



TEXT INA BEYER
FOTOS HANS D. BEYER

DER **SCHMERZ** MUSSTE RAUS!

Claudia Walter wusste eines Tages: „Jetzt will ich auch einmal etwas für mich tun. Ich möchte mich mit mir und meiner Situation auseinandersetzen.“

Da wurde ihr Sohn Christian gerade 18 Jahre alt und wechselte in die Berufsbildungsstufe. „Plötzlich hatte ich wieder mehr Zeit, ich fand: Jetzt kann es mal um mich gehen.“

Christian ist schwerstmehrfachbehindert. Bei seiner Geburt hatte er eine Sauerstoffunterversorgung. „Neun Minuten lang war er klinisch tot“, erzählt seine Mutter. „Er ist reanimiert worden. Dann bekam er noch eine Hirnhautentzündung und starke epileptische Anfälle kamen hinzu.“ Christians erstes Lebensjahr verbrachten er und seine Eltern überwiegend in der Klinik. Es dauerte lange, bis sich sein Zustand verbesserte.

Die Familie lebt in Ubstadt-Weiher, einem kleinen Ort in der Nähe von Heidelberg. „Da gibt es nicht viele andere Kinder mit Behinderung. Ich bin damals weit gefahren, um mich mit anderen Müttern austauschen zu können. Aber deren Kinder waren schon viel älter als Christian und die Gespräche haben mir nicht gut getan. Ich habe dann keinen weiteren Anschluss mehr gesucht.“

So hat sie sich mehr darauf konzentriert, Christian alles an Förderung und Therapien zu ermöglichen, was ihn weiterbringen konnte. Dafür ist sie auch weite Wege gefahren. Bei allem war den Eltern trotzdem wichtig, mit Christian

Jetzt WILL ICH AUCH EINMAL etwas für mich TUN

ein möglichst normales Leben zu führen. Christian wurde das erste Kind mit Behinderung am Ort, das in den Regelkindergarten integriert wurde und das später auf eine Regelschule ging.

Claudia Walter leitet ein Schulorchester. „Wenn ich Musik machte, haben wir Christian immer mitgenommen“, erzählt sie. Diese Arbeit und die Musik bedeuten ihr viel.

Noch nie waren Christian und seine Eltern bisher auch nur für eine Nacht voneinander getrennt. Bisher wachte jede Nacht ein Elternteil bei ihm am Bett, bis er einschlief, da die Epilepsie bei Christian immer in der Phase des Einschlafens oder beim Aufwachen auftrat. Seit ungefähr drei Jahren ist jedoch etwas Ruhe in die Familie eingekehrt. Christian ist inzwischen frei von epileptischen Anfällen. Er ist gut eingestellt. „Eigentlich bin ich immer nur für andere da“, wurde seiner Mutter auf einmal klar. Das wollte sie ändern. Sie entschloss sich zu einer Kunsttherapie.

Die diplomierte Heilpädagogin Christine Jordt hat jahrelang in der Frühförderung und im Bereich der Integration gearbeitet. Über Jahre hinweg begleitete sie Familien mit einem behinderten

Kind. Gerade erst hat sie ihre Ausbildung zur personenzentrierten Kunsttherapeutin abgeschlossen. „Mütter eines Kindes mit Behinderung kommen mit dem Gedanken zu mir: »Ich bin über Jahre zu kurz gekommen. Was ist es noch, was mich ausmacht? Ich lebe nur für andere.« Eigentlich betrifft das alle Mütter in der Mitte des Lebens“, überlegt sie, „doch Mütter eines behinderten Kindes haben sich selbst oft noch mehr aus dem Blick verloren“.

Claudia Walter wurde eine ihrer ersten Klientinnen. „Anfangs ging es in der Therapie ganz viel um Christian und immer wieder darum, sich mit der Situation abfinden zu müssen“, beschreibt Christine Jordt die Ausgangslage. „Später stand immer weniger ihr Sohn im Mittelpunkt, stattdessen aber immer mehr meine Klientin selbst.“

Claudia Walter hatte zunächst keine konkrete Vorstellung davon,

was sie in einer Kunsttherapie erwarten würde. „Kunsttherapie hat nichts mit Künstlersein oder Malenkönnen zu tun“, erklärt Christine Jordt. „Sie bietet Menschen lediglich eine andere Möglichkeit, sich mitzuteilen.“ Besonders gut eignet sie sich deshalb auch für Menschen, denen es schwerfällt, etwas in Worte zu fassen – für Kinder und Menschen mit Behinderung. Die Therapeutin erlebt jedoch bei Erwachsenen, vornehmlich bei Männern, eine gewisse Scheu, sich darauf einzulassen. „Bisher haben mir alle erklärt: Ich kann doch gar nicht malen!“ Durch ein paar Übungen hilft sie den Klienten, ihre Hemmungen schnell zu überwinden.

Das war für Claudia Walter kein Problem: „Und mir ist auch nie passiert, dass ich vor einem Blatt Papier stand und keine Ideen hatte. Im Gegenteil: Wenn ich morgens wach wurde und wusste, ich habe heute Kunsttherapie, dann hatte ich oft schon ein Bild im Kopf.“

Es gibt auch Sitzungen, in denen Klienten erst einmal erzählen, was sie beschäftigt. „Erst im Verlauf des Gesprächs fangen sie dann an zu malen. Das Malen nimmt natürlich viel Raum ein“, erklärt die



Therapeutin. „Mindestens die Hälfte der Zeit. Aber manchmal wird auch während des Malens gesprochen. Ich reiche den Klienten alles, was sie an Farben oder Stiften brauchen, damit sie sich ganz auf das Malen konzentrieren können.“ Verbesserungsvorschläge macht sie aber nicht, und sie gibt auch keine Tipps.

Bei ihr werden die Bilder anschließend nicht gedeutet. Wenn ein Bild fertig ist, wird es gemeinsam besprochen. „Ich thematisiere auch, was ich während des Malens wahrgenommen habe oder höre einfach zu.“ ▶



NICHT DIE **Umstände** LASSEN SICH ÄNDERN, ABER **mein** **Blick** AUF DIE DINGE.

Am Anfang einer Therapie, die in der Regel zwischen zehn und 20 Sitzungen umfasst, beginnen die Klienten meist vorsichtig im Papierformat DIN A3 am Tisch sitzend. „Ungefähr nach der Hälfte der Therapie kommen aber alle allmählich an die Malwand. Das Format wird größer, und irgendwann ist es ein Genuss, seinem Thema einen so großen Raum geben zu können.“

Die Bilder von Claudia Walter sind alle in sehr ausdrucksstarken Farben. Immer geht es in abstrakten

Flächen um die drei Familienmitglieder Vater, Mutter, Kind und um Trauer und Schmerz. „Am Anfang waren die Farbfelder stark voneinander abgegrenzt“, erzählt die Mutter. „Ich habe meine Familie und meine Traurigkeit voneinander getrennt. Ich habe mir lange nicht eingestanden, dass beides miteinander zu tun hat.“

Als ihr das klar wurde, bekam die Therapie eine Wende. „Sie hat der Traurigkeit ihren Raum gegeben. Sie hat nicht sofort ihre Gefühle heruntergeschluckt oder weggedrängt. Sie hat sie zugelassen“, ergänzt Christine Jardt.

„Ich habe den Schmerz in mir gespürt und konnte ihn rauslassen“, stellt Claudia Walter fest. „Diesen ganzen Schmerz, diese Trauer! Als ich malte, gab ich etwas von der Traurigkeit auch an das Blatt Papier ab. Ich glaube, es funktioniert genauso wie beim Buch- oder Tagebuchschieben. Und es funktioniert bis heute. Zum Buchschreiben fehlt mir die Zeit, aber dann male ich eben ein Bild.“

Claudia Walter ist klar: „Ich kann nichts ungeschehen machen.“ Aber durch den Prozess des Gestaltens in der

Kunsttherapie hat sie erkannt: „Ich kann trotzdem etwas in meinem Leben verändern, ich kann etwas gestalten und in die Hand nehmen! Nicht die Umstände lassen sich ändern, aber mein Blick auf die Dinge.“

Christians Eltern fühlen sich jetzt gestärkt, ihn allmählich loszulassen. In Kürze fährt er auf Klassenreise. So etwas gab es in seinem Leben noch nie: „Er war noch nie auf einem Jungenzimmer, weil bisher immer einer von uns Eltern mitgefahren ist und sich das Zimmer mit ihm geteilt hat“, erklärt Claudia Walter. Auch jetzt werden sie mitfahren, sich aber nur in der Nähe aufhalten, um bei einem Notfall vor Ort zu sein. „Wir sind den

Info

In der klientenzentrierten Kunsttherapie stehen die Person des Klienten/der Klientin und der gestalterische Ausdruck des inneren Erlebens unter fachlich therapeutischer Begleitung im Mittelpunkt. Sie ist dem psychotherapeutischen Ansatz in der Kunsttherapie zuzuordnen. Weitere Formen der Kunsttherapie sind der tiefenpsychologische, der pädagogische, heilpädagogische und kunstpädagogische, der anthroposophische und der kunstorientierte Ansatz.

Mehr Informationen finden Sie auf den Seiten des DFKGT, dem größten Zusammenschluss von Kunst- und Gestaltungstherapeuten:

DFKGT
Deutscher Fachverband für Kunst- und
Gestaltungstherapie e. V.
Mittenwalder Str. 59
10961 Berlin
Telefon 030 61203208
E-Mail info@dfkgt.de
Internet www.dfkgt.de

In der Rubrik „Infos/ Therapeutenliste“ können Sie über die Suchfunktion Praxen in Ihrer Nähe finden.

Mein Akku IST WIEDER voll!

Lehrern sehr dankbar, dass wir die Abnabelung in unserem Tempo gestalten können. Sie haben viel Verständnis für uns.“ Ihr ist ganz klar, dass Christian auf seine Art selbstständig werden muss. „Ihm wird das leichter fallen als mir. Mein Mann und ich müssen uns damit abfinden, dass Christian

älter geworden ist. Uns ist auch bewusst, dass wir nicht immer da sein können. Deshalb ist unser Ziel, dass Christian sein eigenes Leben leben kann.“

Für Claudia Walter war die Therapie eine wichtige Erfahrung. Auch wenn sie diesmal im Mittelpunkt der Therapie gestanden hat, „profitiert auch Christian davon, denn er merkt, mir geht es wieder gut. Mein Akku ist wieder voll!“ ■

