

Meinen Körper, meine Sexualität und mich selbst besser kennenlernen. Potenziale der künstlerisch-ästhetischen Bildung durch Theater- und Tanzpädagogik zur Förderung der Selbstwahrnehmung und der Selbstbestimmung bei Menschen mit Behinderung

Jochanah Mahnke

I. Sexualität als zentraler Aspekt des Menschseins

Auch wenn der Begriff Sexualität im alltäglichen Sprachgebrauch wie selbstverständlich Verwendung findet, ist die genaue Beschreibung dessen, was damit gemeint wird, nicht leicht. Diese Herausforderung spiegelt sich auch in der Definition der WHO wider, denn auch hier findet sich lediglich eine Arbeitsdefinition für den Begriff von Sexualität. Die WHO schreibt:

„Working definition: Sexuality is a central aspect of being human throughout life [and, J.M.] encompasses sex, gender identities and roles, sexual orientation, eroticism, pleasure, intimacy and reproduction. Sexuality is experienced and expressed in thoughts, fantasies, desires, beliefs, attitudes, values, behaviours, practices, roles and relationships. While sexuality can include all of these dimensions, not all of them are always experienced or expressed. Sexuality is influenced by the interaction of biological, psychological, social, economic, political, cultural, legal, historical, religious and spiritual factors“¹

In dieser weit gefassten Arbeitsdefinition wird auf den großen Einfluss von Sexualität auf das Leben und die Vielfältigkeit ihrer Ausprägungsformen hingewiesen. Wenn nun davon ausgegangen werden kann, dass Sexualität ein sehr wichtiger Aspekt im Leben eines jeden Menschen ist, stellt sich die Frage, warum sie bei Menschen mit Behinderungen – auch in professionellen Sorgekontexten – so selten thematisiert wird. Noch immer scheinen sich Mythen der Vergangenheit auf den Umgang mit Sexualität bei Menschen mit Behinderung auszuwirken, so beispielsweise die Vorstellung,

¹ World Health Organization, Sexual health, 2006.

dass Menschen mit Behinderungen keine sexuellen Bedürfnisse haben und damit jegliche Thematisierung von Sexualität überflüssig sei. Andererseits findet sich auch die entgegengesetzte Vorstellung, dass Menschen mit Behinderungen einen größeren Drang zur Sexualität aufweisen, der unmittelbar triebhaft ausgelebt werden muss. Demnach werden Menschen mit Behinderungen als „triebgesteuerte oder engelsgleiche“² betrachte. Dadurch werden ihrem Menschenrecht auf Sexualität Mythen übergestülpt, die faktisch nicht belegt sind. Jahrzehnte lang waren diese Annahmen Ausgangspunkt des praktischen Handelns in der Behindertenhilfe, die Abläufe, Ausrichtung und den Umgang mit Sexualität massiv prägten.³ Die Forderungen der UN-Behindertenrechtskonvention (UN-BRK), welche 2008 in Kraft trat, bringen hingegen Grundsätze auf Chancengleichheit, Zugänglichkeit und Gleichbehandlung zum Ausdruck und heben noch einmal explizit die jedem Menschen innenwohnende Würde sowie die Ermöglichung der individuellen Autonomie hervor. Deutschland ratifizierte die UN-BRK im Februar 2009 und mehr als einen Monat später trat sie in Kraft. Seitdem ist sie UN-BRK geltendes Recht in Deutschland. Die Unterzeichnerstaaten verpflichten sich dazu, die dort festgeschriebenen Rechte in nationales Recht zu übernehmen, und sind somit zu deren Umsetzung verpflichtet.⁴

In den Bereichen Sexualität, Intimsphäre und Selbstbestimmung besteht in der Behindertenhilfe in vielen Fällen eine große Diskrepanz zwischen dem Ist- und Soll-Zustand. Zu diesem Ergebnis kommt auch der repräsentative Endbericht „Gewalterfahrungen von in Einrichtungen lebenden Frauen mit Behinderungen“ von Schröttle und Hornberg. Dort wird besonders für die Gruppe der Frauen mit psychischen und kognitiven Beeinträchtigungen, die in stationären Einrichtungen leben, konkludiert:

„Die aktuelle Lebenssituation der psychisch wie auch der kognitiv beeinträchtigten Frauen, die in stationären Einrichtungen leben, ist vielfach geprägt durch einen Mangel an Selbstbestimmung und Privatheit sowie einen unzureichenden Schutz der Intimsphäre. So stehen oft keine eigenen Wohnungen zur Verfügung, das Zusammenleben wird in (größeren) Wohngruppen organisiert, Bad- und Toilettenräume sind nicht abschließbar und der Alltag sowie die Lebensgestaltung werden durch

2 Specht, Sexuelle Selbstbestimmung für Menschen mit Behinderungen. Bestandsaufnahme und Handlungsempfehlungen für die institutionelle Praxis, Zeitschrift für Sexualforschung 34 (2021), 175 (178).

3 Ibid.

4 Art. 4 UN-BRK.

Einrichtungs routinen bestimmt und reglementiert. Vielen Frauen fehlen nach eigenen Angaben Rückzugsmöglichkeiten wie auch enge, vertrauliche Beziehungen; insgesamt ist die Möglichkeit, Sexualität, Paar- und Familienbeziehungen zu leben, in den Einrichtungen strukturell erheblich eingeschränkt oder gar nicht erst vorgesehen.“⁵

Diese Feststellungen sind erschreckend und stehen klar in einem Widerspruch zur Behindertenrechtskonvention. In Art. 23 UN-BRK zur Achtung der Wohnung und der Familie heißt es eindeutig:

„Die Vertragsstaaten treffen wirksame und geeignete Maßnahmen zur Beseitigung der Diskriminierung von Menschen mit Behinderungen auf der Grundlage der Gleichberechtigung mit anderen in allen Fragen, die Ehe, Familie, Elternschaft und Partnerschaften betreffen ...“

Vor diesem Hintergrund scheint es umso wichtiger, dass Sexualität in das Leben von Menschen mit Behinderungen integriert wird. Dieser Beitrag setzt sich deshalb mit künstlerisch-ästhetischen Methoden der Sozialen Arbeit auseinander, um darzulegen, wie in der Sozialen Arbeit durch Übungen aus Tanz- und Theaterpädagogik Selbstbestimmung, Wahrnehmung, körperliches Erleben, Selbstbildung, Selbstausdruck, Teilhabe und Freude an Bewegung gefördert werden können,⁶ was sich auch positiv auf die Sexualität auswirken kann. Maßnahmen, die das Selbstvertrauen und das Selbstbewusstsein von Frauen mit Behinderungen – unter anderem durch mehr Bildungsbeteiligung – stärken, werden ausdrücklich gefordert.⁷ Diese Arbeit wird im Folgenden anhand von eigenen Beobachtungen darlegen, welche Veränderungen und Prozesse auf Grund von künstlerisch-ästhetischen Methoden bei den Teilnehmenden mit Behinderungen innerhalb eines halbjährigen Tanz- und Theaterkurs sichtbar wurden. Es wird auf Grundlage des weit gefassten Sexualitätsverständnisses der WHO

5 Schröttle/Hornberg, Gewalterfahrungen von in Einrichtungen lebenden Frauen mit Behinderungen – Ausmaß, Risikofaktoren, Prävention. Studie im Auftrag des BMFSFJ, 2014, 5.

6 Meis, Allgemeine Grundlagen der künstlerisch-ästhetischen Praxis in der Sozialen Arbeit, in: Meis/Mies (Hrsg.), Künstlerisch-ästhetische Methoden in der Sozialen Arbeit. Kunst, Musik, Theater, Tanz und neue Medien, 2012, 39; Behrens/Tiedt, Bewegung und Tanz als Gegenstand der ästhetisch-kulturellen Bildung in der Sozialen Arbeit mit Jugendlichen, in: ibid., 147.

7 Schröttle et al., Lebenssituation und Belastungen von Frauen mit Behinderungen und Beeinträchtigungen in Deutschland. Studie im Auftrag des BMFSFJ, Kurzfassung, 2012, 60.

gezeigt werden, dass künstlerisch-ästhetische Praxis dazu beitragen kann, Klient:innen auf dem Weg zu einer selbstbestimmten Sexualität zu unterstützen.

II. Künstlerisch-ästhetische Projekte und deren Wichtigkeit

Projekte mit benachteiligten Gruppen, die auf eine künstlerisch-ästhetische Arbeitsweise bauen, erfreuen sich immer wieder medialer Beliebtheit.⁸ Ein sehr bekanntes Beispiel ist der preisgekrönte Dokumentarfilm „Rhythm Is It!“ aus dem Jahr 2003. In diesem Education-Projekt tanzten 250 Kinder und Jugendliche aus 25 Nationen „Le Sacre du Printemps“, welches von Royston Maldoom choreografiert und von den Berliner Philharmonikern begleitet wurde.⁹ Kulturelle Bildung verfolgt dabei die Ziele, die Kreativität und Kompetenzen der Teilnehmenden zu fördern, ihre Persönlichkeiten weiterzuentwickeln und sie zu empowern. Darüber hinaus sollen durch kulturelle Bildung Kooperation und Verantwortungsübernahme geschult und Teilnehmende zur kulturellen Teilhabe befähigt werden. Die wenigen künstlerisch-ästhetischen Projekte in der Sozialen Arbeit können so große und eindrückliche gesellschaftliche Aufmerksamkeit erregen, wie das eingangs angeführte Beispiel verdeutlicht. Dies soll aber nicht die Relevanz und den Gewinn kleinerer Projekte überdecken. Denn die essenzielle Bedeutung der künstlerischen Bildung für alle Menschen wird ebenfalls in Berichten der UNO- und UNESCO betont.¹⁰ In der Veröffentlichung „Kulturelle Bildung für Alle“ der Deutschen UNESCO-Kommission von 2008 heißt es, dass

„kulturelle Bildung Fundament von Allgemeinbildung und originärer Bestandteil von Strategien lebenslangen Lernens sein muss. Deshalb ist kulturelle Bildung kein Zusatz-Luxus-Angebot, wenn alle anderen Bildungsziele erreicht sind.“¹¹

8 Meis, in: Meis/Mies (Hrsg.), Künstlerisch-ästhetische Methoden in der Sozialen Arbeit, 2012, 18.

9 ARD, Rhythm Is It, 2010, unter: https://programm.ard.de/TV/arte/rhythm-is-it/eid_287246082063695 – abgerufen am 2.11.2023.

10 Meis, in: Meis/Mies (Hrsg.), Künstlerisch-ästhetische Methoden in der Sozialen Arbeit, 2012, 68.

11 Deutsche UNESCO-Kommission e.V., Kulturelle Bildung für alle, 2018, 6, unter: https://www.unesco.de/sites/default/files/2018-03/Kulturelle_Bildung_fuer_Alle.pdf – abgerufen am 2.11.2023.

Es wird ebenfalls konkludiert, dass

„in unserem Lande (...) derzeit nur fünf bis zehn Prozent der Menschen an Angeboten kultureller Bildung teil [haben, J.M]. Dass dies unzureichend, ja mangelhaft ist, haben sowohl die Bundesregierung u.a. im „Nationalen Integrationsplan“ als auch die Enquete-Kommission des Deutschen Bundestages deutlich benannt und moniert.“¹²

Ebenfalls werden im folgenden Zitat die holistischen Qualitäten der kulturellen Bildung und ihre vielseitigen positiven Aspekte betont:

„Bei der kulturellen Bildung geht es um den ganzen Menschen, um die Bildung seiner Persönlichkeit, um Emotionen und Kreativität. Ohne kulturelle Bildung fehlt ein Schlüssel zu wahrer Teilhabe. Deshalb ist auf keinem Feld die Verantwortung des Staates, aber auch der Zivilgesellschaft und der Kultureinrichtungen größer. Kulturelle Bildung macht nicht nur stark, sondern auch klug. Denn sie hat gleichermaßen Auswirkungen auf Persönlichkeitsentwicklung und Lernfähigkeit.“¹³

Auch in der Agenda der zweiten UNESCO-Weltkonferenz findet sich als erstes Entwicklungsziel der kulturellen Bildung, dass

„kulturelle Bildung als Grundlage einer ausgewogenen kreativen, kognitiven, emotionalen, ästhetischen und sozialen Entwicklung von Kindern, Jugendlichen und lebenslangen Lernenden begriffen werden muss.“¹⁴

Die Wichtigkeit der kulturellen Bildung, die sich nicht nur auf Kinder und Jugendliche bezieht, sondern auf alle Menschen, da wir lebenslang lernfähig sind, soll an dieser Stelle nochmals betont werden. Die beiden Begriffe, kulturelle und künstlerisch-ästhetische Bildung werden in diesem Beitrag synonym verwendet. Beides meint in diesem Zusammenhang die Befähigung zu schöpferischen Arbeiten und die Verbindung von kognitiven, emotionalen und gestalterischen Handlungsprozessen.¹⁵

12 Ibid.

13 BT-Drs. 16/7000 (Schlussbericht der Enquete-Kommission „Kultur in Deutschland“), 8.

14 UNESCO, Seoul agenda: Goals for the Development of Arts Education 2010, 3, unter: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf000190692> – abgerufen am 2.11.2023.

15 BMBF, Kulturelle Bildung, unter: [https://www.bmbf.de/bmbf/de/bildung/kulturelle-bildung_node.html](https://www.bmbf.de/bmbf/de/bildung/kulturelle-bildung/kulturelle-bildung_node.html) – abgerufen am 2.11.2023.

1. Künstlerisch-ästhetische Bildung in der Sozialen Arbeit

Innerhalb der Sozialen Arbeit lassen sich unterschiedliche Konzepte der künstlerischen Bildung finden, welche jedoch an dieser Stelle nicht detailliert behandelt werden sollen. Ihnen gemein ist, dass sie den ganzen Menschen und die Sinne als zentralen Gegenstand haben, denn es geht nicht um technische Kunstfertigkeit oder theoretisches kunstbezogenes Wissen. Bereits thematisierte Aspekte der Selbstbildungspotenziale, der Wahrnehmungsförderung, der Persönlichkeitsentwicklung, der Ressourcenförderung, des Empowerments, der Kreativität sowie der Förderung von emotionaler, kognitiver, ästhetischer und sozialer Entwicklung, sowie gesellschaftlicher Teilhabe sind Ziele der künstlerisch-ästhetischen Arbeit. Damit findet sich in der künstlerisch-ästhetischen Pädagogik eine Fokussierung auf die Stärkung von Selbsthilfe- und Selbstbildungspotenzialen, sowie auf Selbstständigkeit und Mündigkeit. Erfahrungen, bei denen die eigenen Stärken und Talente in einem solidarischen Gruppengefüge wahrgenommen werden können, sollen gemacht werden.¹⁶ Genau diese galt es auch durch die Anwendung von ausgewählten Methoden bei den Teilnehmenden Menschen mit Beeinträchtigungen in den von mir geleiteten halbjährigen Theater- und Tanzkursen zu fördern. Dabei ist der Blick stets auf die Ressourcen und Stärken der Klient:innen gerichtet sowie darauf diese in ihrer Einzigartigkeit zu fördern.¹⁷ Im weiteren Verlauf dieses Berichts wird exemplarisch auf durchgeführte Übungen eingegangen, um deren Förderschwerpunkte im Sinne einer künstlerischen Bildung und beobachtbare Veränderungen zu beschreiben.

2. Die Bedeutsamkeit künstlerischer Arbeit in Bezug auf Körperlichkeit im Kontext von Behinderung

Körperlichkeit, das sinnliche Wahrnehmen und das körperliche Sein sind grundlegende, das Menschsein bestimmende Eigenschaften. Ein Teilbereich der künstlerisch-ästhetischen Bildung sind Angebote für Tanz und Bewegung, welche den körperlichen Aspekt der Arbeit in den Vordergrund stellen. Menschliche Bewegungen können dabei in die drei folgenden Di-

¹⁶ Meis, in: Meis/Mies (Hrsg.), Künstlerisch-ästhetische Methoden in der Sozialen Arbeit, 2012, 39.

¹⁷ Ibid.

mensionen gefasst werden: funktionelle Bewegungen (Alltagsbewegungen), auf Leistung ausgerichtete Bewegungen (Sport) und Ausdrucksbewegungen „zur Kommunikation und zur Übermittlung von Stimmungen“.¹⁸ Letztgenannte – auf den Ausdruck der Bewegung fokussierte – Dimension lässt sich dem Tanz zuordnen.¹⁹ Ästhetische Bewegungen eröffnen viele Möglichkeiten, die auch im Bereich der Sozialen Arbeit und der Tanzpädagogik genutzt werden. So können Klient:innen dadurch einen leichten Zugang zu Lebensfreude, Freude an Bewegung und Gemeinschaft erhalten. Ebenso kann die Fähigkeit, den Körper und eigene Potenziale und Grenzen zu spüren und zu respektieren, weiterentwickelt werden. Ferner können Selbstbewusstsein, eigenen Ausdrucksformen sowie ein positives Verhältnis zum eigenen Körper entdeckt und gestärkt werden. Bei manchen Zielgruppen können bewusst einem Bewegungsmangel entgegengewirkt und koordinative Fähigkeiten, Muskelaufbau, Motorik und Gleichgewichtssinn sowie das Raumempfinden gefördert werden.²⁰ Dies alles sind Aspekte, die auch für die Zielgruppe von Menschen mit Behinderungen relevant sind. Denn in Bezug auf sie stellt sich die Frage, ob und wo Räume vorhanden sind, um sich mit dem eigenen Körper und seiner sinnlichen Erfahrung auseinanderzusetzen. Ein erster wichtiger Schritt für einen selbstbestimmteren Umgang mit Sexualität setzt voraus, dass eine Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper und Körperlichkeit stattfindet. Denn oft verfügen die Betroffenen nur über geringe oder keine Erfahrungen im Bereich Sexualität.²¹ Besonders bei Menschen mit Behinderungen steht Körperlichkeit sehr schnell in Verbindung mit Körperpflege, dem sensomotorischen Entwicklungsstand oder Körperbehinderung, sie wird vielleicht sogar darauf reduziert. Teilweise sind die körperlichen Erfahrungen geprägt von ausschließlich funktionellen Handlungen.²² Viel zu selten haben Menschen mit Behinderungen die Gelegenheit, sinnliche körperliche Erfahrungen als Selbstzweck zu spüren. Darüber hinaus wird Empowerment und der Ausbau von Ressourcen für Frauen mit Behinderungen, die in Einrichtungen

18 Behrens/Tiedt, in: Meis/Mies (Hrsg.), Künstlerisch-ästhetische Methoden in der Sozialen Arbeit, 2012, 145.

19 Ibid.

20 Ibid., 147.

21 Beeken/Rothaug, Reise durch den Körper. Eine Körpererfahrungsgruppe für Menschen mit schweren und mehrfachen Behinderungen, in: Maier-Michalitsch/Grunick (Hrsg.), Leben pur – Liebe, Nähe, Sexualität: bei Menschen mit schweren und mehrfachen Behinderungen, 2011, 109.

22 Ibid., III.

leben, als zentrale Basis für ein selbstbestimmtes und gewaltfreies Leben empfohlen.²³

Im Folgenden soll daher an einzelnen Beispielen gezeigt werden, wie wichtig sinnliche und positive körperliche Erfahrungen als Zugang zur eigenen Sexualität sind und wie durch künstlerisch-ästhetische Praxis ein wertvoller Beitrag für eine bewusste ressourcenorientierte und bestärkende Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper unterstützt und angeregt werden kann.

III. Künstlerisch-ästhetische Arbeit durch tanz- und theaterpädagogische Methoden in Werkstätten für Menschen mit Behinderung

Nach diesen theoretischen Darlegungen werden nun darauf aufbauend Übungen und Beobachtungen beschrieben, die ich als leitende Person in sechsmonatigen Theaterkursen mit verschiedenen Gruppen im Rahmen des *Begleitenden Dienstes* in Werkstätten für Menschen mit Behinderungen gemacht habe. Die Gruppenzusammenstellung war dabei rein zufällig und beruhte auf freiwilliger Teilnahme. Die Gruppen stellten sich aus Menschen mit seelischen, körperlichen, geistigen und komplexen Behinderungen zusammen. Die Gruppengröße umfasste jeweils circa zehn Personen und die Kurse fanden wöchentlich in den Räumlichkeiten der Werkstätten statt.

1. Inhaltliche Schwerpunkte des künstlerisch-ästhetischen Projekts in Werkstätten für Menschen mit Behinderungen

Über die gesamte sechsmonatige Laufzeit wurden verschiedene inhaltliche Schwerpunkte gesetzt. Diese sollten die eigene Körpererfahrung, aber auch den Selbstwert, die Freude an Bewegung und die Teamfähigkeit der Teilnehmenden durch tanz- und theaterpädagogische Methoden fördern. War die Anfangszeit geprägt durch Übungen zur Selbsterfahrung und Selbstwahrnehmung sowie Ergründen und Erweitern des eigenen Bewegungsspielraums durch Tanz, folgte darauf eine gezielte Thematisierung von Gefühlen und ihrem non-verbalen Ausdruck, was eine Sensibilisierung für eigene Emotionen und ihren Ausdruck anregen sollte. Anschließend lag

²³ Schröttle/Hornberg, Gewalterfahrungen von in Einrichtungen lebenden Frauen mit Behinderungen, 2014, 10.

der Fokus mehr auf Partner- und Gruppenübungen, um Gruppenprozesse, Gruppenerfahrungen und die Interaktion innerhalb der Gruppe in den Blick zu nehmen. Zentral war dabei, dass während des Workshops ein offener Erfahrungsraum entstand, in welchem neues Erleben möglich war, und es gleichzeitig einen geschützten Raum gab, in dem sich die Teilnehmenden wohlfühlten.²⁴ Viele der Übungen verfolgten unterschiedliche Ziele und methodische Herangehensweisen der Tanz- und Theaterpädagogik im Sinne der künstlerisch-ästhetischen Bildung und können nicht vollumfänglich dargelegt werden. Trotzdem soll aber im Weiteren auf einige ausgewählte Übungen und deren Vorteile und von mir beobachtbare Auswirkungen eingegangen werden, um exemplarisch daran beobachtete positive Auswirkungen und Entwicklungen der Teilnehmenden zu beschreiben.

2. Sensibilisierung für die Wahrnehmung des eigenen Körpers

Eine konstante und immer wiederkehrende Übung während der gemeinsamen Termine bestand darin, sich durch den Raum zu bewegen und in den eigenen Körper hineinzufühlen. Diese Übung kann bereits das Selbstbildungspotenzial fördern, da „Wahrnehmungserfahrungen über die Körpersinne“²⁵ angeregt werden. Diese Wahrnehmungserfahrungen werden auch vom Bundesland Nordrhein-Westfalen als Aufgabe des Bildungsbereichs in ihrer Bildungsvereinbarung benannt. Die eigene Art, sich zu bewegen/zu laufen, sollte in dieser ersten Übung jede Person für sich beobachten. Wie laufe ich? Was ist typisch an meinen Bewegungen? Wo ist mein Körperschwerpunkt, womit berühre ich als letztes und als erstes den Boden? Das waren beispielhafte Fragen, die ich als Leitung während der Durchführung ergänzte, um den Teilnehmenden Anhaltspunkte und Orientierung für eine Reflektion innerhalb der Übung zu geben.

Anschließend sollte sich jede Person fragen, was sich im Körper gerade gut anfühlte und ob es Stellen gab, die verspannt waren. Diese Übung kann wie eine Art Ankommen im Körper verstanden werden. Durch re-

24 Mies, Theater und Soziale Arbeit – Ein „offenes „Theaterprojekt mit geistig und körperlich behinderten Erwachsenen, in: Meis/Mies (Hrsg.), Künstlerisch-ästhetische Methoden in der Sozialen Arbeit, 2012, 177.

25 Ministerium für Schule, Jugend und Kinder NRW, Bildungsvereinbarung NRW. Fundament stärken und erfolgreich starten, 2003, 7, unter: <https://fz-haus-der-kinder.wo-rhein-oberberg.de/images/Bildungsvereinbarung%20NRW.pdf> – abgerufen am 2.11.2023.

gelmäßiges Wiederholen dieser Übung kann erlernt werden, den Körper besser wahrzunehmen, Veränderungen festzustellen und Teilnehmende für persönliche körperliche Empfindungen zu sensibilisieren. An die Phase des Spürens schloss sich eine Phase an, in der jede Person individuell dem eigenen Körper etwas Gutes tat. Dabei ging es darum, sich von den Bedürfnissen des Körpers leiten zu lassen, herauszufinden, ob die Wade gerade fest ist und eine Dehnung braucht, ob der kleine Finger sich ganz schnell bewegen möchte, ob der Person nach Luftsprüngen und Drehungen zu Mute ist oder ob der Rücken und die Schultern eine Streckung gebrauchen könnten. Dabei sind die Empfindungen und Bewegungsmöglichkeiten nahezu grenzenlos, und diese intendierte Offenheit, soll neue Möglichkeits- und Entscheidungsräume schaffen. Eigensinn, Freiheit, Offenheit und Anregungspotenzial zu neuem Fühlen und Denken zu geben sowie dadurch die eigene Kreativität zu fördern, wird durch diese Übung beabsichtigt.²⁶ Das tun zu sollen, was sich jetzt gerade für meinen Körper richtig anfühlt, kann sehr leicht Irritationen und Verunsicherung hervorrufen. Und genau diese Reaktion konnte ich auch bei den Teilnehmenden meiner Kurse wahrnehmen. Gerade zu Beginn führte es immer wieder dazu, dass viele nicht wussten, was sie machen sollten und andere ansahen, um sich zu orientieren.

Da ich selbst weiß, wie überfordernd sehr freie Aufgabenstellungen sein können – insbesondere, wenn man sie zum ersten Mal macht, und ich mit einer gewissen Überforderung gerechnet hatte –, ging ich dazu über, selbst mitzumachen und Dinge zu benennen, die man machen könnte. Sehr schnell wurden meine Vorschläge übernommen, und erstmals bewegten wir uns auf andere Weise durch den Raum. Insbesondere diese Übung machte mich auf zwei erfreuliche Aspekte aufmerksam. Über die Zeit von einem halben Jahr ließ sich sehr gut beobachten, wie alle Teilnehmenden in der Lage waren, eine erstmals unbekannte und vielleicht auch überfordernde Aufgabe zu meistern. Nach einigen Übungen konnten viele eigenständige und individuelle Bewegungen finden, was für eine Stärkung „der Ich-Funktion der Klient/innen“ spricht.²⁷ Nach anfänglicher Verunsicherung zeigt sich mit jedem weiteren Mal, dass die Teilnehmenden selbstbewusster ihre eigenen Bewegungen ausprobierten und ausführten. Ebenfalls kristallisierte sich heraus, dass eine gemeinsame Stärke der Teilnehmenden

26 Meis, in: Meis/Mies (Hrsg.), Künstlerisch-ästhetische Methoden in der Sozialen Arbeit, 2012, 48.

27 Ibid., 49.

darin lag, Bewegungen von anderen zu beobachten und dann selbst zu übernehmen. Auch Menschen mit starken geistigen Behinderungen schienen diese – im Rahmen ihrer Bewegungsmöglichkeiten – leicht und mit Freude umsetzen zu können.

Da ich diese Beobachtungsfähigkeit als Ressource erlebte, brachte mich dies auf die Idee, mehrere Übungen zu kombinieren. Wichtig an dieser Stelle zu erwähnen ist, dass Ressourcen dadurch gekennzeichnet sind, dass sie sich zeigen, wenn auf sie zurückgegriffen wird. Dadurch entsteht ein Bewusstsein für diese Ressourcen, und erst dann können diese aktiviert werden. Hinzuzufügen ist ebenfalls, dass angenommen wird, dass das Wissen um ihre Existenz und der Zugang zu den eigenen Ressourcen „das Individuum stärkt und zu größerer Autonomie und Lebensbejahung verhilft“²⁸.

Diese Ressourcen entdeckend, machte ich einen Vorschlag für eine dazu passende Übung, die sich schnell großer Beliebtheit erfreute. Jede Person sollte bei dieser Übung eine eigene Bewegung erfinden, welche dann einzeln in der Gruppe vorgeführt und anschließend von allen Personen nachgeahmt wurde. Dabei bewegten sie sich frei durch den Raum und eine vorher bestimmte Person fing an, eine Bewegung zu auszuführen, an der sie Spaß hatte. Dabei galt es darauf zu achten, dass die Bewegungen nicht zu kompliziert, zu lang oder zu undefiniert waren, damit alle anderen Teilnehmenden sie leicht nachahmen konnten. Wurde die Bewegung eine Weile lang gemeinsam zur Musik getanzt, war die nächste Person an der Reihe, eine Bewegung zu erfinden und vorzumachen. Diese Übung wurde zum absoluten Highlight in allen Gruppen und dadurch auch Teil der Abschlussaufführung.

Mehrere wichtige Aspekte konnten dadurch verbunden und erlebbar gemacht werden. Erstens konnten die eigene Kreativität und das Bewusstsein über den eigenen Körper, sowie die Motorik und das Rhythmusgefühl angeregt und gefördert werden. Des Weiteren konnten durch diese sinnliche und auch spielerisch tänzerische Herangehensweise Freude an Bewegung und Musik vermittelt werden. Das führte dazu, dass die Teilnehmenden ihre eigenen Bewegungs- und Ausdrucksweisen sowie individuelle Vorlieben kennenlernen und ausbauen konnten. Hinzu kam, dass jede Person die Erfahrung machte, im Vordergrund zu stehen und mit der eigenen Bewegung die Gruppe anzuführen. An dieser Stelle konnten wichtige Gemein-

28 Ibid, 41.

schafts- und Zugehörigkeitserfahrungen gesammelt sowie Empowerment auf individueller und auf gemeinschaftlicher Ebene erfahren werden.²⁹

Wie gezeigt werden konnte, wurden gleich mehrere der oben beschriebenen Ziele und positiven Auswirkungen von künstlerisch-ästhetischer Bildung sichtbar. Mit dem Gewinnen neuer Eindrücke und Ausdrucksformen, eigener schöpferischen Tätigkeit, der Erfahrung von Freude an Bewegung und dem eigenständigen Forschen werden hier nur einige weitere genannt.³⁰ Diese positiven Auswirkungen können sich auch auf das Leben von Sexualität beziehen, denn die Selbstwahrnehmung, die Beziehung zum eigenen Körper und der Selbstwert werden explizit gestärkt. Sehr besonders und wertvoll empfand ich ebenfalls, dass in einer der Gruppen während des letzten Monats der Wunsch entstand, selbstständig die tänzerische Erwärmung zu gestalten. Somit haben sie die von mir beschriebene Übung eigenständig und selbstbestimmt durchgeführt und sich auch gegenseitig angeleitet. Das verdeutlicht, auf wie vielen Ebenen zu einer Befähigung und Stärkung beigetragen werden konnte. Zudem lässt sich der Wunsch, selbst die Erwärmung gestalten zu wollen, als wichtiger Schritt zu mehr Selbstbestimmung, größerem Selbstbewusstsein, Stärkung der Ich-Funktion, Entdeckung von Freude sowie Ressourcen sowie der Aktivierung von Selbsthilfe- und Selbstbildungspotenzialen interpretieren.³¹

3. Gefühle in meinem Körper entdecken

Eine weitere beispielhaft beschriebene Übung, die ebenfalls körperliche Wahrnehmung und körperlichen Ausdruck nutzte, zielte darauf ab, Gefühle zu thematisieren. Manchen Menschen mit Beeinträchtigungen ist verbale Kommunikation kaum oder nur mit Hilfsmitteln möglich. Das verdeutlicht die Wichtigkeit anderer Kommunikationswege. Mit diesem Vorwissen schien es umso wichtiger, dass im Theaterkurs auch Emotionen und ihre nonverbalen Ausdrucksmöglichkeiten integriert werden. Die Auseinandersetzung und Bewusstmachung von Gefühlen können das Verstehen und

29 *Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung*, Empowerment/Befähigung 2021, unter: <https://leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/empowerment-befähigung/> – abgerufen am 2.11.2023; s. ferner *Mies*, in: *Meis/Mies* (Hrsg.), Künstlerisch-ästhetische Methoden in der Sozialen Arbeit, 2012, 184.

30 S. *Meis*, in: *Meis/Mies* (Hrsg.), Künstlerisch-ästhetische Methoden in der Sozialen Arbeit, 2012, 39; *Mies*, in: *ibid.*, 180; *Behrens/Tiedt*, in: *ibid.*, 147.

31 S. *Meis*, in: *Meis/Mies* (Hrsg.), Künstlerisch-ästhetische Methoden in der Sozialen Arbeit, 2012, 39; 41; *Behrens/Tiedt*, in: *ibid.*, 147; *Mies*, in: *ibid.*, 180.

Wiedererkennen von Gefühlen erleichtern. Besonders in zwischenmenschlichen Kontexten wie in Partnerschaften, beim Leben von Sexualität oder bei der Signalisierung von gewollten oder nicht gewollten sexuellen Handlungen kann das Ausdrücken und Erkennen von Gefühlen eine zentrale Rolle spielen.

Für diese Übung wurde der sozialpädagogische Ansatz des *Basalen Theaters* oder *Erlebnistheaters* gewählt. Dieser Ansatz hat „sich in der Arbeit mit SchülerInnen mit schweren Behinderungen entwickelt“.³² Diese Form des Theaters nach Bertrand und Startmann birgt in dem hier beschriebenen Kontext den Vorteil, dass der Zugang uneingeschränkt und voraussetzungslös ist und Menschen non-verbal – alle Sinne umfassend – anspricht.³³ Wichtig bei dieser Theaterform ist auch, dass jede Person sich anhand individueller Voraussetzungen einbringen kann, sie für jede Altersgruppe geeignet ist und die durch die Beteiligten beeinflusste Prozesshaftigkeit der gemeinsamen Begegnungen im Zentrum steht. Das hat zur Folge, dass nicht unbedingt eine Aufführung erarbeitet werden muss.³⁴ Eine ganzheitliche, körperliche, sinnliche, schöpferische und non-verbale Theaterarbeit bildete demnach das Fundament dieser Übung.³⁵

Da sich die ersten zwei Monate mit dem großen übergeordneten Thema der Wahrnehmung auseinandersetzen, thematisierte der zweite inhaltliche Schwerpunkt ein Kennenlernen und Erkunden des eigenen Gefühlsausdrucks. Letzterer Schwerpunkt wurde anfänglich durch spielerische Fantasieübungen eingeleitet. Die Teilnehmenden wurden für diese Übung dazu aufgefordert, sich in einem angenehmen Tempo durch den Raum zu bewegen. Um das Bewegen im Kreis zu vermeiden, sollten sie sich immer wieder neue Ziele im Raum suchen, die nacheinander angelaufen wurden. Ausgehend von dieser grundlegenden Bewegung wurden von mir als leitender Person kleine Situationsbeschreibungen formuliert, um einen neuen Bewegungsrahmen zu kreieren. So veränderte sich die Ausgangsbewegung zu einem situationsspezifischen Verhalten. Beispielsweise war eine Vorgabe, dass man auf dem Weg zum Bahnhof ist und der Zug in wenigen Minuten

32 Cleve/Hans, Basales Theater. Schulinterne Handreichungen zur Umsetzung eines Basalen Theaterprojekts 2008, 4, unter: <https://www.lwl.org/230-download/pspb/pdf/HandreichungBasalesTheater.pdf> – abgerufen am 2.11.2023.

33 Ibid.

34 Kruck, Basales Theater, unter: https://rehamedia.de/wp-content/uploads/2018/03/Basales_Theater.pdf – abgerufen am 2.11.2023.

35 Mies, in: Meis/Mies (Hrsg.), Künstlerisch-ästhetische Methoden in der Sozialen Arbeit, 2012, 180.

abfahrt. Ohnehin schon gestresst, steht die Ampel vor dem Bahnhof ewig auf rot, was die Teilnehmenden dazu einladen sollte, über das spielerische und körperliche Eintauchen in die beschriebene Situation, herauszufinden, wie sie sich in so einer Situation verhalten und fühlen. Andere Situationen waren zum Beispiel, dass man einen ganz wichtigen Brief erwartet und vor Aufregung nicht weiß, was man machen soll. Oder dass man sich verlaufen hat und in der Hitze angestrengt nach einer Wasserquelle sucht. Endlich findet der langersehnte Strandbesuch statt und man stürzt sich ausgelassen ins Wasser. Dieser spielerische und imaginative Zugang sollte eine erste intuitive Auseinandersetzung mit eigenen Verhaltensweisen und Ausdrucksformen herbeiführen, sowie die Vorstellungskraft und Phantasie anregen. Wichtig dafür war es zudem, dass die spielerischen Aspekte im Vordergrund stehen und nicht vorab schon theoretisch über Gefühle gesprochen wurde.

Abschluss der Übung bildete wieder das grundlegende Laufen/Bewegen in dem nachgespürt werden sollte, wie man sich selbst gerade fühlt, was man die letzten Minuten erlebt hatte und wie sich der Körper im Vergleich zum Beginn der Übung anfühlte. Was hat sich verändert, was fühlt sich anders an? Auch diese Übung, die situatives Erleben, Imagination und körperliche Intuition verbündet, wurde regelmäßig gemeinsam durchgeführt. Erneut ließ sich beobachten, dass nach dem Kennenlernen der Übung die Umsetzungen immer vielseitiger sowie mutiger wurden und viele Teilnehmende neue spielerische Erfahrungen sammeln konnten. Zusätzlich stand der Aspekt der Spielfreude bei dieser Erfahrung im Vordergrund. Besonders schön war auch hier zu sehen, dass die Gruppen die Übung sehr neugierig und freudig aufnahmen und umsetzten.

Darauf aufbauend und konkrete Gefühle mehr in den Blick nehmend, kam im Laufe der Zeit eine ergänzende Übung hinzu. In dieser wurden statt konkreter Situationen ausschließlich einzelne Gefühle benannt, wie z. B. Wut, Freude, Ekel oder Angst. Nun war es die Aufgabe, das Gefühl – ausgehend von dem grundlegenden Gang oder der grundlegenderen Fortbewegungsweise – durch Körpersprache in das Laufen zu integrieren und dabei ganz genau zu beobachten, was sich im Körper verändert. Ziehen sich die Schultern zusammen oder auseinander? Wo sammelt sich Spannung? Wie verändert sich das Auftreten mit dem Fuß? Was passiert mit dem Kopf oder dem Blick? Verändern sich die Atmung oder das Bewegungstempo? Für diese Reflexionprozesse, die zunächst jede Person für sich allein erkunden und beobachten sollte, wurde immer wieder ausreichend Zeit eingeplant, bevor ein weiteres Gefühl genannt wurde. Besonders ein-

drucksvoll war, dass alle in der Lage waren, sich auf die Übung einzulassen und in gemeinsamen Abschlussrunden Veränderungen in ihrem Körper durch ein Gefühl beschrieben.

Mit etwas Übung kam abschließend die Aufgabe hinzu, die körperlichen Veränderungen in ihrer Ausprägung zu verändern. Von übertriebenem Hochziehen der Schultern bis zu einem quasi nicht mehr äußerlich erkennbaren Verkleinern des Gefühls im Körper wurden verschiedene Intensitätsstufen ausprobiert. Final bereitete die Übung, nach dem Erspüren, Erkennen, Ausdrücken und Benennen können von eigenen Gefühlen im Körper, darauf vor, diese auch bei anderen leichter erkennen zu können und für die körpersprachlichen Botschaften anderer Personen sensibilisiert zu werden. Diese Sensibilisierung für Gefühle erscheint besonders im Zusammenhang von partnerbezogener Sexualität von großer Bedeutung. Nach einiger Zeit wurde jede Person gebeten, körperlich ein Gefühl darzustellen, das die Gruppe gemeinsam entschlüsseln musste. Besonders eine Gruppe hatte an dieser Übung große Freude und zeigte lautstark die Begeisterung darüber, ein Gefühl richtig erraten zu haben. Im gleichen Zuge konnte ich eine unterstützende und jede Person anerkennende Gruppendynamik beobachten. Jede Person wurde aufmunternd in die Mitte des Kreises eingeladen, um ein Gefühl oder den momentanen Gefühlszustand körperlich in Form von einem Standbild oder einer Geste darzustellen. War ein Gefühl schwer zu erkennen, forderte ich die Gruppe auf, genau zu beschreiben, was sie an der Person beobachteten. Welche Charakteristika wies diese Haltung auf? Hatte man dieses vielleicht ebenfalls bei einem selbst dargestellten Gefühl körperlich so ausgerückt? Wurde es richtig gedeutet, beklatschten sich alle Gruppenmitglieder gegenseitig. Auch hier ließ durch regelmäßiges Wiederholen eine differenziertere Darstellungs- und Deutungsfähigkeit beobachten.

4. Der große Wunsch einer Aufführung

Da die Prozesshaftigkeit und eine offene Arbeitsweise im Sinne des *Basalen Theaters* im Fokus der gemeinsamen Zeit standen, erfragte ich erst nach einiger Laufzeit der Kurse, ob die jeweiligen Gruppen und deren Mitglieder den Kurs durch eine Aufführung abschließen wollten. Sehr eindeutig wurde von einer Mehrzahl der Wunsch ausgedrückt, die gemeinsame Arbeit durch eine Aufführung abzuschließen. Da das Nachahmen von Bewegung zu einem so wesentlichen Teil des Kurses geworden war, wurde diese auch Teil der Aufführung.

Dafür kam nun aber die Schwierigkeit hinzu, dass man nicht jedes Mal eine neue Bewegung machen konnte. Nach einem angeleiteten Experimentierzeitraum mussten sich alle für eine Lieblingsbewegung entscheiden, sich merken und den anderen beibringen. Anschließend wurden die ausgewählten Bewegungen in eine Reihenfolge gebracht, die gemeinsam auswendig gelernt werden musste. Diese Abfolge an Bewegungen wurde in den Wochen vor der Aufführung immer wieder geübt, wobei der Fokus darauf lag, dass die Gruppe in die Lage kommt, ohne Anweisungen von außen gemeinsam die Bewegungen auszuführen. Besonders schön war es dabei zu beobachten, dass die gemeinsame Choreographie durch Teamarbeit und gemeinsames Üben während der Aufführung von jeder Gruppe gemeistert wurden, obwohl viele Teilnehmenden es sich selbst nicht zutrauten, die Bewegungen ohne Anleitung umzusetzen. Dabei galt es, sich als Gruppe zu organisieren und zusammenzuarbeiten, denn meistens wusste mindestens eine Person, welche Bewegung von wem als nächste an der Reihe war.

Da gelungene Präsentationen wichtige wertschätzende und positive Rückmeldungen hervorbringen können, was die Selbstwirksamkeit, den Selbstwert und das Selbstbewusstsein stärken,³⁶ erarbeiteten wir gemeinsam zum Abschluss eine Aufführung, die sich an den Wünschen und Vorstellungen der Teilnehmenden ausrichtete. Diese wurden vor den zuschauenden Verwandten, Betreuenden und Freund:innen mit viel Freude aufgeführt, und über die Zeit erworbene Fähigkeiten, wie das Spielen von Empfindungen, verbale und non-verbale Ausdrucksweisen,³⁷ sowie neue Bewegungsabläufe und -erkundungen³⁸ wurden auch von Menschen außerhalb des Kurses beobachtet, anerkannt und wertschätzend zurückgemeldet. In meiner Interpretation des Wunsches der Gruppen nach einer Aufführung sehe ich die vorrangige Sehnsucht der Teilnehmenden, sich auszudrücken und Räume der Sichtbarkeit und Anerkennung zu erfahren. Besonders im Kontext der immer noch stattfinden Ausgrenzung und Diskriminierung von Menschen mit Behinderungen und den existenten Hürden bis zu einer gelebten Inklusion erscheint mir diese Ermöglichung der kulturellen Bildung ein wichtiges Mittel für mehr gesellschaftliche und individuell erlebte Anerkennung und Sichtbarkeit.

36 Ibid., 197.

37 Ibid.

38 Behrens/Tiedt, in: Meis/Mies (Hrsg.), Künstlerisch-ästhetische Methoden in der Sozialen Arbeit, 2012, 147.

IV. Zusammenfassung und Fazit

Kulturelle Bildung kann in der Sozialen Arbeit viele positive Prozesse anstoßen und positive Auswirkungen auf Menschen mit Behinderungen haben. Die zu Beginn angeführten Ziele und die holistischen Effekte der künstlerisch-ästhetischen Bildung können auch in den hier betrachteten Übungen beobachtet werden.

Kulturelle Bildung kann einen wichtigen Teil zu einem selbstbestimmteren und selbstbewussteren Umgang mit dem eigenen Körper beitragen und wirkt sich auf zahlreichen Ebenen positiv auf die Teilnehmenden aus. Durch die beschriebenen Übungen konnten Ressourcen entdeckt, weiterentwickelt und gestärkt werden. Da besonders bei Frauen mit Behinderungen ein geringes Selbstwertgefühl, fehlende Vernetzung und Selbstvertrauen festgestellt wurde,³⁹ was zu einem Risikofaktor für die Erfahrung von sexueller Gewalt werden kann,⁴⁰ erscheint das Ermöglichen von künstlerisch-ästhetischen Angeboten ein geeignetes sozialarbeiterisches Mittel zu sein, um dem entgegenzuwirken.

Grundsätzlich kann für Menschen mit Behinderungen ein pädagogisches Arbeiten im Sinne der kulturellen Bildung empfohlen werden, da dadurch prozesshafte, individuelle und gemeinschaftliche Ziele auf eine alle Sinne ansprechende Art und Weise gefördert werden können. Dem anfänglichen Zitat „Kulturelle Bildung macht nicht nur stark, sondern auch klug. Denn sie hat gleichermaßen Auswirkungen auf Persönlichkeitsentwicklung und Lernfähigkeit.“⁴¹ kann nur zugestimmt werden, ebenso wie der Kritik, dass bisher zu wenig Menschen, insbesondere Menschen mit Behinderungen an Angeboten der kulturellen Bildung teilhaben.⁴² Diesem Arbeitsfeld kommen somit eine große Verantwortung und auch ein großes Potenzial zu, um Menschen mit Behinderungen mehr Teilhabe zu ermöglichen.

In Bezug auf die Beschäftigung mit Sexualität müssen ebenfalls die ganzheitliche und freudige Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper und die Bestärkung der Persönlichkeit als wesentlicher Aspekt genannt werden. Eine Auseinandersetzung mit der eigenen Person, dem eigenen Körper, der eigenen Wahrnehmung und den eigenen Stärken durch künstlerisch-ästhe-

39 Schröttle et al., Lebenssituations- und Belastungen von Frauen mit Beeinträchtigungen und Behinderungen in Deutschland. Kurzfassung, 2012, 60.

40 Schröttle/Hornberg, Gewalterfahrungen von in Einrichtungen lebenden Frauen mit Behinderungen, 2014, 5, 159.

41 BT-Drs. 16/7000, 8.

42 Ibid.

tische Methoden kann ein erster Ausgangspunkt für eine Ermöglichung von selbstbestimmter Sexualität darstellen. Dadurch kann die kognitive, emotionale und soziale Entwicklung lebenslang angeregt und gefördert werden und das selbstbestimmte Leben von Sexualität, Partnerschaft und Körperlichkeit positiv beeinflussen.