

KREATIV ARBEITEN TAG DES OFFENEN ATELIERS

ARBEITSKREIS KREATIVITÄT FAS NRW

KUNSTTHERAPEUIT M:A: TAVOR ZIAPOUR

CAMILUSHAUS ESSEN

Kunst als Therapie kennen wir aus den Suchtkliniken. Dabei hat diese Form der Therapie, bei den unterschiedlichsten Suchterkrankungen einen großen Vorteil. Sie schafft Distanz. Wenn Betroffene oder Angehörige künstlerisch aktiv werden, setzen sie sich bewusst oder unbewusst mit ihren Empfindungen auseinander.

Aus diesem Grund hat AK Kreativität, FAS NRW, diesen kunsttherapeutischen Tag für Menschen aus der Suchtselbsthilfe angeboten.

Es ist nicht wichtig Talent zu haben, wichtig ist das auseinander setzen mit dem Thema und der Aufgabe. Aus den Ergebnissen des geschaffenen ergeben sich anschließend Gespräche und Lösungsansätze. Der Kreativität sollen keine Grenzen aufgezeigt werden.

Und so starteten 12 Teilnehmer*innen nach Begrüßung und Einführung durch Herrn Ziapour in den Tag.

Wir haben mit einfachen Aufgaben begonnen. Blind auf einem Blatt herum malen, du denkst, was soll das. Aber aus diesem Gekritzeln ein Bild schaffen, ist schon was anderes. Wir haben unseren Gegenüber gemalt und das gleiche dann blind. Erstaunlich was dabei heraus kam. Diese Übungen dienten dazu warm zu werden.

Danach hatten wir Zeit mit Pastell, Wachs und Buntstiften ein Bild zu malen. Außergewöhnlich war, wie konzentriert und ruhig gearbeitet wurde. Danach wurde jedes Bild einzeln besprochen. Was haben wir uns dabei gedacht, wie hat es sich angefühlt, was wollen wir ausdrücken. Alle konnten sich dazu äußern, ohne Kritik und Bewertung des Geschaffenen.

Nach der Mittagspause wurde es noch intensiver.

Nach einer Fantasiegeschichte sollten wir, aus Ton, nur mit unseren Händen, unseren eigenen, persönlichen Held erschaffen. Mit Namen, Alter, magischen Hilfsmitteln und seiner Achillesverse. Man konnte fast die Energie spüren mit der an unseren Helden gearbeitet wurde. Und es sind wirklich fantastische Geschöpfe erschaffen worden. Mit Mut, Weisheit, alterslos, fabelhaft, abenteuerlich, kämpferisch aber auch verletzlich.

Bei der Nachbesprechung war es erstaunlich zu erkennen, wie viel diese Fantasiegestalten über uns aussagen. Über unsere Träume, Wünsche, Hoffnungen, Stärken aber auch über unsere eigene Verletzlichkeit, Unsicherheit und unsere Ängste.

Ein Tag voller neuer Erkenntnisse und mit vielen verschütteten Talenten.

Mit Herrn Ziapour haben wir einen sehr einfühlsamen, Ruhe ausstrahlenden und kompetenten Therapeuten gefunden. Ich kann mich nur noch mal für die tolle Gestaltung dieses Tages bei ihm bedanken.

Und an die 12 absolut begeisterten Teilnehmer*innen, die mit ihrer Kreativität, ihrem Mut und ihrer Offenheit diesen Tag zu einem ganz besonderen gemacht haben.

Alle wünschen sich eine Wiederholung des Offenen Ateliers.

Karin Oerschkes