beziehung, das Vertrauen anderen gegenüber, aber auch auf mein Selbstwertgefühl aus

und das ist für meine Zukunft sehr wichtig.



Texte: Die Tür

## Im Wald

#### Christine Trüt

Als die als Idiotin bekannte schwankenden Schritts abseits der Wege den Wald durchquerte über Wurzeln stolperte und Brombeerranken erhob sich der Wind schwoll an. Sie hörte die Züge fahren sich kreuzen hoch oben auf unsichtbaren Schienen in den Kronen der Bäume fiel hin auf die Erde blieb liegen und fuhr bis an's Ende der Welt wohin sie schon immer hat reisen wollen was keiner ihr jemals auszureden vermocht.

# Ausgestoßen?

 $J.\ V.$ 

Meine Frage ist, was heißt es: "in die Gesellschaft eingliedern"? Ist man als Person, die sich in einem Maßregelvollzug befindet, kein Teil der Gesellschaft? Nein, man ist nur eine kleine Randgruppe, die straffällig geworden ist. Aber das ist nicht das Einzige, was einen belastet, es kommt noch zu der Kleinigkeit, dass man eine Krankheit hat, die der Gesellschaft nicht gefällt. Man ist halt in manchen Sachen anders.

Diese Therapie soll einen in eine Richtung führen. Die Richtung ist für jeden eine andere. Ich habe bestimmt in den 4 Jahren schon 8 Therapeuten gehabt. Das heißt nicht, dass ich jetzt anders bin, aber das heißt, es waren 8 Personen, mit denen man reden musste, 8 verschiedene Meinungen über einen, 8 mal sich öffnen. Nennt man das eine sinnvolle Therapie? Tut mir leid für euch, ich lasse mir nicht von jedem in den Kopf schauen, der auf irgendeine Art ein Diplom dafür hat. Man könnte auch sagen: man läuft und läuft, nur ob die Richtung stimmt, das sagen dir dann die anderen.

In der Therapie soll ich mich beschäftigen mit den Sachen, die mich eigentlich dahin geführt haben, wo ich jetzt bin. Ich wurde aufgefordert zu malen. Das ist ja eigentlich nicht schlimm, aber wenn ich diese Sachen draußen gemacht habe, hieß es entweder Sachbeschädigung oder Farbschmierereien.

Die Pfleger sind am Tag 8 bis 9 Stunden auf Station, wir als Patienten oder Klienten dagegen sind 24 Stunden am Tag und das 7 Tage die Woche hier und müssen uns dann so Sachen anhören wie: "Sie sind doch verbal aggressiv", nur weil man einmal eine etwas andere Laune hatte, als der der einem gegenüber stand.

Ist das etwa das Ziel der Therapie, einem beizubringen, sich den anderen zu fügen?

Ich sehe als mein Ziel, hier raus zu kommen ohne, dass ich einen größeren Schaden habe als zuvor, dass ich draußen eine Arbeit finde und darin, dass ich nicht mehr straffällig werde. Genauso hoffe ich, dass ich den Drogen Lebewohl sagen kann, und ich hoffe auch, dass das Leben mich nicht in die Knie zwingt.

## Texte: unsere Brücke

## Ich bin ich!

#### Klaus Pöplow

Jetzt und soeben und gleich Hier und dort und woanders

Ich schwebe durch das All

In mir ist alles vereint: mein jetzt, meine Kindheit, meine Jugend, mein damals und mein heute.

Ich fühle wie damals - als kleiner Junge

Ich fühle wie heute nach einem erfüllten Leben.

Ich denke wie ein Kind – ich spüre die Last der Jahre Ich tanze auf dem Drahtseil und bin unbeschwert Ich setze einen Fuß vor den anderen und taumele. Ich bin ich, ich, ich!

Ich bin ein reisender – ein Zeitreisender

Ich reise durch mein Leben -Ich war an vielen Orten auf dieser Erde

Ich reise weiter als ich je gedacht habe. Ich überspringe den Graben zum DU! Ich reise zu Dir, mit Dir, wir reisen

Wir sind Reisende. Zeitreisende

Wir kennen keine Grenzen -

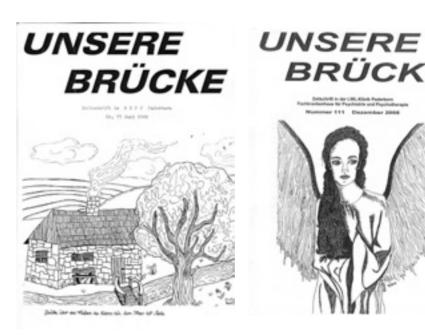
Das ganze Universum steht uns offen Wir reisen über den Rand des Universums hinaus Wir reisen bis nach Schloss Neuhaus

> Jetzt ist gestern und heute ist morgen Zeit ist da zum Vergeuden!

Wir streuen Zeitblumen auf unseren Weg und wir gehen unseren Weg.

Ich bin hier wieder angekommen, Die Reisenden führten in alle Winde, Die Reisen haben uns gut getan Wir haben uns gut getan Die Reisen führten uns zum guten Ende.

Ich bin hier wieder angekommen.





# Gedanken im Angesicht einer ,Entmündigung wegen Geisteskrankheit'

#### Jennifer Stern

und...

Therapiert mich nur zu der Unendlichkeit Ende, Ärzte. im Kittel oder nicht. mit langer Spritze in der Hand, die Behandlung genannt wird und Misshandlung bedeutet. Ihr Herren und Herrinnen Meiner mentalen Pathologie, uniformiert mich zu einem formlos grauen Haufen Normalität, bearbeitet mich auf dass ich möge funktionieren, ein Schaf in der Herde sei, das nicht zu blöken wagt, dieweil die übrigen schweigen. Nein-Akzeptiert nichts von dem Was ich an Thesen verbreite: Sie sind einer Psychose entsprungen, dem kranken Hirn einer Wahnsinnigen

kann es anders sein da eure Augen diese Welt absolut erblicken? 50 Milligramm Halopericol Und ihr könnt wieder atmen. Haldol kittet jede Bewusstseinsspaltung perfekt. Monoaminooxidase-Hemmer Formen glücklich ~ extrovertierte Persönlichkeiten, und gegen das Parkinsonsyndrom verabreicht man Akineton es ist alles kein Problem, Psychiater bekommen jede "Störung" Unter Medikamentenkontrolle: Von Astma bis Zyklothymie -Und hülfe dies nichts, da gäbe es Elektroschocks, da gäbe es Lobotomie: Immer noch besser zu leben Ohne Schläfenlappen,

als nonkonform.



Anton Kohls 1931 2002 Papier Bleistift Buntstift 20,0 x 28,0cm



Anton Kohls 1931 2004 Papier Bleistift Buntstift 24,0 x 29,0cm



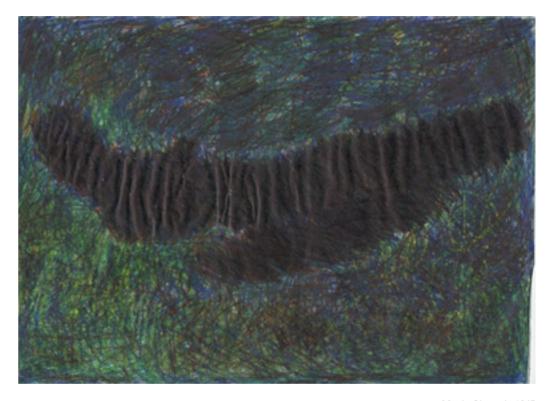
Erwin Winter 1926 - 2000 1995 Papier Kreide 21,0x30,0 cm



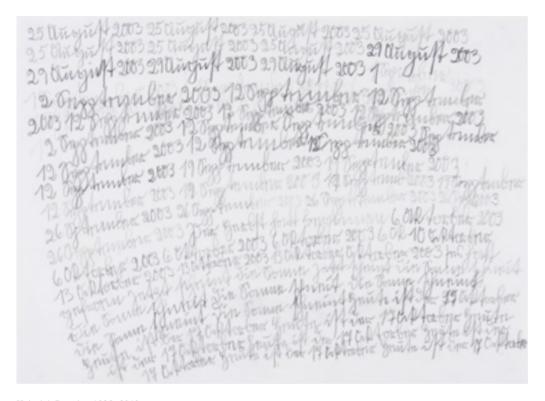
Erwin Winter 1926 - 2000 1995 Papier Kreide 21,0x29,0 cm



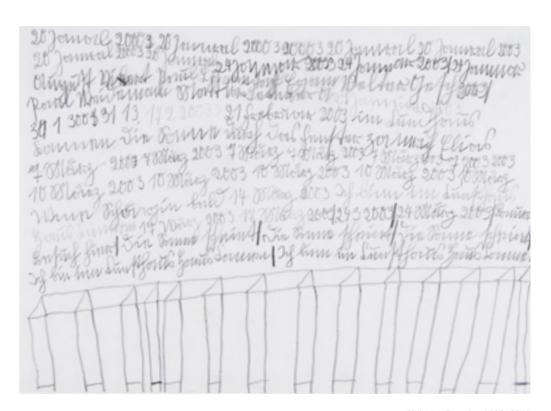
Martin Oberwein 1967 1999 Papier Buntstift 21,0x29,7cm privat



Martin Oberwein 1967 1999 Papier Buntstift 21,0x29,7cm privat



Heinrich Bünning 1925- 2010 25 August 2003 Papier Bleistift 31,5x40,0cm



Heinrich Bünning 1925- 2010 20 Januar 2003 Papier Bleistift 31,5x40,0cm



Helmut Feder 1927-2005 1987 Papier Bleistift Tempra 43,0x61,0cm



Helmut Feder 1927-2005 1986 Papier Bleistift Tempra 29,5x38,5cm



Heinz Unger 1928 - 2007, 1998 Papier Tusche Bleistift 21,5x30,5cm



Heinz Unger 1928 - 2007, 1998 Papier Tusche Bleistift 21,5x30,0cm



Heinz Unger 1928 - 2007, 1997 Papier Tusche Bleistift 21,5x31,0cm



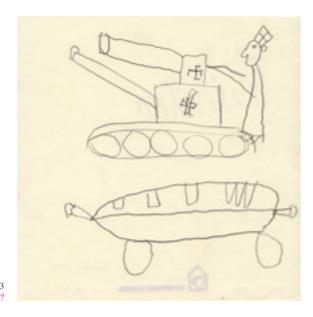
Heinz Unger 1928 - 2007, 1997 Papier Tusche Bleistift 21,5x31,0cm



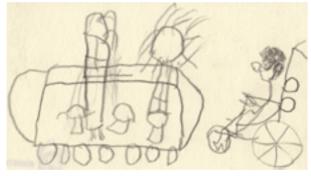
Heinz Unger 1928 - 2007 1997 Papier Tusche Bleistift 22,0x30,5cm



Heinz Unger 1928 - 2007 1997 Papier Tusche Bleistift 18,0x15,0cm

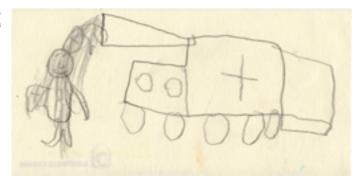


Reinhold Wlotzka 1994-2003 1991 Papier Filzstift 30,0x???



Reinhold Wlotzka 1994-2003 1991 Papier Filzstift 11,5x23,0cm

Reinhold Wlotzka 1994-2003 199 ??? Papier Filzstift 11,5x23,0cm





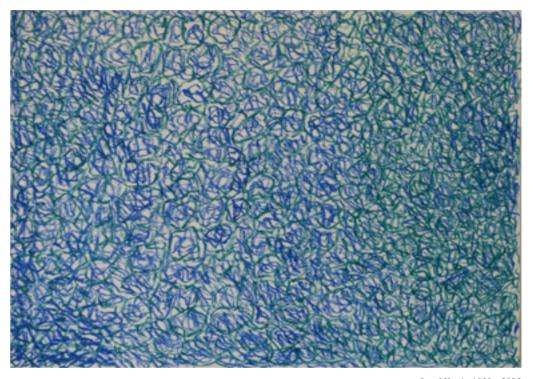
Reinhold Wlotzka 1994-2003, 1989 Papier Filzstift 30,5x43,0cm



Reinhold Wlotzka 1994-2003, 1991 Papier Filzstift 30,0x43,0cm



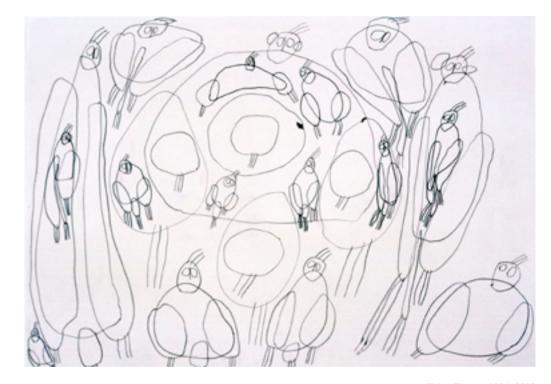
Josef König 1930 - 2005 1991 Papier Kreide 43,0x61,0cm



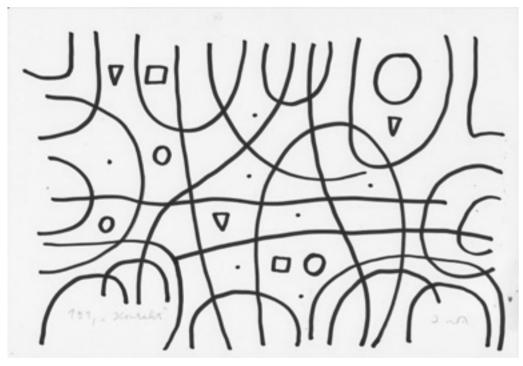
Josef König 1930 - 2005 1991 Papier Kreide 43,0x61,0cm



Heinz Thomas 1924 - 2008 2003 Papier Buntstift 28,0x42,5cm



Heinz Thomas 1924- 2008 1994 Papier Bleistift 42,5x61,0cm



Ingo Wabnik, Postserie 2010 151 "Kontakt" Papier Filzstift 21,0x30,0cm



Ingo Wabnik, Postserie 2010 197 "Dichtung" Papier Filzstift 21,0x30,0cm

# Vorstellung ORGANISATIONEN:

#### Theater Sycorax.

Seit 1996 arbeitet das integrative Theater Sycorax unter der Leitung von Paula Artkamp und Manfred Kerklau mit Menschen mit Grenzerfahrungen. Andere Blickwinkel und Zugriffe auf das Leben fließen als spannende und ungewöhnliche Aspekte in den Arbeitsprozess ein und führen auf der Bühne zu einer besonderen Authentizität und Ausdruckskraft. Theater Sycorax präsentierte seine zahlreichen Aufführungen auf nationalen und internationalen Bühnen.

2006 richtete Theater Sycorax das madness & arts worldfestival II, münster germany aus und präsentierte "Am anderen Ende ist der Himmel" als Mittelteil der Stücketrilogie über den Lebensdurst und seine Fallen nach Sehnsuchtsschwimmer (2005) und Herzschlagweit (2007). Zuletzt überzeugte Theater Sycorax mit einer eigenwilligen Interpretation der "Hochzeit" von Elias Canetti (2008). Die neue Produktion "KOMMT NOCH WAS" (2009) macht das Dutzend voll, die 12. Theaterproduktion in 13 Jahren.

#### Irrlichter / Klinke

Die Irrlichter – das sind kulturschaffende Menschen aus Münster, die sich mehr oder weniger regelmäßig im Psycho-Sozialen Zentrum treffen. Es ist eine Tradition, dass die Irrlichter sich mit ihren Texten und anderen kreativen Ausdrucksmöglichkeiten wie Musik oder Theater / Kabarett in der Öffentlichkeit präsentieren.

Einige der Kulturschaffenden schreiben auch regelmäßig in der Zeitschrift Klinke – der Jahreszeitschrift für Psychiatrie und Literatur in Münster.

Sich mitzuteilen – von eigenen Erfahrungen zu berichten – dies ist für die Irrlichter eine Herzensangelegenheit!



Theatergruppe Sycorax, 2009 -Kommt noch was-

#### Literaturkreis Lichtblicke

Seit Januar 2002 besteht im Rahmen der Kunsttherapie des Wohnbereiches des Alexianer-Krankenhauses eine Schreibgruppe. Im Sommer 2004 gaben sich die 6 TeilnehmerInnen selbst den Namen "Literaturkreis Lichtblicke", da sie das Schreiben einstimmig als Lichtblick der Woche ansehen.

Begonnen hat alles mit einer Frauenlesegruppe, in der Kurzgeschichten, Märchen, Auszüge aus Romanen, etc. gemeinsam gelesen und besprochen wurden. Aus dieser Textarbeit heraus entstand das Bedürfnis, auch eigene Schreibquellen erschließen zu können. Seitdem treffen sich drei Männer und drei Frauen unter der Begleitung einer Kunsttherapeutin und einer Poesiepädagogin einmal wöchentlich zum Schreiben, Philosophieren, Vorlesen, Zuhören und Beisammensein.

Als Einstieg dienten uns Übungen aus dem kreativen Schreiben: Es wurden Wortketten gebildet, Lose mit Sätzen gezogen, Wörter vertauscht und verschenkt, aber auch Fotos und Gegenstände gaben der Gruppe Inspiration. Auf spielerische Art entstanden immer wieder neue Zusammenhänge, die die Fantasie anregten. Es entwickelte sich eine über-raschende Vielfalt an lustigen, melancholischen, beschreibenden, sehnsuchtsvollen und fragenden Texten. Die TeilnehmerInnen waren oftmals erstaunt über die eigenen Geschichten und stellten sie gerne der Gruppe vor. Sowohl die eigenen Texte vorzutragen, als auch mit den Geschichten der anderen überrascht zu werden, erlebten alle als wohltuend und bereichernd.

Mit der Zeit entwickelte sich in der Gruppe das Bedürfnis, einzelne Themen zu vertiefen und mehr aus den jeweils eigenen biografischen Erfahrungen zu schöpfen. Es folgte ein halbes Jahr lang die Auseinandersetzung mit dem Thema "Zeit" und seit einem Jahr das gemeinsame Herantasten an persönlichere Inhalte, wie "Familie" und "Kindheitserinnerungen". Inzwischen haben die TeilnehmerInnen so-

viel Erfahrungen gesammelt, dass kurze Stichwörter, wie beispielsweise "Familienausflug 1970", "Kindergeburtstag" oder "Mein erster Schultag" ausreichen, um Schreibideen freizusetzen. Oftmals entstehen sehr persönliche und berührende Texte, die in der vertrauten Runde eine besondere Aufmerksamkeit erfahren.

Das Schreiben wird als Methode erlebt, sich zu erinnern, zu längst vergessen Geglaubtem wieder Kontakt zu finden und es als Teil der eigenen Lebensgeschichte zu integrieren. Die Individualität, der persönliche Schreibstil jedes Einzelnen findet Berücksichtigung und wird von der Gruppe gefördert. Die TeilnehmerInnen legen großen Wert auf die wöchentlichen Treffen und freuen sich immer schon im Voraus auf diesen Lichtblick der Woche.

## Die Schere öffnet sich – AUF DEM WEG ZU EINER ZWEIKLASSEN-PSYCHIATRIE

# Absurditäten und Verwerfungen in der Versorgung psychisch Kranker in der Bundesrepublik

Hans Rüdiger Röttgers

\_\_\_

Der englische Arzt Julian Tudor Hart hat vor fast 40 Jahren den Begriff des "Inverse Care Law" geprägt. Er wies damals anhand von Daten des staatlichen britischen Gesundheitssystems nach, dass gerade die Menschen, die am schwersten krank waren, in England am schlechtesten versorgt wurden.

Was hat dieses Armutszeugnis der damaligen bürokratisch-zentralistischen Planwirtschaft des National Health Service mit der Betreuung und Behandlung psychisch Kranker in der Bundesrepublik zu tun? Auf den ersten Blick wenig – seit der Psychiatrie-Enquete, die die erschütternden Missstände in den mehr als Verwahranstalt denn als Krankenhaus eingerichteten Großkrankenhäusern der 60er Jahre beschrieb, ist ja viel passiert. Die Großkliniken wurden in den meisten Regionen durch wohnortnahe Krankenhäuser und Abteilungen ergänzt oder ganz abgelöst, seelisch und körperlich Kranke sind einander rechtlich gleichgestellt, die Psychiatrie-Personalverordnung sichert auf dem Papier hinreichende und multiprofessionelle personelle Ausstattungen.

Auf den zweiten Blick aber stellt sich die heutige Versorgungslandschaft weniger ideal dar: es gibt etliche strukturelle Fehlentwicklungen, die genau dem "Inverse Care Law" entsprechen. Kurz gesagt, verschlechtern sich die Bedingungen für schwer, wiederkehrend und chronisch psychisch kranke Menschen, während sich zunehmend Angebote etablieren, die sich an leichter kranke Menschen mit Alltagskonflikten und psychoreaktiven Fehlentwicklungen richten.

Halt – wird hier mancher Leser einwenden – ist es denn legitim, überhaupt eine Kategorisierung psychischer Leiden in "leicht" und "schwer" vorzunehmen, oder ist nicht jede seelische Problematik, die einen Menschen hilfsbedürftig macht, erst einmal ohne weitere Differenzierung unterstützungsbedürftig?

In einer idealen Welt der unbegrenzten Ressourcen wäre das sicher ein bedenkenswertes Argument. Nur: die Ressourcen sind nicht unbegrenzt, und im real existierenden deutschen Gesundheitswesen gibt es abgezirkelte Etats und Kapazitäten sowohl für bestimmte Facharzt- und Therapeutengruppen wie auch für stationäre Behandlungsplätze. Da seit Jahren die Gesamtausgaben der Gesetzlichen Krankenversicherung faktisch gedeckelt sind, führt ein noch so unabweisbarer Bedarf für ein gesundheitliches Problem zwangsläufig dazu, dass Ressourcen dafür nur auf Kosten der finanziellen Ausstattung an anderer Stelle freigemacht werden können. Da kaum zu erwarten ist, dass beispielsweise die Versorgung von Unfallverletzten, Krebspatienten, kranken Kindern oder Personen mit Herzerkrankungen zugunsten des "Psycho-Bereichs" eingeschränkt wird bzw. die damit befassten Interessenvertreter und Dienstleister freiwillig Geld an diesen Bereich abtreten, stellt sich zwangsläufig die Frage einer internen Prioritätensetzung.

Diese kann man, wie dies zur Zeit Kassen- und Gesundheitsbürokratie und Ärztefunktionäre tun, auf die eine Weise lösen, nämlich nach der Logik der sogenannten organisierten Interessen. Dieser politikwissenschaftliche Begriff beschreibt, dass gesellschaftliche Entscheidungsprozesse nicht unbedingt nach logischen oder in der Sache liegenden Notwendigkeitskriterien ablaufen, sondern vielmehr nach der Frage, wie gut organisiert und damit durchsetzungsstark die Vertreter einer bestimmten Position auftreten. Ein aktuelles Beispiel dafür ist die Umweltprämie genannte "Abwrackprämie" der Großen Koalition. Sie hat weder einen ökologischen Sinn, da sie keine ökologischen Kriterien enthält, ja sogar in Deutschland gefertigte Elektroleichtautos von der Unterstützung beim Neukauf ausschließt und statt dessen faktisch den Import benzingetriebener Klein- und Mittelklassewagen unterstützt, noch trägt sie langfristig zur Stabilisierung der Wirtschaft bei, da sie ein Strohfeuer auslöst: Da in Deutschland wahrhaftig schon mehr als genug Autos auf den Straßen unterwegs sind, wurden Käufe auf das Jahr 2009 vorgezogen, die dann in den Folgejahren fehlen. Dies gilt auch für das mit dem Kauf eines Neuwagens verbundene Mehrwertsteueraufkommen für den Staat, welches kurzfri-

stig die Prämie teilweise refinanziert. Auch dieses fehlt ja in den Folgejahren, die Schulden dagegen bleiben. Gesamtgesellschaftlich gäbe es unabhängig davon sicher die eine oder andere "Baustelle", an der die dafür eingesetzten Ressourcen sinnvoller hätten genutzt werden können.

Warum kam diese Regelung trotzdem zustande? Die Idee der Abwrackprämie entstand ursprünglich bei Gewerkschaftlern der Automobilbranche – aus deren Sicht eine logische Interessenvertretung – und wurde von Fachkreisen wegen der offenkundigen Konstruktionsfehler nicht ernst genommen. Dagegen wurde sie von den großen Parteien dankbar aufgegriffen, da sie kurz vor der Bundestagswahl von 2009 Handlungsfähigkeit inszenieren und damit sichtbare, medien-wirksame Symbolpolitik darstellen konnten. Außerdem freute sich VW als der wichtigste und zudem staatsnahe deutsche Kleinwagenhersteller. Gewerkschaften und Große Koalition als Interessenvertreter gemeinsam schafften es, zumal in einer medienvermittelten Demokratie, ganz unabhängig von Sinn und Bedarf, eine Position durchzusetzen.

Ähnlich wie hier funktioniert die Entscheidungsfindung auch in der Versorgung psychisch Kranker. Attraktive und medienträchtige Vorhaben wie die Eröffnung einer hübsch in die Berglandschaft geplanten psychosomatischen Klinik mit Hotelcharakter sind für die medizinisch-psychiatrischen Laien in der Landes- und Kommunalpolitik besser zu verstehen und zu vermitteln als die Verbesserung der Versorgung chronisch psychosekranker Menschen oder gar die Etablierung einer forensisch-psychiatrischen Einrichtung. Für Krankenkassen und Ministerialfunktionäre zählt nach deren interner Logik nur die Frage, ob sich eine wirklich oder tatsächlich vernachlässigte Patientengruppe ggfs. zusammenschließen und medienträchtig organisieren könnte: In dieser Kalkulation sind zwar die Rheumaliga und die Diabeteskranken ein Faktor, schwer psychisch Kranke aber definitiv nicht.

Des weiteren kommt es bei der "internen" Honorarverteilung bei Kassenärzten und –Psychotherapeuten darauf an, welche Fachgruppe gut organisiert und mit vielen Delegierten in den Gremien vertreten ist. Hier haben die kleinen und zudem für endlose Sitzungen viel zu überarbeiteten Fachvertreter wie Psychiater und Kinderärzte schon seit Jahrzehnten schlechte Karten, die Kassenärztlichen Vereinigungen (KV) werden von den großen Gruppen der Allgemeinmediziner und Internisten und gut organisierten Kleinfraktionen wie Labormedizinern und Orthopäden dominiert. Deren Anliegen finden dann auch wieder Unterstützung in Politik

und Bürokratie. Wer an der Spitze der Verdienstskala der Ärzteschaft liegt und wer abgeschlagen am Ende, kann man daraus zwanglos ableiten.

Die entgegengesetzte, nicht am realen oder befürchteten Lobbydruck, sondern dem zugrunde liegenden Problem orientierte Vorgehensweise bei der Prioritätensetzung wäre die, nach dem Bedarf, der Schwere des Leidens, dem Maß an Beeinträchtigung durch eine Erkrankung zu fragen und bei begrenzten Mitteln zuerst die dringendsten, danach die nicht ganz so dringenden Fragestellungen und nachrangig alle anderen zu versorgen. Etwas zugespitzt formuliert, benötigt ja bei einem Verkehrsunfall nicht immer der zuerst den Notarzt, der am lautesten nach Hilfe ruft, sondern in der Regel der, der schon zu schwach ist, überhaupt noch ein Wort herauszubringen.

Selbstverständlich ist diese Abschätzung im Bereich psychischer Erkrankungen schwieriger, die Bewertung anfälliger für subjektive Faktoren als in der körperlichen Medizin mit ihren Röntgenbildern, Laborparametern, Temperaturen und technischen Verfeinerungen. Dennoch gibt es, wie ich meine, vernünftige Kriterien dafür, die einen psychischen Erkrankungen als "schwer" und die anderen als im Vergleich dazu "leichter" zu bezeichnen.

Das erste Kriterium ist die zeitliche Komponente. Eine Erkrankung, die wie eine Demenz von vorneherein unbeirrbar nur in eine Richtung, nämlich sich verschlechternd, allenfalls einmal innehaltend, verläuft, ist "schwerer" als eine Konfliktreaktion auf Mobbing am Arbeitsplatz, die mit der Änderung der äußeren Bedingungen auch wieder zurückgehen wird. Ähnlich ist die Frage zu bewerten, ob eine Erkrankung per se wiederkehrend ist wie die schizophrenen und die bipolaren Störungen, die damit die elementare Gewissheit der eigenen Stabilität, des "sich auf sich Verlassen-Könnens" dauerhaft zerstören.

Das zweite, mit dem ersten oft Hand in Hand gehende Kriterium ist die Schicksalhaftigkeit. Angst- und Zwangserkrankungen, Substanzmissbrauch und Sucht, vor allem aber "psychosomatische", besser somatoforme, Störungen sind im Prinzip vom Patienten selbst mitgestaltbar, er kann aktiv an der Behandlung mitwirken, es gibt die Perspektive der Heilung oder zumindest dauerhaften Symptomfreiheit. Diese Erkrankungen sind damit weniger "schicksalhaft" als hirnorganische Erkrankungen, schizophrene oder affektive Psychosen. Das dritte Kriterium ist die Ausprägung und Tiefe der Symptome. Die Erkrankungen, die wie die Demenz die elementaren Basisfunktionen

des menschlichen Gehirns wie Orientierung, Aufmerksamkeit und Gedächtnis zerstören oder aber wie eine akute Schizophrenie oder Manie den Realitätsbezug und die Gewissheit hinsichtlich der eigenen Person in Frage stellen, haben eine andere Qualität als die Störungen, die z.B. die emotionale Situation massiv belasten, bei denen das grundsätzliche "Funktionieren" des Gehirns und der Realitätsbezug aber erhalten sind.

Im folgenden soll vereinfachend und typisierend von "schweren und wiederkehrenden Erkrankungen" im Gegensatz zu den "leichten", psychoreaktiven, in älterer Sprache oft auch "neurotischen" Störungen gesprochen werden. Eine integrative Psychiatrie und Psychotherapie macht es sich selbstverständlich unabhängig davon zur Aufgabe, alle diese Erkrankungen zu behandeln, gerade um eine "Zweiklassen-Medizin/-Psychiatrie" und negative Folgen einer solchen Einteilung, die im Kontakt mit und dem Respekt vor dem je individuellen Leiden eines konkreten Patienten selbstverständlich keinen Platz hat, sondern lediglich ein Bezugssystem für kollektive Betrachtungen darstellen kann, zu vermeiden.

Um so verwunderlicher ist es, wenn (im übrigen ausschließlich in Deutschland, der Rest der Welt schüttelt den Kopf über diesen Sonderweg) seit einigen Jahren eine Fachdisziplin entstanden ist, die sich in Abgrenzung zur Psychiatrie und Psychotherapie, die allen psychisch Erkrankten offen steht, ausschließlich den "leichteren" Erkrankungen widmet, nämlich die psychosomatische oder psychotherapeutische Medizin.

Hier hat eine anfänglich unwesentlich erscheinende Ursache, nämlich die Etablierung eines neuen Facharzttitels im Jahre 1992 auf Initiative einer kleinen, lautstarken Lobby, große Wirkungen entfaltet. Wenn es einen solchen Facharzttitel gibt, benötigt man auch sogenannte Weiterbildungsstellen, vor allem Krankenhäuser der entsprechenden Fachrichtung. Damit war die Grundlage geschaffen, die Bundesländer, die für die Krankenhausplanung zuständig sind, zur Ausweisung solcher Abteilungen zu drängen. Dies geschieht mit einer rein formalen Argumentation, eine inhaltliche Notwendigkeit steht nicht im Vordergrund. Tatsächlich ist es ja in aller Regel sinnvoller, eine leichte, vor allem von den äußeren Bedingungen des Lebens abhängige Problematik unter Alltagsbedingungen ambulant psychotherapeutisch zu behandeln, damit man das in der Therapie Erlernte dann auch im Alltag umsetzen und anwenden kann. In Deutschland dagegen schickt

man die Menschen 6 Wochen in eine "psychosomatische Kur" in bevorzugte Tourismusregionen, die Norddeutschen in die Mittelgebirge, die Bayern an die Küste, die Harzer ins Alpenvorland. Verständlicherweise ist es für die meisten Menschen attraktiv, wenn sie eine Zeitlang aus einem belastenden häuslichen oder beruflichen Umfeld heraus kommen: diesen unspezifischen Effekt erreicht aber in aller Regel auch ein Urlaub. Nach dem Aufenthalt unter der Glasglocke des "Zauberbergs" kehrt denn auch die Realität in aller Regel um so schonungsloser zurück.

Mittlerweile gibt es aufgrund dieses deutschen Sonderwegs und mit stark wachsender Tendenz insgesamt 20.000 Betten (1990: 9000) in der Akut- und Reha-Psychosomatik, gleichzeitig ist die Zahl der psychiatrischen Betten von 88.000 im Jahre 1990 auf 55.000 im Jahre 2008 drastisch gesunken.

Durch den Ausschluss akut und schwer psychisch kranker Menschen betreiben viele der "psychosomatischen" Kliniken eine "Psychiatrie light". Die fachlichen Behandlungsangebote sind oft mager, in einer Erhebung der Bundesversicherungsanstalt für Angestellte 2002 gaben Kliniken spezifische Therapieleistungen zwischen 16 und 84 Minuten am Tag an. Warum für ein solches Minimalprogramm eine teure rund-um-die-Uhr Unterbringung erforderlich sein soll, ist nicht ersichtlich. Wettbewerb zwischen den Häusern findet deshalb vor allem über die jeweiligen Wellness- und Hotelserviceangebote statt. Fachliche Fundierung und der Einsatz evidenzbasierter Verfahren sind eher die Ausnahme als die Regel, weswegen wenig Erfolge zu erwarten sind. Die meisten dieser Kliniken vermeiden denn auch sicherheitshalber, die eigene Arbeit anhand ihrer Ergebnisse zu bewerten. 41 von 67 befragten Kliniken verweigerten jede Aussage zu den Behandlungsergebnissen, nur 8 der 26 antwortenden hatten zumindest "mittlere positive Effekte", beim Rest kamen die Patienten kaum verändert, bei einer Klinik sogar in der Regel verschlechtert nach Hause (Schulz 2008). Tokar stellte 2007 bei der Kernklientel dieser Kliniken, nämlich Patienten mit Persönlichkeitsstörungen und somatoformen Störungen, dementsprechend häufiger Verschlechterungen als Verbesserungen fest. Es sei an dieser Stelle betont, dass es einige Häuser gibt, die traditionell die Bezeichnung "Psychosomatische Klinik" tragen, dennoch aber exzellente und qualitätsgesicherte Therapiekonzepte anbieten. Für den medizinischen Laien allerdings sind diese Krankenhäuser natürlich nicht von der Fülle der unspezifisch und ohne Evidenzbasierung arbeitenden Häuser zu unterscheiden. Unabhängig von der fachlichen Problematik wird dieser Zweig der

Medizin massiv und undifferenziert unterstützt. Die fachlich inkompetenten und schlecht beratenen politischen Entscheidungsträger achten wie die Krankenkassenfunktionäre eher auf ein hübsch dekoriertes Ambiente, fernöstlich angehauchte Innenarchitektur, biologischdynamische Vollwertküche und lustig sprudelnde Thermalbäder als auf die tatsächlichen Bedürfnisse psychisch kranker Menschen. In den Krankenhausbedarfsplänen der Länder werden immer mehr Psychosomatik-Betten auf Kosten der Kapazitäten der allgemeinen Psychiatrie ausgewiesen.

Gewitzte Klinikbetreiber schaffen es sogar, psychiatrische Planbetten in Anspruch zu nehmen, die für die Akutversorgung dringend benötigt würden, und trotzdem nur leicht Kranke zu behandeln. Allein im psychiatrisch ohnehin unterversorgten Flächenland Niedersachsen gibt es mit Wissen des Sozialministeriums zwei große Kliniken, die sich gegenüber Krankenhausplanern und Krankenkassen offiziell "Psychiatrie" nennen, aber schon auf ihren Internetauftritten klar machen, dass akut oder schwer Kranke in keinem Fall erwünscht sind. "Nicht aufgenommen werden Patienten mit floriden Psychosen, Suchterkrankungen, erheblicher hirnorganischer Beeinträchtigung und akuter Suizidgefahr", so etwa die Homepage der Clemens-August-Klinik Neuenkirchen, die nichtsdestoweniger über 100 Planbetten für Allgemeinpsychiatrie beansprucht, die andernorts schmerzlich fehlen.

Umso sparsamer verhalten sich Länder und Kassen dagegen gegenüber der allgemeinen Psychiatrie. Die Entfernung zum zuständigen psychiatrischem Pflichtversorgungskrankenhaus beträgt für manche Gemeinden Niedersachsens immer noch 100 km und mehr und führt damit den Gedanken der Gemeindenähe ad absurdum. Der letzte Massenschlafsaal in einem deutschen psychiatrischen Großkrankenhaus (ehemaliges Landeskrankenhaus Wehnen) wurde erst 2008 geschlossen, weil das Land als Träger weder unter "Rot-Grün" noch unter "Schwarz-Gelb" Mittel für den Umbau zu normalen Zimmergrößen bereitstellte. Erst die von vielen mit Sorgen, von einigen auch mit angstmachender Polemik begleitete Privatisierung des Hauses ermöglichte die Humanisierung der Behandlungsbedingungen. Kassen und Krankenhausplaner ändern nichts daran, weil es ihnen inhaltlich herzlich egal und der Weg des geringsten Widerstands der arbeitssparendste ist.

Parallel dazu sabotieren die Krankenkassen aktiv und bewusst die Etablierung der Soziotherapie. Dieses Instrument, neu in das SGB V aufgenommen, bietet für schwer und wiederkehrend Kranke, insbe-

sondere schizophrene Menschen, eine vergleichsweise hochfrequente persönliche ambulante Betreuung und Begleitung durch psychiatrische Fachpflegekräfte oder qualifizierte Sozialarbeiter. In Modellversuchen wurde eindeutig nachgewiesen, dass die Lebensqualität der Betreuten sich verbessert, ihre Mitarbeit in der Behandlung profitiert und die Zahl der Kriseninterventionen im Krankenhaus sinkt. Dennoch sorgen die Krankenkassen durch enorme bürokratische Hürden und prohibitiv niedrige Vergütungssätze dafür, dass daraus kein flächendeckendes Angebot wird, sondern nur wenige Einzelfälle in den Genuss der Leistung kommen. Als sie im Rahmen einer Diplomarbeit an der FH Münster im Herbst 2009 befragt wurden, verweigerten die meisten befragten Krankenkassen mit fadenscheinigen Gründen eine Antwort auf die Frage nach den Fallzahlen und deren Entwicklung, einige immerhin legten offen, dass Soziotherapie nur in seltenen Fällen gewährt wird und außerhalb von Modellregionen entweder nie wirklich etabliert wurde oder aber durch den ökonomischen Druck wieder schrumpft. Eine selbstverständlich nicht beweisbare Spekulation zum Motiv: Sobald ein schizophrener Mensch nach dem x-ten Rückfall nicht mehr in der Lage zu einem eigenständigen Leben ist, wird er zu einem Heimbewohner in der Kostenzuständigkeit des Sozialhilfeträgers. Dann entfallen alle Kassenausgaben für Soziotherapie, ambulante psychiatrische Pflege usw. usw..

Wie steht es mit dem zweiten großen Sektor, der ambulanten Praxisversorgung? Die Psychiatrie-Enquête hatte sich ja zum Ziel gesetzt, eine kompetente wohnortnahe Betreuung psychisch kranker Menschen sicherzustellen. Bedauerlicherweise gibt es auch im ambulanten Bereich unter verschiedenen Aspekten eine strukturelle Benachteiligung schwer psychisch Kranker.

Dass dieser für Insider stets "gefühlte" Sachverhalt nunmehr exakt beziffert werden kann, ist einem 2008 von Melchinger im Auftrag der Kassenärztlichen Bundesvereinigung erstellten Gutachten zu verdanken. Nach Auswertung der Daten verschiedener Kassenärztlicher Vereinigungen konstatiert das Gutachten, dass für 75 Prozent der Patienten (knapp 2 Mio. "Fälle" pro Quartal), erneut sind dies die mit schweren und wiederkehrenden Erkrankungen, lediglich 35 Prozent der Mittel für die Versorgung psychisch Kranker eingesetzt werden.

Demgegenüber steht die privilegierte Minderheit der in aller Regel leichter kranken Psychotherapie-Patienten: sie umfasst etwa 500.000 Personen pro Quartal, beansprucht aber 65 Prozent der Gesamtmittel. Wie kann das sein? Hier treffen wir auf eine weitere Absurdität

des deutschen Gesundheitswesens, nämlich eine nach ausschließlich administrativ gesetzten, aber inhaltlich sinnfreien Kriterien gestaltete Bezahlung der Dienstleister.

Die mit 5000 Personen kleine Gruppe der Psychiater und Nervenärzte erhält für die von ihr versorgte Gruppe vor allem schwer Kranker eine lächerlich geringe Pauschalvergütung von etwa 50 € pro Patient und Quartal, unabhängig davon, wie viele Hausbesuche, Kriseninterventionen oder gar Zwangsunterbringungen etwa bei einem jungen Schizophrenen anfallen oder wie viel Diagnostik, Alltagsunterstützung, Aufklärung und Angehörigenschulung bei einem Demenzkranken erforderlich sind. Schlimmer noch: wird das sogenannte "Regelleistungsvolumen", ein bürokratisches Monstrum in schlimmster Tradition der Fünfjahrespläne der DDR, mit dem die Patienten-"Sollzahl" von der Kassenärztlichen Vereinigung festgelegt wird, überschritten, so entfällt die Bezahlung für die "überzähligen" Patienten fast völlig. Im 2. Quartal 2008 beispielsweise kürzte die KV Westfalen-Lippe das ohnehin bescheidene Honorar um 90 % (!), wenn ein Psychiater das Pech hatte, aufgrund seines guten fachlichen Rufs, des geringen Facharztangebots in seiner Region oder schlicht wegen des Zuzugs von Kranken mehr Menschen zu behandeln, als die Bürokraten ihm aus der Schreibtischperspektive zugestehen wollten. Trotz stets wachsender Verwaltungen bei Kassen und KV sind diese allerdings nicht in der Lage, dies zeitnah festzustellen, sondern zahlen zunächst Abschläge auf der Basis der Regelhonorare. Da sich die Berechnungen, auf denen dann die "Regresse", also die Rückforderungen an den Arzt, beruhen, lange hinziehen können, kann es sein, dass erst Jahre nach der ja vom Arzt geleisteten Arbeit die Mitteilung kommt, dass er diese umsonst erledigt hat und teilweise erhebliche Summen sofort zurückzuzahlen sind. Kurzum: das Morbiditätsrisiko, also das Risiko, das sich daraus ergibt, dass ggfs. mehr Menschen als absehbar erkranken und eine Behandlung benötigen, wird von Kassen und KV auf die Ärzte abgewälzt. Diese wiederum sind trotzdem rechtlich und ethisch verpflichtet, jeden Kassenpatienten zu behandeln.

Ein solches "Geschäftsmodell" wäre in jedem anderen gesellschaftlichen Bereich unvorstellbar: Wie würde ein Bäcker reagieren, dem man auferlegt, ab 14 Uhr alle Brötchen umsonst abzugeben, wenn er sein "Tagessoll" erreicht hat, aber immer noch Kunden im Laden stehen? Die langjährige Gesundheitsministerin Ulla Schmidt schaffte es im Verein mit den Krankenkassen dennoch immer wieder, Ärzte, die gegen Quartalsende die Praxis herunterfahren, weil die Arbeit der letzten 3, 4 Wochen nicht mehr bezahlt wird, als unmoralische Egoisten zu diffamieren. Dies

gelingt, weil die breite Öffentlichkeit das System nicht versteht und die ihm innewohnende Absurdität, wenn sie es denn verstehen würde, ohnehin für einen schlechten Scherz halten würde.

Die mit knapp 20.000 Personen weitaus größere Gruppe der psychologischen und ärztlichen Psychotherapeuten dagegen kennt die Begriffe Krisenintervention und Hausbesuch bestenfalls als theoretische Größe, kann sich die Patienten nach eigenem Geschmack auswählen und erhält eine garantierte Vergütung von etwa 80 € pro 45 Minuten-Sitzung. Zudem geht hier der Trend zu leichteren Störungen, Patienten werden immer mehr nach den "YAVIS"-Kriterien ausgewählt: der ideale Psychotherapie-Patient ist "young, attractive, verbal, intelligent, successful".

Dabei werden die Verfahren nicht etwa danach eingesetzt, ob sie für die Störung des Patienten nachgewiesen besonders erfolgversprechend sind, sondern danach, was der jeweilige Therapeut überhaupt oder am besten beherrscht. Die Psychoanalyse als besonders aufwendige, aber bezüglich der Wirksamkeit am wenigsten belegte Methode beansprucht im Gesamtvolumen weiterhin den Löwenanteil. Zwar werden Millionen Euro dafür ausgegeben, dass alle Therapien vor Beginn begutachtet werden müssen, die gesamte Vorschaltbürokratie führt aber zu nichts, da ohnehin fast alle Therapieanträge genehmigt werden. Die Ablehnungsquoten liegen je nach Kasse bei weniger als 0,5 % (TK 2008). Gleichzeitig richtet sich die Therapiedauer nicht nach dem Behandlungserfolg, sondern die Therapeuten schöpfen fast immer den genehmigten Maximalrahmen aus. Nach Ablauf der bewilligten Stundenzahl kommt es dann zu Sofortheilungen. Auch hier gilt wie oben, dass viele niedergelassene Psychotherapeuten eine gute und verdienstvolle Arbeit leisten. Sie haben allerdings mit wenigen Ausnahmen für schwer psychisch Kranke wenig zu bieten. Das Handeln jedes einzelnen mag rational sein, das Problem ist auch nicht, dass den Psychotherapeuten ihr Honorar nicht zustünde, sondern entsteht aus dem dramatischen Missverhältnis der Vergütungen. Da die Lobby der ärztlichen und psychologischen Psychotherapeuten aber zahlenmäßig stärker ist als die der Psychiater und Nervenärzte, widersetzt sie sich erfolgreich jeder Veränderung in der Vergütungsstruktur.

Da Psychiater fast immer auch ausgebildete Psychotherapeuten sind, ist es weder verwunderlich noch individuell vorwerfbar, wenn immer mehr angesichts der Bedingungen ebenfalls ihr Hauptaugenmerk auf die besser finanzierten Psychotherapie-Patienten richten und die beschwerliche und betriebswirtschaftlich riskante bis potenziell exi-

stenzvernichtende Arbeit mit Schwerkranken reduzieren. Ein weiteres Problem der ambulanten Psychiatrie in Deutschland ist das der Medikamentenbudgetierung. Ärzte dürfen nur so viele Medikamente verordnen, wie es dem von den KV jeweils festgelegten Fachgruppendurchschnitt entspricht. Verstößt man dagegen, drohen ebenfalls Regresse. Deshalb werden in Deutschland im Vergleich zu anderen Industrieländern deutlich mehr ältere und damit nebenwirkungsreichere und/oder schlechter verträgliche Psychopharmaka verordnet. Bei älteren, auch körperlich kranken Menschen führt dies oft zu gesundheitlichen Komplikationen, bei jüngeren Patienten sorgen auch zunächst einmal objektiv harmlose, persönlich aber stark belastende Nebenwirkungen wie Gewichtszunahme und Potenzstörungen dazu, dass Behandlungen gehäuft abgebrochen werden. Natürlich kosten Krankenhausaufenthalte, die nach dem Absetzen einer notwendigen Medikation wegen des Wiederauftretens der Erkrankungen nötig werden, viel mehr als die Einsparungen durch die billigeren Altmedikamente, ganz abgesehen von der persönlichen Tragik eines jeden neuen, an sich vermeidbaren Psychiatrieaufenthalts. Angesichts der Sektorabgrenzung zwischen ambulant und stationär ist dies für die jeweils zuständigen Entscheidungsträger aber unmaßgeblich.

Besonders rücksichtslos wird dies auf dem Rücken der Demenzkranken ausgetragen: Auch hier sorgen die Restriktionen der Kassen und KV dafür, dass nur eine kleine Minderheit der an Alzheimer-Demenz erkrankten Personen mit modernen Antidementiva behandelt wird. Diese können zwar die Demenz nicht heilen, sehr wohl aber den Verlauf der Erkrankung für einen Zeitraum von bis zu etwa 2 Jahren aufhalten. Das ist oft entscheidend für die Frage, wie lange ein Mensch im Frühstadium der Erkrankung noch eigenständig leben kann. Allerdings haben diese Medikamente ihren Preis, und die Kassen kalkulieren mit ähnlichem Zynismus wie bei der Sabotage der Soziotherapie damit, dass die Kosten der Heimunterbringung ja nicht von ihnen, sondern vom Sozialhilfeträger und damit dem Steuerzahler aufzubringen sind. Damit ist aus betriebswirtschaftlicher Sicht der Kassen ein möglichst rasch zur Hilflosigkeit führender Verlauf der Demenz der beste, und die Kassenärztlichen Vereinigungen sorgen mit der Drohung des Regresses bei Überschreitung der Fachgruppendurchschnitte dafür, dass viele Psychiater und Nervenärzte aus eigenem Überlebensinteresse restriktiv bei der Verordnung der Mittel sind. Auch hier liegt also ein Fall des "Inverse Care Law" vor: Eine schwere Erkrankung führt dazu, dass weniger Ressourcen eingesetzt werden.

Zusammenfassend sei daher festgehalten, dass sich zur Zeit in Deutschland die Versorgung schwer psychisch kranker Menschen in der Tendenz verschlechtert. Demgegenüber führt die Privilegierung der stationären Psychotherapie/Psychosomatik sowie der ambulanten Richtlinienpsychotherapie zu einer Besserstellung einer kleinen Gruppe eher leichter kranker Menschen, die zudem eher der gebildeten Mittelschicht zuzurechnen ist. Dies weist mittelfristig tatsächlich in Richtung einer Zweiklassenpsychiatrie und -Psychotherapie, eine Umkehrung dieser Tendenz ist nicht abzusehen. Aus fachlichpsychiatrischer Sicht ist dies katastrophal. Aus politischer Perspektive ist zudem bemerkenswert, dass sich hiergegen gerade von sich politisch als "fortschrittlich" verstehenden Organisationen und Fachverbänden, die eine Schlechterstellung von Bedürftigen in anderen Zusammenhängen stets vehement ablehnen, keinerlei Protest erhebt. Hier mögen ideologische Voreingenommenheiten, etwa eine Sympathie für die Antipsychiatrie, eine weltanschauliche Nähe zur ausschließlich "sprechenden" Psychotherapie oder gar zu alternativmedizinischen Konzepten im vermeintlichen Gegensatz zu der auch pharmakologisch arbeitenden Psychiatrie eine Rolle spielen. Als Anwälte der schwer Kranken treten in diesem Zusammenhang statt dessen die ansonsten eher als konservativ eingeschätzten traditionellen Berufsverbände der Psychiater und Nervenärzte auf (Fritze für die DGPPN 2005, Gaebel et al. für die DGPPN 2008), ohne allerdings bisher bei Ministerien und Kassen Gehör zu finden.

Melchinger, Heiner (2008): Strukturfragen der ambulanten psychiatrischen Versorgung. Gutachten im Auftrag der Kassenärztlichen Bundesvereinigung, Hannover.

Schulz, Holger (2008): Psychosomatische Versorgung in Deutschland: Krankenhaus- vs. Rehabilitationsbehandlung. Vortrag am 9. 1. 2008, Universität Würzburg, Institut für Psychotherapie und Medizinische Psychologie.

Tokar, Markus (2007): Therapeutische Misserfolge in der stationären Psychotherapie – Bestimmung von Charakteristika und Katamnesen verschlechterter Patientinnen und Patienten. Diplomarbeit Universität Koblenz-Landau, Institut für Klinische Psychologie, März 2007.

Fritze, Jürgen für die Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Nervenheilkunde (DGPPN) (2005): Kommentar zum Gutachten des IGSF -

Neue stationäre psychosomatische Kapazitäten?

psychoneuro 2005; 31 (6): 321-325

http://media.dgppn.de/mediadb/media/dgppn/pdf/stellungnahmen/2005/stn-dgppn-05-05-fritze-zu-psychsom-betten.pdf.

Gaebel et. al. (2008): Gemeinsames Positionspapier von DGPPN, BVDN, BVDP, BDK und ACKPA zur ambulanten psychiatrisch-psychotherapeutischen Versorgung in Deutschland: Probleme und Herausforderungen der ambulanten Versorgung psychisch Kranker, 16.9.2008. http://www.dgppn.de/de\_stellungnahmen-2008\_153.html

### An –

### HANG

#### Kontaktadressen für Poesie-, Biblio- & Schreibtherapie

Zusammenstellung: Janett Secker, Juli 2009

#### Übersicht:

Alexianer-Krankenhaus Amelsbüren Kunsthaus Kannen

#### Kreatives Schreiben

#### Praxis für Psychosoziale Gesundheit Gregor Bohnensack-Schlößer Verein Psychiatrie-Erfahrener Bielefeld e.V.

#### Germanistisches Institut,

Abteilung Didaktik der deutschen Sprache und Literatur Deutsche Gesellschaft für Poesie- und Bibliotherapie e.V.

#### Dokumentationsstelle für Literatur und Psychiatrie

PatientInnenzeitungen Literatur psychisch kranker Menschen in wissenschaftlicher Betrachtung

#### Schreibgruppen im Raum Münster

#### Alexianer - Krankenhaus Amelsbüren:

Kontakt: Dr.med. Klaus Telger, Lisa Inckmann Alexianerweg 9 48163 Münster Tel.: (02501) 966105 Mail: info@alexianer.de www.alexianer.de

Die Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie "Maria Brunn" befindet sich im Münsteraner Stadtteil Amelsbüren. Mit einer gerontopsychiatrischen Fachabteilung und speziellen Stationen für Zwangserkrankungen und Borderline - Störungen verfügt sie über 110 Plätze.

#### Kunsthaus Kannen:

Kontakt: Lisa Inckmann (Leiterin des Kunsthaus) Schreibgruppe "Lichtblicke" seit 2002. Leitung: Brigitte Thie Alexianerweg 05 48163 Münster Tel.: (02501) 966 20-560

Fax: (02501) 966 20-561

Mail: kunsthaus-kannen@alexianer.de

www.kunsthaus-kannen.de

Das Kunsthaus Kannen ist an den Klinikkomplex des Alexianer-Krankenhauses angegliedert. Seine Entstehung geht auf die Förderung künstlerisch besonders begabter Langzeitpatienten zurück, deren kreative Arbeit und Entwicklung seit den frühen 80er Jahren kontinuierlich unterstützt wurde. Seit Oktober 2000 ist das Kunsthaus als "Modellprojekt Gemeinschaft behinderter Künstler" anerkannt und wird von der Alexianer-Bruderschaft und der Stiftung Wohlfahrtspflege des Landes NRW gefördert, bislang einzigartig in Deutschland.

#### Kreatives Schreiben:

Kontakt: Elisabeth Klempnauer Pater – Hardt - Straße 15 48329 Havixbeck Tel: (02507) 982005 Mail: eklempnauer@web.de www.schreiben-bewegt.de

Frau Klempnauer bietet in ihrer Einrichtung fortlaufend Schreibgruppen, Seminare und Workshops, Schreibreisen, Einzelberatung, Biografisches Schreiben, Heilsames Schreiben an. Sie ist zertifizierte Trainerin Literarischer Werkstätten, Mitglied in der Deutschen Gesellschaft für Poesie- und Bibliotherapie (DGPB, siehe unten), Pädagogin und Diplom-Bibliothekarin. Frau Klempnauer arbeitet mit gesunden wie mit psychisch kranken Menschen in Einzel- oder Gruppentherapie auf Anfrage.

#### Praxis für Psychosoziale Gesundheit:

Kontakt: Praxis Alexander Wilhelm Poesie- / Biblio- / Sprachtherapeut Werner Str.8 44388 Dortmund

Tel.: (0231) 634784

Mail: info@praxis-wilhelm.de www.praxis-wilhelm.de

Herr Wilhelm ist Logopäde und 1. Vorsitzender der Deutschen Gesellschaft für Poesie- und Bibliotherapie e.V. Er behandelt als Krankenkassenleistung Kinder, Jugendliche sowie Erwachsene mit Sprech-, Sprach-, Stimm- oder Schluckstörungen. Weiterhin bietet er außerhalb der Krankenkassenleistungen auch Erziehungsberatung, Entspannungstechniken, psychotherapeutische Einzelbehandlung, Krisenbewältigung und Trauerbewältigung an. Regelmäßig führt er Supervisionen sowie Seminare zu verschiedenen Themen durch. Dabei arbeitet er klientenzentriert vor allem mit Methoden und Techniken aus der Gesprächstherapie, der Gestalttherapie, der Kunsttherapie sowie der Poesie- und Bibliotherapie. Auf Anfrage bietet er in seiner Praxis, in psychiatrischen Einrichtungen oder anderen Institutionen Einzel- und Gruppensitzungen im Bereich Schreib- und Bibliotherapie an.

Herr Wilhelm ist einer der Ausbilder zum Poesie- und Bibliotherapeuten am Fritz Perls-Institut.

#### Gregor Bohnensack-Schlößer:

Kontakt: Gregor Bohnensack-Schlößer Sozialpädagoge, Rezitator und Musiker

Goebenstr. 1248151 Münster

Tel.: (0251) 524216

Mail: g.bohnensack@web.de www.bohnensack.homepage.eu

Herr Bohnensack leitet Schreibwerkstätten an Volkshochschulen und anderen Trägern der Weiterbildung. An seinen Kursen nehmen auch immer wieder Menschen mit Psychiatrie-Erfahrungen teil. An integrativen Schreibgruppen, als Kooperation zwischen der VHS Münster und psychiatrischen Einrichtungen, wäre Herr Bohnensack sehr interessiert.

#### Verein Psychiatrie-Erfahrener Bielefeld e.V.:

Kontakt: Frau Sibylle Prins VPE-Bielefeld

Postfach 10296233529 Bielefeld www.vpe-bielefeld.de

Der Verein Psychiatrie-Erfahrener (VPE) Bielefeld ist 1993 aus zwei Selbsthilfegruppen entstanden. Er besteht aus Menschen, die von psychischen Krisen bzw. psychischer Erkrankung betroffen sind. Viele von ihnen waren bereits in psychiatrischen Kliniken.

Der Verein möchte die Selbsthilfe, den Informations- und Erfahrungsaustausch der Betroffenen untereinander fördern. Die Selbsthilfegruppe Psychiatrie-Erfahrener ist für alle Betroffenen offen – also auch für diejenigen, die nicht Mitglied im Verein werden wollen.

In diesem lokalen Betroffenenverband, dem Verein Psychiatrie-Erfahrener Bielefeld e.V., erfüllt Frau Prins (ehrenamtlich) die Funktion einer Vorsitzenden, wäre also auch die Ansprechpartnerin für kreatives Schreiben (kein therapeutisches Schreiben), welches sie auf Anfrage anbietet.

Sie selber schreibt über Alltägliches und Phantastisches, über Gefühle, Gedanken, Politik, Religion; über tabuisierte Themen wie Erfahrungen mit Psychose und Psychiatrie; über die Möglichkeiten der Selbsthilfe von Psychiatrie-Erfahrenen; über Bücher aus diesem Zusammenhang. Über alle diese Themen mal ernsthaft, mal unterhaltsam oder auch satirisch.

#### Publikationen:

z.B.1.) Sibylle Prins, Renate Schernus, Fritz Bremer (Hrsg.): Wir sind weit miteinander gegangen. Eine Psychiatrie-Erfahrene und eine Psychotherapeutin im Gespräch. Paranus Verlag, Neumünster, 2009.
2.) Sibylle Prins (Hrsg.): Vom Glück. Wege aus psychischen Krisen.
Psychiatrie-Verlag, Bonn, 2003.

### Germanistisches Institut, Abteilung Didaktik der deutschen Sprache und Literatur:

Kontakt: Prof. em. Dr. Helmut H. Koch Westfälische Wilhelms-Universität Stein-Haus, Hindenburgplatz 34 48143 Münster Tel.: (0251) 8339313

Tel.: (0251) 8339313

Mail: helmkoch@t-online.de www.randgruppenliteratur.de

Unter dem Dach des Randgruppenliteraturportals finden sich Informationen zur Gefangenenliteratur, auch Knastliteratur genannt, zur Psychiatrieliteratur und anderen Bereichen der Randgruppenliteratur. Zudem finden Autoren von Randgruppenliteratur hier eine Möglichkeit zur Veröffentlichung ihrer Texte.

Das Projekt zur Randgruppenliteratur ist entstanden aus der Arbeit der Dokumentationsstelle für Gefangenenliteratur an

der Universität Münster. Die Dokumentationsstelle Gefangenenliteratur (Knastliteratur) ist Anfang der 80er Jahre aufgrund einer Initiative von Prof. Dr. Helmut H. Koch entstanden.

Das Randgruppenliteraturportal versteht sich als "Schwarzes Brett" mit Gedächtnis: Es bietet einen Überblick der literarischen Produktion von Randgruppenliteratur der Gegenwart. Zudem werden alle Veröffentlichungen in einem Archiv gespeichert.

#### Deutsche Gesellschaft für Poesieund Bibliotherapie e.V.:

Kontakt: DGPB - Geschäftsstelle Ingrid Daniel

Friedrich-von-Spee Str. 27 40489 Düsseldorf

Tel.: (0211) 17149978

www.dgpb.org

Die 1984 gegründete Gesellschaft für Poesie- und Bibliotherapie hat es sich zur Aufgabe gemacht, die Grundlagen kreativer Prozesse bei der therapeutischen Arbeit mit Poesie und Literatur weiter zu erforschen, sowie Methoden für die Arbeit mit einzelnen und in Gruppen zu entwickeln und zu lehren.

Darüber hinaus unterstützt die Gesellschaft die Vernetzung ihrer Mitglieder, u. a. im Rahmen regionaler Arbeitskreise von Norddeutschland bis in die Schweiz. Alle zwei bis drei Jahre durchgeführte Symposien dienen der Information und dem Austausch zwischen Forschung, Lehre und Praxis.

Die Mitglieder der DGPB arbeiten in öffentlichen Einrichtungen, Selbsthilfegruppen, Kliniken und Praxen, in der onkologischen und psychiatrischen Arbeit, der Behandlung chronischer Erkrankungen, in kirchlicher Seelsorge und Rehabilitation, der Trauer- und Sterbebegleitung, der Krisenbewältigung und der Lebensgestaltung, sowie vor allem in den Bereichen Schreib- und Literaturwerkstätten. Eine Liste aktiver Schreibtherapeuten, von der Deutschen Gesellschaft für Poesie- und Bibliotherapie e.V. erstellt, findet sich unter www.dgpb.org im Internet.

### Dokumentationsstelle für Literatur und Psychiatrie:

Kontakt: Institut für Deutsche Sprache und Literatur und ihre Didaktik Philippistr. 17 48149 Münster

Tel.: (0251) 8339316 Fax: (0251) 8338369

www.psychiatrie-erfahrene.de/wasunsbewegt/dokustelle.htm

Kreative Selbstäußerungen von psychisch kranken Menschen (bildende Kunst, Literatur, Theater, Musik, Tanz) haben, wie im Rahmen eines ganzheitlichen Menschenund Krankheitsbildes deutlich wird, sowohl für die Kranken als auch für die Öffentlichkeit einen hohen Stellenwert. Für die Kranken stellen sie die Möglichkeit dar, kreativ (z.B. kunst- oder literaturtherapeutisch) sich selbst auszudrücken, eine Identität zu suchen und durch den Schritt an die Öffentlichkeit die Isolation einer Klinik oder die Verkapselung im eigenen Inneren zu durchbrechen. Für die Öffentlichkeit ergibt sich die Chance, durch die Betroffenen selbst in deren Innenleben und Situation Einblick zu bekommen, Klischees und Angstgefühle gegenüber dem Phänomen "psychische

Krankheit" abzubauen und den Reichtum zu erkennen, der gerade auch in den eigenwilligen und sensiblen Werken von psychisch kranken Menschen (Schizophrenen, Autisten, Manisch-Depressiven, geistig Kranken usw.) vorhanden ist. In psychischen Krisensituationen wird sehr viel geschrieben, das Geschriebene wird iedoch von Außenstehenden oft kaum wahrgenommen, geschweige denn produktiv aufgegriffen. Die Bibliographie authentischer Literatur psychisch kranker Menschen umfasst über 200 Titel. Dabei handelt es sich in erster Linie um Erfahrungsberichte und Tagebuchaufzeichnungen, aber auch um Gedichtsammlungen, Erzählungen und autobiographische Romane. Diese Literatur ist schwer zugänglich, da sie überwiegend mit geringer Auflage in kleinen Verlagen und Selbstverlagen erscheint und dementsprechend schnell vergriffen ist. In der Dokumentationsstelle wird sie systematisch archiviert und damit langfristig erhalten. Die Sammlung steht öffentlich zur Verfügung Schreibende Patientlnnen, denen bislang noch keine Veröffentlichung gelungen ist, erhalten eine produktiv - kritische Begleitung.

#### PatientInnenzeitungen:

In vielen psychiatrischen Kliniken arbeiten Patienten und Patientinnen in Redaktionen, um klinikintern Informationen weiterzugeben und der Öffentlichkeit ihre Erfahrungen mitzuteilen. Patientenzeitungen sind zugleich Informationsmedium und Forum für literarische Texte, ein Kommunikationsorgan untereinander in der Klinik und ein Sprachrohr nach "draußen". Manche Redaktionen bilden

sich auch außerhalb der Kliniken in ambulanten psychosozialen Einrichtungen und Selbsthilfe-Initiativen.

Bundesweit erscheinen derzeit ca. 50 Zeitungen mehr oder weniger regelmäßig. Die Redaktionen verfügen in der Regel über geringe finanzielle Mittel und arbeiten mit unterschiedlicher Kontinuität. Dementsprechend schwanken die Auflagenzahlen und variiert die Ausstatung zwischen professionellem Layout auf Hochglanzpapier und einfach gehefteten Blattsammlungen.

Die Redaktionen schicken dem Institut für Deutsche Sprache und Literatur und ihre Didaktik, Philippistr. 17, 48149 Münster regelmäßig ihre neuen Ausgaben, fragen nach weiteren AnsprechpartnerInnen und lassen sich hinsichtlich technischer und inhaltlicher Probleme beraten.

## Literatur psychisch kranker Menschen in wissenschaftlicher Betrachtung

Die Zeitungen und authentischen Texte aus der Psychiatrie werden gründlich gesichtet und unter verschiedenen Fragestellungen wissenschaftlich ausgewertet. Ausgewählte Themen (z.B. "Schizophrenie und Dichtkunst", "Angst in Texten und Bildern von Kindern", "Wort und Krankheit") finden Eingang in Universitätsseminare zur Lehrer- und Lehrerinnenausbildung. Es entstehen wissenschaftliche Referate, Haus- und Examensarbeiten. Die Dokumentationsstelle führt zudem ein Forschungsvorhaben zur Förderung der Schreib- und Lesetherapie in verschiedenen Bildungsbereichen durch. Die Bedeutung der Literatur in psychischen Krisensituationen ist seit jeher in verschiedenen literaturtheoretischen

Konzepten virulent, bleibt aber bislang in der Praxis oft ungenutzt. Dies, obwohl es zahlreiche Anwendungsgebiete für Schreib- und Lesetherapie gäbe: in erster Linie psychiatrische Kliniken und ambulante psychosoziale Einrichtungen, aber auch weitere Institutionen für Menschen in psychischen Krisensituationen, wie Kinder- und Jugendheime, Alten- und Behindertenheime, Gefängnisse, auch Schulen mit ihrem steigenden Anteil an verhaltensauffälligen Kindern.

#### Zeitschriften:

"Datt is Irre"!

Diese Zeitschrift ist an das Sozialpsychiatrische Zentrum (SPZ) Mülheim an der Ruhr angegliedert.

Das Sozialpsychiatrische Zentrum bietet professionelle Beratung- und Betreuung für psychisch kranke Menschen, chronisch kranke Menschen, von Chronifizierung Bedrohte, akut Erkrankte, deren Angehörige sowie Arbeitgeber, Behörden, etc. Sie gestalten die gemeindepsychiatrische Versorgung für Mülheim an der Ruhr mit.

Kontakt: Mülheimer Kontakte e.V. Verein für sozialpsychiatrische Hilfen Geschäftsstelle Beutherstrasse 9 45475 Mülheim an der Ruhr

Tel.: (0208) 757241 Fax: (0208) 750416

 $\hbox{E-Mail: muekon@meocom-online.de}\\$ 

www.muekon.de

"DATT IS IRRE" ist eine Patientenzeitschrift, die von Psychiatrie – Erfahrenen, deren Angehörigen und Mitarbeitern aus der Psychiatrie gestaltet und herausgegeben wird. Das Ziel ist es, ein kritisches Forum zu schaffen für die verschiedenen Anliegen und Probleme, die mit der Psychiatrie verbunden sind, Aufklärung zu betreiben, um Vorurteile abzubauen oder ganz einfach Erfahrungen weiter zu tragen.

Initiiert von der Kontakt- und Beratungsstelle gemeinsame Sache haben sich Mitarbeiter verschiedener psychiatrischer Einrichtungen des Caritasverbandes und der Mülheimer Kontakte sowie interessierte Betroffene Anfang Juli 1993 bei der Gründungssitzung zusammen geschlossen. Ziele und Motivationen sind unter anderem:

Angehörige, Betroffene und Fachleute sollen besser miteinander ins Gespräch kommen

Ein kritisches Forum schaffen für die verschiedenen Anliegen der Psychiatrie Aufklärung betreiben, um Vorurteile abzubauen – Helfen, Psychiatrie zu gestalten – Sprachrohr für Betroffene sein – Über die Redaktionsarbeit neue Inhalte, Aufgaben und Fähigkeiten finden – Selbstwertsteigerung, Auseinandersetzung mit sich und der Krankheit – Eigene Situation mitteilen und verständlich machen – Forum für eigene Geschichten, Gedichte, Berichte, Karikaturen etc.

DATT IS IRRE! erscheint dreimal im Jahr. Insgesamt sind annähernd 50 Ausgaben erschienen. DATT IS IRRE! findet man in verschiedenen psychiatrischen Einrichtungen in Mülheim, Oberhausen, Essen und Duisburg. Speziell in Mülheim liegt die Zeitschrift in Arztpraxen, Apotheken, Stadtbücherei, Volkshochschulen, Parteieinrichtungen etc. aus. DATT IS

IRRE! finanziert sich über Anzeigen,
Förderabonnements und Spenden. Offene
Redaktionssitzungen finden montags von
15:00 - 16:30 Uhr in den Räumen der
Kontakt- und Beratungsstelle SPZ statt.
Wer Interesse hat mitzuarbeiten oder
das Anliegen der Zeitschrift unterstützen möchte, dem bieten sich folgende
Möglichkeiten: Teilnahme an den öffentlichen Redaktionssitzungen, Schreiben von
Artikeln und Leserbriefen

Kontaktinformation: DATT IS IRRE!

Althofstr. 08

45468 Mülheim an der Ruhr

Tel.: (0208) 30853-04 Fax.: (0208) 30853-35 Mail: spz-kobs@gmx.de

"Seelenpresse" -Zeitschrift für Psychiatrie

Verantwortliche Redakteure: Rolf Brüggemann & Dorit Schradi

Kontakt: "Seelenpresse" Christophsbad Göppingen Fachkrankenhaus für Psychiatrie und Neurologie Postfach 840, 73038 Göppingen

Tel.: (07161) 601487 Fax: (07161) 601 530

 ${\it Mail: seelenpresse@christophsbad.de}$ 

www.christophsbad.de

Zeitschrift für und von: Psychiatrie-Erfahrenen, Patienten, Angehörigen, Psychiatrieinteressierten, Laienhelfern, Suchtkranken, Mitarbeitern, Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen Erscheinungsweise: 3 Ausgaben pro Jahr Preis: 1,- Euro, Versand: 3,50 Euro Redaktionssitzung: Christophsbad Göppingen, Haus 7, 3. Stock Dienstags, 15:30 bis 17:30 Uhr, Tel.: (07161) 601228

Beiträge bitte auf Diskette oder CD-ROM an die Redaktion oder per E-Mail an seelenpresse@christophsbad.de. Werbeanzeigen werden gerne von der Redaktion entgegen genommen und guittiert.

#### "Die Klinke"

Moderation: Michael Winkelkötter Kontakt: Redaktionsgruppe der Klinke im PSZ ( Psycho–Soziales Zentrum ) Paulstraße 19 48151 Münster Tel: (0251) 399370 E-Mail: www.muenster.org/klinke

Die Zeitschrift "Klinke" ist ein wesentlicher Bestandteil der Angebotsstruktur des Psycho-Sozialen Zentrums. Die Einrichtung wird seit 1978 gemeinsam vom Diakonischen Werk Münster e.V. sowie dem Förderkreis Sozialpsychiatrie e.V. getragen. Menschen mit psychischen Erkrankungen finden hier unterschiedliche professionelle und ehrenamtliche Unterstützung, je nach der individuellen Problemlage und Fragestellung. In der Klinke, die einmal jährlich erscheint, kommen die Betroffenen einer psychischen Erkrankung selbst zu Wort. Dies ist gerade für Menschen enorm wichtig, die in ihrem Alltag z.T. Ausgrenzung und Isolation erleben. Die Klinke dient als Sprachrohr und Medium, Menschen mit ihren persönlichen Erfahrungen eine Stimme in der Öffentlichkeit zu geben.

Redaktion "Die Tür" Rheinische Klinik Viersen Haus 21a, Johannisstrasse 70 41749 Viersen

Redaktion "Unsere Brücke" LWL Klinik Paderborn Agathastrasse l 33098 Paderborn

Mail: verwaltung@dgkt.de

#### <u>Ausbildungsmöglichkeiten zum</u> Schreib & Bibliotherapeuten

Deutsche Gesellschaft für künstlerische Therapieformen – Berufs- und Dachverband (DGKT e.V.) Kontakt:Frau Christiane Gomolla Bill Röpkestr. 16 42115 Wuppertal Tel. (0202) 2988960 Fax (0202) 29 88 962

Die DGKT wurde 1981 als Berufsverband gegründet, der sich für fachliche und berufsspezifische Fragen der KunsttherapeutInnen einsetzt.

Das vorrangige Ziel der DGKT ist heute, unter dem Dach der DGKT die verschiedenen Künstlerischen Therapieformen zusammenzuführen und als eigenständige Methoden im Gesundheitswesen zu etablieren, sowohl im präventiven als auch im klinischen und ambulanten Bereich. Die Berufe Kunsttherapeutin/Kunsttherapeut, Musiktherapeutin/Musiktherapeut, Poesie- und Bibliotherapeutln/ Tanztherapeutin/ Tanzther

lerische Methoden und die Begegnung mit Kunst therapeutisch und klinisch zu nutzen und die anvertrauten oder sich anvertrauenden KlientInnen auf Wegen individuellen Wachstums mit therapeutischer Kompetenz zu begleiten.

Bei der Arbeit an diesen Zielen orientiert sie sich an den ethischen Rahmenrichtlinien, die allgemein für PsychotherapeutInnen gelten. Die Prinzipien von größtmöglicher Autonomie, nützlicher Förderung und Respekt begleiten sie bei der Arbeit, psychische Störungen zu verhüten, zu lindern oder zu heilen. Theoretisch fundierend und handlungsleitend sind für die DGKT Erkenntnisse aus tiefenpsychologisch fundierten Verfahren, Psychoanalyse, humanistischen Psychologien, Systemtheorien, kognitiven Theorien und klinisch-psychologischer Theorie und Praxis.

Die Künstlerischen Therapieformen fühlen sich besonders den klinischen und rehabilitatorischen Therapieformen verpflichtet. Die aktuellen und tradierten künstlerischen Äußerungen in Kunst, Musik, Dichtung und Tanz fordern dabei zu einem ständigen lebendigen Diskurs auf, in dem Kunst und Therapie in ihrer Wirksamkeit weiterentwickelt werden können.

Neben diesem inhaltlichen Austausch, der vor allem Innovationen in den Methoden fördert, will die DGKT die Entwicklung der Wissenschaft künstlerischer Therapieformen unterstützen sowie fort- und weiterbildend tätig sein.

#### Fritz Perls - Institut

Europäische Akademie für psychosoziale Gesundheit Fritz Perls Institut

Akademieleitung: Bettina Ellerbrock

Tel.: (02192) 858416

Mail: ellerbrock@eag-fpi.de

Postanschrift: Wefelsen 5 (Beversee)

42499 Hückeswagen Tel.: (02192) 8580

Mail: EAG.FPI@t-online.de Internet: www.eag-fpi.com

Ausbildungs- und Zielgruppe:

LeiterInnen von Schreibwerkstätten, PädagogInnen, SeelsorgerInnen, BibliothekarInnen, PsychotherapeutInnen, Angehörige pflegerischer und sozialer Berufe, SchriftstellerInnen etc.

Ziele und Inhalte:

Die "Integrative Poesie- und Bibliotherapie" ist eine Methode, die durch das Medium künstlerisch-gestaltender Sprache Prozesse seelischer Integration und persönlichen Wachstums in Gang setzt und unterstützt. Deshalb kann sie zur Behandlung psychischer und psychosomatischer Erkrankungen, zur Bewältigung von Lebenskrisen sowie zur vertieften Selbsterfahrung und Entwicklung der

Persönlichkeit eingesetzt werden. Das Curriculum gibt eine Einführung in Methoden und Techniken des Verfahrens, behandelt drei Schwerpunktbereiche der biblio-therapeutischen Arbeit und die praktische Umsetzung in verschiedenen beruflichen Feldern.

Die AnsprechpartnerInnen zur ersten Orientierung oder für allgemeine Fragen sind:

Leitende Päd. Mitarbeiterin Dipl.-Soz.päd. Bettina Ellerbrock

Tel.: (2192) 85816

Mail: ellerbrock@eag-fpi.de

Sprechzeiten jeweils

Dienstags 10.00-12.30 Uhr und Mittwochs 10.00-16.30

#### Künstlerische Therapien LWL Münster

Ansprechpartnerinnen zu Künstlerischen Therapien in der LWL - Klinik Münster

1.)Frau Margret Schüppler: (0251) 5915083 und 2.)Frau Sabine Schulze

Gronover: (0251) 5915240

Kontakt: Landschaftsverband

Westfalen - Lippe

Freiherr – vom –Stein - Platz l

48147 Münster

#### Autorinnen und Autoren:

Marion Albrecht
Angelika Böker
Martin Bartmann
Susanne Blümer
Wolfgang Brandl
Jens Dombrowski
Karsten Elfert
Elke Falk
Sabine Gehlen
Gisa Grau

Gruppe Bielefeld, Rita Hamer

Holger Jansen Marc Kaiser Jürgen Knoch Irmgard Kösters Willi Lütkemeyer Renate Lutter

Holger Matuszak Markus Meurer Fritz Mörchen Viviane Mösler Britta Pesselhoy Klaus Pöplow Ghislaine Praet Oliver Quinke

Christian Regenbrecht

Andreas Rüther

Dieter Radtke

Heinrich Schulte-Wintrop

Tanja Schweins Jennifer Stern Christine Trüt Eddy Unewisse Doris Vortmeyer Frauke Wassermann

Rolf Wolf Cenab Yaygin

#### Zeichner:

Heinrich Bünning
Wolfgang Brandl
Karsten Elfert
Helmut Feder
Anton Kohls
Josef König
Markus Meurer
Martin Oberwein
Heinz Thomas
Fritz Tobergte
Erwin Winter
Reinhold Wlotzka

#### Vitae von Autorinnen und Autoren der Texte

Marion Albrecht wurde 1960 in Gronau geboren. Sie arbeitet nach ihrem Studium als Diplom-Übersetzerin für Englisch und Italienisch. Dem Literaturkreis gehört sie seit seinen frühen Anfängen im Jahr 2002 an

"Ich fühle mich sehr gut aufgehoben in diesem kleinen Kreis. Das Schreiben ist mir lieb und teuer geworden, ich kann dadurch traumatische Kindheitserlebnisse verarbeiten."

<u>Ute Baggeröhr</u> geboren 1973 in Ahlen Westfalen, absolvierte Schauspielstudium an der Hochschule für Musik und Theater "Felix Mendelssohn Bartholdy" in Leipzig, studierte in Chemnitz (Abschluss 2000) und spielte u.a. am Thalia Theater in Hamburg, am Staatstheater Dresden, am Theater Freiburg, am Theaterhaus Jena, in den Sophiensaelen Berlin, am Maxim Gorki Theater Berlin, am Schauspiel Frankfurt und seit 2005 fest im Ensemble in Heidelberg. Die Schauspielerin ließt die Texte von Willi Lütkemeier

Martin Bartmann wurde 1959 geboren. Er wächst an unterschiedlichen Orten auf, lebt zeitweise im Ausland. Inzwischen hat er in einer Wohngruppe in Münster-Hiltrup ein Zuhause gefunden. Er schreibt seit vielen Jahren in der Schreibgruppe der Alexianer. "Ich interessiere mich für Kosmologie, Medizin, Philosophie und Mythologie."

Angelika Böker wurde 1950 im Münsterland geboren. Bis 1975 arbeitete sie als Krankengymnastin. Im Anschluss war sie als Bankkauffrau tätig. Seit etwa 14 Jahren wohnt sie im Haus Kannen. An der Schreibgruppe nimmt sie seit acht Jahren teil.

"Mir macht es Spaß meine eigenen Gedanken zu formulieren, und ich habe auch Freude daran, andere Texte zu hören."

Wolfgang Brandl wurde 1957 in Gronau geboren.

In der Malerei fand Wolfgang Brandl die ideale Umsetzung seiner zweiten großen Leidenschaft, der Lyrik. Die Gedichte, in denen Brandl sich vordergründig mit seiner persönlichen seelischen Verfassung sowie mit sozialkritischen Themen auseinandersetzt, werden von ihm illustriert und inspirieren ihn zugleich zu neuen Werken. "Es blieb mir nichts als meine Gedichte und meine Intelligenz und das Talent zum Dichten, das mir in der dritten Generation vererbt

wurde. Ermutigt durch meine Freunde, Bekannten und Freundeskreis, beschloss ich, meine Gedichte zu veröffentlichen."

Sabine Gehlen wurde 1968 in Oberhausen geboren. Gedichte schreibt sie schon seit der frühen Kindheit. Nach Ausbildung und Studium findet sie seit 2002 in der Schreibgruppe wieder Zeit, ihrem Hobby nachzugehen.

"Ich bin immer wieder freudig von meinen eigenen Texten."

Marc Kaiser wurde 1983 in Schwerte geboren. Er interessiert sich früh für Theater- und Gesangprojekte, wird Schülersprecher seiner Gesamtschule. Mit 14 Jahren verfasst er erste Texte und erstellt eigene Graphiken und kommt regelmäßig zur Schreibgruppe der Alexianer.

Willi Lütkemeyer (†) wurde 1930 in Rheine geboren. Er arbeitete als Kraftfahrer und lebte mehrere Jahre in Kanada. Nach mehren Aufenthalten in verschiedenen Heilanstalten wurde er 1971 in den Wohnbereich Haus Kannen aufgenommen und lebte dort bis zu seinem Tod 1999.

Markus Meurer wurde im Jahr 1959 in Monreal in der Eifel geboren. Schon früh fiel seine Begabung für Kreativität und Kunst auf. Kunst ist für ihn unmittelbarer Ausdruck seines persönlichen Überlebenskonzeptes. Er ist im Denken und Sprechen und Schreiben immer verbunden mit den Toten und Lebenden seiner Familie. Abwesende, ihm nahestehende Menschen sind immer präsent und werden einbezogen.

Ghislaine Praet wurde 1960 in Brüssel geboren. Sie arbeitet in Deutschland zunächst als Schwesternhelferin, später im Bereich Grafikdesign. Frau Praet ist sowohl Mitglied der Schreibgruppe im Haus Kannen, als auch freie Mitarbeiterin der Klinke. Neben dem Schreiben arbeitet sie regelmäßig künstlerisch im Atelier der Alexianer. "Das Schreiben hilft, Distanz zur Umgebung und zum Krankheitsverlauf zu entwickeln."

<u>Christian Regenbrecht</u> wurde 1973 in Hagen / Westfalen und studierte in den neuziger Jahren Musik. In seiner Jugendzeit begann er mit der Schriftstellerei und veröffentlichte seit 1986 Storys und Gedichte in örtlichen Zeitungen. Die Musik und das Schreiben sind seine Hobby geblieben.

Andreas Rüther wurde 1970 in Hamm geboren. Seit 1992 ist er im Haus Kannen, in dem er sich gut aufgehoben und betreut fühlt. Besonders genießt er die gemeinsamen Urlaube. Seit sieben Jahren geht er regelmäßig zur Schreibgruppe.

"Mir macht die Gemeinschaft der Gruppe und das Lesen der Texte Spaß."

Heinrich Schulte-Wintrop wurde 1964 bei Hannover geboren. Seit ungefähr 15 Jahren ist er Patient im Alexianer- Krankenhaus in Münster-Amelsbüren. Etwa 8 Jahre ist er schon in der Schreibgruppe, auf die er sich jede Woche freut. Die Gruppe verschafft ihm immer wieder Lichtblicke.

"Gerne schreibe ich über die Natur. Anschließend freue ich mich, dass ich auch die Texte der anderen Teilnehmer hören darf."

Eddy Unewisse wurde 1958 in Ottmarsbocholt geboren. Er ist von Beruf Maler und Lackierer. Bevorzugt arbeitet er mit Tusche und Buntstiften. Mit leuchtenden Farben entwirft er Fantasiewelten mit Figuren und Formen, die stets ein geschlossenes Ganzes ergeben. "Die Texte und Bilder sind aus Stimmungen, Fantasien und dem Konsum von Haschisch entstanden."

Cenab Yaygin wurde 1970 in Greven geboren. Es ist gelernter Großund Einzelhandelskaufmann. Schreiben bedeutet für ihn Ablenkung und die Möglichkeit, den Gedanken "freien Lauf" zu lassen. "Beim Schreiben kann man einfach drauf los schreiben."

#### Zu den Autorinnen und Autoren der Aufsätze

#### Rolf Brüggemann (geb. 1950)

Rolf Brüggemann arbeitet als Diplompsychologe und Psychotherapeut in der Psychiatrischen Klinik Christophsbad in Göppingen. Seit vielen Jahren ist er Chefredakteur der "Seelenpresse" für Psychiatrie, Kunst und Literatur. Er ist Leiter des MuSeele, eines Museums für Psychiatrie und deren Geschichte. Er veröffentlichte mehrere Fachbücher und viele Fachartikel zur Psychiatrie.

#### Sabine Feldwieser (geb. 1961)

Studium der Psychologie und Ethnologie; Ausbildung als Sterbebegleiterin; Weiterbildung in Integrativer Kunst- und Ausdruckstherapie. Gruppenleiterin für biografisches Schreiben, tätig u.a. in Neuseeland in einer Einrichtung für geistig behinderte Kinder und Jugendliche, im internationalen Jugendaustausch, als Lehrende an der Universität Bielefeld, als Leiterin der Geschäftsstelle des frauenkunstforumsowl e.V.; seit 1998 Mitarbeiterin im Künstlerhaus LYDDA in Bethel in Bielefeld.

Veröffentlichungen: Der Stift rennt über das Papier, 1999 Rolf Neuhaus. Das bildnerische Werk von 1946 bis heute, 2001 Hermann-Otto Meyer. Malerei und Zeichnung, 2002 Künstlerinnen in Bethel. erinnern – suchen – wiederauffinden. 2003 Wenn ich male ist die Welt schön. 2004.

#### Barbara Fornefeld (geb. 1954)

Seit 1996 Professur für Geistigbehindertenpädagogik / Schwerstbehindertenpädagogik; nach zehnjähriger Tätigkeit als Sonderschullehrerin 1986 Abordnung an die Heilpädagogische Fakultät der Universität zu Köln; 1989 Promotion dort; 1991 -1993 Professur für Körperbehindertenpädagogik an der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg/Reutlingen; 1993-1996 Professur für Mehrfachbehindertenpädagogik an der Pädagogischen Hochschule Heidelberg; 1994 Habilitation an der Universität zu Köln und venia legendi für Sondererziehung und Rehabilitation der Geistigbehinderten.

#### Anke Groß (geb.1978)

Anke Groß, Diplom-Heilpädagogin. Studium an der Universität zu Köln mit dem Schwerpunkt Geistigbehindertenpädagogik. Danach Tätigkeit am Nisonger Center der Ohio State University in Columbus/ USA in dem Leseprojekt "The Next Chaper Book Club" für Menschen mit geistiger Behinderung. Seit 2006 Umsetzung und wissenschaftliche Begleitung von "LEA Leseklubs" in Deutschland unter Leitung von Frau Prof. Dr. Barbara Fornefeld.

#### Kerstin Hof

Kerstin Hof ist Literaturwissenschaftlerin M.A., studierte Germanistik und Soziologie. Sie ist Autorin, Gestalttherapeutin (Werkstatt-Nord/GKS), Graphologin und Lehrbeauftragte für Kreatives Schreiben, Biografisches Schreiben und Schreiben als Kunst in der Schauspielpädagogik und Kunsttherapie. Mitgliedschaften: DGPB – Deutsche Gesellschaft für Poesie- und Bibliotherapie, EATAW, NAPT. Seit 2000 betreibt sie die Marke "SchreibZeit", www.SchreibZeit.de.

#### Lisa Inckmann (geb. 1957)

Von 1985 bis 1991 war die diplomierte Designerin und Künstlerin als freischaffende Künstlerin tätig. Seit 1992 leitet Lisa Inckmann das

Kunsthaus Kannen, welches sie maßgebend gestaltete und aufbaute. Das Museum ist dem Alexianer in Münster angegliedert. Lisa Inckmann war von 2006 bis 2008 Lehrbeauftragte für Kunst und Psychiatrie an der Kunstakademie Münster.

#### Helmut Koch (geb. 1941)

Helmut Koch hatte den Lehrstuhl für Literaturwissenschaft am Institut für Deutsche Sprache und Literatur und ihre Didaktik an der Westfälische Wilhelms-Universität Münster; Leiter der Arbeitsstelle Randgruppenkultur/-literatur. Weitere Arbeits- und Forschungsschwerpunkte: Literatur von MigrantInnen, interkulturelle Erziehung, dazu Publikationen im wissenschaftlichen und literaturdidaktischen Bereich sowie Herausgabe von Jugendbüchern.

#### Gaby Lechler

Diplom-Sozialpädagogin, studiert Sozialpädagogik am Fachbereich Sozialwesen der Fachhochschule Münster. Sie arbeitet derzeit in Bethel.

#### Norbert Rath (geb. 1949)

Prof. Dr. N. Rath lehrt seit 1992 als Professor für Erziehungswissenschaft bzw. (seit 2003) für Sozialphilosophie an der Fachhochschule Münster, Fachbereich Sozialwesen. Aktuelle Arbeitsschwerpunkte: Kritische Hermeneutik, Bioethik, Reflexion ethischer Konflikte in der Sozialen Arbeit.

#### Hans Rüdiger Röttgers

Prof. Dr. H. R. Röttgers ist Politikwissenschaftler sowie Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Öffentliches Gesundheitswesen und Umweltmedizin. Er lehrt Gesundheitswissenschaft und Sozialmedizin an der Fachhochschule Münster, Fachbereich Sozialwesen.

#### Burkhard Spinnen

Geboren 1956 in Mönchengladbach; nach Abitur und Wehrdienst Studium der Germanistik, Publizistik und Soziologie; 1984 Magister, 1989 Promotion; bis 1995 wissenschaftlicher Assistent am Germanistischen Institut der Universität Münster; seit 1995 freier Schriftsteller. 1997-2000 Vertreter einer Professur für Literarische Ästhetik am Deutschen Literaturinstitut Leipzig. Mitglied des deutschen P.E.N. Er lebt in Münster, ist verheiratet und hat zwei Söhne.

#### Nicola Steffen (geb. 1973)

Studium der Kunsttherapie und Kunstpädagogik an der FH Ottersberg, seit 1999 Kunsttherapeutin im Alexianer-Krankenhaus Münster, Dozentin in der Erwachsenbildung, kulturpädagogische Projekte, freischaffend künstlerisch tätig, Malerei, Gedichte und Liedtexte.

#### Angela Thamm (geb. 1952)

Dr. phil. Dipl.-Psych. Angela Thamm

Studium der Germanistik, Pädagogik und Psychologie, seit 1985 tätig in freier Praxis in Aachen als Psychologische Psychotherapeutin mit u.a. literaturtherapeutisch fundierter Verhaltenstherapie. Gründungsmitglied der Deutschen Gesellschaft für Poesie- und Bibliotherapie. Lehraufträge u.a. an der Philipps-Universität Marburg, aktuell Reisetätigkeit für die Goethe-Institute in Südamerika.

#### Brigitte Thie (geb. 1948)

Brigitte Thie studierte Betriebswirtschaft und Germanistik und war 24 Jahre an einer Berufsbildenden Schule tätig. Sie ist Oberstudienrätin für Wirtschaftswissenschaften und Deutsch, ist Poesiepädagogin und Mitbegründerin der Schreibgruppe "Lichtblicke" im Kunsthaus Kannen. Die Schreibgruppe "Lichtblicke" trifft sich seit 2002 regelmäßig freitags in annähernd gleicher Zusammensetzung. Die Teilnehmerinnen bringt die wöchentliche Schreibstunde stets viel Freude und eben "Lichtblicke" im täglichen Einerlei.

#### Klaus Telger

Dr.K.Telger (geb. 1952) ist Arzt für Psychiatrie und Neurologie, Psychotherapeut und Diplom-Pädagoge. Seit 1989 ist er der Leitender Arzt des Alexianer- Krankenhaus in Münster.

<u>Projekt "Schreibwerkstatt"</u> an der Fachhochschule Münster, Fachbereich Sozialwesen; durchgeführt unter der Leitung von Prof. Dr. Norbert Rath und Prof. Dr. Hanns Rüdiger Röttgers im Zeitraum von Juli 2008 bis Dezember 2009

Teilnehmende Studierende: Juliana Avrutskaya, Miriam Behrendt, Jörg Böhm, Hicham Chahboune, Meta Dedden, Björn Dißelkötter, Galina Düpmann, Rabea Duscha, Sabrina Gerke, Kay Haverkamp, Marina Kavalenka, Lisa KruseGaby Lechler, Annika Otter, Anna Pilkington, Nadine Prause, Natalie Reimer, Inka Rohlfing Saskia Roberts, Mira Saland, Lars Schmidtke, Nina Schröder Janett Secker, Alina Seitz, Irina Swinzow, André Wesserling

### Hör CD

#### Index der HörCD

Auf der HörCD lesen die Autoren aus Schreib- und Literaturgruppen Ihre Texte und Gedichte. Die Liveaufnahmen sind Kunsthaus Kannen aufgenommen worden. Die erste Lesung mit der Gruppe Irrlichter und Unsere Brücke fand am 20. Juli 2008 statt. Die zweite Lesung mit der Autoren der Schreibgruppen im Alexianer Lichtblick, sowie Markus Meurer und der Schreibgruppe Bielefeld fand am 10. August 2008 statt. Die Texte von Willi Lütkemeier werden von der Schauspierin Ute Baggeröhr gelesen.

#### Irrlichter/Klinke

- Dieter Radtke | Einsam Gemeinsam | Die Rose | Bomben und Mohnfelder | Regen schenken | Tiefer Fall
- 2 Jens Dombrowski Balsam für die Seele | Der Reim | Der Narr hat das Wort | Der Dichter
- 3 Anke S. | Notiz zum Schenken
- 4 Thomas Speich | Vorahnung | Tiefschwarz | Woanders | Glücklich | Markt | Sie lassen uns nicht mitmachen
- 5 Jürgen Knoch | Die große Sause
- 6 Andreas Stork | Auf | Vier Freunde bei Nacht
- 7 Regina Schmick | An eine vergangene Liebe | Ansichten2 | Dancer in the Dark | Stigma |
- 8 Regina Seehausen | Psüschatter

#### Unsere Brücke

- 9 Jennifer Stern | Gedanken im Angesicht einer Entmündigung wegen Geisteskrankheit | Haut | Silvester
- 10 Klaus Pöplow | Der Nikolaus | Unmensch (sehr leise | Maskenfest Leben in der Fremde ?????

#### freier Autor

- 11 Markus Meurer | Angst
- 12 Willi Lütkemeier | Dies steht zur Brutalität | Das ist ein Wort der Lehre |

Dies geht zum Computer | Dies geht zur Allrunde |
Das steht zum Zeichen des Weltall | Das ist ein Ausschleich der
Vergangenheit | Dies steht in Anführungszeichen |
Dies ist ein Satz der Vergangenheit | Das geht zur Allrunde |
Das ist ein Wort des Satzes

#### Schreibgruppe Lichblick Alexianer

- 13 Oliver Quinke | Masken wirken
- 14 Sabine Gehlen | Schizophrenie
- 15 Andreas Rüther | Drei Wünsche
- 16 Angelika Böker | Der Hund weint
- 17 Marion Albrecht Ein Spaziergang im Sturm
- 18 Wolfgang Brandl Licht und Schatten | Es war einmal ein Wurm
- 19 Heinrich Schulte-Wintrop Sommererwarten
- 20 Christian Regenbrecht

#### Literaturverzeichnis

Antos, G. / Krings, H. P. (Hrsg.)(1989): Textproduktion. Ein interdisziplinärer Forschungsüberblick. Tübingen.

Berning, Johannes / Keßler, Nicola / Koch, Helmut H. (Hrsg.) (2006): Schreiben im Kontext

von Schule, Universität, Beruf und Lebensalltag. Münster.

Brandstätter, Ursula (2008): Grundfragen der Ästhetik. Bild – Musik – Sprache – Körper. Köln: Böhlau

Bremer, Fritz (2007): Zur Sprache kommen, Schreiben und Publizieren als Selbsthilfe, in "Die Kerbe", 25. Jahrgang, Heft 4/2007

Brüggemann, Rolf (Hrsg.)(1988): Seelenpresse - Patientenzeitungen in der Psychiatrie, München.

Brüggemann, Rolf (1989): Öffentlichkeitsarbeit der psychiatrischen Klinik, in "Die Kerbe". 7. Jahrgang, Heft 2/1989.

Brüggemann, Rolf & Schmid-Krebs, Gisela (1997): Betroffenenpresse in der Psychiatrie, Journalismus im Spannungsfeld von Therapie und Öffentlichkeitsarbeit, in: Kruse (Hrsg.) (1999)

Brüggemann, Rolf (2007): Kulturarbeit in der Psychiatrie, in "Die Kerbe", 25. Jahrgang, Heft 4/2007

Buzan, B., Buzan, T. (2002): Das Mind-Map Buch. Heidelberg: mgv-Verlag.

"Die Kerbe", 25. Jahrgang, Heft 4/2007: Themenschwerpunkt: Kultur und Psychiatrie

Dörner, K., Plog, U., Teller, Ch., Wendt, F. (2002): Irren ist menschlich. Bonn: Psychiatrie-Verlag.

Ende, Michael (1973): Momo oder Die seltsame Geschichte von den Zeit-Dieben und von dem Kind, das den Menschen die gestohlene Zeit zurückbrachte. Ein Märchen-Roman. Stuttgart: K. Thienemanns Verlag.

Ermert, K., Bütow, T., (Hg.)(1990): Was bewegt die Schreibbewegung? Kreatives Schreiben - Selbstversuche mit Literatur. Rehburg-Loccum: Loccumer Protokolle 63

Freud, Sigmund (1976): Der Wahn und die Träume in W. Jensens "Gradiva". In: Ders., Gesammelte Werke, Frankfurt am Main: S. Fischer, 6.Aufl. 1976, XIX Bde, Bd. VII, S. 29-125.

Ganß, Michael / Sinapius, Peter, de / Smit, Peer de (Hg) (2008): "Ich seh dich so gern sprechen" – Sprache im Bezugsfeld von Praxis und Dokumentation künstlerischer Therapien. Wissenschaftliche Grundlagen der Kunsttherapie, Band 2. Frankfurt am Main: Peter Lang. Greb, Ulrike (2004): Erziehung und Paranoia. Eine erkenntniskritische Studie zum Fall Schreber. Mabuse Verlag.

Heimes, Silke und andere: Wort für Wort. Die Heilkraft der Sprache in der Poesietherapie, in Musik-, Tanz- und Kunsttherapie, 19 (1), 36-47, Göttingen 2008.

Heimes, Silke (2010): Schreib es dir von der Seele. Kreatives Schreiben leicht gemacht, Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Jordan, Andreas (Hrsg.)(2007): Das Eismeer in mir. Gedanken von Kindern und Jugendlichen mit Essstörungen, Depressionen und Psychosen. Hamburg: Hamburger Kinderbuch Verlag Dr. Carlos Schumacher.

Junge, Ricarda (2008): Rostrote und schwarze Buchstaben. Knut Hamsuns ,Hunger'. In: Michel, S.J. Neusius, M.J. Ostmann, L.K. (Hg.): Mein Klassiker. Autoren erzählen vom Lesen, Frankfurt/M.: Fischer.

Jüttemann, Gerd / Thomae, Hans (Hrsg.)(1998): Biographische Methoden in den Humanwissenschaften. Weinheim.

Keßler, Nicola: Schreiben, um zu überleben. Bad Godesberg: Forum Verlag.

Keßler, Nicola (Hrsg.) (21997): Manie-Feste. Frauen zwischen Rausch und Depression. Drei Erfahrungsberichte. Bonn: Psychiatrie-Verlag.

Koch, Helmut H. / Keßler, Nicola (Hrsg.)(1998a): Schreiben und Lesen in psychischen Krisen. Bd. 1: Gespräche zwischen Wissenschaft und Praxis. Bonn: Psychiatrie Verlag und Neumünster: Paranus Verlag.

Koch, Helmut H. / Keßler, Nicola (Hrsg.)(1998b): Schreiben und Lesen in psychischen Krisen. Bd. 2: Authentische Texte: Briefe, Essays, Tagebücher, Bonn: Psychiatrie Verlag und Neumünster: Paranus Verlag.

Koch, Helmut H. / Keßler, Nicola (Hrsg.) (1998c): ... fast wie Phönix. Literarische Grenzgänge. Bonn: Psychiatrie Verlag und Neumünster: Paranus Verlag.

Koch, Helmut H. / Keßler, Nicola (Hrsg.) (1998d): "... stellst mein Leben in Frage." Grenzerfahrungen. Texte Münsteraner AutorInnen. Münster: Edition amRand.

Koch, Helmut H. / Keßler, Nicola (1999): Ich habe Angst vor meinen Phantasien in der Nacht. In: Psychologie heute, Heft 6/99, S. 32-37.

Koch, Helmut H. / Keßler, Nicola / Langer, Ruth (Hrsg.) (2000): Hoffnungsvögel. Grenzerfahrungen. Texte Münsteraner AutorInnen. Münster: Edition amRand.

Koch, Helmut H. / Keßler, Nicola (Hrsg.) (2001): Ein Buch muß die Axt sein ... Schreiben und Lesen als Selbsttherapie. Krummwisch: Königsfurt Verlag.

Koch, Helmut H. / Pittrich, Wolfgang / Telger, Klaus (Hrsg.) (2002): Grenzgänge. Normalität und Irrsinn in Literatur und Künsten. Gedanken, Texte und Bilder aus Münsteraner Kulturprojekten. Redaktion: Nicola Keßler. Münster: LIT.

Koch, Helmut H.: "Im Herbst da reiht der Feenwind ..." Textbegegnungen (2002), in: Koch, Helmut H. / Pittrich, Wolfgang / Telger, Klaus (Hrsg.) (2002): Grenzgänge. Normalität und Irrsinn in Literatur und Künsten. Gedanken, Texte und Bilder aus Münsteraner Kulturprojekten. Redaktion: Nicola Keßler. Münster: LIT. S. 23-37.

Koch, Helmut H. / Keßler, Nicola (2002): Schreiben und Lesen in psychischen Krisen. Ein Forschungsprojekt. In: Koch, Helmut H. / Pittrich, Wolfgang / Telger, Klaus (Hrsg.) (2002): Grenzgänge. Normalität und Irrsinn in Literatur und Künsten. Gedanken, Texte und Bilder aus Münsteraner Kulturprojekten. Redaktion: Nicola Keßler. Münster: LIT. S. 106-125.

Koch, Helmut H. / Jüngst, Ursula / Pittrich, Wolfgang / Knirim, Helmut (Hrsg.)(2004): Spaces to live. art & psychiatry – Lebenswelten. Kunst und Psychiatrie. Münster.

Koppelberg, Anette (2008): Gedankenschwer und federleicht. Auf einer Tagung zum Thema "Poesietherapie und Schreibwerkstatt". In: TextArt – Magazin für kreatives Schreiben, Heft 4/08, S. 38-42.

Kruse, Otto (Hrsg.)(1999): Kreativität als Ressource für Veränderung und Wachstum. Kreative Methoden in den psychosozialen Arbeitsfeldern: Theorien, Vorgehensweisen, Tübingen: DGVT Verlag.

Kruse, Otto: Sprache und Kreativität, in "Die Kerbe", 25. Jahrgang, Heft 4/2007

Kruse, Otto (2005): Keine Angst vor dem leeren Blatt. Ohne Schreibblockaden durchs Studium. Frankfurt / New York: Campus Verlag.

Kupfer, Alexander (2006): Die künstlichen Paradiese. Rausch und Realität seit der Romantik. Ein Handbuch. Stuttgart.

Lenz, Albert (2008): Interventionen bei Kindern psychisch kranker Eltern. Grundlagen, Diagnostik und therapeutische Maßnahmen. Göttingen – Bern usw.

Lorenzer, Alfred (2002): Die Sprache, der Sinn und das Unbewusste. Psychoanalytisches Grundverständnis und Neurowissenschaften. Hrsg. von Ulrike Prokop. Stuttgart: Klett-Cotta.

Mayer, Hilke / Pannen, Kai (2008): Olga. Auch ein Schwein darf mal traurig sein, München: Kösel, 2. Aufl.

Melchinger, Heiner: Strukturfragen der ambulanten psychiatrischen Versorgung. Gutachten im Auftrag der Kassenärztlichen Bundesvereinigung, Hannover 2008

Mergenthaler, Volker (2002): Sehen schreiben - Schreiben sehen. Literatur und visuelle Wahrnehmung im Zusammenspiel. Tübingen: Niemeyer 2002

Nußbeck, Susanne (2007): Sprache – Entwicklung, Störung und Intervention. Stuttgart: Kohlhammer

Niederland, William G. (1984): Der Fall Schreber. Das psychoanalytische Profil einer paranoiden Persönlichkeit, Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Petzoldt, Hilarion / Orth, Ilse (Hrsg.)(1995): Poesie und Therapie. Über die Heilkraft der Sprache. Poesietherapie, Bibliotherapie, literarische Werkstätten. Paderborn.

Reddemann, Luise (2006): Imagination als heilsame Kraft. (Leben lernen 141.) Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.

Rex, Annette (2009): Auf der Suche nach dem verlorenen Sinn. Über den Nutzen des Schreibens als Instrument der Bewältigung von Traumata und Krisen (Pädagogik und Psychologie, Bd. 4). Münster: LIT Verlag.

Rico, Gabriele L. (1984): Garantiert schreiben lernen. Reinbek: Rowohlt Verlag.

Röttgers, Hanns Rüdiger / Nedjat, Schide (2003): Psychiatrie für Sozialberufe. Krankheitslehre – Behandlungsverfahren – Rechtsfragen. Stuttgart: Kohlhammer.

Schone, Reinhold / Wagenblass, Sabine (2002): Wenn Eltern psychisch krank sind ... Kindliche Lebenswelten und institutionelle Handlungsmuster. Münster.

Schulz, Holger: Psychosomatische Versorgung in Deutschland: Krankenhaus- vs. Rehabilitationsbehandlung. Vortrag am 9.1.2008, Universität Würzburg, Institut für Psychotherapie und Medizinische Psychologie

Schreber, Daniel Paul (2004): Denkwürdigkeiten eines Nervenkranken, hrsg. von G. Busse, Gießen 2004.

Schwind, Karin (2008): Kreatives Schreiben in der Sozialarbeit und Beratung. In: TextArt - Magazin für Kreatives Schreiben, Heft 4 (2008), S. 26-29.

Sechehaye, Marguerite (51978): Tagebuch einer Schizophrenen. Selbstbeobachtungen einer Schizophrenen während einer psychotherapeutischen Behandlung. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Seelenpresse, Heft 39/2009: 30 Jahre Psychiatriestreitschrift im Christophsbad, Göppingen

Sinapius, Peter / Ganß, Michael (JAHR): Grundlagen, Modelle und Beispiele kunsttherapeutischer Dokumentation. Wissenschaftliche Grundlagen der Kunsttherapie, Band 1. Frankfurt am Main: Peter Lang.

Sinapius, Peter (2008): "Bilder der Sprache - Sprache der Bilder / Kriterien für die Qualität von Dokumentationen künstlerisch therapeutischer Praxis. In: Ganß, M., Sinapius, P., de Smit, P. (Hg.): "Ich seh dich so gern sprechen" – Sprache im Bezugsfeld von Praxis und Dokumentation künstlerischer Therapien. Wissenschaftliche Grundlagen der Kunsttherapie, Band 2. Frankfurt am Main: Peter Lang. S. 207 – 219.

de Smit, Peer (2007): Mit dem Dasein zur Sprache gehen. Fragen zur wissenschaftlichen Dokumentation angewandt künstlerischer Praxis. Unveröffentlichtes Manuskript. Ottersberg

Sommer, Marie (mit Johannes Berning) (2007): Schreiben – Magersucht – Bulimie. Eine autobiographische und literarische Reise durch meinen fremden Körper (Pädagogik und Psychologie, Bd. 3). Münster: LIT.

Staemmler, Frank-M. (2009): Das Geheimnis des Anderen
– Empathie in der Psychotherapie. Wie Therapeuten und
Klienten einander verstehen. Stuttgart. Klett-Cotta.

Straub, Stefan (2001): Wenn Worte durchbrechen. Kreative Schreib- und Erzählmöglichkeiten in Therapie und Persönlichkeitsentwicklung – ein Integrativer Ansatz in Theorie und Praxis am Beispiel der Arbeit mit Jugendlichen Gefangenen. Münster.

Telger, Klaus: Die Psychiatrie als Schreibwerkstatt. Ein Praxisbericht aus dem Alexianer-Krankenhaus Amelsbüren (2002), in: Koch, Helmut H. / Pittrich, Wolfgang / Telger, Klaus (Hrsg.) (2002): Grenzgänge. Normalität und Irrsinn in Literatur und Künsten. Gedanken, Texte und Bilder aus Münsteraner Kulturprojekten. Redaktion: Nicola Keßler. Münster: LIT, S. 38-43.

Thamm, Angela (2006): Sprach Spiel(t)Räume. Zur Wiederentdeckung des Schreibens in therapeutischen Prozessen. In: Schreiben im Kontext von Schule, Universität, Beruf und Lebensalltag. Hrsg. von Johannes Berning, Nicola Keßler, Helmut H. Koch (Reihe: Schreiben – interdisziplinär, Bd. 1). Münster: LIT-Verlag.

Tölle, Rainer, Windgassen, Klaus (2008): Psychiatrie einschließlich Psychotherapie. 15. Auflage. Berlin: Springer.

Tokar, Markus (2007): Therapeutische Misserfolge in der stationären Psychotherapie – Bestimmung von Charakteristika und Katamnesen verschlechterter Patientinnen und Patienten. Diplomarbeit, Universität Koblenz-Landau, Institut für Klinische Psychologie.

Treichel, Hans-Ulrich (2009): Balance finden beim Schreiben, in: Im Labyrinth der Seele. 100 Streifzüge durch die Psychologie, hg. v. Heiko Ernst u. a., Weinheim und Basel: Beltz 2009, S. 190 f.

Trüg, E., Kersten, M. (2005): Praxis der Kunsttherapie. Stuttgart: Schattauer Verlag.

Ueding, Gert (31991): Rhetorik des Schreibens. Eine Einführung. Frankfurt am Main.

Ueland, B. (2001): Die Lust zu Schreiben. Hamburg: Zweitausendeins

Vec, M., (2002): Knick in der Optik. Für Augenmenschen: Sehtechniken in der Massenkultur. In: Frankfurter Allgemeine Zeitung, 12.1.1999, S. N5. In: Volker Mergenthaler: Sehen schreiben - Schreiben sehen. Literatur und visuelle Wahrnehmung im Zusammenspiel. Tübingen: Niemeyer

von Werder, Lutz (1992): Kreatives Schreiben in den Wissenschaften, Milow.

von Werder, Lutz (1992): Der integrative Ansatz im Kreativen Schreiben. Berlin: Schibri

von Werder, Lutz (1995): Erinnern, Wiederholen, Durcharbeiten. Die eigene Lebensgeschichte kreativ schreiben. Berlin: Schibri

Wittbrodt, A. (2005): Hototogisu ist keine Nachtigall. Traditionelle japanische Gedichtformen in der deutschsprachigen Lyrik (1849–1999). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht

Wittgenstein, Ludwig (1977): Philosophische Untersuchungen. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Zimbardo, Ph. (1995): Psychologie. Berlin: Springer Verlag.

Zopperitsch, Ellen (1999): von Anagramm bis Zopperitsch, Anagramme von Ellen Zopperitsch mit Holzschnitten von Roland Bischofberger und Begleittexten von Rolf Brüggemann, Göppingen 1999, Druck der Seelenpresse

#### Internet-Links:

www.dieschreiboase.de www.kunsthaus-kannen.de www.spiel-und-sprache.de www.schreibzeit.de www.dgpb.org www.schreibart-institut.de www.erzaehlen-schreiben-lesen.de www.christophsbad.de/Seelenpresse.html www.randgruppenliteratur.de www.psychiatrie-erfahrene.de/wasunsbewegt/dokustelle.htm www.diewortfinder.org www.muenster.org/klinke www.textartmagazin.de www.psychiatrie.de/kreatives/texte/ www.spiel-und-sprache.de www.eucrea.de

# *Im* – PRESSUM