

„Hallo Welt!“

Interkulturelles Tanzen, Singen, Spielen und Märchen erleben für Menschen mit Behinderung

Lange bevor das Thema Inklusion ins Auge der Öffentlichkeit gerückt ist, hat der Wiener Kinderarzt und Heilpädagoge Dr. Karl König mit seinem sozialen Experiment der weltweiten Camphill Dorfgemeinschaften schon 1939 für Menschen mit Behinderung einen Lebens- und Arbeitsraum geschaffen, der von hoher personaler Wertschätzung und Respekt voreinander geprägt ist.

Das Zusammenleben der „Dörfler“ in Familieneinheiten betont nicht Unterschiede, sondern Vielfalt, Selbstbestimmtheit und freie Entfaltung durch empathisches, geschwisterliches Zusammenleben.

Diese intensiven Erfahrungen am Anfang meines Berufslebens als Hausmutter in Camphill Devon/England sowie die zeitgleiche Ausbildung in den Dances of Universal Peace, einer interkulturellen Tanzrichtung mit ihren Wurzeln in den USA, sind die Haupteinflüsse für mein pädagogisches Wirken und kreatives Schaffen seit 1985. Die daraus gewonnenen Erfahrungen und Erkenntnisse sind Basis und Hintergrund meines Praxisrepertoires.

Getanzt wird seither in regionalen Angeboten im Freizeitbereich von Wohneinrichtungen oder WfB's, v. a. der Lebenshilfe Ortsverbände, oder bei Bildungsfreizeiten für Menschen mit Behinderung. Darüberhinaus wurden seit 1996 über den Zusammenschluss einiger Lebenshilfe Landesverbände in dem Weiterbildungsprogramm „Heilpädagogische Tanz-, Märchen- und Spielschule“ hunderte von Multiplikator*innen ausgebildet. Die Fülle des Materials vor Ort wurde individuell in den Einrichtungen weiterentwickelt und adaptiert und hat die Lebensqualität vieler Menschen bereichert.

1. Karl König und die weltweite Camphill-Bewegung

Für den Soziologieprofessor Nils Christie/Universität Oslo ist „Camphill (...) das aufregendste gesellschaftliche Experiment des letzten Jahrzehnts.“ Was als einzelnes soziales Experiment mit der ersten heilpädagogischen Camphill-Einrichtung begann, die 1940 von dem Wiener Kinderarzt, Psychologe, Wissenschaftler und Buchautor Karl König (1902-1966) sowie einer kleinen Gruppe von Medizinstudenten und jungen Künstlern bei Aberdeen/Schottland begründet wurde, hat sich seither zu einer weltweiten Bewegung entwickelt. Es gibt über 100 Camphill-Gemeinschaften. Die meisten Mitglieder der Gründergruppe entstammten jüdischen Familien, genauso wie die 12 Kinder mit Behinderungen, die sie in ihre Obhut nahmen. Getragen von einer noch unscharfen Vision der starken Persönlichkeit Karl Königs, flohen sie am Nullpunkt ihrer geistigen, seelischen und körperlichen Existenz, gründeten Haus und später Siedlung für „verlorene freie Menschen“. Sie und v.a. die Kinder mit Behinderungen, die den Holocaust überlebten, wurden zu einem Wegweiser wie Inklusion aussehen kann - wie Menschen mit Menschen eine Welt schaffen in der Liebe geübt und als Heilmittel gelebt wird.

Die als Dörfer konzipierten Lebens- und Arbeitsgemeinschaften verstehen sich bewusst nicht als Behinderteneinrichtungen. Sie wollen auch keine sein, sondern eher

ein Lebensort für Angehörige eines neuen, freien Gesellschaftskonzeptes. Dieser ist keine Versorgungseinrichtung für Menschen mit Behinderung, sondern Zuhause und ein Erfahrungs- wie Übungsraum sich der Herausforderung des gemeinsamen Wachstums anzunehmen. Ein Ort an dem jeder Mensch als Ganzes zählt. Dadurch verwandeln sich Klassifizierungen und defizitäre Bewertungen des anderen, verlieren ihre ursprüngliche Richtung oder lösen sich auf.

1.1. Das Menschenbild

Drei Grundpfeiler verdeutlichen das hohe Ideal an dem sich die Camphill-Bewegung orientiert:

1.1.1. Jeder Mensch hat einen unzerstörbaren Wesenskern. Das macht uns zu ebenbürtigen Geschwistern. Darum haben wir es nicht mit dem behinderten Mensch zu tun, sondern in erster Linie mit einem Mensch, der beeinträchtigt ist, dessen Kern bzw. ICH durch Schichten von Behinderung, Emotion, Verhaltensformen u.a. verdeckt ist. Wenn wir mit diesen Menschen leben, ist es Teil unserer Aufgabe, Kontakt zu diesem Kern herzustellen.

1.1.2. Die Menschen, die sich dieser Aufgabe annehmen, brauchen eine optimistische, idealistische Grundhaltung, einen Glauben, der Berge versetzen kann und eine tägliche Erneuerung ihrer Kraft durch Verbindung oder Konzentration auf individuelle Ressourcen. Dies können geistige Ideale, Gebet, Meditation oder der kreative künstlerische Ausdruck als Medium der innerseelischen Regeneration sein. Das kreative Schaffen hat keinen Anspruch auf öffentliche Profilierung und trägt selbst bei bescheidenem Maße zu einem harmonischen Gefühlshaushalt bei. Maßgeblich ist der Aspekt der Selbstfürsorge und Selbsterziehung durch selbst gewählte Mittel und Wege, die Kräfte erneuern und Resilienz bedingen.

1.1.3. Es wird versucht Lebensumstände zu schaffen, in denen v.a. die begleiteten Menschen lernen können, ihr Schicksal anzunehmen. In diesem Rahmen können sie ihre Fähigkeiten entdecken, entwickeln und einbringen. Die Häuser mit Hauseltern und MitarbeiterInnen sind der liebevolle Rückzugsort für alle. Die Arbeitsplätze sind naturnah in Landwirtschaft, Gartenbau, oder kreativ künstlerisch wie Weberei, Töpferei, Holzwerkstatt u.a. zu finden. Alle verstehen sich als Dörfler. Man trifft sich regelmäßig zu gemeinschaftlichen Festen im Jahreskreislauf o.ä.

Die geschwisterliche Verbundenheit wie die hohen Ideale spiegeln sich auch in der wirtschaftlichen Struktur der einzelnen Dörfer wider. Es gibt keine Gehälter - die Motivation des Zusammenlebens und Arbeitens sind nicht Finanzen - sondern Liebe.

Wie sich dieses Lebensgefühl von Gleichheit und Verbundenheit beschreiben lässt, erfahren wir aus den Worten einer jungen Frau, die in Camphill groß geworden ist: „Vor einiger Zeit begriff ich, dass die Kinder, die in meinem Elternhaus leben behindert sind. Wenn ich auf meine Kindheit zurückblicke sehe ich nur Kinder und Erwachsenen, die zusammenleben. Ich war ein Kind und gehörte zur Welt der Kinder (...) Nach meiner Ausbildung als Sozialarbeiterin und Rückkehr nach Hause fragte ich meine Mutter: „Sind die Kinder, mit denen ich aufgewachsen bin, genauso behindert wie diese Kinder?“ Sie schaute mich an und schmunzelte über meine offensichtliche Verwirrung und sagte „Ja mein Liebes.“

2. Die „Tänze des Universellen Friedens“ als Medium für Kunst, Therapie und Frieden

1980 bat die Gesundheitsbehörde Devon/Südengland den Camphill Village Trust beim Aufbau einer Gemeinschaftsreinrichtung für Langzeitpatienten psychiatrischer Einrichtungen. Unter direkter Beteiligung der Bezirksbehörden entstand Camphill Devon mit einer Maximalkapazität von 70 Menschen. 1985 begann dort mein Einstieg in die Heilpädagogik als Hausmutter für Haus Galahad mit seinen 14 BewohnerInnen. In diesen Jahren fanden auch die ersten Ausbildungsgruppen der Tänze des universellen Friedens in Europa statt und Hauptvertreter*innen dieser Bewegungsschulung aus den USA lehrten erstmalig in England. In meiner spärlichen Freizeit schloß ich mich der Ausbildungsgruppe an, deren Inhalte nicht speziell auf die Heilpädagogik, sondern berufsübergreifend konzipiert waren. Es war eine natürliche und logische Entwicklung, dass bald darauf der Aufbau einer ersten Tanzgruppe für „meine Familie“ und alle Dörfler, die an Bewegung, Tanz und Spiel Freude hatten, entstand.

2.1. Entstehungsgeschichte und Hintergrund

Die „Tänze des Universellen Friedens“ sind eine in den sechziger Jahren des letzten Jahrhunderts in Amerika entstandene Bewegungsschulung, die von dem amerikanischen Juden Samuel L. Lewis (1896-1971) initiiert wurde. Sie sind eine Tanzsammlung - original überliefert oder inspiriert von den großen Kulturtraditionen dieser Erde - eine Synthese von Bewegung, Tanz und Atem unter besonderem Einsatz der Stimme. Die Tänze, meist in Kreisform getanzt, brauchen keinerlei künstliche Tonquellen, sondern verlassen sich ausschließlich auf die gemeinsam erzeugten Klänge, Rhythmen, Lieder in den unterschiedlichsten Sprachen der Erde. Durch dieses Zusammenspiel entfalten sie ihre therapeutisch heilsame Wirkung. Seit der Gründung des „International Center for the Dances of Universal Peace“ 1983 in San Francisco wird die Arbeit von Samuel Lewis einer breiten Öffentlichkeit zugänglich gemacht. Ein in der Folge gegründeter Internationaler Mentor*innenverband bildet weltweit aus. Die Tänze werden inzwischen in vielen sozialen, kulturellen, pädagogischen und therapeutischen Kontexten angewandt.

Der philosophische Hintergrund dieser neuen Bewegungsform ist der interreligiöse und interkulturelle Ansatz des Sufismus, der von Hazrat Inayat Khan (1882 - 1927) erstmals in die westliche Welt gebracht wurde. Sufis sind in der Regel als Mystiker des Islams bekannt - durch Literatur wie in Goethes „West-Östlicher Diwan“ oder der Liebeslyrik von Rumi. Khan's Sufismus nimmt eine Sonderstellung ein, da er die „Sophia“ (Weisheit) in allen Kulturen und Religionen aufspürt. Er sieht seine Lehre eher als Lebenseinstellung oder Friedensbotschaft versteht. Die in dieser Schulung übermittelten Texte, Theorien, Übungen, Meditationen, Lieder wie Tänze transportieren diesen integrativen und inklusiven Ansatz von den unterschiedlichsten Kulturen dieser Erde zu Menschen gleich welcher Herkunft und Ausrichtung. Da er selbst aus einer der berühmtesten Musikerfamilien Indiens kam und ein Meister der Veena war, spielte die heilsame Wirkung von Musik und Gesang bei seinen Lehren eine bedeutende Rolle. Sein Haupttext dazu ist bis heute Inspiration für Musiker*innen, Musikpädagog*innen und geistig Suchende. Samuel L. Lewis ließ als sein Schüler das

bei ihm erworbene Wissen um die Heilkraft der Klänge in seine Arbeit mit den Friedenstänzen einfließen.

Die tänzerischen Wurzeln finden wir in der inspirierenden Pionierin für Sakralen Ausdruckstanz Ruth St. Denis (1902-1987), Freundin und Lehrerin von Samuel Lewis. Neben Isodora Duncan zählte sie zu den Begründerinnen des modernen Ausdruckstanzes, aber ihre Bedeutung ging zunehmend verloren. Die zeitgenössischen Tanzhistoriker schenkten ihr wenig Aufmerksamkeit, vielleicht weil ihr Tanzstil und ihre Schriften eher mystischer Natur waren. Sie war eine Meisterin in der Verkörperung bedeutender Figuren der Weltgeschichte oder seelischer Archetypen und ließ sich dabei von allen Kulturen inspirieren. Aus ihrer Überzeugung heraus, dass jedem körperlichen Ausdruck eine emotionale und spirituelle Motivation zugrunde liegt, wählte sie ihre Themen aus den großen Mythologien dieser Erde und wiederbelebte dadurch eine jahrtausende alte religiöse Tanztradition, die dem Westen verloren gegangen war. Sie erforschte den sakralen Tanz und war bemüht eine Form des Gruppentanzes zu finden, der die tiefen Gefühle der Einheit ausdrücken sollte, die sie bei ihren individuellen Darstellungen empfunden hatte. In Lewis fand sie einen Mitarbeiter, der ihre Vision in die Tat umsetzte. Durch die Tänze des Universellen Friedens schuf er eine Kunstform, die jedem Mensch zugänglich ist - unabhängig von Vorkenntnissen, sozio-kulturellem Hintergrund oder Talent.

2.2. Die Tanzform

Wie wir es den Urformen von Tanz entnehmen oder bei den rituellen Tänzer*innen indigenen Völker sehen, verschmelzen Worte, Bewegung und Ausdruck. Sie schaffen ein tief empfundenes Gemeinschaftsgefühl. Getanzt wird zumeist im Kreis in Klein- oder Großgruppen. Im heilpädagogischen Kontext je nach Betreuungsintensität und personeller Unterstützung idealerweise ab zehn Menschen. In den von mir angebotenen Bildungsfreizeiten über die Lebenshilfe Landesverbände waren wir zumeist 20- 25 Personen. Ausserhalb dem heilpädagogischen oder therapeutischen Kontext kann es aber auch in Großgruppen mit mehreren hundert Menschen getanzt werden, wie z.B. jährlich auf dem deutschen Familientanzcamp „Frieden durch die Künste“ mit bis zu 300 Menschen zwischen 2 und 85 Jahren, auf dem Umweltgipfel in Rio, den olympischen Spielen in Atlanta 1996 u.v.m.

Verwendet werden universelle Volkstanzbewegungen. Grundschriffe verlaufen auf der Kreislinie, mit oder gegen den Uhrzeigersinn, zur Kreismitte und zurück, Drehen, Wirbeln, alleine, in Paaren oder Kleingruppen. Die Bewegungen werden synchron ausgeführt in Kombination mit Koordinationsbewegungen der Hände oder Finger. Die vorgegebenen Bewegungsbilder unterstützen den inhaltlichen Ausdruck des Themas. Sie sind meist nicht stark durchstrukturiert, sondern im Vergleich zu ähnlichen Volkstänzen eher sparsam in der Choreographie. Dies kommt dem heilpädagogischen Kontext zugute, weil das Merken von komplexen Schrittfolgen entfällt. Es ist der Tanzleitung vorbehalten, die Bewegungen entsprechend dem Vermögen der Gruppe noch weiter zu vereinfachen oder anzupassen. Obwohl die Synchronizität als Leitbild im Raum steht, verlassen wir diese Vorgabe mit dieser Zielgruppe. Wir fokussieren uns ausschließlich auf das Gesamtwohl durch die Schaffung einer positiven Grundstimmung.

2.3. Die heilsame Wirkung von Klang und Begegnung

Obwohl es sich hier um eine Tanzform handelt, steht eigentlich der Klang im Mittelpunkt des Geschehens, den wir gemeinsam intonieren. Die Bewegungen, die dazu synchron ausgeführt werden sollen, sind dem Klangerlebnis nachgeordnet. Sie dienen der Unterstützung, dass Klang bewusster wahrgenommen werden kann, uns emotional erreicht und die Vibrationen sich ausdehnen in unserem inneren, unserem Körper als Resonanzraum oder als Klangraum im aussen. Die Synthese von Klang und Bewegung - gemeinsam erzeugt in der Großgruppe - stellt eine Atmosphäre her, die dem nahe kommt was Ruth St. Denis in ihren Einzelperformances erzielt hat - die Verkörperung einer Qualität oder Figur oder Geschichte bis hin zu dem Gefühl des tief Bewegtseins und Aufgehobenseins in einem Gefühl der Verbundenheit oder gar Einheit.

Menschen, die durch ihre Geschichte oder ihr Schicksal mit besonderen Herausforderungen beschäftigt sind, brauchen in der Regel viel Hülle und das Gefühl der Sicherheit und des Aufgehobenseins. Das Klang-, Gruppen- und Bewegungserlebnis kann zu solch einer Hülle werden. Der/die Tanzleiter*in ist eine elementar wichtige Bezugsperson mit Vorbildfunktion und wird zu einem emotionalen Anker.

Die verwendeten Worte sind meistens sehr alt und in den jeweiligen Kulturen gewachsen: Sanskrit, Hebräisch, Arabisch, Aramäisch, Persisch, aber auch indigene Chants der unterschiedlichen Sprachgruppen nord- bzw. südamerikanischer Ureinwohner. Moderne Sprachen wie deutsch, englisch etc. spielen in dieser ursprünglichen Sammlung eine eher geringe Rolle. Die alten Klänge reproduzieren eine Atmosphäre und Qualität, wie sie von Millionen Menschen über die Jahrhunderte oder Jahrtausende erfahren worden sind und hinterlassen in der Regel Berührtheit, Staunen, Verbundensein, auch oder gerade wenn wie bei unserer Zielgruppe keinerlei Vorkenntnisse oder intellektuelles Wissen vorhanden sind bzw. Vorurteile und vorgeprägte Bilder beeinflusst durch vielleicht tagespolitische Geschehnisse eine offene Begegnung erschweren. Der Klang steht für sich und kann seine Wirkung entfalten.

Viele der Texte sind kurz oder leicht einprägsam. Durch stetes Wiederholen werden sie verankert. Vor allem in der Anfangsphase meiner Tanzgruppen in Camphill war ich immer wieder erstaunt, dass auch längere Texte wie z.B. des indischen Tanzes für Krishna gerne und mühelos gesungen wurden („Gopala, Gopala, devakinandana Gopala). Unser damaliger Priester Donald Perkins, der regelmäßig unseren Tanzabenden beiwohnte, zeigte sich erstaunt über die Fähigkeiten seiner Schützlinge, die ihm seit Jahren vertraut waren. Er erkannte sie kaum wieder.

Hazrat Inayat Khan erläutert in seinen Schriften, dass die alten Klänge sowohl durch ihre Bedeutung als auch durch den Vibrationscharakter transformierende Wirkung haben. Der Klangforscher Jonathan Goldmann benutzt die Formel:

„Visualisation + Lokalisation = Manifestation.“

Rupert Sheldrake stellt in seiner 1981 veröffentlichten revolutionären Evolutionstheorie („A new science of life“, dt. „Das schöpferische Universum“), die

These auf, dass das Universum nicht von feststehenden Gesetzmäßigkeiten abhängt, sondern von sogenannten „habits“ bestimmt wird, Verhaltensmuster, die durch wiederholte Ereignisse in der Zeit entstanden sind und sich verfestigt haben. Diese werden in den sogenannten morphogenetischen Feldern gespeichert und sind mit ihren jeweiligen heilenden Einflüssen aufgrund ihrer morphogenetischen Resonanz leichter abrufbar. Für die Arbeit mit Klang bedeutet dies, dass die Klänge der alten Sprachen als Klangphänomen gespeichert sind und mit ihren jeweiligen heilenden Einflüssen abrufbar sind - unabhängig davon, ob der Mensch der sie verwendet deren Bedeutung intellektuell erfasst hat oder nicht. Obwohl Sheldrake's Werk nicht unumstritten ist, erklärt es meine Erfahrungen beim Tanzen mit dieser Zielgruppe.

In einer musikwissenschaftlichen Studie der Universität Houston/USA aus dem Jahr 1993 in der die Wirkungen der traditionellen Singweisen von Chants und Mantren erforscht wurde liest man: *„...Entspannung ist wichtig, um eine Umgebung für stressfreies Lernen und Konditionen für eine ideale Rezeptivität zu ermöglichen. Sie zeigt sich in gesteigerten Alphawellen und setzt Energie zum Lernen frei. (...) Rhythmus und Reime sind wichtige Mittel für das Erinnerungsvermögen und regen Körperreaktionen an (...) Musik ist eine ideale Unterstützung, die die Verbindung beider Hirnhälften ermöglicht, auditive und rhythmische wie emotionale Verbindung zur Information schafft und gleichzeitig einen Zustand entspannten Bewusstseins fördert (...) Präsentiert man das Lehrmaterial auf diesen drei Kanälen, den visuellen, den auditiven und kinästhetischen, so kann man sicher gehen, dass der Mensch am besten lernt, alle drei Sinne koordiniert und ihren Gebrauch immer mehr ausdehnt.(...).“*

In einem langfristigen angelegten Untersuchungsprojekt über den Einsatz der Tänze in einem psychiatrischen Hospital in St. Petersburg/Russland untersuchte der Neurologe Dr. Dimitri Spivak, der selbst auch Tänze anleitet, mittels Computertomographie sichtbare Veränderungen am Gehirn nach einer Tanzstunde, die obiges bestätigen.

3. Ergänzende Inhalte und Methoden

Mein Leben in Campill war einer der wichtigsten Erfahrungen, die mich in meinem Menschenbild und pädagogischen Schaffen bis heute geprägt haben. Die dahinterstehende anthroposophische Lehre war aber damals für mich keine Quelle der Kraft und Inspiration, die es nach meiner Einschätzung braucht, um mit dem idealistischen Engagement langfristig weitergehen zu können, ohne auszubrennen. Nach meiner Rückkehr nach Deutschland verbrachte ich einige Jahre in Zusammenarbeit mit dem Musikprofessor Joachim-Ernst Berendt, dem ich weiteren Input in punkto heilsame Klänge verdanke sowie viele Anregungen aus dem Bereich Weltmusik. Durch meine heilpädagogische Ausbildung, die Zusammenarbeit mit der ehemaligen Rhythmikdozentin und professionellen Märchenerzählerin Sabine Raile und der Begegnung mit Fredrik Vahle konnte ich mein Repertoire mit europäischen Volkstänzen, deutschsprachigen Reimen, Liedern und Spielgeschichten erweitern.

Obwohl ich nachwievor der Meinung bin, dass die Integration der Stimme für die ganzheitliche Förderung, die sensorische Integration, Vernetzung der Hirnhälften und das Schaffen einer entspannten positiven Grundatmosphäre von höchstem Wert ist, zeigen sich doch in der praktischen Umsetzung die Grenzen. Die Leitung ist in der Regel Motivator*in und Animator*in, da beim gemeinsamen Singen im heilpädagogischen Kontext aus meiner Erfahrung nicht die homogenen Klangteppiche

erzeugt oder einheitlich durchgehalten werden können. Die Leitung ist gefordert ihre Stimme klar, deutlich artikuliert und alles Geschehen übertönend in den Raum zu projizieren; oftmals als einzige oder mit eine der wenigen stimmlichen tragenden Elemente im Raum. Je nach Gruppengröße, Raumakustik und personeller Unterstützung kann dies leicht zur Ermüdung der Stimme führen oder sich kräftezehrend auswirken. Durch die Eingliederung anderer Inhalte wie einfache Volkstänze nach Tonträgern, Wahrnehmungs- und Entspannungsübungen, Spiele oder auch kreatives Gestalten mit Materialien wirkt Vielfalt an Methoden und Inhalten positiv auf Ausdauer, Aufnahmefähigkeit, Motivation bei Gruppe wie Leitung. Da sich das Repertoire aus einem unerschöpflichen Fundus der Weltkulturen und -geschichte bezieht in Kombination mit Inhalten aus Rhythmik und Psychomotorik, bleibt es immer spannend und neu. Es liegt letztlich an der Ausdauer und Kreativität der Leitung wie neue Impulse immer wieder sinnvoll spielerisch verpackt werden können, sodass das Gesamtangebot emotional faszinierend, abwechslungsreich und sensorisch interessant bleibt.

Es empfiehlt sich nach einem festgelegten Gerüst zu arbeiten, bestehend aus der Hinführung und Warmup-Phase, dem Hauptteil, der Aktivität und dem Ausklang. Dabei sind die Momente der Schwelle und Übergänge besonders sensibel. Wie empfangen wir jeden einzelnen? Nehmen wir ihn/sie persönlich wahr und schenken ein warmes Willkommen? Wie eröffnen wir die Situation? Wie gestalten wir Einführung, Hinführung zum Thema und inhaltliche Übergänge? Haben wir einen organischen Aufbau mit einem roten Faden? Gelingt es uns die Sache rund zu machen, unsere Gruppe zu entlassen in den Alltag oder die Arbeitssituation mit einem guten Gefühl?

Zur Hinführung gehört immer der direkte persönliche Kontakt und die eingeplante Zeit dafür. Dabei unterstützt ein Stuhlkreis als geschützte klare Form und als innerseelisches Symbol des Zusammenhalts und der Einheit. Direkte Ansprache oder Begegnung im Stuhlkreis durch Worte, Singspiele mit Namensnennung, Namensballwurfspiele oder der Einsatz von Handpuppen (living puppets), die v.a. bei sehr unsicheren Menschen das Eis schnell zum Brechen bringen.

Nach einem emotionalen Warmup folgt das körperliche Warmup. Das kann mit z.B. Gymnastik am Stuhl geschehen, mit oder ohne Gesang (z.B. auf die Melodie zu „Auf einem Baum einem Baum ein Kuckuck simsalbimbambasaladusaladim“ singen wir Bewegungsanleitungen wie „Wir stampfen mit den Beinen... klatschen in die Hände...“ etc.) oder mit Bewegungen durch den freien großen Raum z.B. nach beschwingter Musik, mit oder ohne Bewegungsaufgaben. Da die Musik die Atmosphäre im Raum und bei den einzelnen Teilnehmer*innen beeinflusst, gilt es sie je nach Situation bedacht und gezielt auszuwählen. Es empfiehlt sich, dass die Tanz- bzw. Spielleitung eine vielfältige Auswahl an Musik hat aus allen musikalischen Genres. Dabei kann man sich gerne auch die Lieblingsmusik der Teilnehmer*innen ausleihen, aber es ist wertvoll ihnen andere Angebote zu machen zu den verschiedensten Stilen und Kulturen, die in der Regel nicht für sie erhältlich sind. Im Hauptteil dem inhaltlichen aktiven Teil widmen wir uns einem Thema aus der breiten Palette an musischen, kreativen und spielerischen Inhalten, dass möglichst mit vielen die Sinne ansprechenden Reize erfahrbar gemacht wird. Hier wähle ich in der Regel einen inhaltlichen Beitrag aus dem Bereich der Friedenstänze mit integriertem gemeinsamen Gesang.

Da die Form der Friedenstänze zumeist vorgegeben ist (v.a. Kreisform, manchmal auch als Reihen- oder Gassentanz), aber wenig offenen kreativen Freiraum für

Eigeninitiative lässt, kann man durch offene Spiel- und Bewegungsangebote gezielt einen Kontrapunkt setzen. In einem freier gesteckten Rahmen hat der Mensch so das Gefühl diesen Raum selbst zu gestalten und Auslöser der Bewegungen, Bewegungsbilder oder Handlungen zu sein. Das wirkt sich positiv auf das Selbstbild, Selbstwertgefühl, Eigenmotivation und Freude aus.

In der Regel bestimmen das Betreuungspersonal und die Rahmenbedingungen in den Behinderteneinrichtungen das Alltagsleben und den Ablauf. Sie ermöglichen keinen oder kaum Raum für Mitbestimmungsrecht bzw. aktive Auseinandersetzung mit dem Geschehen. In den bewusst angebotenen Handlungsfreiräumen können sich Ideen der TeilnehmerInnen entwickeln, aufgegriffen werden und in eine neue Gestaltungsform gebracht werden. Dieses improvisierende freie Feld bietet unzählige Möglichkeiten der Auseinandersetzung in allen Lernfeldern der Wahrnehmung, Musik, Bewegung, Sprache, Psychomotorik, Ästhetik u.v.m. erfordert jedoch von der Leitung ein Talent in Flexibilität, Kreativität und schnell umschalten können.

Jeder, der regelmäßig mit Gruppen arbeitet, kennt sicher das Phänomen, dass sich ein „Gruppenwesen“ bildet. Dies äußert sich z.B. in ganz spezifischen Vorlieben der Gruppe. Das kein ein immer wiederkehrendes Spiel sein, ein Lieblingstanz, ein Teamsong oder eine bestimmte Handpuppe, die zum gleichwertigen Mitglied der Gruppe wird, sodass manchmal die Grenzen der Wirklichkeit mit der Phantasie verschwimmen - wer leitet denn jetzt eigentlich hier den Spielkreis Rahmana oder die freche Lucy?

Unter Berücksichtigung dieser Vorlieben empfiehlt sich eine rhythmische Vorgehensweise - durch Wiederholung dieser Lieblingsinhalte im Wochenrythmus, durch immer denselben Eröffnungstanz oder die Lieblingsmassagegeschichte zum Schluss. Diese rituellen Wiederholungen sind ein wichtiger Bestandteil, um ein Gefühl von Sicherheit und Klarheit zu vermitteln, genauso wichtig wie das Einbauen neuer Impulse und Inhalte. Struktur und Freiheit ist das Ziel!

4. Resümee

Jeder Mensch braucht Räume und Netzwerke, in denen er sich wohlfühlt, getragen wird, sich beschützt fühlt, sich in sozialem Kontext ausprobieren kann. Der Mensch mit Behinderungen braucht dies um so mehr, da seine sozialen Netze eher schwach gespannt sind. In den zweckfreien Gruppenaktivitäten, die nicht lernzielorientiert sind, entsteht durch Tanz und Spiel Interaktion, Kontakt, Berührung und Berührtheit, Bewegung und Bewegtsein. Der Mensch kann sich mithilfe der unterschiedlichen Angebote in der Großgruppe, in Kleingruppen, Paaren und alleine ausprobieren und erfahren. Die Möglichkeit an regelmäßigen kreativen Angeboten in liebevoller Atmosphäre teilnehmen zu können, ist für Menschen mit Behinderungen lebensnotwendig, da es Lebensqualität ausmacht und Isolation durchbricht. Als Begleiterin, Freundin, Dozentin und Kursleiterin sehe ich im Rückblick auf die letzten dreißig Jahre meiner vielfältigen Tätigkeit mit großer Sorge wie diese Nischen mehr und mehr verschwinden, wie Mitarbeiter*innen zunehmend in Erschöpfung landen und Zusatzengagements wegfallen, wie Fortbildungskurse unter schwindenden Teilnehmerzahlen leiden und große renommierte Fortbildungsträger um wirtschaftlichen Weiterbestand ringen.

Meine Erfahrungen und Berichte über Camphill werden oft kritisch kommentiert und als nicht realitätstauglich eingestuft, als idealistische Nischenexistenz abgetan. Ich bin froh und dankbar für die Zeit, die ich dort hatte und das Ideal was ich mir dort einverleibt habe, ist mir geblieben. Es ist Richtschnur meines Handelns und Bemühens. Es dient mir als Ziel und Orientierung. Es macht die Natur eines jeden Ideals aus, dass es niemals vollkommen erfüllt werden kann, trotzdem können wir uns auf den Weg machen und danach streben.

Zwei wesentliche Dinge gibt es aus meiner Sicht, die wir von der Camphill-Bewegung mit in unser Arbeitsfeld nehmen können: den Aspekt der Selbstfürsorge und Selbsterziehung, der nicht nur dazu dient unser pädagogisches Handeln zu reflektieren, sondern auch bewusst im Rahmen unserer Ressourcen zu agieren, dass wir nicht ausbrennen. Uns immer wieder zu orientieren an Idealen und Kraftquellen, um empathisch und engagiert zu bleiben im Umgang mit besonderen Menschen. Und zweitens wie wir liebevolle, sinnvolle Räume bauen und gemeinsam gestalten voller Wärme, Achtung und Rücksichtnahme. Räume des Vertrauens, in denen wir uns immer wieder neu begegnen und uns die Chance zum Wachstum erlauben, um dem Gegenüber zu sagen: „Ich hätte garnicht gedacht, dass du auch so sein kannst!“

Im Kreis ist jeder willkommen! Wir alle formen den Kreis gemeinsam!
Mein Leitsatz bleibt: „Wer sprechen kann, kann singen, wer gehen kann, kann tanzen“ mit meinem persönlichen Zusatz „Wer nicht sprechen kann, lässt singen im Innern klingen. Wer sich nicht bewegen kann, kann trotzdem innerlich bewegt sein.“

Rahmana Dziubany
März 2019

Text zum Workshop // Tagung Leben pur 2019