



Kreative Medien

Kreative Medien sind „ ... Informationsvermittler, Ausdrucksträger und Katalysatoren von Beziehungen“ (Kurt Richter 1993, S. 38).

Da alles zu einem kreativen Medium werden kann, gibt es fast nichts, was sich nicht einsetzen ließe, um persönliche Entwicklungsprozesse einzuleiten und voranzutreiben. Folgende Beispiele, die einige kreative Medien in ihren wichtigsten Wirkweisen vorstellen, müssen von daher lückenhaft sein. Sie sollen anregen, das Spektrum der Kommunikation in der Psychotherapie zu erweitern und einen Blick in kreative Räume erlauben. Denn jedes Medium lädt auf spezifische Weise zu neuen Erlebnissen und Entwürfen ein.

Bildnerisches Gestalten

Das Schlüsselwort hierbei heißt: gestalten. Das meint die „bildhafte Auseinandersetzung mit Umweltphänomenen verschiedenster Art“ (Adolf Anderl, in Klaus Finkel 1979, S. 386). Mittels Ton, Farbe und Collagen werden Konflikte, Stimmungen, Phantasien und Wünsche zu Bildern. Innere Bewegtheit tritt zutage und wird so zur Mitteilung einer Person über sich, an andere und an sich selbst (vgl. Kurt Richter 2010, S. 234). Diese Veräußerlichung schafft Distanz zu den ausgedrückten Aspekten des Selbst und wirkt zurück. Dabei kann viel entdeckt werden, was „im direkten Selbst-Dialog verborgen geblieben wäre“ (Kurt Richter 1988, S. 31). Neben der beabsichtigten Aussage hinterlässt auch immer das Unbewusste seine Spuren. „Aus dem tiefsten Urgrund des Wesens – wie aus ältesten Schichtablagerungen – tauchen, vom Bewusstsein nicht zur Kenntnis genommen, Rückstände auf und konkretisieren sich in Zügen, denen sie ihren heimlichen Inhalt aufprägen“ (Arno Stern 1978, S.14).

Psychodynamische Prozesse, innere Bilder und emotionale Zustände treten zu Tage und werden veranschaulicht. Wahrnehmungen von Kommunikations- und Arbeitsprozessen, von Beziehungsqualitäten, von Team- oder



Organisationsansichten nehmen Gestalt an. In solchen Symbolisierungsprozessen verdichten sich Imagination und Unbegreifbares zu einer Form, die für die schöpfende Person Bedeutung hat. Dieser individuelle Wert kann über Kommunikationsprozesse mit anderen geteilt werden, so dass sich gemeinsame Bedeutungen entwickeln (vgl. Kurt F. Richter 2010, S. 234).

Durch die entsprechende Materialauswahl werden unterschiedliche Sinne angesprochen. Je direkter der Kontakt zur Farbe ist, desto unkontrollierter können unbewusste Bilder durch die Hände fließen. Daher eignen sich Fingerfarben für den Ausdruck von emotionalen Inhalten am besten. Womit gemalt wird, korrespondiert mit dem Grad an Emotionalität eines Bildes (vgl. Kurt Richter 2010, S. 345).

Zeichnen

Im Gegensatz dazu ermuntert der Strich dazu, Ordnung und Struktur zu finden. Die Linie unterstützt dabei, Grenzen zu setzen. Außerdem werden Geduld und Ausdauer ins Blickfeld gerückt. Der Strich ermöglicht mehr Kontrolle und bringt dadurch auch andere seelische Qualitäten in den Vordergrund. Jedes zeichnerische Medium hat seine eigene Bedeutung im Spannungsfeld zwischen Kontrolle und emotionalem Ausdruck. Vom Bleistift über den Filzstift hin zur Wachskreide oder Pastellkreide nimmt Präzision ab und inneres Fließen zu.

Gegensätze, Farbgebrauch, Strichführung und Bildaufbau geben wichtige Hinweise auf seelische Strukturen. Im supervisorischen Kontext ist dabei wichtig, zu betonen, dass es nicht um künstlerisches Können geht.

Zeichenstifte erlauben z.B. kein Übermalen - ursprünglicher Bildaufbau und Strichführung bleiben bis zuletzt sichtbar. Stiftstriche konturieren und legen fest. Damit spricht das Zeichnen „den kognitiv-intellektuellen Aspekt an“ (Kurt Richter 2010, S. 235).



Diagramme, Piktogramme, Maps und Charts

Eine speziell für die Supervision geeignete Form des Zeichnens ist das Anfertigen von Diagrammen, Piktogrammen, Charts und Maps. Sie gehören zu den wichtigsten Techniken und Methoden in der Supervision. **Diagramme** sind systematische Visualisierungen von Sachverhalten durch Striche oder Strichgrafiken in einer abstrahierenden und quantifizierenden Form. Sie dienen dazu, über den Strich auf den Punkt zu kommen.

Piktogramme sind bildhafte, symbolisierte Präsentationen von Sachverhalten. Sie verdeutlichen vor allem Zusammenhänge. Als **Maps** werden bildliche Darstellungen von Bedeutungszuweisungen und Wertungen auf einer symbolischen Ebene verstanden, die einen Sachverhalt, ein Thema oder eine Situation betreffen, wobei neben den bewussten, mental repräsentierten Faktoren auch unbewusste individuelle und kollektiv-mentale Repräsentationen als projektive Phänomene zu Tage treten. **Charts** sind Kartierungen von gegebenen Situationen in bildlicher Form, visualisierte Bestandsaufnahmen mit einem Fokus auf die Ebenen des Realen (vgl. Hilarion Petzold 1998, S. 249f). Durch den starken Sachbezug ist ihre Verwendung schnell transparent. Techniken dieser Art verlangen SupervisandInnen keine großen Sprünge in Ungewöhnliches ab und lösen deshalb kaum Vorbehalte aus.



Foto: Mia Schuhmann (2009)



Malen

Etwas mehr Überzeugungskraft brauchen supervidierende Personen, wenn es ums Malen geht. Farben bieten im Gegensatz zum Zeichnen mehr Freiraum und haben eine tiefere Verbindung zu Gefühlen. Sie lassen sich dick oder dünn, zäh, flüssig, transparent, flächig oder in Linien auftragen. Unter der Oberfläche eines gemalten Bildes können sich sogar noch ursprüngliche Farbschichten verstecken. Diese Differenziertheit entspricht dem Gegensätzlichen, Ambivalenten, Veränderlichen, Fließenden menschlicher Gefühle. Innere Bilder, psychodynamische Prozesse und emotionale Zustände werden so veranschaulicht (vgl. Kurt Richter 2010, S. 234). Farbe kann fest und fließend, leuchtend klar oder verwischt, zart, kräftig oder gebrochen aufgetragen werden. Diese breite Ausdruckspalette ist perfekt geeignet, die Bandbreite menschlicher Empfindungen zu nuancieren. Die Mischbarkeit von Farbtönen und die Vielfalt ihrer formalen Gestaltungsmöglichkeiten können die ganze Fülle und Dynamik der seelischen Landschaft zur Geltung bringen.



Foto: Mia Schuhmann (2009)



Innere Bewegtheit tritt im Prozess des Malens in Form der Malbewegung nach außen (vgl. Kurt Richter 2010, S. 234).

Im Malprozess empfängt das Bild einerseits das Innenleben der malenden Person und spricht andererseits für sie. So können Gestaltende sowohl mit anderen in eine neue, vertiefte Kommunikation treten, als auch einen Dialog mit sich selbst führen. Für die Supervision haben sich Ölkreiden oder Ölpastellkreiden sehr bewährt. Sie lassen sich mischen ohne Fließigenschaften zu haben. Dadurch wird die Tiefung im Zaum gehalten – und dennoch zugelassen, dass mehr Gefühle einfließen als bei einer Stiftzeichnung. Die Kontrolle über den Strich minimiert das Risiko zu „zerfließen.“ Außerdem lassen sich Ölkreiden leicht handhaben und erlauben sehr schnell ins Arbeiten zu kommen, ohne große Vorbereitungen zu treffen.



Foto: Sabine Schuhmann (2009)

Modellieren

Eine zusätzliche Ebene erschließt sich im plastischen Tun. Dreidimensionales Gestalten ermöglicht die Erfahrung des Perspektivwechsels. Ein Werk zu schaffen, das sich aus verschiedenen Blickwinkeln betrachten lässt, verführt dazu, Mehrperspektivität einzuüben. Modellieren ist eng verbunden mit dem Tastsinn und öffnet damit eine Tür zum Körper. Ton ist ein besonders elementares Medium. Das weiche, erdige, leicht zu formende Material lädt dazu ein, es direkt mit den Händen zu bearbeiten. Wird der Ton mit geschlossenen Augen geformt, können innere Vorgänge sehr leicht nach außen fließen, ohne dass Kritik und Bewertung den



Vorgang stören. Modellieren ist gut geeignet, sinnliches Erfassen und eigenleibliches Spüren anzuregen. Das Kontrollorgan Auge darf ausruhen und hilft dadurch, Vertrauen in die eigene Intuition zu gewinnen. Für supervisorisches Arbeiten eignet sich das Tonen allerdings nur bedingt, da durch die beschriebenen Eigenschaften schnell eine Tiefungsebene erreicht wird, die nur für wenige Supervisionssituationen günstig ist (vgl. Astrid Schreyögg 2010, S. 281).



Foto: Mia Schuhmann (2009)

Collagieren

Viel unverfänglicher ist die Collage. Ihr Vorteil liegt vor allem darin, dass sie die Hemmschwelle herunterschraubt, die ungeübte Gestalter oft am künstlerischen Ausdruck hindert. In der Regel ist es leichter, sich mit Schere und Zeitschrift ans Werk zu machen, als zu Ton oder zu Malutensilien der Schulzeit zu greifen. Zum einen erinnert das viele SupervisorInnen ans Malen müssen, zum anderen weckt es schnell künstlerisches Anspruchsdenken. Ein Vorteil der Collage ist, dass sie Wort und Bild verbindet, und so einen fließenden Übergang vom Begrifflichen zum Bilderdenken schafft. Auf diese Weise führt sie schonend in die nichtsprachliche Welt des Gestaltens ein. Ein weiterer Vorzug des Collagierens ist der hohe Aufforderungscharakter der Ausgangsmaterialien. Die farbige Zeitungswelt ruft



zahlreiche Assoziationen wach und regt damit die Phantasie an (vgl. Petzold in: Brown/Petzold (Hg.) 1977, S.118).

Die Arbeit mit Schere und Klebstoff hat einen Bezug zum Trennen und Verbinden. Collagieren zerstört und erschafft, setzt Altes und Gewohntes in neue Zusammenhänge. Ausschneiden trifft eine Auswahl aus dem Vielen und erschafft über Reduktion Übersicht und neue Ordnung. Aufkleben wird zu einer Komposition, die durch die Möglichkeit des Überklebens prozesshaft bleibt. Der spielerische Charakter dieser Technik birgt eine besondere Leichtigkeit und Unverbindlichkeit, dadurch wird das Erstellen von Collagen in der Supervision gut angenommen, auch von Personen mit Gestaltungshemmung.

Klebearbeiten können mit kleinen Schachteln, Korken, Rollen oder Pfeifenputzern die Vorzüge der Dreidimensionalität anbieten und als Brücke in die Mehrperspektivität dienen, ohne die Ebene der Leichtigkeit zu verlassen. In der Supervision muss für solche Experimente allerdings besonders gut geworben werden, weil Basteln sonst schnell als kindisch erlebt wird.



Foto: Sabine Schuhmann (2009)

Sprache und Poesie

Mehr Ernsthaftigkeit suggeriert der schöpferische Umgang mit Worten. Sprache als kreatives Medium hat einen bedeutenden Platz in der Integrativen Supervision.



Semantische Differenzierungen, Wortschöpfungen und neue Formulierungen können problematische Implikationen in Förderliches verwandeln und sind zentrale Interventionstechniken in jeder Beratungsarbeit. Dabei gilt es, Achtsamkeit für das gesprochene Wort zu wecken und ziieldienliche Formulierungen zu entwickeln.

In der Praxis hieße das zum Beispiel, darauf aufmerksam zu machen, dass die gängige Bezeichnung Stationsstützpunkt aus dem militärischen Kontext stammt. Umformulierung kann neue Betrachtungsperspektiven ermöglichen.

Sprache sensibilisiert und verwandelt, verdichtet und konkretisiert. Klärung bei vagen oder verschwommenen Äußerungen wie „es sollte“ oder „man müsste“, können in Formulierungen verwandelt werden, die zu einer Übernahme von Verantwortung anregen (vgl. Kurt Richter 2010, S. 208).

Gerade Worte außerhalb der Alltagssprache ermöglichen das Betreten eines kreativen Raumes und inspirieren zu Denkipulsen. Geschichten erfinden, reimen Wörter sammeln, schreiben, rappen oder Märchen erzählen – all diese Spielarten erweitern das Sprachempfinden und entwickeln das Denken weiter. Kreativer Umgang mit Sprache bringt Fühlen und Denken in Einklang. Scheinbar Formloses wird in eine Reihenfolge, in ein Nacheinander und in eine besprechbare Form verwandelt. Sprache kann zu einer erlebnisaktivierenden Intervention werden (vgl. Kurt Richter 2010, S. 208).

Auch das Finden von Bildern bereichert den Supervisionsprozess. Interessante Ergebnisse liefern zum Beispiel Fragen wie: „Wenn die Organisation, in der Sie arbeiten, ein Film wäre, welchen Titel hätte der Streifen?“ Solche Ausflüge in die Phantasie bergen unendlich viele Informationen, die in einem sachlichen Gespräch im Verborgenen bleiben würden. Bewegt sich die weitere Kommunikation auf dieser hypothetischen Ebene und spinnst die verwendeten Bilder weiter, können aus der Weite des Phantastischen fast spielerisch Lösungen auftauchen.

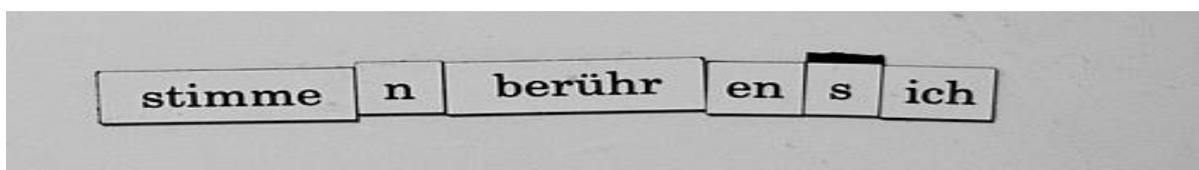


Foto: http://28.media.tumblr.com/Za99lnKthgg2p304MVj7hGZZo1_500.jpg



Arbeit mit Symbolen

Eine sinnvolle Erweiterung der Kommunikation ist die Arbeit mit Symbolen, denn unbewusste Innenwelt und auch Träume teilen sich oft in symbolischen Bildern mit. „Durch die Symbole werden nicht nur individuelle sondern auch archetypische, kollektive und gruppenspezifische Erfahrungen verdichtet“ (Kurt Richter 2010, S. 324). Die Zuweisung von Bedeutung kann Materialien der Natur, Gegenständen oder phantasierten Bildern zu Sprachrohren der Seele machen. So wird der Selbstaussdruck der SupervisorInnen durch nonverbale Aspekte angereichert und führt aus Gewohntem heraus.

Zum Symbol gewordene Bedeutungsträger können auch über das Anordnen im Raum zur Visualisierung dienen. Dadurch lassen sich Konstellationen, vage Ideen, Gefühle, diffuse Stimmungen, Befürchtungen und Hoffnungen veranschaulichen. So kann das Aufstellen eines Teams mit kleinen Holzfiguren, Steinen oder Knöpfen zu überraschenden Einsichten führen. Auf diese Weise bereichert Symbolsprache Entwicklungsprozesse, weil sie es ermöglichen, kommunikative Trampelpfade zu verlassen.





Foto: Sabine Schuhmann (2009)

Darstellendes Spiel

Ähnlichen Effekt hat das Spiel. Es bietet Gegenwart und Freiheit – Spielen ist Handeln in geschütztem Raum, löst aus der Enge üblicher Rollen und hebt aus dem Alltag in eine überschaubare Welt. Neues kann ausprobiert und eingeübt werden. Masken und Kostüme schaffen eine zusätzliche Hülle und vermitteln Sicherheit im Umgang mit neuen Rollen. Übertreibung hat keine Konsequenzen, Dinge werden so auf den Punkt gebracht. In der Supervision kann es helfen, andere Personen zu spielen, um sich tiefer einzufühlen oder auch dem eigenen Schatten eine Stimme zu verleihen. Für die Rollenerweiterung ist das Spiel wichtige Stütze.

Zum darstellenden Spiel gehören vor allem Rollenspiel, Pantomime, Theater, Puppen-, Märchen- und Maskenspiel. Das Schlüsselwort dieser Medien ist: Illusion (vgl. Marc Muret 1988, S. 125). Auf dieser Bühne entspringen Zeit, Raum und Personen der Vorstellung; eine Scheinwelt entsteht. Hier wird erlaubt, Bewegendes auf einer anderen Ebene auszutragen. „Die Wirkung von Theater besteht darin, zu lügen, um die Wahrheit zu sagen, vorzugaukeln, um wahrhaftig zu sein. Wie ein Karikaturist vergrößert und vereinfacht der Schauspieler die Züge der Person, die er verkörpert" (Marc Muret 1988, S. 125).

Als Sonderform des Spiels schließt die Pantomime Sprache aus und verzichtet auf Kostüme, Requisiten und Dekoration. Der pantomimische Ausdruck widmet sich ganz dem Körper und spricht nur mit Haltung, Mimik und Gestik (vgl. Werner Müller 1979, S. 8). Dadurch „werden Erlebnisqualitäten freigesetzt, die von der Verbalisation überdeckt worden sind und gerade für das affektive Lernen hohe Bedeutung haben" (Hilarion Petzold in: George Brown/Hilarion Petzold (Hg.) 1977, S. 113). Masken, Puppen und Kostüme faszinieren über das Verstecken. So entstehen Freiräume für spontanen Ausdruck. Verkleidung verbirgt und entlarvt (vgl. Kurt Richter 1988, S. 31). Mit der Anfertigung solcher Masken und Requisiten werden gestalterische Aspekte in das darstellende Spiel eingewoben. Trotzdem finden diese Medien nur selten Einzug in die Supervision, in der Regel sprengen sie den zeitlichen Rahmen. Auch die Akzeptanz der Supervisanden und Supervisandinnen



kann bei Medien, die stark an kindliches Spielen erinnern, ein Problem sein. Dennoch könnte eine Kasperfigur eingesetzt werden, wenn jemand seine Berufsrolle als Kasperrolle empfindet (vgl. Astrid Schreyögg 2010, S. 283). Die Spielform, die sich für die Supervision anbietet, ist das Rollenspiel. Vor allem im sozialen Bereich Arbeitende sind an diese unkomplizierte Vergegenwärtigung von Szenen gewöhnt. Sollte die Aufforderung zum Rollenspiel auf wenig Begeisterung stoßen, kann das daran liegen, dass der spielerische Aspekt zu weit in den Hintergrund getreten ist und ein zu hoher Anspruch das Experimentieren verhindert. Hier kann es hilfreich sein, mit Humor vorzugehen oder vorzuschlagen, einen Dialog gewollt schlecht zu führen. Auch Übertreibungen entkrampfen die Protagonisten. Alles, was die spielerische Unverfänglichkeit betont, motiviert (ebenda S. 245ff).



Foto: Sabine Schuhmann (2009)

Musik

„Im weitesten Sinn lässt sich Musik als nach Regeln gestaltetes, zeitlich strukturiertes Klangmuster beschreiben“ (Eckhart Altmüller u.a. 2008, S. 64). Klingender Ausdruck mit Instrumenten und Stimme erreicht den Menschen in der Tiefe. Gerade nicht Sagbares und Unausprechliches kann akustisch ausgedrückt werden (vgl. Ilse Orth,



Hilarion Petzold 1990, S. 741). Musik ist das einzige Medium, das auf Worte verzichten kann, sich aber dennoch dem Ohr zuwendet. Anders als das Auge, das mit einem Zwinkern darüber entscheidet, ob es sehen will oder nicht, nimmt das Ohr bedingungslos auf. Diese Qualität ist es, die Hören und Hingabe miteinander verbindet. Das wirft einen Lichtstrahl in die Geheimnisse musikalischer Wirkkraft und lässt erahnen, wie es der Musik gelingt, Herzen zu öffnen, Spannungen zu lösen und dazu verführt, ein Stück Kontrolle aufzugeben (vgl. Otto Kleibl 1976, S. 119). Weil sich das Ohr dem Klang nicht entzieht, erreicht Musik auch Verschlussene. „Die Musik öffnet die Tür zum Innersten des Menschen“ (Catherine Krimm-von Fischer, 1982, S. 12)

Über die Musik werden Phantasie und Vorstellungsvermögen angeregt (vgl. Lore Auerbach in: Klaus Finkel (Hg.) 1979, S. 59). Hingabe an Melodie, Rhythmus und Harmonie „provoziert und aktiviert Emotionen, die verschüttet oder unterdrückt waren“ (Martin Schuster 1988, S. 138). Sie löst Verkrampfungen und vertieft so das seelische Erleben.

Neben der inneren Bewegung regt Musik auch zur äußeren Bewegung an. „Musik und Bewegung hängen zusammen ... Bestimmte Musik ruft bestimmte Bewegungen hervor, bestimmte Bewegungen verlangen bestimmte Musik“ (Wil Waardenburg in: Lex Wils (Hg.) 1977, S. 259).

In der Supervision kann Musik sowohl rezeptiv als auch produktiv eingesetzt werden. Je nach Färbung stimmt sie ein, untermalt, entspannt oder regt an. Sich dieser manipulativen Kraft gewahr zu sein, hilft in der Supervisionspraxis, Musik konstruktiv und verantwortungsbewusst einzusetzen.



Foto: Winfried Schuhmann (2006)

Klang

Klopfen, tönen, singen, rasseln, tanzen, stampfen, musizieren – Klänge und Bewegung führen in einen weiteren Ausdrucksraum, der allen Menschen zur Verfügung steht. Gerade diese archaischen Kommunikationsformen machen Ausdruck leicht (vgl. Kurt Richter 2010, S. 242) und wirken als Gruppenerlebnis sehr verbindend. Rhythmus ordnet, regt an, bewegt und fordert heraus, er führt in den Körper, öffnet und beschwingt.

Astrid Schreyögg befürwortet für die Supervision vor allem visuelle Medien.

Basierend auf guten Erfahrungen mit akustischen Experimenten empfiehlt die Autorin jedoch, bei Bedarf auch akustische Aspekte mit einzubeziehen. Ein konkretes Beispiel aus der Praxis soll die Grundlage dieser Haltung belegen:

Ein in der Psychiatrie arbeitendes Team wurde aufgefordert, in einem Rollenspiel die emotionale Gestimmtheit eines psychotischen Patienten zu spiegeln. Statt sprachlich auf den verworrenen Inhalt einzugehen, sollte mit tönen, summen, klingen, gackern, glucksen versucht werden, die Affektlage des Gegenübers zu verdeutlichen. Nach anfänglicher Skepsis wurde die Übung mit Begeisterung aufgenommen, weil im Tun sehr schnell deutlich wurde, dass über das Tönen die Stimmung des Anderen leiblich erfasst werden kann. Den Teilnehmenden gelang es auf diesem Weg extrem schnell,



das Wesentliche hinter psychotischen Inhalten zu hören und das Symptom aus dem Zentrum der Begegnung zu bewegen. Durch diese neue Fokussierung gelang es ihnen nachhaltig, einen echten Kontakt zu Patienten aufzubauen. Ihre Antworten auf psychotische Inhalte beschränkten sich nun nicht mehr auf Berichtigten und Beschwichtigen, sondern reagierten auf darunter liegende Bedürfnisse. Ohne Umwege zu sagen: „Ich merke, dass Sie sehr in Sorge sind“ löste auch die Spannung des Gegenübers. Darüber hinaus wuchs aus dieser Erfahrung eine neue Achtsamkeit für Nuancen im Umgang mit Stimme im therapeutischen Kontext. Da das Ohr in tiefere und damit immer auch gefährlichere Gefilde als das Auge führt, sind visuelle Medien unverfänglicher und besser zu kontrollieren. Aber gerade in der Supervision von therapeutischem Fachpersonal sind Experimente, die das Hören betreffen, durchaus weiterführend. Sie wenden sich hier an eine hörende Zunft, an Menschen, die tieferen Selbsterfahrungsprozessen gegenüber aufgeschlossen sind.



Foto: Mia Schuhmann (2009)

Rhythmus

Eng verwandt mit dem Thema Klang ist der Rhythmus. Die rhythmische Bewegung braucht die Musik, denn sie ordnet sich über das Gehör. Klang und Ton sind die Grundlage einer befreiten Bewegung. Hören entkrampft, löst und „trägt die Bewegung, die ja keinen Anhalt mehr an den Dingen, an den Wegen und den Zwecken hat, über die Abgründe der Zeit hinweg“ (Eva Bannmüller in: Karl Josef Kreuzer (Hg.), 1984, S. 571). Tanz und Rhythmik machen Zeit, Raum und Kraft intuitiv erfahrbar. Beide Disziplinen gewähren Selbst- und Welterfahrung zwischen Lösung und Spannung. Auch der Tanz ist in erster Linie Ausdrucksmedium. Er entspringt dem „Bedürfnis nach Darstellung und Gestaltung“ (Georg Sowa, in: Klaus Finkel (Hg.) 1979, S. 449). „Tanz ist Rausch und Ekstase, aber auch Ordnung und Form, Bewegung und Rhythmus, Anmut und Schönheit“ (Karl Josef Kreuzer, Renate



Maiwald, in: Karl Josef Kreuzer 1984, S. 286). In seinem Ursprung war zentrales Element von Ritualen für alle wichtigen Lebensbereiche und magische Analogiehandlung. Das verleiht ihm auch heute noch heilende Kraft. Im „so wie“ und „als ob“ eröffnet sich im Tanz ein geschützter Freiraum. Der Bezug zur Trance, der stärksten Macht des Tanzes, hebt ihn aus anderen Medien heraus. Rhythmischer Rausch kann Angst transformieren.



Foto: Winfried Schuhmann (2007)

Kurt Richter empfiehlt Trommeltrancen sogar für den Coachingprozess, räumt allerdings ein, dass sie gewöhnungsbedürftig und zeitraubend sind (vgl. Kurt Richter 2010 S. 242). Dieser Nutzung steht die Autorin skeptisch gegenüber. Zum einen stellt sie die Frage der Passung mit der Social World der Teilnehmende, zum anderen können Ritualtrancen Tiefungsebenen berühren, die im Kontext der Supervision nicht angemessen sind und oft Destabilisierung zur Folge haben.

Neue Medien

Mit Video, Foto und Tonaufnahmen werden durch technische Raffinesse Teile der Wirklichkeit konserviert. Solche Dokumentationen sind aber nicht nur Selbstzweck. Die Arbeit mit neuen Medien geht über den Spaß des Festhaltens hinaus: Foto und



Video ermöglichen Wahrnehmungen aus einer exzentrischen Position. Damit können sie nicht nur Distanz schaffen, sondern auch dabei helfen, neue Blickwinkel einzunehmen.

Werden sie als künstlerisches Werkzeug eingesetzt, entfalten neue Medien manchmal musische Qualitäten. Werden sie genutzt, um Form zu geben und zu gestalten, schlagen sie die Brücke zwischen Technik und Muse.

Neue Medien auch als Gestaltungsmöglichkeiten zu nutzen, kann ein wichtiges Gegengewicht zu Berieselungstendenz der Neuzeit bilden. Der aktive Umgang mit Film kippt den Konsum in kreatives Mitgestalten. Die breite Themenvielfalt im dokumentarischen Arbeiten mit Video machen Illusionen bewusst und entlarven die manipulative Kraft von Schnitt, Ton und Licht. König Fernsehen wird entthront, weil Allesgucker im Durch-die-Kamera-Schauen zu Durchblickern werden (vgl. Nel Kliphuis-Bothof 1977, S. 178).

Speichernde Medien sind auch deshalb interessant, weil sie eine besonders direkte Selbstbegegnung ermöglichen. Bei Problemen mit Selbstbild und Körperschema zum Beispiel bieten sich Fotos zur visuellen Realitätskontrolle an. So kann jemand, der sich seines Körpers schämt, in Fotos baden (vgl. Marc Muret 1988, S. 141).

Der Einsatz von Fotografien kann Erinnerungen aktivieren. Video bietet ein besonders intensives Feedback, die unverfälschte Wiedergabe von Auftritt, Mimik, Gestik, Sprechweise und Wirkung.

Video umfasst sowohl den dramatischen als auch den optisch darstellenden Bereich und ist damit für die „Gestaltung von Gefühlen“ besonders geeignet (vgl. Marc Muret 1988, S. 144). Filmen bietet die Möglichkeit, gleichzeitig eine Rolle zu spielen, Regie zu führen und es sich auf dem Zuschauerplatz bequem zu machen. Das schafft die Chance, eine Sache aus drei verschiedenen Perspektiven zu beleuchten. Über die Kamera entsteht ein besonderer Kontakt mit der Umgebung. „Jedes Bild meint eine Einstellung, jede Einstellung meint Beziehung, und nicht nur eine räumliche. Jede Anschauung der Welt enthält Weltanschauung. Darum bedeutet jede Einstellung der Kamera eine innere Einstellung des Menschen. Denn es gibt nichts Subjektiveres als das Objektiv“ (Alex Diel 1974 cit. Béla Balázs, (1930):1930, S. 277).



Foto: http://28.media.tumblr.com/Za99lnKthgg2p304MVj7hGZZo1_500.jpg

Bewegung

Bewegung ist erlebte Einheit: sie pflegt das Körpergefühl und fördert über das Körperbewusstsein Selbstbewusstsein. Bewegungsempfindungen führen in die Leiblichkeit, egal, welcher Art sie sind: Schwere und Leichtigkeit, Fallen und Getragen werden, Schwingen und Führen, Widerstehen und Nachgeben, Weite und Enge, Nähe und Ferne, Beschleunigung und Verzögern.

Bewegung will Gleichgewicht, bringt Körper und Seele ins Lot. Dadurch hat körperliche Aktivität entlastende und entspannende Funktion. Im Fließgleichgewicht zwischen Spannung und Lösung können Menschen in ganz besonderer Weise zu



neuen Lösungen finden. Diese eutone leibliche Ausgangslage schafft die wache Wahrnehmung, die für die kreative Arbeit so wichtig ist (vgl. Hilarion Petzold 2007, S. 220).

