

Sehr verehrte Damen und Herren!  
Herzlich willkommen zu dem Veranstaltungspunkt Identität und Sprache. Eine gesündere Identität finden trotz Borderline.

### 1a

SIE werden sich fragen: Was um alles in der Welt hat das Thema Identität mit dem Thema Sprache zu tun? ICH habe mich gefragt: Was um alles in der Welt kann ICH Ihnen erzählen, was Sie noch nicht wissen? Und genau da begegnen sich diese Wege. Und ich bin so neugierig auf Sie!

Aber zunächst einmal will ich mich vorstellen: Mein Name ist Anja Senk, ich bin seit nunmehr vielen Jahren Patientin in der hiesigen Ambulanz. Und da beginnt schon das nächste Problem. Eigentlich müsste nun so eine Art Zusammenfassung meines Tuns und Scheiterns erfolgen, damit Sie eine Ahnung davon bekommen, wer Ihnen da etwas erzählen und näher bringen möchte.

\*\*\*

### 1b

Frau Schniederjan von der Station 1A hat mir dankenswerterweise ein halbes Jahr lang mit Rat und Tat zur Seite gestanden, bei der Entwicklung dessen, was ich Ihnen heute vorstellen möchte.

### *VORSTELLUNG von Frau Schniederjan.*

...

Frau Schniederjan wird mir besonders heute helfen, unter anderem auch mit dem seelischen Druck fertig zu werden, den solche Aktionen für mich bedeuten. Ich bin aber zuversichtlich, dass die „Ausbeute“ für Sie und für mich größer sein wird als der zugegebenermaßen entstehende Stress. Denn auch psychisch erkrankte Personen sind manchmal belastbarer als man meint. So mag es manchen, darunter auch meistens mir selbst, so erscheinen, als sei man im Leben komplett gescheitert, da die Bewertungsmaßstäbe in der Außenwelt meistens nur finanziell Erreichtes messen – mein Haus, mein Auto, meine Yacht.

\*\*\*

2

Doch nehmen wir ruhig einmal diesen Dreiklang auf. Wäre es nicht langweilig, hätten wir, jeder für sich genommen, nur das zu bieten? Wäre es nicht sinnvoll, sich selbst viel persönlichere Dinge zuzuschreiben? Ich möchte Sie einmal bitten, darüber nachzudenken, welche drei Dinge Sie am besten in einem positiven, konstruktiven Sinne beschreiben würden? Was ist Ihnen wichtig? Wofür stehen Sie? Sie werden unter anderem diese Aufgabe später im praktischen Teil bekommen. Und wählen Sie dann möglichst keine abstrakten Begriffe wie Gerechtigkeit – versuchen Sie es mal mit konkreteren Beschreibungen. Greifen Sie etwas heraus, was Sie von anderen unterscheidet, was für Sie besonders ist, was nicht jeder nennen würde.

Sie bekommen gleich einen bestimmten Zeitraum, in dem Sie bitte einmal schriftlich drei Punkte an sich benennen, die Sie an sich mögen und die Sie charakterisieren. Der Zeitraum ist absichtlich knapp gehalten, damit Sie gar nicht lange Zeit zum analysieren haben, sondern eher aus dem Gefühl antworten. Diese Notizen bleiben privat, Sie müssen sie nicht öffentlich benennen.

(Austeilen Klemmbretter mit Gliederung und freien Blättern, Stifte)

Die Punkte können auch jeden Tag wechseln oder sehr situationsgebunden sein, aber eben sehr typisch. Frau Schniederjan wird Ihnen heute nicht nur eine kurze Übersicht über den Workshop aushändigen, sondern auch „freie Fläche“ auf dem Papier bieten, denn wir werden heute definitiv miteinander kreativ.

Bitte nehmen Sie sich einen Gong lang Zeit – ca. 5 Minuten -, um drei markante Dinge zu formulieren. Bei mir könnten Sie heute, um ein Beispiel zu geben, lauten: Punkt 1 – ich möchte meine Angst vor einem Vortrag überwinden, den ich heute halte. Punkt 2 – ich möchte Ihnen etwas von meinen inneren Schätzen mitteilen. Punkt 3 – ich möchte ein bisschen stolzer

auf mich sein können, was beinhaltet, heute mutiger zu sein als an einem anderen Tag. Ein bisschen mutiger zu sein wäre eher kein Punkt für eh schon mutige Menschen, aber doch eben sehr charakteristisch für mich selbst, denn ich bin ein Angsthase. Sie dürfen auch Wünsche an sich formulieren, aber immer positiv und nicht in der Verneinung, eher im Sinne von: ich möchte mehr... von etwas, das Sie noch mehr an sich entwickeln möchten. (Wenn ich... was wäre dann... dann könnte ich...)

Ich benutze im Folgenden eine Klangschale, wenn es an Schreibübungen geht, oder um ein Sammeln im Kollektiv. Ich möchte Sie nun bitten, in sich zu horchen, und drei Dinge aufzuschreiben, jeder für sich. Niemand muss laut diese Dinge benennen und wird auch nicht im Folgenden dazu aufgefordert, etwas preiszugeben, jeder nur so viel, wie er möchte.

### KLANGSCHALE (ca. 5. Minuten)

Legen Sie bitte das Blatt verdeckt zur Seite oder unter die anderen Blätter.

Wer an dieser Stelle **FRAGEN** hat oder etwas sagen möchte, kann das gerne tun, wie auch immer zwischendurch, er muss sich nur laut genug einbringen. Falls ich das nicht mitbekomme, können Sie auch Frau Schniederjan signalisieren, dass Sie etwas fragen oder sagen möchten.

### FRAGETEIL

\*\*\*

3

Ich war eigentlich immer noch bei der Vorstellung, aber im Leben geht halt nur das Wenigste wirklich geradeaus. Diese Übung gerade hat auch mehr mit einem der konstruktiven Wege im Leben zu tun. Viele Wege im Leben verstellen sich und werden manchmal auch unbegehrbar oder haben viele Hindernisse. Nicht alle Wege sind förderlich. Ich hatte bis vor ein paar Jahren das Gefühl, alle meine Wege seien Sackgassen. Zumindest hatten sich mein Haus, mein Auto und meine Yacht in Luft aufgelöst. Das war gar nicht so schmerzhaft, denn das waren nur Vorstellungen, und eher die anderer. Dass meine

Freunde sich von mir trennten, war wesentlich schmerzhafter und machte mich einsam. Einsamkeit ist der Zustand, an einem Punkt zu stehen, von dem keine Wege mehr fortzuführen scheinen. Ein auf sich selbst geworfen sein ist ungeheuer schmerzhaft. Eigentlich müsste das doch der Inbegriff der Identität bzw. das Fühlen derselben sein. Aber meines Erachtens ist Einsamkeit der am weitesten entfernte Ort davon. Ich habe erfahren und begriffen, dass erst die Abgrenzung zu anderen oder auch die Nähe zu jemand anderem Identität erfahrbar machen.

Erst der Bezug zu jemand anderem lässt einen deutlicher erfahren, was Identität ist, Bewusstsein, Persönlichkeit, Charakter, Rollenzugehörigkeit. Ein Ich-Gefühl hat man zweifelsohne, wenn man allein ist, - aber ein sehr schmerzhaftes. Ich wage die Behauptung, dass man für das alles, was einen ausmacht, ein Gegenüber braucht, um sich selbst in einem guten Sinne erfahrbar zu machen. Dabei sind Grenzen wichtig. Aber eben auch Brücken. Ein Brückenschlag zum anderen ist die Sprache, und deren unausgeschöpfte Möglichkeiten möchte ich Ihnen heute näher bringen, in spielerischer Form.

\*\*\*

4

Mein innerer Schatz aus meinen 48 Lebensjahren ist meine Kreativität, die mich neue Wege gehen lässt, meine kindliche Überlebensstrategie, Sprache als Gefäß zu benutzen für Dinge, die nicht so viel Schaden nehmen sollten. Die vielleicht nicht lebbar waren.

Ich bin als Borderliner aufgewachsen, in einer Familie, in der Gefühle zu zeigen nicht erwünscht war. In der Gefühle eine Bedrohung darstellten, eine Bedrohung der scheinbaren Stabilität oder des Scheins einer funktionierenden Ehe oder Familie. Der Schein war wichtiger als das Sein. Wer als Kind emotional nicht gestützt wird, hat als Erwachsener keine Krücken, wenn er sie mal braucht. Psychisch krank zu sein heißt eigentlich für mich, emotional instabil zu sein. Doch auch dieses Manko kann auch mal eine Stärke sein, eine zusätzliche

Facette im Bereich des Menschlichen. Als Kind ist eine emotionale Starre und Kälte der Erwachsenen existentiell bedrohlich. Da hätte mir auch keine Yacht der Welt etwas genutzt, um noch einmal diesen Stellenwert zu verdeutlichen. Gerade in Kindertagen sind die Beziehungsmuster zu den Bezugspersonen das wichtigste Instrumentarium für später überhaupt. Wer jetzt einen sicheren Stand entwickelt, wird später auf Felsen bauen.

Meine Füße scheinen eher auf einer wabernden Geröllschicht zu stehen. Irgendwie klingt das total komisch. Doch ich habe auch Stärken für später entwickelt: meine Fähigkeit, Dinge auszuhalten, neue Wege zu suchen, Bewegung als ruhenden Punkt sehen zu können, indem ich mich mitbewege. Ich gehe kreativer mit mir um, als mancher andere mit sich. Es hat lange gedauert, krank machende erlernte Verhaltensweisen aufzugeben, wenn man nicht weiß, wodurch man sie ersetzen soll. Dabei hat mir die Therapie geholfen. Festere Untergründe zu schaffen, Seilschaften für schwierige Abschnitte, die ich immer wieder lerne, bewusst zu nutzen. Das erfordert viel Übung und viele „Praxisteile“: gemeint ist dabei immer ein Gegenüber. Der Therapeut ist lange Jahre die beständige Formel in der Therapie, die es erlaubt, beständigere, wiederholbare Erfahrungen zu machen, und diese Beständigkeit erlaubt das Ausprobieren neuer Verhaltensmuster und neuer Erfahrungen. Dabei ist es immer wieder wichtig, Erlerntes zu üben, innerhalb neuerer Familienkonstellationen und der vorsichtigen Wirksamkeit in alten, früher kranken Strukturen. Der Patient kann sich selbst ändern, aber nicht seine Vergangenheit, und die Kontaktpunkte zu alten, noch bestehenden Schemata bleiben oft schwierig.

\*\*\*

5

Daher ist es gut, neue Dinge woanders auszuprobieren, in einem Feld, das nicht vorbelastet ist. Mögliche neue Wege sind z. B. eine neue Sprache lernen, Bilder zu malen, ein Musikinstrument zu erlernen, Theater zu spielen, zu schreiben, fotografieren und vieles mehr. Die aufgezählten Tätigkeiten sind allesamt Dinge aus dem kreativen Bereich, und hier

siedeln sich nicht unbegründet neue Therapien an. Es gilt, neue Wege aufzuzeigen, Verschüttetes wieder zugänglich zu machen, Möglichkeiten zu schaffen und Fähigkeiten zu fördern. Erstaunlich allemal, dass das alles im Zusammenhang mit etwas „Neuem“ steht. Unser Gehirn und unsere Emotionen brauchen gerade nach einer Krise wieder ein neues Input. Die alten Wege und Gewohnheiten sind zusammengebrochen und vielfach nicht mehr nutzbar bzw. haben zur Krise geführt oder waren allein nicht Halt gebend genug. Dann gilt es, Möglichkeiten des „Be-Greifens“ der Krise zu finden, das Er-Finden einer neuen Ausdrucksmöglichkeit. Bevor man ein Ziel formulieren kann, braucht es erst einmal der Fähigkeit, Straßen zu bauen.

Da kann ein Brückenschlag von anderen Menschen hilfreich sein, oder eigene Schätze zu heben. Bei mir waren es vordringlich sprachliche Mittel, die ich genutzt habe, später auch das Fotografieren, irgendwann kam das Theaterspielen dazu und somit auch viel Training im zwischenmenschlichen Bereich, was ungeheuer wichtig für mich war und ist. Etwas gemeinsam mit anderen zu tun kann helfen.

Ein *Miteinander* unter Patienten kann stützen, Hilfe annehmen zu können erweist sich als Stärke. Der Mensch ist nicht als Einzelwesen konzipiert, und ohne das Gegenüber brauchte er auch eigentlich nicht zwingend Ich-Grenzen, Persönlichkeit und anderes. Eine Identität zu haben heißt aber immer auch: Das bin ich, und niemand anderes. Dabei bedeutet der Begriff nicht nur eine Ansammlung von Stärken oder Fähigkeiten, sondern auch die innere Akzeptanz von Schwachstellen oder Dysfunktionen. Das Ergebnis soll nicht perfekt sein müssen, sondern lediglich stimmig. Jeder ist einzigartig, so, wie er ist, und hat das unabsprechbare Recht, so zu sein, wie er „gewachsen“ ist, mit seinen Stärken und Schwächen. Wobei ich die Begriffe immer etwas unglücklich finde, denn manches hat man vielleicht nur nicht probiert, und auch angebliche Schwächen produzieren im Miteinander vielfach rührende Begegnungen.

So sind manche Borderliner gekennzeichnet als emotional instabil. Eine Frage: Wer von Ihnen fährt gerne Achterbahn? Sie? Weil's so schön ruhig ist? Na ja gut, als Dauerzustand wäre mir auch der Zustand zu schwindlig. Aber mich fragt ja keiner.

\*\*\*

6

Ich möchte schon mal vorwarnen: Wir werden in absehbarer Zeit alle miteinander kreativ, und Sie müssen nicht mehr lange zuhören. Ich werde Ihnen noch relativ gebündelt etwas zum Thema Identität und Sprache erzählen, und Sie danach in „mein Reich“ entführen.

Ich werde Ihnen ein paar ganz unterschiedliche Texte vortragen, mal aus dem autobiografischen Bereich, dann aus der Schreibwerkstatt, wozu ich Sie dann herzlich einladen werde, eigene Schätze zu heben, und keine Ausrede, jeder kann's! Ich werde Ihnen die Technik des automatischen Schreibens vorstellen, und jeder wird in der Lage sein, kreativ etwas in Worte umzusetzen. Anschließend wird es eine Gelegenheit geben, mich zu meiner Borderline-Erkrankung zu befragen (und bitte keine Scheu, ich kann und werde selbst meine Grenzen ziehen!) und, wer möchte, zu den Theatertherapieprojekten, von denen ich die ersten drei mitgestaltet habe. Aus Gründen eines Kräftemangels bzw. dem Versuch, meine derzeit übersichtlich vorhandene Kraft besser einzuteilen, habe ich das diesjährige Projekt für mich ausgesetzt (was mir SEHR schwer fällt). Vorher mache ich noch einen kurzen Schwenk über Chomsky und Kant – ein bisschen Qual muss sein, aber Sie werden Sie kaum merken – und der tatsächlich ernstgemeinten Frage: Ist Grammatik ein Gen-Baustein? Das KANN langweilig sein, muss es aber nicht.

An dieser Stelle möchte ich Sie noch einmal auffordern, sich zu erheben und sich an eines der sechs Flipcharts zu stellen, in Reichweite eines dieser sechs Wörter. Es sind im Folgenden:

Identität

Bewusstsein

Persönlichkeit

Rollenzugehörigkeit

(Charakter – aus Zeitgründen gestrichen)

ICH

Der jeweilige Begriff soll einmal für sich selbst genommen werden in der Betrachtung eines Einzelwesens, die Einfälle sollten in der oberen Hälfte zügig festgehalten werden, dann wird einmal das Flipchart und somit das Wort gewechselt, wieder in der Betrachtung als Einzelwesen, und einmal mit einem gedachten Gegenüber. Es folgen daraus drei Runden.

Sie dürfen sich im Folgenden einmal den Kopf zerbrechen über jeweils einen Begriff, für sich genommen (was bedeutet der Begriff für mich selbst). Die Klangschale läutet die Übung zu Runde 1 ein. In der ersten Runde wählen Sie bitte einen Begriff aus und nehmen ihn als Begriff "an sich", das heißt, setzen Sie ihn in Zusammenhang mit Ihrer eigenen Person als Einzelwesen. Wählen Sie etwas Konkretes aus, was Sie öffentlich hinschreiben möchten. Der Zeitraum beträgt ungefähr 10 Minuten.

**KLANGSCHALE zum 1., Anfang und Ende (ca. 10 min)**

Ich möchte Sie bitten, zwischendurch den Platz mit einer Person aus einer anderen Gruppe zu tauschen. Tauschen Sie so lange, bis Sie alle ein neues Wort haben. Wieder tragen Sie bitte Ihre Einfälle in der oberen Blatthälfte ein.

In der 2. Runde, die sich etwas unterscheidet von der vorhergehenden, setzen Sie den Begriff bitte in Bezug zu anderen Personen, suchen also eher Abgrenzung und Gemeinsamkeiten. Lesen Sie sich jetzt die Formulierungen durch und ergänzen Sie sie nach dem Gong, Sie haben etwa 10



Minuten Zeit. Sie haben wieder eine freie Wortwahl, nur dieses Mal benutzen Sie bitte die untere Blatthälfte, sie dürfen alle Flipcharts, also ALLE Begriffe benutzen. Vielleicht ergibt sich ein Stau.

**KLANGSCHALE zum 2., Anfang und Ende (ca. 10 min)**

*Ich würde dann gerne eine kurze öffentliche Sammlung von Gedanken zu den Begriffen machen, von Frau Schniederjan zu dem jeweiligen Begriff zusammengetragen.*

Gibt es an dieser Stelle einen *Fragebedarf*?

**FRAGETEIL**

Fragen Sie, denn im Folgenden sollten Sie wieder sitzend zuhören!

\*\*\*

7

Zehn Jahre, meine Damen und Herren! Zehn Jahre dauert die durchschnittliche Qual im Leben eines Schülers, um schulgerecht mit der Grammatik und Rechtschreibung umgehen müssen zu sollen! Danach dreht sich der Quälgeistspieß langsam um und die Lehrer durch! Doch im Ernst: Es geht, wie Sie sich sicherlich denken können, nicht um die Schulgrammatik.

Ich benutze den Begriff Grammatik in einem Kontext zum kindlichen Spracherwerb, und dort ist er eher gemeint als Möglichkeit der Sinnbildung, und die Sprache als sinnstiftende Umgebung, eine Möglichkeit, sich die Welt zu erklären. Sicherlich wird die betreffende Weltsicht im Laufe des Erwachsenwerdens immer wieder erneuert und korrigiert, wenn denn alles gut läuft.

Ein Kleinkind ist in der Situation, sich noch nicht per gesprochener und gedachter Sprache mitteilen zu können. Daher ist es so wichtig, dass die nonverbalen Signale adäquat von den Bezugspersonen gespiegelt und weiterentwickelt

werden. Aber im Wesentlichen muss man sich einmal vor Augen halten, was jedes Kind, wenn es denn das Glück hat, keine diesbezüglichen Behinderungen zu haben, leisten muss, wenn es sich mitteilen will. Es muss seine Umwelt in Personen und Dinge einstufen lernen, dann auch noch Personen unterscheiden lernen, Bezugspersonen erkennen, Kommunikation (nonverbal) lernen, Bedürfnisse (Hunger, Durst, Schlaf, Nähe) äußern und zwar so, dass sie gestillt werden. Ich glaube, man kann sich darauf festlegen, dass die grundlegenden Fähigkeiten dazu in jedem Kind angelegt sind. Schwierig wird es dann, wenn erwachsene Personen diese Signale nicht verstehen. Wenn irgendwo in der Generationenkette Sprünge im Spiegel auftreten. Wenn etwas selbst nicht erfahren wurde oder komplett verlernt wird, entstehen fatale Folgen bei der Weitergabe korrupter Verhaltensmuster.

Ich meine, mich erinnern zu können, dass meine Mutter nicht verstanden hat, dass und wann ich Nähe, also Körperkontakt brauchte. Wenn die Signalkette so gestört ist, kann sich daraus keine ungestörte Grundsicherheit entwickeln, das Urvertrauen. Ich komme auf einen vermeintlich einfacheren Konsens, sich innerhalb von Sprachsystemen deutlicher ausdrücken zu können. Ich möchte nicht über misslingende nonverbale Kommunikation referieren, dazu gibt es genug Fachleute. Ich werde Ihnen aber genauso zeigen, dass die sprachliche Verständigung wohl eher ein Glücksfall ist.

Kommen wir noch einmal zum Spracherwerb. Als kleines Kind bekommt man irgendwie spitz, dass Erwachsene Laute produzieren und dass man selbst das auch kann. Zugrunde liegt jeweils ein „verstehen wollen“, wenn das Kind gesund ist. Dann folgen viele, viele Versuche, im besten Falle gestützt durch die Eltern. Doch im Wesentlichen übt das Kleinkind vieles für sich und vergleicht Laute, Wirkungen von Lauten, erlernt Laut-Handlungs-Muster und damit auch Absichten. Zunächst ist die Muttersprache an sich noch nicht festgelegt, das „Verstehen“ von Signalen ist zunächst noch multilingual angelegt. Sobald einmal eine Festlegung auf die eine Muttersprache erfolgt, ist sie nicht mehr aufzulösen. Die frühe Festlegung auf eine bestimmte Sprache ist entwicklungs-technisch bedeutsam: Nun

gilt es, durch Zuhören und Abkupfern und Ausprobieren REGELN in der Kommunikation zu entdecken. Denn jede Äußerung ist nicht nur ein Signal in eine Richtung, sondern auf eine Antwort bzw. die Befriedigung eines Bedürfnisses ausgerichtet, sei es nur Beachtung oder die Bestätigung, etwas bewirkt zu haben, nämlich eine Reaktion.

Die Kommunikation wächst von einer Laut- zu einer Wortäußerung (lassen wir nonverbales Zeigen und anderes in einem anderen Kontext), und später zu einer Willensäußerung. Wenn es um etwas komplexere Wünsche geht, ist es notwendig, anzufangen, Wörter miteinander zu kombinieren, um einen erweiterten Sinnzusammenhang zu stiften. Und genau dieses bezeichne ich als Grammatik. Das alles geschieht lange vor der Schulzeit, und hat nicht so viel mit den Bezeichnungen Subjekt und Objekt und vielem mehr zu tun. Aber etwas viel Grundlegenderes: Wir haben noch keine Bezeichnung für das, was wir da sagen und denken, wir lernen aber sehr wohl, was das WESEN eines Subjektes oder anderer Dinge ist. Wir sind von klein auf in der Lage, Laut- und später Wortfolgen zu bilden, wobei vieles noch dem Zufall überlassen ist. Nach und nach entstehen durch erfolgte Reaktionsketten – das Kind merkt es, wenn ein Laut oder Satz Sinn macht, wenn Erwachsene lachen oder streicheln oder etwas geben und vieles mehr. Der Erfolg, das heißt, die Reaktion lässt uns etwas an Regelmäßigem entwickeln. So entstehen erste sinnvolle Sätze, und mit der Zeit komplexere Systeme.

Ich komme in Bezug auf meine Person auf diese Zusammenhänge, weil ich sehr früh begriffen habe, dass da die Eltern etwas nicht begreifen, und mir klar wurde, dass ich sprechen lernen muss, und zwar so, dass ich meinen Willen in Erwachsenenmitteln äußern kann. Ich habe es so sehr versucht, dass ich regelrecht lange Zeit Fieber bekommen habe. Ich konnte sehr früh komplexe Sätze - sinnvolle Sätze – mit Nebensätzen bilden und habe mir das Lesen und Schreiben vor der Schulzeit selbst beigebracht.

Mein erstes selbstbegriffenes und ohne Hilfe selbsterkanntes Wort aus der Zeitung (ich hatte dieses Hilfsmittel benutzt, weil meine Eltern zu eingeschränkt waren, wenn ich das so

bezeichnen darf, um zu begreifen, dass ich VOR der Schule lesen lernen wollte) war „Bundeskanzler“, denn den Helmut Schmidt kannte ich aus dem Fernsehen, und das Foto über dem Text ließ auf dieses Wort schließen, es musste lang sein, und mehrere N und ein A enthalten, wie in meinem Namen. Dann habe ich mir dank dieses Schlüsselwortes – wie eine Codierung! - aus der Zeitung das komplette Alphabet abgeguckt und entschlüsselt. Mit heißer Birne, aber erfolgreich.

Damals wurden wohl irgendwelche Weichen gestellt für meinen Umgang mit der Sprache. Im späteren Leben wurde sie so eine Art Gefäß für meine Gefühle, die ich zu Hause nicht zeigen durfte. Das soll aufzeigen, wie dringlich ich eine gezielte Äußerungsmöglichkeit gesucht hatte. In der Zeit bis zu fünf, sechs Jahren habe ich immer wieder mit grammatischen Fragen (rudimentär gestellt) vor meinem Vater gestanden, mit geballten Fäusten in der Tasche. Mein ansonsten schwieriges Verhältnis zu diesem Vater hat mich damals davon nicht abgehalten. Die Schule war dann eine echte Erlösung für mich. Und für meine Eltern.

Im Prinzip liegt dem Wesen der Sprache eines zugrunde: Der Wille „Ich will jenes oder dieses“, entweder klar formuliert oder verschlüsselt als Sub-Botschaft, das kann ein Wahrgenommen werden wollen beinhalten oder auch eine Daseinsbestätigung sein, ein Abgrenzen wollen, Entgrenzen wollen im Sinne von Nähe aufbauen, Einsamkeit aufheben und vieles mehr. Das Ich ist ein Mehr im Du, im besten Falle.

Die Fähigkeit, eine Sprache zu erlernen, ist angeboren, wenn nicht gravierende Behinderungen diesen Prozess verhindern. Sprache impliziert aber immer auch ein Gegenüber, das heißt, sie dient dem Austausch von Informationen zwischen einem Sender und einem Rezipienten (Empfänger). Damit ist nicht nur der Austausch von Sachinformationen gemeint, sondern auch das Transportieren von Stimmungen, Gefühlen, Haltungen, Verhaltensmustern und vielem mehr.

Nicht nur die Wörter haben eine Bedeutung, sondern die Klangfarbe des Gesprochenen, die Gestik und vor allem die Mimik, die nicht immer kongruent zum Gesagten sein muss,

zum Beispiel, wenn jemand lügt oder flunkert. Hier ist die Gestik und Mimik weitaus ehrlicher als das Gesagte. Doch alles dient einem Austausch und einem Miteinander, sowohl in der Formulierung eines Willens (das ist meines Erachtens die Hauptaussage), als auch in der Entgegennahme des Willens einer anderen Person. Wobei mit dem Begriff Wille immer eher eine Absichtserklärung gemeint ist, verbal oder als darunterliegende Färbung.

Wer will, kann sich z. B. mit der Transaktionsanalyse beschäftigen, die vieles zwar stark vereinfacht, aber manche Kommunikationsmodelle aufgreift, die wir tagtäglich benutzen, im Guten wie im Schlechten. Aber zu viel theoretisieren über den Sprachgebrauch möchte ich nicht. Es war mir wichtig, festzustellen, dass Kommunikation eine wesentliche Voraussetzung dafür ist, eigene Bedürfnisse zu stillen, indem sie entweder unverklausuliert mitgeteilt werden kann oder als Bitte oder Appell mitschwingt.

Und nicht die unwichtigste Funktion von Sprache ist die Möglichkeit, etwas zu formulieren, "klar" bezeichnen zu können, die Möglichkeit, Gedanken gezielt und gewollt zu strukturieren, Pläne und Ordnungen zu erstellen, sowohl für Sachverhalte, als auch komplexe Gefühlstheoreme aufzustellen. Wobei zunächst einmal dieser Umstand der Verfertigung der Gedanken (Kant) durch den Vorsatz der Formulierung ausgearbeitet wird. Die Sprache ist gewissermaßen der Körper des Gedankens. Und Sprache kann ein Ventil sein für das vorher Unausprechliche, in Form von Prosa oder Gedichten. Hier gelangen wir auf eine Meta-Ebene. Sprache kann eine heilende Kraft haben, oder zumindest einen Anteil daran. Sich mitteilen zu können, etwas in Worte fassen können, etwas, was sich sonst nicht fassen ließe, zwischen den Zeilen mitschwingen zu lassen. Sprache war und ist für mich eine Möglichkeit, meinen inneren Verhaue zu verlassen, in dem ich manchmal gefangen bin. Herauszutreten und Kontakte aufzunehmen. Schildern zu können, worin ich gefangen war, und das dann abstreifen zu können.

Hier wäre noch einmal ein Platz für *Fragen*, bevor ich wieder zu dem autobiografischen Anteil komme.

\*\*\*

8

Ich habe mich lange aufgelehnt gegen mein So-Sein, habe geschimpft, geflucht, gehadert. Ich wollte mein Leben so nicht. Ich wollte Borderline nicht. Ich hatte es mir doch nicht ausgesucht, das war doch nicht mein Wunsch! Was zum Teufel sollte ich denn damit? Ich war nicht einverstanden mit diesem Weg. Habe mich verletzt, wenn der Lebensdruck zu groß wurde, Ader gelassen für etwas Entspannung. Was für eine Sauerei. Nein, ich wollte das nicht. Aber jeder hat nur EINE Haut, die ihm gehört. Niemand kann sich seine Haut, sein Leben aussuchen.

Ich war jahrelang nicht gut zu mir. Ich hätte am liebstem dem oder der Schuldigen - so habe ich das damals gesehen - dieses Leben um die Ohren geklatscht. Doch eines hat sich nach und nach irgendwie durchgesetzt: Wenn MEIN Leben, meine Persönlichkeit so schwierige Anteile zu verbinden hat, was ist mit demjenigen, der es doch nicht besser wusste und mich so geformt hat? Ist das Schuld? Ganz sicher eine Kausalität. Aber ich weiß inzwischen, dass das nicht das gleiche ist. Meine Eltern sind beide Kriegskinder. Ich weiß nicht viele Einzelheiten. Das soll auch heute, obwohl wichtig, nicht das Thema sein. Aber meine Mutter hat versucht, mir ihre in diesen brutalen Zeiten erlernte Lebenserfahrung weiterzugeben, die zwar auf meine 67er Generation nicht passte, aber Dinge nicht zu hinterfragen gehörte genauso dazu. Materielle Sicherheit gehörte dazu. Familienzugehörigkeit nach außen hin zu zeigen war wichtiger als das Familiendrama, was sich hinter den Türen ereignete. Und leider war zu allem Überfluss mein Vater auch noch jemand, der sich dadurch kennzeichnete, dass er Gewalt verbreitete und als Familiennormalität einführte. HINTER den Türen. Wir führten gewissermaßen als Familie ein Doppelleben: das nach außen hin mit weißen Kinderstrumpfhosen und Sonntagspopelinejacke in knatschgrün darüber, und nach innen wurden alle Verquertheiten auch gegenüber den Kindern ausgelebt. Ohne sich selbst oder ein Verhalten zu hinterfragen, denn, wie gesagt, das war kein Wert, der meinen Eltern selbst vermittelt worden wäre.

Um die Grundstimmung dieser Familie in meinen Kindheitstagen einmal einzufangen, habe ich einen autobiografischen Text geschrieben, der sich mit meiner allzeit gegenwärtigen Kindheitsangst beschäftigt, den ich allerdings bewusst als Literatur bezeichne - ein Mittel der Distanz -, und auch zum Teil so verstehe. Dieser und andere Texte sind erst fünfzehn Jahre nach dem Tod meines Vaters entstanden. Ich habe eine Sperre, wenn ich sagen möchte, dass die Texte etwas abschließen. Sie schließen eher einen dunklen Raum auf.

Einen Text habe ich Ihnen mitgebracht, und danach möchte ich an heutige Dinge anknüpfen, sie wieder etwas auflockern und zu den grüneren Weiden führen und vor allen Dingen wieder zu fröhlicheren Dingen, die es inzwischen dank den Therapien für mich auch sogar in großer Fülle gibt. Doch lassen sie uns für fünf Minuten zu diesem dunklen Raum gehen. Sie müssen nicht mit hinein. Bleiben Sie bewusst vor der Tür und hören Sie nur hinein. Es ist ein Raum aus meiner Vergangenheit.

Die Hellhörigkeit eines Borderliners. Oder: Von der Wahrnehmungsschwelle zweier aufeinanderfolgender Geräusche.  
Ein Schlüssel-Erlebnis.

Das Nachhausekommen meines Vaters war in meiner Kindheit gekennzeichnet von der Wahrnehmung zweier Geräusche. Zwei Geräusche, beziehungsweise die heimliche Verbindung und Abfolge davon, entschieden darüber, ob ich einen guten Tag hatte oder einen schlechten. Ein schlechter war nicht mehr zu retten, der Tag, der Abend und die Nacht ohne Trennung noch unterscheidbarer, völlig betäubter und bewusstloser Gefühle. Hier geht es um eine Momentaufnahme. Die Aufnahme eines bestimmten Momentes, ein Aufnehmen eines Geräusches, und das innerliche Vergleichen einer Schablone mit meinen bereits aufgenommenen und abgespeicherten Geräuschemustern. Ein zutiefst erschreckender oder auch ein zutiefst beglückender Moment der Übereinstimmung. Fast immer gab es eine; gab es mal keine, blieb das Gehör gespitzt, das dröhnende Ticken der

Küchenuhr wartete in voller Spannung und Angst auf eine weitere Teilerscheinung meines Vaters. Mein Vater bestand in diesem Augenblick aus Geräusch, kerzengerader Anspannung und Angst, kerzengerade zumindest, solange ich noch zu naiv und kindlich zum Schauspielern war und verräterische Gestik noch nicht zu unterdrücken gelernt hatte, die Gewalt über meine Nasenflügel noch nicht erlangt hatte.

Erklang die erwartete Geräuschsituation, wurde daraus in der Küche Panik oder Entwarnung. Vorläufig. Diese tagtäglich zurückzulegende Distanz zwischen zwei Geräuschen, der Weg der Angst zwischen der Wohnungstür und mir in der Küche, Weg meiner Kindheitsangst. Zwei Geräusche waren mit seiner Ankunft, seiner ständigen Bedrohung gekoppelt. Auf ein Nullniveau sank meine Spannung nie mehr, auch nicht mehr in späteren Jahren. Jahre nach seinem Tod bleiben mir noch die Anspannung und die Angst, und die grelle Erinnerung an die feinsten Nuancen von Geräuschen, und die äußerste Bereitwilligkeit meiner Sinne, Geräusche in anderen Räumen Stimmungen zuzuordnen und mit Mustern zu vergleichen. Ich bin in der Lage, Stimmungen von Personen zu erkennen, an der Art, wie sie Geräusche produzieren. Eine Art von auditiv erlebbarer, fast hörbarer Empathie.

Zwei Geräuschabfolgen haben die gesamte Grundlage gelegt für die Phonetik meiner Kindheit und diesen Klangteppich meines Lebens. Für diese Antennen, die am ganzen Körper spürbar für mich sind, wie Haare, die sich aufstellen, spürbar durch die Haut unter den Sohlen, an den Innenhandflächen, den Wangen, überall Sensoren für das Erspüren anderer Personen jenseits von Stimme, Mimik oder Gestik. Zusätzliche Wahrnehmungssinne. Es geht im Wesentlichen um eine bestimmte „Grundlagenforschung“. Die Grundlage der Stimmung eines Menschen, der eine ungeheure Macht damit ausübt, der mit dem Vorausschicken der Schallwellen alleine schon meine Grundfesten erschüttert. Der sich ankündigt in zwei Sequenzen, die jeweils für sich alleine genommen nur einen Bruchteil einer Sekunde ausmachen. Die entschieden über einen guten oder schlechten Tag.



Aber mein Tag begann immer mit der Einleitungssequenz. Vormittags war meine angstfreie Zeit, meine Schulzeit, ein außer Haus und außer Reichweite sein. Ich bin gerne zur Schule gegangen. Beim Heimgehen trödelte ich oft, die Fußsohlen erinnerten sich bereits an den kommenden Brand und gaben oft schon alleine Anlass zu einer Bedrohung, die meine Mutter meinem Vater nach dessen Erscheinen mitteilte. Diese Tage wurden auch schlechte. Das Abpassen der geduldeten Weglänge schon eine Gratwanderung des Erlaubten. Ganz mutig ging ich manchmal ganz schnell, aber das wurde fast immer enttarnt und enttäuscht, also trödelte ich. Meine Füße bekamen eine eigene Uhr. An den immer deutlicher werdenden Druckstellen gegen eine späte Mittagszeit konnte ich häufig schon den weiteren Tagesverlauf erkennen. Dann wurde es ernst. Der späte Mittag nahte, und mit ihm mein Vater. Stille dröhnte in meinem Kopf. Ich konnte nichts essen, obwohl der Teller vor mir stand, metallisch schmeckte die Angst im Mund. Ich wartete. Auf die Auflösung des Tages, jeden Tag. Laut tickte die Küchenuhr. Kaum zu hören, so leise, so heimlich, so überraschend leise und unheilverkündend: der Schlüssel im Schloss. Ich glaube, niemand konnte so leise eine Tür aufschließen wie mein Vater. Die fast lautlose Bedrohung eines Zylinders, der sich geschmeidig und gut geölt im Schloss dreht. Gewissenhaft sah ich immer wieder meinen Vater mit dem Ölkännchen an der Wohnungstür, ein Anblick, den ich erst jetzt verstehe. Er gehörte mit zur Routine der Grausamkeiten, der Angst, die sich auskosten ließ zu dem überraschenden und erschreckend perfide geplanten Erscheinen. Der tausendfach geprobte und perfektionierte Überraschungsmoment, der fast lautlos brüllende Einbruch in eine Stille, die keine Geborgenheit, kein Aufgehobensein kannte, kein Fünkchen davon zuließ. Ein kaum hörbares Schnappen des Schlüssels im Türschloss – viel zu laut ist der lautmalerische Begriff, das eilige Kratzen des Kugelschreibers auf der Oberfläche des Papiers in der Stille erscheint mir lauter. Das Aufschließen ein kaum hörbares, feinstes, hellstes Geräusch, nur wahrzunehmen, wenn alle Sinne geschärft sind und auf Sturm stehen. Ein bewusstes, grausames Spiel mit meiner Wahrnehmungsschwelle, die mein Vater so stark herabsetzte, dass im Folgenden auch kleinste Veränderungen in der Wahrnehmung ungeheuer weh taten. Ich nahm - und nehme - alles wahr, was von der Nulllinie auch nur

in der Nachkommastelle abweicht. Er bildete in mir einen menschlichen Seismografen aus. Meine damit verknüpften und gekoppelten Gefühle zerrissen früh aus bewussten Anschlägen der Saiten heraus, bewussten Anschlägen eines dissonanten vollen Akkordes, einer Drohung, die mich fast um den Verstand brachte.

Dann folgte Teil zwei, es folgte der Schlüsselbund, der obligate Gradmesser der Angst, der die Spannungsbombe jeden Mittag aufzog und schärfte. Ungewisse Sekunden über zig Newton Anspannung: das Warten. Das unheilvolle Warten. Entwarnung oder der Kriegsbeginn: Das Ablegen des in der Hand meines Vaters verborgenen Schlüsselbundes mit dem hellbraunen Lederetui - nie werde ich diesen Branton vergessen können, der mich an die Fellfarbe meines Hundes erinnerte, in das er geräuschlos den ganzen Bund gedrückt hatte, bis auf drei Schlüssel, die herausragten. Heraus ragte der Bart des blanken silbernen Wohnungsschlüssels, des etwas kleineren noch halb hervorlugenden spitzen, silbernen Garagenschlüssels und die langgestreckte, furchteinflößende großkalibrige Patina des mächtigsten Schlüssels, den der Haustür unten im Erdgeschoss.

Das erste helle Geräusch, das Schließen der Tür, nur ein spürbarer, aber lautloser Druck der Luft über den Flurteppich, schnell, dann ruckartig verhalten in dem letzten unmittelbaren Moment vor dem Kontakt der Tür zum Rahmen, die extreme Verlangsamung der Bewegung im Abschluss und ihr kurz innehaltender Luftzug, die Türbewegung so schmal sekundenanteilig wie möglich gehalten, das Hereinhuschen dazwischen, das fast nur zu denken und nicht anders wahrzunehmen war, wie ohne Körper. Und doch Körper: Gewalt hat immer einen. Perfekte Türdichtungen, die jedes Geräusch absaugten, abdichteten, nach außen abdichteten und nach innen die Ankunft vertuschten. Die Tür war zu, ich war verloren. Mein Vater war da. Dann, nach seinem Gutdünken, sicherlich als unendlich kostbar im Geiste vorher geschmeckt: Begnadigung oder Strafe. Das Ablegen des Schlüsselbundes mit dem weichen hellbraunen Lederetui, das eine besondere Rolle spielte. Nicht immer konnte er gewaltig sein: vielleicht war es zu anstrengend. Und erforderlich auch für den besseren Effekt

der anderen Tage, für den Effekt der Ungewissheit und Unberechenbarkeit.

Der Schlüsselbund, in Teilen sowohl weich hellbraun anschmiegsam als auch hartmetallisch, mit der vollen Breitseite aufgelegt, ein Geräusch erzeugend auf der mehrere Zentimeter dicken Arbeitsplatte der Küche, das sich jeden Mittag differenzierte. Immer dieselbe Lage auf der Arbeitsplatte, dieselbe Stelle für den Bund, wie eine Fährte zu lesen auch zwischendurch, um den Grad der Bedrohung abschätzen zu können, immer ähnlich die Berührungspunkte der Schlüssel, die Winkel der drei herausragenden Schlüssel zueinander, dieselbe Umklammerung der Schlüssel vorher mitsamt der Lederhülle durch meinen Vater. Die Augen. Ohne Blickkontakt. Undurchdringlich. Der Schlüsselbund. Das Geräusch. Der Winkel. Die braune Lederhülle. Die Rettung.

So viele Variationen im Wie, Nuancen im Klang, in der Wirkung. Der Seismograf dieser „Diktatur“ zitiert in die Gegenwart aus seiner detaillierten Erinnerung: Der Bund wurde sanft, mit einem tiefen, leicht dumpfen Kontaktgeräusch mit der Lederhülle auf die Arbeitsplatte gelegt. Den Klang des Hauptgeräusches verursacht hauptsächlich der große Haustürschlüssel auf dem das Geräusch dämpfende Etui. Ein tiefes, aufgefangenes, entspanntes Geräusch. Ein tiefes, erleichtertes und doch angespanntes Aufatmen meinerseits durch die Nase, mit zusammengepressten Lippen, doch ich vergaß, wie meistens: die Luft, die durch die verräterisch sich blähenden Nasenflügel strömte, sichtbar für meinen Vater. Wenn er jetzt noch nicht satt war und noch etwas von meiner Angst haben wollte, nahm er sie jetzt und bewahrte sie für den späteren Tag auf. Zahlte sie auf ein Angstkonto ein. Manchmal bekam ich jedoch einen kurzen, desinteressierten Augenkontakt, freudlos, lustlos, Seine Interesselosigkeit vielleicht auch nur ein Geselle im Spiel, wenn es ihn zum Flaschenboden zog.

Wir saßen nach einer Wohnungsveränderung durch meine Mutter in der Küche alle nebeneinander, nicht mehr Angesicht zu Angesicht. Meine Mutter fungierte als Sichtschutz beim Essen – wenn es denn für mich noch stattfand – zwischen

meinem Vater und mir, aber nicht mehr, leider. Sie entgewaltigt ihn bis auf den heutigen Tag. Mein Bruder kam später als ich nach Hause, ging länger am Tag zur Schule, war und ist sieben Jahre älter, dieser Glückspilz. Ich war der erste Kontakt nach der Schicht und nur ein Mädchen. Zweitgeboren.

Der Tag war mittags vorüber, wenn der Schlüsselbund genau seitlich abgelegt wurde, mit Nachdruck, ein entschieden geklopftes, hartes, grelles, metallisches Ablegen des Bundes auf die in unterschiedlichen Grautönen gehaltene und zwischendurch mit kleinen rostroten Pünktchen, deren Schönheit nur mir auffiel, versehene Arbeitsplatte, mit Nachdruck schmallippig metallisch kurz mit der Längsseite aufgeklöpft. (Option Ende 1: In diesem Falle verbrachte ich den Rest des Tages sabbernd vor Schmerzen in meinem Kinderzimmer.) (Option Ende 2: Den Schluss und andere Stellen habe ich zensiert und entschärft, damit er mich und Sie nicht zu stark belastet.)

Und jetzt lassen Sie uns bitte weit, weit von dieser Dunkelkammer weggehen. Ich habe mir gedacht, ich erzähle lieber in literarischer Form von meiner früheren Angst, weil das einen gewissen Schutz für mich bedeutet. Sie können mich wohl ein wenig später zu den Familiengegebenheiten befragen, aber bitte nicht direkt im Anschluss an diesen Text, aus Eigenschutzgründen. Daher gibt es die nächste Fragemöglichkeit erst nach dem nächsten Abschnitt.

\*\*\*

9

Lieber möchte ich von anderen Dingen erzählen: Ich möchte Ihnen erzählen, warum mir das so-tun-als-ob so viel bedeutet, das Theaterspielen, Rollen zu tauschen oder ganz andere auszuprobieren. Theater spielen heißt, man kann ein anderes Leben ausprobieren, mal ausprobieren, wie sich das anfühlt. Und dass das nicht nur ein sich verstecken bedeutet, wie früher. Meine Vergangenheit kann ich nicht mehr ändern. Aber das Gute daran ist, dass sie vorbei ist. Ich kann mich selbst

zwar nur aus diesem Vergangenen heraus verstehen, aber es gibt so viele, viele andere Aspekte! Es gibt nicht nur die dunklen Seiten! Borderliner sind sehr kreative Menschen, sie sind in der Lage, sehr tiefe Gefühle zu empfinden, sind alles andere als langweilig, spontan und immer für eine Überraschung gut. Langweilig ist es mit Ihnen nicht. Es gibt bei ihnen helle und dunkle Tage. Wenn mehr Licht einfällt, verschwinden die Schatten und alles wird bunter.

Viel Verschüttetes habe ich mit meinem behandelnden Arzt beiseite geräumt. Für diese jahrelange mühevollen Arbeit bin ich ihm sehr dankbar. Weitere gute Anker waren verschiedene Therapiemöglichkeiten, die für mich wohl erstaunlichste war und ist wohl die theatertherapeutische Behandlungsmöglichkeit. Wenn ich das so formulieren darf, ist die Psychotherapie mein Hafen entlang einer Küste, die es zu erkunden gilt. In den letzten Jahren ist sind noch neue Häfen dazugekommen, was ich nie für möglich gehalten hätte. Jawohl, es gibt mehrere! Und es gibt tatsächlich Dinge, für die es sich lohnt, den sicheren Hafen auch zumindest zeitweise zu verlassen.

Bevor wir zu Übungen aus der Schreibwerkstatt kommen, möchte ich Ihnen Gelegenheit geben, *Fragen* zu stellen, die sich vielleicht aufgestaut haben - ist das so? Möchten Sie etwas wissen?

### *Frageteil*

\*\*\*

### 10

Ich leite mal so langsam zu dem Praxisteil über.

Ich darf Sie alle bitten, noch einmal aufzustehen und sich irgendwie in einem kreisförmigen Gebilde aufzustellen. Bzw. am Platz aufzustehen, so dass Sie von jemand anderem einen Ball fangen können.

Ich möchte einmal wissen, was Ihnen zum Thema "Wohlfühlen" einfällt, und möchte Sie bitten, einen beliebigen, frei assoziierten Begriff zu nennen (wie z. B. Frühlingssonne) und damit den Ball weiterzuwerfen an eine beliebige Person. Die

nennt beim Werfen dann auch wieder einen beliebigen Begriff. Nachdem wir uns so warmgeworfen haben, schreibe ich mal mit, und Sie assoziieren bitte noch einmal mit dem Ball etwas, was Ihnen zum Thema "Mut" einfällt. Es dürfen auch Umschreibungen sein. Sie müssen nicht schnell sein. Ich sammle in der Zwischenzeit Ihre Begriffe. Wenn die Übung beendet wird, nehmen Sie sich bitte ein Blatt Papier. Sie schreiben sich die genannten Begriffe auf, dann erfolgt die Klangschale. Sie haben nun fünf Minuten Zeit, in der Sie bitte einfach drauflos schreiben oder reimen oder was Sie sonst damit noch so tun möchten, und bringen Sie diese Wörter irgendwie unter, und zwar in der genannten Reihenfolge und viel Fantasie dazwischen. Bitte nicht denken, einfach drauflos. Es ist alles erlaubt. Bitte sehr... Die Übung wird ein- und ausgegongt.

### *KLANGSCHALE "Mut" ca. 5 Minuten*

Wenn alle fertig sind, dürfen Sie das Blut zurück in den Kopf lassen. Hat jemand den Mut oder / und den Wunsch, das Ergebnis vorzutragen? Jeder sollte sich trauen, es gibt keine Bewertungen. Alles ist erlaubt!

Wir kommen noch einmal in den Kreis, und während wir da so stehen, gucken wir uns eine Person aus, die uns nicht näher als fünf Meter steht, und auf mein Signal hin gehen wir alle gleichzeitig los und umrunden diese auserwählte Person dann dreimal. Wer das geschafft bin, ruft einmal laut "Tschakka" und beugt sich dann hinunter, je nach Gelenkigkeit. Die Übung ist dann zu Ende, wenn auch der letzte Tschakka ruft und sich beugt. Das ist eine Übung zum Miteinander.

Wir dürfen endlich wieder in eine Art Kreis und sammeln wieder mit dem Ballwurf lose Begriffe zum Thema "sich fremd fühlen". Ich wähle wieder ein paar der genannten Wörter aus, sie können sich zum Tisch begeben, und es werden fünf - sieben Minuten eingegongt zum Thema "Das Andere".

KLANGSCHALE "Das Andere"

(je nach Zeitfenster: KLANGSCHALE DIE STILLE)

KLANGSCHALE "Hoffnung" (aus Zeitgründen gekürzt)

Lehnen Sie sich noch mal locker irgendwohin, bleiben Sie stehen oder setzen Sie sich, ganz nach Bedürfnis.

\*\*\*

11

Ein kleines Schlusswort: IdentitätsFINDUNGEN gibt es wie Sand am Meer - doch jede ist einzigartig. Die Gesamtheit macht einen enormen Reiz aus. Wir sind Veränderungen unterworfen und Gezeiten. Etwas Statisches ist die Identität also nicht, und sie ergibt alleine für sich genommen im Einzelfall einen anderen Sinn, eine andere Bedeutung als in einer Gruppe. Ich möchte mich für das mir entgegengebrachte Vertrauen bedanken - ein "Vertrauensvorschuss", den ich erhalten habe, der ebenfalls mächtig zu einer Identitätsfindung beiträgt, die nie wirklich abgeschlossen ist - manchmal zum Glück.

So, ich habe fertig.

Rückmeldung / Feedback Fr. Schniederjan!  
Blitzlichtrunde

Ich wünsche Ihnen noch einen schönen Nachmittag!

Ihre Anja Senk

<http://www.pottpueree.de>