

Lilli Friedemann

ICHSTÄRKUNG - PARTNERBEZOGENHEIT - KREATIVITÄT

Ichstärkung

Das Selbstbewußtsein eines Menschen ist sicherlich nicht "angeboren" und hängt auch nicht unbedingt mit seinen Begabungen zusammen. Es entwickelt sich unter dem Einfluß der Familie, der Lehrer und Erzieher und - nicht zuletzt - der Mitschüler und Spielkameraden.

Die Person selbst - mit ihren Stärken und Schwächen - beeinflusst das Selbstbewußtsein nicht unbedingt. Ein ungeschicktes oder wenig intelligentes Kind, das sich von den Eltern akzeptiert fühlt, kann sich fröhlich und unbefangen verhalten, während ein hochbegabtes Kind, das von seinen Eltern überfordert wird, zum Stotterer werden kann. An der Ichstärke des Letzteren gibt es oft mehr "nachzuholen" als an einem glücklichen Dummerchen; denn eine beschränkte Intelligenz oder mangelnde Sportlichkeit müssen noch keinen psychischen Schaden anrichten, wenn das Fehlende durch lebenswichtige vitale und seelische Fähigkeiten ausgeglichen wird. Eher können z.B. jugendliche Intellektuelle von "Minderwertigkeitskomplexen" geplagt sein, wenn ihnen z.B. die Tatkraft und Lebensnähe der Altersgenossen(innen) fehlt.

Das Problem ist nun, ob wir einen jungen Menschen davon überzeugen können, daß dieser ebenso klug, stark oder liebenswert ist wie die Mitmenschen, vor denen er/sie sich "duckt". Das Darüber-Reden greift nicht an die Wurzel des Übels: die Betroffenen müsse sich selbst davon überzeugen, wer sie sind.

Beim gemeinsamen Improvisieren können Situationen geschaffen werden, in denen auch jede(r) Ichschwäche sich exponieren, eine Rolle spielen, eine Führung übernehmen kann. Einerseits ist es nötig, daß man zunächst nur Spiele macht, die lediglich auf ein einfaches aber spontanes Sich-Exponieren jedes(r) Einzelnen innerhalb eines Spielvorgangs eingerichtet sind. Hierdurch können die "Schüchternen" lernen, innerhalb einer "echten" gemeinsamen Improvisation ohne irgendwelche "Auflagen" von sich aus hervorzutreten, als Erste(r) zu beginnen oder auch selbständig aufzuhören. (Zu einem entschiedenen Schlußmachen gehört auch Ichstärke!) Natürlich ist hier nicht das Ziel, hervorzutreten, nur um sich und den anderen zu zeigen, daß man es "kann". Man soll nur fähig werden, es anzuwenden, wo die musikalische Situation es nach Meinung der Einzelnen fordert .

An der Ichstärkung und Selbstbehauptung ist unser Körper stark beteiligt; das können wir alle an uns selbst erfahren:

Wenn ein Kind sich durchsetzen will, trampelt es mit den Füßen oder "trommelt" mit den Fäusten. Beim Erwachsenen hat ein Fußstapfen oder Auf-den-Tisch-Hauen den gleichen Sinn: sich

durchzusetzen.

Natürlich läßt sich die Selbstbehauptung nicht "einimpfen", indem jeder mit dem Fuß stampfen oder mit der Faust trommeln "soll". Das Wesentliche ist hier, daß jede/r - jeweils als Einzige/r - die Gruppenmitglieder in einem Wettkampf der Stärke anführt, ihr Metrum verändert, sie zum Aufhören bringt. Natürlich soll dabei kein "tierischer Ernst" herrschen; es bleibt alles ein Spiel und die "Ichstarken" verstehen meist, worum es sich handelt und machen kräftig mit. (Die Spiele aus dem Buch Tro-Ta-Tö von L.Fr. können den Lesern deutlich machen, was hier vor sich geht. Siehe S.18 und 28!) Spiele mit Trommeln und Fußstampfen haben erstaunliche Wirkungen erzielt. Jedesmal am Ende solcher Übungen kam wenigstens e i n e Teilnehmerin hinterher zu mir und sagte: "Jetzt kann ich reden!"

Um eine bleibende Wirkung zu erzielen, muß man natürlich mit den Betreffenden längere Zeit weiterarbeiten.

Partnerbezogenheit

”Der Mensch ist dem anderen ein Wolf.”

Dieses harte Wort müssen wir als Menschen und als Erzieher in unserer Zeit "schlucken", damit es unsere Kräfte immer von neuem mobilisiert, dieser Art "Wahrheit" entgegenzuwirken.

Der "Wolf" herrscht nicht nur in der Politik. Abgesehen von der "Unbelehrtheit" vieler Mütter und Väter im Erziehen werden die Kinder heute in der Schule durch die Form der Zensierungen zum Konkurrenzdenken erzogen, und "Karriere" ist heute wohl mehr denn je ein zündender Begriff für die meisten jüngeren Menschen geworden. In diesem Begriff ist nicht alleine das "Tüchtig-Werden", etwas "leisten" entscheidend sondern vor allem das "Nach-oben-Kommen" (auf Kosten der anderen).

Eine Mutter sprach einmal diese innere Haltung spontan mit diesen Worten aus: "Wie kann ich mein Kind heute dazu erziehen, daß es sich später durchsetzen kann?" Eine bange Frage, hinter der sich schon - der Mutter sicherlich unbewußt - der "Wolf" versteckt.

Da wir, die Eltern, Lehrer, Erzieher, nicht die Möglichkeit haben, dem Wolf von "obenher" zuleibe zu rücken, versuchen wir es von "unten" her: mit Eltern, Familien, Heimen, in der Sozialarbeit und der Schule. Für jede Art, jedes Alter von Gruppen, Klassen oder Vereinigungen sollten wir konkrete Situationen schaffen, in denen mit der Arbeit oder dem Spiel Gemeinsamkeit und mitmenschliches Verhalten unlöslich verbunden sind. (Gemeint ist z.B. die innere Situation der Partner, wenn sie zusammen etwas bauen!)

Auch wetteiferndes Spielen oder Arbeiten kann zueinander führen, und Sportwettkämpfe müssen bei Kindern und Jugendlichen nicht zu mißgünstiger Haltung führen; das Spiel geht gegeneinander, aber die Gruppe empfindet Freundschaft für alle . (Der "Wolf" stellt sich meist erst ein, wenn es sich um Geld oder Karriere handelt.)

Innerhalb der Familie sollten die Eltern lernen, wie man mit Kindern in friedlicher Form "spielen" kann, und Kindergärtnerinnen wie Erzieher mit größeren Gruppen sollten ausprobieren, wie weit

man auf das "Ansagen" und "Anführen" verzichten kann - zugunsten des "Miteinanders" der Kinder oder Jugendlichen. Nicht das Reagieren auf ein und dieselbe Person, sondern die eigenen Beiträge der Gruppenmitglieder für das "Miteinander": das Anreden, Bezugnehmen, Erzählen, Zuhören, Ideen-Äußern: das alles kann eine Gemeinsamkeit schaffen, in der sich Kräfte für die Partnerbezogenheit entwickeln. Dies läßt sich auf der musikalischen Ebene ebensogut - wenn nicht besser! - verwirklichen wie auf der verbalen.

Klänge und Töne wecken auf und bringen die Seele der Jungen und der Alten in Bewegung. Für Kinder ist schon der erste Umgang mit klingendem Material ein Abenteuer. Aus diesem Abenteuer wächst meistens das Bedürfnis, die eigenen Einfälle auf dem klingenden Material den "anderen" zu zeigen, womit häufig ein Wettstreit beginnt. Noch spannender wird es dann, wenn die Spieler sich gegenseitig ihre Einfälle "zuspielen", wobei sie bereits aufeinander reagieren!

So - zum Beispiel - kann ein Lernprozeß im "Hören" und "Reagieren" eingeleitet werden, bei dem jedes Gruppenmitglied sich musikalisch im Mitteilen wie im Sich-Einfühlen, Sich-ins-Wort-Fallen wie auch im Schweigen-Können entwickelt. Aus dem "Miteinander" ist vielleicht ein kleines musikalisches "Werk" entstanden.

Die obenbeschriebene Form des ersten Beginns für eine Improvisationsgruppe ist nur eine von unzähligen Möglichkeiten, einen Spielablauf einzuleiten. In den Büchern der Verfasserin befindet sich eine große Auswahl von rein musikalisch, assoziativ oder psychotherapeutisch orientierten Spielideen für jede Altersstufe, in denen "L.", jeweils ohne Führung, mitmacht.

Das Musizieren "ohne Vorlage" bedeutet für Kleine und Große eine Möglichkeit, über das Medium Musik "Freiheit" oder besser "Freiwilligkeit" im Miteinander zu erleben; sie ist auch besonders geeignet für die Familie unter sich. Es zeigt sich immer wieder eine lösende psychische Wirkung. Sehr häufig kommen spontane Äußerungen der Beteiligten bzw. der Eltern von beteiligten Kindern, daß dieses Improvisieren positiv verändert, Erleichterung schafft für Einsame und sich sogar bei seelisch bedingten körperlichen Leiden bewähren konnte.

Eine seelisch Kranke, die zum Improvisieren immer weinend ankam und am Schluß des Improvisierens ganz ruhig war, wurde von mir befragt, ob ihr das Musizieren nach Noten im Kammerorchester ebensoviel Hilfe bringt? Sie verneinte. Als ich sie fragte "Warum?", antwortete sie: "Beim Improvisieren kann man nicht abschalten".

Wie sollen wir das verstehen??

Bedeutet es, daß die ständige Konzentration auf die musizierenden Partner und den eigenen kreativen Einsatz die Kranke so voll beschäftigte, daß sie ihr inneres Elend vergessen konnte? Oder war es "mehr", daß das spontane musikalische Miteinander positive Kräfte weckte, die ihre psychische Situation tatsächlich veränderten, u.a. durch Stärkung ihres eigenen Wertgefühls? Beobachtungen und Äußerungen dieser Art von unseren Gruppenmitgliedern lassen hoffen, daß unsere Form der gemeinsamen Improvisation einen Kern des mitmenschlichen Erlebens trifft, an den der "Wolf" nicht so leicht herankommt.

Kreativität

Wir - die zivilisierten Menschen - tun als Erwachsene vorwiegend, was wir "sollen", d.h.: was wir gelernt haben, womit wir unser täglich Brot verdienen und woran wir uns als "Mitmensch" gewöhnt haben. Beim Akzeptieren dessen, was wir sollen und müssen, spielt die Gewohnheit eine große Rolle und verdrängt allzuoft ein Erkenntnis, daß wir mit unserem täglichen Soll wenig oder nichts zu tun haben. Häufig ist auch die Art, wie wir unser Soll auszuführen haben, genaustens festgelegt, nicht zuletzt für die Musiker: ein "E-Musiker" muß nach Noten spielen, was er soll - und unter einem Dirigenten sogar, wie er es soll.

Das Soll ist also jeweils das von "außen" Bestimmte in unserem Leben und Tageslauf, auf das wir uns - zustimmend oder auch zähneknirschend - einlassen.

Eine aus stumpfsinnigster Wiederholung bestehende Arbeit gefällt sicherlich niemandem; aber viele Berufstätige finden es bequem, wenn man bei der Arbeit nicht selbst denken und entscheiden muß. (Der Verzicht auf die eigene Wesensäußerung wird dann am Abend vor dem Fernsehschirm fortgesetzt).

Problematisch wird ein bleibendes Soll für diejenigen, die unter ihnen seelisch leiden, die spüren - und auch erkennen -, daß das, was sie sollen, nicht ihrem Wesen und Wollen entspricht. Sie fühlen sich bei der Arbeit gefangen, von der eigenen Person getrennt, und können auf die Dauer nicht gesund bleiben. Darum müssen sie für ihre persönlichen Kräfte, Wünsche, Gedanken nach einem Schlupfloch suchen, durch das es ihrem eingeschlossenen Ich möglich wird, sich zu äußern und konkret zu werden. Dies geschieht vielleicht durch freies Tanzen, durch Trommeln, Blasen, Singen und Musizieren - am besten "aus dem Hut" - , durch Malen, Basteln, Erfinden jeder Art, das von niemandem "befohlen" wird. So kann ein Weg gefunden werden, dem von außen drückenden "Soll" etwas von innen "Geschöpftes" als unser Eigenes entgegenzuhalten. Man war "schöpferisch".

Eine Kreativität dieser Art bedeutet eine ich-stärkende Reaktion auf das wesensfremde Soll. (Eine Frage ist natürlich, ob sie auch bei einem seelisch harmonischen Tagewerk ebenso dringlich werden kann?)

Mit dem Obigen wurde nur eine von vielen Lebenssituationen geschildert, die kreativ machen kann. Auch junge Liebe oder große Trauer können ähnliche Wunder vollbringen.

Vergessen wir nicht die Einsamen und die - konkret - "Eingeschnitten", die sich im Winter, von Mitmenschen getrennt, seelisch am Leben erhalten durch Schnitzen und Malen, oder dadurch, daß sie sich z.B. eine neue Tanzmelodie "ergeigen". Ebenso sind hier die seelisch Vereinsamten gemeint, die sich von den Mitmenschen nicht verstanden fühlen, und die man erst kennenlernt, wenn sie durch Malen, Musizieren oder Tanzen etwas von ihrer "Person" verraten. Solche "Eingeschnitten" können u.a. in einer Improvisationsgruppe "auftauen" und seelische Lösung erfahren, weil sie hier Gelegenheit haben, sich unauffällig und zugleich kreativ zu äußern.

Unter ganz anderen Voraussetzungen als den obenbeschriebenen konnten wir Kreativität - im Alltag - miterleben: unter Kindern, wenn sie sich unbefangen und ohne Lenkung von "oben" ihrem schöpferischen Spieltrieb hingeben. Kinder lernen zwar das "Soll" in der Schule kennen, haben aber häufig noch ehrlichen Spaß am Nachahmen oder Wiederholen. Ein langweiliges Schreiben- Lernen

versüßt sich manches Kind mit kleinen Figuren auf dem Blattrand, die vom Kind als lösender Spaß, (vom Erwachsenen oft als Unfug) betrachtet werden.

Außerhalb – und heute auch zunehmend innerhalb – von Kindergarten und Schule beschäftigen sich die Kinder auf dem Papier, an der Tafel, mit Steinen, Bauklötzen, Bastelgeräten, nassem Sand für „Burgen“ wie auch mit selbsterfundenen Turnübungen oder mit klingenden Gegenständen schöpferisch. Solche kleinen kreativen Prozesse, die man gerne belauscht, werden wir nicht mit Beratungen stören; denn das Bewußte, daß es hier etwas „Falsches“ geben könnte, wird – zum mindesten beim musikalischen „Vor-sich-Hinspielen“ – die Unbefangenheit zerstören und kann erfahrungsgemäß

- unter schonungsloser Führung durch Erwachsene – zum musikalischen „Stottern“ führen.

Für das Kreativ-Werden muß es meistens einen *Anlaß* geben! Kinder haben ihre Stimme oder allerlei Veränderbares in den Händen, womit sie kreativ werden, etwas herstellen oder verwandeln können, nicht zuletzt durch Umgang mit Lärm- und Musikinstrumenten, die hier den „Anlaß“ bedeuten. Zu spontaner klanglicher Äußerung kann aber ebenso gut ein Anlaß von *innen* kommen, z.B. aus der *Erinnerung*! Das Heulen des Windes, das Bellen eines Hundes, Auto- und Maschinengeräusche werden direkt oder aus dem Gedächtnis von Kindern nachgeahmt. Im letzteren Fall ist Kreativität insofern mit im Spiel, als jedes Kind anders imitiert und Genauigkeit dabei weder möglich noch Absicht ist. Das *Wesen* eines Klanges oder Rhythmus´ ist es, was zur Nachahmung reizt und zugleich – durch unbefangenes Variieren – kreativ macht.

Wie steht es nun mit der Äußerung seelischer, nicht „konkreter“ Vorgänge, für die Worte nicht ausreichen? Sind solche Vorgänge doch darstellbar? Wo für mündliche Mitteilung eine Sperre besteht, kann oft spontane musikalische Äußerung an ihre Stelle treten – und dies ist bei Kindern und Jugendlichen wie bei Erwachsenen, bei Naturvölkern wie bei den „Zivilisierten“ möglich, ganz gleich, ob in einfacher und deutlicher oder in differenzierter Form.

Spontane musikalische Äußerung eines inneren Geschehens kann auf die Hörenden ebenso stark und vielleicht noch unmittelbarer einwirken als komponierte Musik eines „alten Meisters“!

Diese Texte entstanden in den 80er Jahren. Sie sollten Teil eines Buches werden, das Lilli Friedemann als – eher theoretisch ausgerichteten – Abschluss ihrer Publikationstätigkeit geplant hatte. Sie hat dieses Buch jedoch vor ihrem Tod 1991 nicht mehr fertigstellen können.