Vertrauensbuch zur Salutogenese (Taschenbuch)

von Theodor Petzold (Autor), und andere. **– Buch bei AMAZON –** LINK

INHALTSVERZEICHNIS:

9 Einleitung

15 Zur Einführung in das Thema
Urvertrauen, Misstrauen und Vertrauen
Theodor D. Petzold

Vertrauen schenken

29 Trotz alle dem - sich und dem Leben vertrauen
Ulla Sebastian

49 Stammkapital Urvertrauen
Elfriede Zörner

63 Gute Familienbeziehungen - wie fördern sie Selbstvertrauen und gesunde Entwicklung?
Thonias Heucke

77 Lächeldialoge am Wegesanfang zu Vertrauen und Erkundungslust
Eckhard Schiffer

93 Vom Selbst über die Bewusstheit hin zum Vertrauen - und zurück!
Maiken Stick

111 Vertrauen im Dialogischen bei Martin Buber
Elfie Schröder

Vertrauen in Resonanz - in der Therapie

119 Vertrauen schafft positive Resonanz
Theodor D. Petzold

127 Vertrauen in der Onkologie
Walter Weber

131 Achtsamkeit, buddhistische Psychologie und Vertrauen
Reinhard Billmeier

139 Vertrauen und Kooperation im professionellen Team
Annette Kreutzfeldt

149 Über die Bedeutung von Vertrauen in der Yoga-Didaktik
Michael Röslen

161 Ritual ohne Mythos
Antonia von Fürstenberg

Vertrauen im salutogenetischen Diskurs

189 Vertrauen – Grundpfeiler der Brücke zwischen der Welt und dem Ich auf dem Weg von der N atur- zur Kulturevolution
Stefan von Löwensprung

209 Kohärenzgefühl und Dimensionen des Vertrauens
Florian Jeserich

Ritual ohne Mythos

Lygia Clark und die Kunst, zu heilen.

> *Ich bin aus der Familie der Amphibien. All meine Wahrnehmung der Welt kam durch meinen Bauch, meine Eingeweide und Hände. Ich habe kein Gedächtnis, meine Erinnerungen sind immer mit vergangenen Wahrnehmungen verbunden, die durch die Sinne erfahrbar werden.* (Lygia Clark, zitiert nach Yves Alain Bois, 1999)

Im Frühjahr 2011 entdeckte ich auf der Ausstellung „move“ in München die Künstlerin Lygia Clark. Gleich am Eingang war ihre großformatige Installation **A casa é o corpo** *(Das Haus ist der Körper- Penetration, Eisprung, Reifung, Ausstoßung, 1968)* positioniert., die, wenn man die aufeinander folgenden Räume beging, eine Flut von inneren Bildern auslöste und die Menschwerdung vom Geschlechtsakt bis zur Geburt sinnlich erfahrbar machte. Weiterhin gab es „sensorische Objekte“ zu besichtigen, eines davon hieß *Camisa de forca (Zwangsjacke, 1969).* Ungewöhnlich im musealen Kontext, wurde ich animiert, das Gebilde aus Plastik und Netzgewebe über Kopf und Gesicht zu ziehen und die Arme in zwei sehr lange Ärmel zu stecken, in deren Ende Steine eingeknüpft waren. Dann sollte ich die Arme in einer Art Gebetshaltung über der Brust kreuzen und die schlauchartige, elastische Verlängerung der Ärmel mit den Steinen rücklings herabhängen lassen. Meine Arme wurden durch das Gewicht der Steine enger an den Körper gezogen. Die sensorischen Eindrücke waren widersprüchlich. Ich spürte mich einerseits beschützt und ganz bei mir, andererseits beengt, entdeckte aber auch den Trieb, mit der Elastizität des Gewebes zu spielen, die Steine am Körper auf und ab wippen zu lassen, ihr Eigenleben zu entdecken und mich davon inspirieren zu lassen.

Zu sehen waren außerdem Fotos und Videos. Sie zeigten Lygia Clarks kollektive Arbeit mit Pariser Studenten und die Entwicklung der Künstlerin zu einer eigenwilligen Schamanin der Heilkunst, die geheimnisvolle Rituale mit Muscheln, Plastiktüten voller Luft oder Wasser, Tüchern, Steinen, Bällen

u.a. an ihren Klienten vollzog (1). Als Schauspielerin mit dem Sinnesgedächtnis und der imaginären Verwandlung von Objekten vertraut und als Beraterin für salutogene Kommunikation, war ich von diesem künstlerisch-therapeutischen Ansatz fasziniert und begann, mich näher mit Leben und Werk der Lygia Clark zu beschäftigen (2).

Die brasilianische Künstlerin (1920-1988) studierte in Rio de Janeiro bei dem Gartenbauarchitekten und Maler Roberto Burle Marx und in Paris bei den kubistisch- konstruktivistischen Malern Fernand Léger und Arpad Szénes. 1959 war sie die Mitbegründerin des Neo-Konkretismus, einer brasilianischen Kunstrichtung, die auf die Interaktion zwischen Kunst und Betrachter und performative Elemente setzte. Bald darauf entwickelte sie die **Bichos** *(Tiere, 1960),* Aluminiumobjekte, die man in alle Richtungen falten, drehen und wenden kann. Hier beginnt die lebenslange Auseinandersetzung der Künstlerin mit einer abstrakten Formensprache, die sie in eine Sprache des Körpers und damit in Bewegung übersetzen möchte. Es ist auch der Beginn ihrer Suche nach einer lebendigen Kommunikation zwischen Kunstobjekt und subjektivem Betrachter. Dabei weist sie den Dingen, wie im Schamanismus, ein magisches Eigenleben zu: Befragt, wie denn die Bichos zu behandeln seien, antwortete sie: *„Ich weiß es nicht. Sie wissen es nicht. Das Bicho weiß es..... Das Bicho kennt keinen Gegensatz“* (3) Clark, zit. nach von Lula Wanderley und Luciano Figueiredo).

Die Neo-Konkretisten verstanden sich als politische Bewegung und suchten das Verhältnis zwischen Kunst und Gesellschaft neu zu definieren. Durch die aktive Einbeziehung des Betrachters in den Kunstprozess wurden die starren Grenzen zwischen Kunst und Realität aufgelöst. In einem Schwellenzustand wird das Vertrauen in die eigenen Wahrnehmungen gefördert, er ist der Nährboden für Autonomie und Kreativität. Das bedrohte die damals in Brasilien herrschende Diktatur mit ihren Dogmen und Doktrinen.

Lygia Clark musste ihre Heimat verlassen und ging nach Paris. Ihre Arbeit mit Kunststudenten an der Sorbonne konzentrierte sich in den 70er Jahren auf das Unsichtbare, auf die spiegelbildliche Beziehung zwischen Kunst-Objekt und Mensch-Subjekt. Sie erforschte die künstlerischen Möglichkeiten, eine verfeinerte Sinneswahrnehmung beim Betrachter, der immer auch

Beteiligter war, zu bewirken. Gefühle, Imaginationen und Projektionen sollten in Bewegung kommen und im Spiel mit dem Kunstobjekt ausagiert werden. Ihre berühmte interaktive Gruppenarbeit aus dieser Zeit ist **Baba Antropofábica** *(Kannibalistischer Speichel, 1973).*

Durch den Mund gezogene bunte Garnfäden werden von mehreren Studenten auf eine am Boden liegende Person appliziert, bis diese ganz eingehüllt ist. Das Ganze wird zu einer Skulptur, die sowohl an ein Spinnennetz erinnert, in dem ein Mensch gefangen ist, als auch an eine schützenden Kokon, in dem etwas reifen kann. Assoziationen zu familiären und gesellschaftlichen Verstrickungen tauchen beim Betrachter auf. Das mit Speichel getränkte Garn symbolisiert den Akt des Erbrechens, der das Innere nach Außen wendet. Es wird zum **Objeto Relationais**, wie Clark es später nannte, zum Beziehungsobjekt zwischen dem passiven Individuum und dem aktiven Kollektiv. Die Handelnden spucken (ihre Seele) aus, der/die Empfangende verwandelt und vermischt die im Garn gespeicherten Informationen und Phantasmagorien mit seinem Sinnesgedächtnis und den unverdaulichen Brocken, die ihm als Kind eingetrichtert wurden und die es nicht verwandeln und integrieren konnte. Durch das *Objeto Relationais* wandern Informa-tionen hin und her, ein Prozess des Verdauens wird initiiert. Zum Abschluss des Rituals ist die energetische Ladung, die Geister und Obsessionen, im Kunstwerk gesammelt wie in einem kollektiven Container und wird durch Zerstörung der noch feuchten Form wieder individualisiert. Die Teilnehmenden tauschen sich dann über ihre Erfahrungen aus (4) Vergl. Suely Rolnik). Von dem verunsicherten Direktor der Sorbonne befragt, was sie da eigentliche mache, antwortete Clark: **„Rituale ohne Mythos“**.

Nach ihren Experimenten mit Gruppen, bei denen sie einer inneren Notwendigkeit folgte und die persönliche Erkenntnisse und Krisen auslösten, begann Lygia Clark, mit Einzelpersonen zu arbeiten. Sie benutzte die *Relationalen Objekte* jetzt bewusst, um die Pforten der Wahrnehmung und des Körpergedächtnisses zu öffnen und gespeicherte, aber unbewusste Erlebnisse zugänglich zu machen. Ihre künstlerischen Objekte standen nicht mehr für sich, sie wur-den zu Brücken, um Vertrauliches sowohl dem Klienten wie dem Therapeuten vertraut zu machten. Bestärkt wurde sie in ihrem intuitiven Ansatz durch die Beschäftigung mit der Psychoanalyse und den

Theorien des britischen Kinderanalytikers Donald Winnicott, der die Bedeutung eines „Übergangsobjekts“ als Verbindung zwischen innerer und äußerer Welt für die Reifung des Säuglings erforscht hat. Vielleicht ist Clarks konsequente Suche, Innen und Außen in Kommunikation miteinander zu bringen, auch als Versuch zu werten, sich als Frau ihres Geschlechtes zu bemächtigen. Das männliche Geschlecht ist sichtbar und konnotiert mit Form, Macht und Gewalt. Das Innewohnende, wie das primäre Geschlechtsorgan der Frau nicht sichtbar, speist und kreiert das Sichtbare. In einer materialistischen Welt ist das Unsichtbare etwas wert, wenn es in den sichtbaren Kunstbereich transformiert wird.

Den Vorstellungen, Empfindungen und Gefühlen gab Lygia Clark Raum, Körperlichkeit und Ausdruck. Wird die Kunst in den Kontext von Kommunikation und Beziehung gesetzt, transformiert sie zur Übersetzerin für das sprachlos fühlende Körperwesen „Mensch“. Lygia Clark, selbst von depressiven Stimmungen gequält, wusste um die befreiende Kraft der Kreativität (5) vergl. Yves Alain Bois, 1999). Nach ihrer Rückkehr 1977 nach Rio de Janeiro traf sie die Entscheidung, ihre Kunst nur noch therapeutisch zu nutzen und wurde zur Mediatorin zwischen Kunst und Heilung. Sie nannte ihre Interventionen, die das Körperempfinden und -gedächtnis aktivieren, **Estructuração do self** *(Strukturierung des Selbst)*.

Als zeitgenössische Schamanin und 3fache Mutter setzte Clark sowohl ihre Kunst wie ihre weibliche Intuition und Mütterlichkeit ein, um Menschen zu helfen und zu heilen. Sie steht damit in einer langen Tradition weiblicher Heilerinnen. Der ganzheitliche Ansatz, Kunst und Heilung zusammen zu bringen, ist aber auch in den griechischen Tragödien mit ihrem Katharsisbegriff zu entdecken, in orientalischen Musiktherapiekonzepten und im Tao, das Elemente aus Philosophie, Kunst und Medizin verbindet, um Gesundheit und Unsterblichkeit zu gewinnen.

Clark nutzte für ihre *Objetos Relationais* mit Luft oder Wasser gefüllte Plastiktüten, Netze, Muscheln, Steine, Styroporkugeln und andere Materialien, die vor allen Dingen den Fühlsinn ihrer Klienten aktivierten. Lula Wanderley, Psychiaterin, Künstlerin und ehemalige Direktorin des Museu de

Imagens do Inconsciente (Museum der Bilder des Unbewussten) in Rio de Janeiro, arbeitet mit Lygia Clarks Methoden in ihrer therapeutischen Praxis:

„Ich berühre den Körper der Person mit den Relationalen Objekten in einer Art Massage und lasse die Objekte dann auf dem Körper liegen, sodass sie ihn umschließen. Das ist der längste Abschnitt, (um 40 Minuten).... dann wird die Sprache der relationalen Objekte am stärksten, ohne die Berührung der Mediatorin- Therapeutin, die einfach wartend dasitzt.
Ein runder Kieselstein, eingewickelt in ein Netz, wird dem Patienten in die Hand gegeben. Wir nennen diesen Kiesel „Realitätsprobe“. Er unterscheidet sich total von den anderen Objekten, er ist kompakt, hat klar definierte Umrisse etc.. Ihn fest in der Hand zu halten, ist ein Widerspruch zu dem ganzen Prozess, und gleichzeitig ein Teil davon.

Foto: Antonia von Fürstenberg

Langsam und vorsichtig entferne ich die Objekte. Ich massiere den Körper mit einem anderen großen Objekt, eine Art Decke aus sehr leichtem Material, die mit kleinen Styroporkugeln gefüllt ist. Wenn dann die Person die Augen öffnet und sich hinsetzt, gebe ich ihr ein Objekt, das mit Luft gefüllt ist, damit die Person damit ihren/ seinen Körper berühren kann als

Übergangsgebärde auf dem Weg zurück in die Gesprächshaltung. Dann spreche ich mit dem Klienten über das, was er/ sie während der ganzen Sitzung erfahren hat.“ (6) Lula Wanderley zit. nach Guy Brett).

Die Rezeptoren des Fühlsinns sind schon im Mutterleib aktiviert und entwicklungspsychologisch für die Beziehung zur Mutter und zur äußeren Welt wichtig. Psychische Störungen entstehen aus Störungen des Grundvertrauens durch eine unsichere Bindung zur Mutter in der pränatalen Phase und im ersten Lebensjahr. Lygia Clark stellte eine Verbindung zu diesen frühesten Lebensphasen mittels ihrer Objekte her. Sie stimmte sich auf ihre Klienten ein, wählte bestimmte Objekte aus, platzierte sie auf dem Leib der Person und bewegte sie intuitiv. So schuf sie eine Synchronizität des Erlebens und befriedigte Bedürfnisse nach Sicherheit, Vertrauen und Geborgenheit in einem Verhältnis, *„wie es zwischen einer guten Mutter und ihrem Kind“* bestanden hätte (7) Clark, zitiert nach Hernandez, 2009, S.22).

Clark betont damit die Wichtigkeit von Mütterlichkeit in der Beziehung zwischen Klient und Therapeut. Mütterlichkeit wird gerade in westlichen Gesellschaften nicht wertgeschätzt, was zu immer höheren Zahlen an psychischen Erkrankungen führt. Eine gute Mutter liebt ihr Kind, so wie es ist, nicht, wie sie es gerne hätte. Ein guter Vater entwickelt Fürsorge und Liebe. Was wünscht sich ein Klient mehr als diese vorurteilsfreie und vertrauensvolle Wertschätzung? Gegründet auf dieser Beziehungsbasis und in der kreativen Auseinandersetzung mit den *Relationalen Objekten* dürfen verborgene und „verbotene“ Bilder und Symbole der Psyche auftauchen. Sie können kommuniziert und in den anschließenden Gesprächen verstanden und integriert werden.

Suely Rolnik, Psychoanalytikerin, Kunstkritikerin, Freundin und Mitarbeiterin von Lygia Clark, schreibt dazu:

Ihre Beziehung mit jedem/jeder einzelnen Rezipienten/in, die durch die Objekte medialisiert wurde, war unabkömmlich für die Realisierung des Werkes geworden: Von den Empfindungen in ihrem eigenen „vibratilen Körper“ bzw. „Schwingungskörper“ ausgehend, die von der lebendigen Präsenz des/r Anderen während der Sitzungen hervorgerufen werden, definiert

die Künstlerin nach und nach den singulären Gebrauch der Relationalen Objekte. Diese Fähigkeit einer Offenheit dem/r Anderen gegenüber versuchte sie auch bei denjenigen hervorzurufen, die an dieser Arbeit teilnahmen. (8)

Foto: Antonia von Fürstenberg

In Brasilien wird Lygia Clarks Pionierarbeit heute in psychotherapeutischen und soziokulturellen Kontexten eingesetzt (9). Sie erfordert auf Seiten des Mediators/Therapeuten ein gutes Einfühlungsvermögen, „mütterliche“ Fürsorge und intuitive Sicherheit, auf Seiten der Klienten das Vertrauen, dieser ungewöhnlichen Behandlungsmethode zuzustimmen.

Dann erscheint der Einsatz dieser **„synaesthetischen Therapie“** (Simone Osthoff) bei Klienten, die Störungen der Wahrnehmungsverarbeitung haben, deren Körperempfinden oder Symbolisierungsvermögen beeinträchtigt ist, als sinnvoll. Clark, die sich selbst lebenslang mit Liminalität beschäftigte, arbeitete bevorzugt mit Borderline Klienten (10, Clark, zitiert nach Hernandez, 2009, S.22). Bei emotional instabilen Menschen gehen Psychoanalytiker davon aus, dass sie schwer verdauliche Zwanghaftigkeiten, Normen und Wertungen statt liebevoller Zuwendung und Bestätigung in den

ersten Lebensjahren geschluckt haben. Die Reifung zur autonomen Person, die sich selbst vertraut, wurde durch diese Introjekte gestört, was später im Leben zu einer mangelnden Integration von Selbst- und Objektvorstellungen führt. Das Fremdbild wird zum Selbstbild, die Ich-Identität diffundiert und braucht die Stabilisierung durch den Anderen. Abhängigkeiten und ihre Abwehr, Impulsdurchbrüche und Projektionen sind die Folge. Clark gab durch ihre mütterliche Präsenz den emotionalen Halt, das Vertrauen und die Geborgenheit, die Borderline Klienten so sehr fehlen.

Als Künstlerin spürte sie in den dramatischen Inszenierungen dieser Grenzgänger zwischen dem Ich und dem Du die innere Not, sich nicht abgrenzen zu können, aber auch die kreativen Potenziale und die Bereitschaft, zu spielen und Neues zu wagen. Die *Relationalen Objekte* bieten sich bei milden Formen von Borderline als zwischengeschaltete Inspirations- und Verdauungsobjekte in der Beziehung zwischen KlientIn und TherapeutIn an. Die Klienten erproben in diesem Prozess mit den Kunstobjekten statt dem Entweder–Oder (Abwehr *oder* Abhängigkeit, Macht *oder* Ohnmacht, Schwarz *oder* Weiss), neue Verhaltensmuster des Sowohl-Als-Auch (Auswahl *und* Verbundenheit, Selbstwirksamkeit *und* Hingabe, Schwarz *und* Weiß). Die diffundierende Eigenschaft des Borderliner, seine Durchlässigkeit, könnte als kreative Stärke umgedeutet werden und die (Beziehungs-) Kultur nicht nur individuell, sondern auch gesellschaftlich neu strukturieren. In einer globalisierten und vernetzten Welt finden sich die zu Recht, die überall zu Hause sind. Clark jedenfalls war überzeugt*, dass der Neurotiker die kranke Person ist und der Borderliner die gesunde, die die Kultur kreiert* (Clark zitiert nach Hernandez, s.o.).

Erste Erfahrungen in meiner eigenen Beratungspraxis ergaben, dass Menschen durch die Interventionen mit den Beziehungsobjekten schnell zur Ruhe und zu sich kommen. Manchmal werden die *Relationalen Objekte* als unangenehm und beengend auf dem Körper empfunden. Das scheint eher bei Menschen der Fall, die voll sind mit Ungelebtem, das sie bei sich behalten, obwohl sie sich nach Bewegung und Ausdruck sehnen. Aktionistische und perfektionistische Klienten, die oft gestresst und „ausser sich“ sind, empfinden es als wohltuend, die „Grenzen des eigenen Körpers“ (Zitat einer Klientin) zu spüren. Durch dieses Grundgefühl , sich selbst zu spüren

und zu vertrauen, können Assoziationen, Imaginationen und Empfindungen frei fließen und kommuniziert werden. Die Beziehung zwischen Klienten/ in und Mediatorin wird vertrauensvoll und offen, was die Fortschritte in der Therapie/Beratung beschleunigt. Die *Relationalen Objekte* können ein Medium sein, um die Stimmigkeit zwischen KlientIn und TherapeutIn zu fördern, eine gesunde Entwicklung zu ermöglichen und einem Burn-Out vorzubeugen. Spirituelle Psychohygiene sollte bei dieser anspruchsvollen Arbeit auf Seiten der Mediatoren/ Therapeuten eine Selbstverständlichkeit sein, um energetischen Übertragungen und Erschöpfungszuständen vorzubeugen.

Quellennachweise:

1. Lygia Clark. Memória do Corpo, Dokumentarfilm, 1984, Regie Mário Carneiro, Rio Arte Vídeo; mit der Unterstützung von MEC, SEC, FUNARTE und INAC.

2. Lygia Clark interessierte sich sehr für die Arbeit von Schauspielern. Peter Albers, damals Schüler an der staatlichen Schauspielschule Hannover, erinnert sich gut an die „ganz spezielle Aufmerksamkeit“, mit der Lygia Clark dem Unterricht bei einem Besuch in den 80ziger Jahren folgte.

3. Lygia Clark, zitiert von Lula Wanderley und Luciano Figueiredo in Hélio Oiticica and Lygia Clark Salas Especiais, 22 Bienal Internacional de São Paulo (Rio de Janeiro: Museu de Arte Moderna und Museu de Arte Moderna da Bahia)

4. Suely Rolnik, Molding a Contempory Soul: The Empty- Full of Lygia Clark http://caosmose.net/suelyrolnik/pdf/molding%20_john_nadine.pdf

5. Zitiert nach Yves Alain Bois, Artforum 1999 http://www.janedealmeida.com/yve_alain_bois.pdf

6. Zitiert nach Guy Brett „In search of the body “, 1999 http://www.csus.edu/indiv/o/obriene/art111/readings/InSearchoftheBody.pdf

7. The “structuring of the self” consists of massive maternalisation: To establish between the mediated and the subject in a real and symbolic manner a relationship analogous to that which existed between a ‘good mother’ and her child. [...] It is a question of understanding the subject’s fundamental needs and

responding to them by means of the contact with the body and not classical analytical interpretation. This obviously implies an affective engaging on the part of the mediator. (Clark, 1980, p.322)
Rachel Hernandez Pumarejo, An analysis of empathy in creative-based methods and processes.
http://rachelhernandezpumarejo.com/pdf/thesis_rachelhernandez_190609.pdf

8. Suey Rolnik, Das Gedächtnis des Körpers kontaminiert das Museum
http://eipcp.net/transversal/0507/rolnik/de
Beispiele für Umgang mit den Bichos und den soziokulturellen Einsatz der Objekte http://www.youtube.com/watch?v=clycghTPXnw&feature=related
http://www.lygiaclark.org.br/noticiaING.asp

9. Simone Osthoff, Lygia Clark and Hélio Oiticica: A Legacy of Interactivity and Participation for a Telematic Future
http://www.leonardo.info/isast/spec.projects/osthoff/osthoff.html#8

10. And thus hundred of cases take place and I only like working with borderline cases. The neurotic is very defensive and takes much longer. Indeed, I am convinced that the neurotic is the sick person and the borderline is the healthy person who creates culture. (Clark, 1983, p.338)
Rachel Hernandez Pumarejo, An analysis of empathy in creative-based methods and processes.
http://rachelhernandezpumarejo.com/pdf/thesis_rachelhernandez_190609.pdf

Autorin:
Antonia von Fürstenberg
Schauspielerin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, systemischer Coach und salutogen orientierte Kommunikationstrainerin.
www.antonia-von-fuerstenberg.de
www.gesundheitfoerdern.eu