

TROST 45

Eine Wanderausstellung



Mein letztes Glück
 das die Hilfe zu
 meiner Familie hat
 mich während der
 Infektion mit dem
 gelindert.

Maria mit dem Kinde lieb

aus allen Deinen Segen gib

NIMM HÄNE UND LEIT
 H - BIS AN MEIN
 LIEBESE NDE UND
 GLICH

Mich hielt es nie zu Hause.
 Täglich fuhr ich mit dem Zug zu den
 Bauern aufs Land zum Arbeiten.
 Bauern brachte ich stolz meiner
 Mutter Kartoffeln, Mehl, Obst, Wurst
 oder Gemüse nach Hause, je nachdem,
 was ich als Lohn bekommen hatte.
 Das war für Mutter und mich gleicher-
 maßen auch ein gegenseitiger Trost!

Hoffnung ist
 das
 FRUEH

Tiere

Inhalt

1. Die Projekt-Idee ...
2. Eröffnungsfeier „Vernissage Trost 45“
3. Vortrag von Dr. Udo Baer „Trost“
4. Herr Bücher: „Die schützenden Arme der Mutter“
5. Erfahrungen während des Projekts von Frau A. Zender
6. Interview mit Laura Lis zur Ausstellung „Trost 45“
7. Über uns
8. Impressum
9. Trostzettel „Nimm dir so viel du brauchst“



2. Eröffnungsfeier „Vernissage Trost 45“

Während im Semnos-Zentrum die Arbeiten gesichtet, sortiert und gerahmt wurden, spielten sich in den Altenheimen ergreifende Szenen ab. Für die Bewohner/innen stand fest: Sie wollen zur Eröffnungsfeier! Darum übten sie Treppensteigen, überlegten sich, wie sie mit ihrem Rollstuhl die Treppe in Duisburg überwinden können und fieberten dem 4. Mai 2015 entgegen. Bewohner/innen, die nicht selbst anwesend sein konnten, schickten kurzerhand ihre Pflegeleitung mit einer Kamera ausgestattet zur Ausstellung.

Um 15 Uhr ging die lang ersehnte Vernissage endlich los.

Am Eingang wurden über 50 Besucher unterschiedlichen Alters von der Musik der „Moelmschen Drehorgel“ empfangen. Frau Sylvia Vorhaus ließ zur Freude aller neben aktuell bekannten Liedern auch alte Schlager der 30er erklingen.



Eine 80jährige Frau steuerte mit ihrem Rollator auf ein Bild zu, erkannte es als ihr eigenes und erklärte den Umstehenden deutlich: „Das habe ich gemalt, aber ohne Rahmen!“. Von der Demenz der Frau war in diesem Augenblick nichts zu spüren.

Herr B. blickte sehr aufmerksam von Bild zu Bild und wirkte versunken in seinen Erinnerungen. Er reichte gleich drei Bilder ein. Sein sehr sichtbares, aber nie gefördertes Talent, fand in der Ausstellung erstmals die verdiente Würdigung. Seine rüstige Ehefrau verabschiedete sich schließlich mit Tränen in den Augen: „Ich hätte nicht erwartet, dass es so berührend sein würde, wir haben ja alle Ähnliches erlebt“. Sein Rollstuhl stellte für das Ehepaar trotz der vielen Treppenstufen kein Hindernis dar. Kurzerhand schenkte sie ihm zum Geburtstag die Unterstützung von Mitarbeitern des Deutschen Roten Kreuzes, die ihn ohne Probleme nach Duisburg fuhren und alle Treppen nach oben in die Ausstellungsräume trugen.

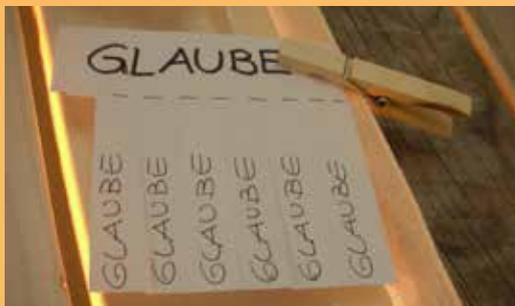


Die Stimmung der Eröffnungsfeier war, wie Frau B. es ausdrückte, „berührend“, aber nicht bedrückend. Neben der Schwere des Themas durch die Erinnerung an die schwere Zeit, die in vielen Gesprächen der Besucher/innen untereinander Ausdruck fand, hing auch Leichtigkeit und Freude in der Luft. Freude darüber, dass nun all das gezeigt, gesehen und gewürdigt wurde, was damals Trost spendete.

Trost ist in jeder Zeit wichtig und wirkt umso stärker, wenn er geteilt werden kann.

Dazu rief eine Skulptur – die Trost-Säule auf: Ein aus Holz gestaltetes Lichtobjekt, an das viele kleine Abreißzettel passten, auf denen jeder schreiben konnte, was sie tröstet.

Auszug aus dem Newsletter der Assoziation Kreativer Leibtherapeut/innen (AKL) , Viola Werner



3. Vortrag von Dr. Udo Baer „Trost“



„[...] Ich finde es wichtig, sich an den Holocaust, an die Verbrechen des Nationalsozialismus zu erinnern. Ich finde es wichtig, sich zu erinnern an die vielen Leiden, die die Menschen erleben mussten, in Deutschland, in ganz Europa, in der ganzen Welt, und die sie in manchen Gegenden Europas und der Welt immer noch erleiden müssen.

[...] UND es ist manchmal zu viel. Das große UND darf und muss da sein. Wir haben deswegen gesagt, wir wollen diesen ganzen Schreckenserinnerungen nicht noch eine hinzufügen. Wir haben gesagt, wir wollen anregen, eine Ausstellung zu organisieren und durchzuführen, bei der es um Trost geht.

Den Trost haben damals die Menschen gebraucht und brauchen sie heute.

Wir wollen den Menschen das Wort geben – aber auch das Bild geben – die damals diese Zeit erlebt haben, sie überlebt haben, und die heute zum Ausdruck bringen, was hat getröstet oder was hätte trösten sollen, wenn es zu wenig Trost gab. Ich freue mich, dass da so viele mitgemacht haben. Ich freue mich, dass das ein gutes Thema war, das anscheinend Menschen bewegt und angesprochen hat.

[...] Wenn ich es von der Sprachbedeutung her anschau, dann heißt Trost eigentlich: was Kraft spendet. Kraft und Stärke. Wenn Menschen Not haben, wenn Menschen leiden, entsteht die Frage: Woher bekomme ich Kraft und Stärke? Wie bekomme ich Kraft und Stärke? Von wem bekomme ich sie? Wie kann ich mir selber Kraft und Stärke geben? Was brauche ich dafür?

[...] Ich finde es großartig, wie viele Menschen es geschafft haben, weiterzuleben und auch ein Stück dieser Energie an die nächsten Generationen weiterzugeben.

[...] Ich kenne auch Menschen, die trösten sich alleine, indem sie aus dem, was sie jetzt belastet, einen Schritt beiseite machen. Hier ist ein Zitat aus einem Interview, aus einem Gespräch, da sagte eine Frau: „Wenn es auch schlimm war, ich viel Trost brauchte und eine Zeit lang zumindest von niemandem Trost bekam, dann nahm ich meine Flöte.“ Ihr Trost war die Flöte und war die Musik. Und ihre Mutter hat dieses Flöten sehr abgelehnt und, na ja, es war ja auch Nachkriegszeit ... sich da um Musik, um Kunst, um so etwas zu kümmern, das war nicht so in, da ging es ums Überleben und Ernähren und Dach überm Kopf und so weiter. Das war für andere ein „Spleen“. Aber dieser Spleen hat sie getröstet. Und sie erzählte, dass sie sich immer in den

Kleiderschrank eingeschlossen hat und darin geflötet hat. Dann hat man sie nicht gehört – und sie erwähnte das mit einem schmunzelnden Lächeln – dass sie damals noch sehr dünn war und noch in den Kleiderschrank passte, und dass das heute nicht mehr gelingen würde, aber heute brauchte sie auch nicht mehr in den Kleiderschrank. Das ist das Gute an diesen Zeiten. Heute braucht keiner mehr, ich hoffe es, in den Kleiderschrank, um zu musizieren und Trost zu finden.



[...] fast immer hat der Trost etwas mit anderen Menschen zu tun. Das ist das, was mir am wichtigsten ist: Trost ist ein soziales Gefühl, eine soziale Erfahrung, eine zwischenmenschliche Begegnung, ein zwischenmenschliches Tun, ein zwischenmenschliches Lächeln. Trost ist, wenn jemand da ist. Hier in der Kreativen Traumahilfe, hier im Projekt Alter und Trauma – arbeiten wir viel mit traumatisierten Menschen, die Schlimmes erfahren haben. [...] Da geht es darum, da zu sein, vielleicht sogar, die Hand zu halten, zu gucken, zu hören, zuzuhören, zu lächeln, aber vielleicht auch mitzuweinen. Diese Erfahrungen sind existenziell. Das ist der Trost.

[...] Trösten heißt nicht, das Leid wegzumachen. Trösten heißt, zu begleiten. Und das ist schon Trost, auch wenn ich nichts tun kann. Auch wenn ich meine Hilflosigkeit mit der Hilflosigkeit der Menschen teile, die ich begleite. Wenn ich sage, es ist schlimm und da können wir nichts dran tun, dann ist das der Trost, dass man damit nicht allein ist. Manchmal reicht das nicht, aber es ist immer der Anfang.

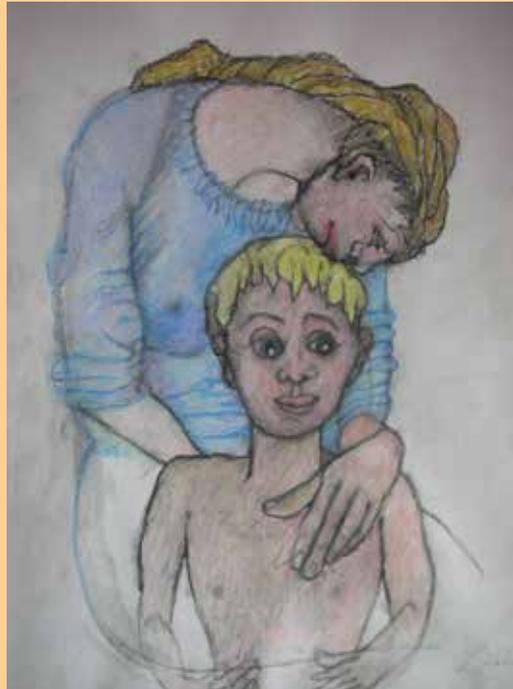
[...] Das Entscheidende beim Trösten ist, dass es andere Menschen gibt. Man kann sich alleine viel trösten, aber das ist Notbehelf. Wir Menschen sind darauf angelegt, dass wir Fürsorge, Unterstützung, Dasein, Stärke auch, aber auch das Teilen von Not mit anderen Menschen erfahren. Wenn Sie in diesem Sinne heute diese Bilder, Texte, Objekte sehen, dann freut mich das sehr. Ich danke den Künstlerinnen und Künstlern, die ihre Werke ausstellen. Manche von ihnen sind hier, das freut mich besonders.

[...] Denn Trost tut Not, damals wie heute.“

Auszug aus dem Vortrag von Dr. Udo Baer zum Thema „Trost“, Eröffnungsfeier Duisburg, 04.05.2015

4. Herr Bücher: „Die schützenden Arme der Mutter“

„Lothar Büchers mit Pastellkreide gezeichnetes Bild der Mutter, die ihren Sohn liebevoll im Arm hält, neben 29 weiteren Exponaten von Menschen, die ihren Trosterfahrungen mit Objekten, Bildern, Zeichnungen und Texten Ausdruck verliehen haben. [...]“



„[...] Auch Lothar Bücher, der seit einigen Jahren die Paritätische Tagespflege in Solingen besucht, hat Petra Prell auf die Ausstellung zum Thema Trost aufmerksam gemacht – was unmittelbar einen Schaffensprozess in Gang setzte. Die Zeichnung sei in kürzester Zeit entstanden, erzählt die Therapeutin, die schon lange mit dem künstlerisch begabten Solinger arbeitet, »und ich war erstaunt, dass er nach ganz langer Zeit eher abstrakter Bilder mal wieder Menschen dargestellt hat.« »Das war für mich das Nächstliegende zum Thema Trost. Ich habe durch meine Mutter viel Trost erfahren«, begründet der 71-Jährige seine Inspiration. Die Besucher der Ausstellung zeigten sich von Lothar Büchers Mutter-Kind-Bild sehr angesprochen. Was genau sie ihm auf der Eröffnungsfeier dazu sagten und was sie gefragt haben, weiß er nicht mehr, aber sein verschmitztes Lächeln verrät seine Zufriedenheit mit den Publikumsreaktionen.“

Auszug aus der Psychosozialen Umschau, Cornelia Schäfer, S. 18/19, Heft Nr. 3, 2015

5. Erfahrungen während des Projekts von Frau A. Zender

„Mir liegt am Herzen, einige Worte über dieses wundervolle Projekt und die Erfahrungen, die ich damit im Zusammenhang mit den mir anvertrauten Bewohnerinnen eines Seniorenheimes machen durfte, anzumerken: Dieses Projekt hat unglaublich viel Resonanz hervorgerufen, Resonanz bei den Bewohnerinnen und bei mir. Die Tiefe der Gefühle, der Auseinandersetzung der Künstlerinnen mit ihren Erinnerungen und Werken, das mir entgegen gebrachte Vertrauen, die Freude am Tun und am Ergebnis, haben mich zutiefst berührt und ich darf mit Einverständnis der Künstlerinnen sagen, dass dies auch bei ihnen so gewesen ist. Auch zwischen uns ist eine neue Art von Nähe über dieses Medium des Miteinanderredens, Spürens, Malens gewachsen. Der Wunsch nach einer Malgruppe ist aufgekommen und soll ich Kürze umgesetzt werden!

[...] Manche Senioren haben über Ereignisse geredet, die sie noch niemandem anvertraut haben. Dies alles und noch mehr steckt in den Bildern der alten Menschen. Für manche gab es zum ersten Mal einen Raum für Trauer und Trost, weil damals im Krieg niemand da war und hinterher alle schnell vergessen wollten.

Danke.“



6. Interview mit Laura Lis zur Ausstellung „Trost 45“



Laura Lis

19 Jahre

Bundesfreiwilligendienstlerin der Zukunftswerkstatt *therapie kreativ*

Am 4. Mai fand die Vernissage zur Ausstellung „Trost 45“ statt. Was begegnet uns in dieser Ausstellung?

In dieser Ausstellung sehen Sie Bilder, Texte und Objekte, die von Zeitzeug/innen zum Thema „Was tröstet mich? Was hat getröstet?“ gestaltet wurden. Sie zeigen die Erlebnisse und Geschichten der Menschen, die das Kriegsende erlebt haben und machen deutlich, was ihnen in dieser schweren Zeit bedeutenden Halt gegeben hat.

Wie kam es zu diesem Projekt?

Dem 70. Jahrestag des Kriegsendes wollten wir besondere Aufmerksamkeit schenken. Dabei wollten wir den bereits bestehenden Schreckensbildern keine Neuen hinzufügen und so entwickelte sich die Idee, den Trost in den Vordergrund zu stellen und die Kriegsthematik aus der Perspektive der stärkenden Momente zu betrachten.

Wie haben Sie die Menschen gefunden, die Ihnen ihre Fotos, Bilder und Texte zur Verfügung gestellt haben?

Hauptsächlich unterstützen uns die Kooperationspartner/innen des Projekts „Alter und Trauma“, das Institut für Gerontopsychiatrie (IGP) und das Institut für soziale Innovationen ISI e.V.

Einige Bilder und Texte wurden bei uns persönlich von den Mitarbeiter/innen der Pflegeheime eingereicht. Begleitend dazu gab es selbstverständlich interessante Berichte und Geschichten rund um die Entstehung der Arbeiten.

Was wünschen Sie sich von der Zukunft?

Ich wünsche mir, dass der Begriff des Tröstens, in Verbindung mit der Erinnerung an die Kriegsgeschehnisse, nicht vergessen wird und die Menschen sich immer wieder bewusst die Zeit für den Trost nehmen.

Es wäre schön, wenn Projekte, die in Zukunft in ähnlicher Form initiiert werden, Anerkennung bei den Betrachtern finden könnten.

Auszug aus dem Interview von Annika Schneider: www.mal-alt-werde.de/trost-45

7. Über uns

ISI - Der Verein



Das Institut für soziale Innovationen ist in unterschiedlichen Bereichen tätig. ISI bemüht sich, innovative Lösungen für soziale Herausforderungen zu entwickeln.

Zu den aktuellen Projekten zählen:

- » „Alter und Trauma – Unerhörtem Raum geben“
- » ehrenamtliche Tätigkeiten und Projektentwicklung für (kriegs-)traumatisierte alte Menschen
- » Veranstaltungen und Öffentlichkeitsarbeit zur Förderung der Berufsrückkehr von Migrantinnen
- » ehrenamtliche Förderung und Begleitung traumatisierter Frauen

ISI ist Teil des Netzwerks der Stiftung Würde. Der Verein kooperiert mit dessen Partnern und darüber hinaus z. B. mit dem Paritätischen NRW, mit Jugendämtern, mit Gleichstellungsbeauftragten mehrerer Städte und mit den Stiftungen EVZ und der Stiftung Wohlfahrtspflege.

Zukunftswerkstatt
therapie kreativ

Das Fortbildungsinstitut für Kreative Leibtherapie.

Seit fast 30 Jahren bildet die Zukunftswerkstatt *therapie kreativ* unter der Leitung von Dr. Udo Baer und Dr. Gabriele Frick-Baer aus und weiter.

Schwerpunkte des Fortbildungsprogramms sind:

- » **die 3-stufigen Fortbildungen** in Musik-, Kunst-, Tanz- und Bewegungs-, sowie Kreativer Kinder- und Familientherapie
- » **Fachfortbildungen und Seminare** zu Themen wie Trauma-, Paar-, Poesietherapie, Psychiatrie, Essstörungen, Supervision, Demenz ...

Informieren Sie sich auf unserer Internetseite und fordern Sie unser kostenloses Jahresprogramm an!

8. Impressum



Herausgeber:



Blumenstraße 54a
47057 Duisburg-Neudorf
Tel.: 0203-36352683
E-Mail: info@soziale-innovationen.de

Institut für soziale Innovationen e. V.
www.soziale-innovationen.de

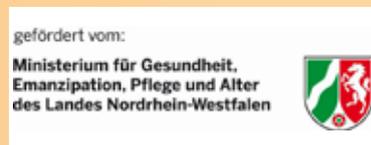


Modellprojekt „Alter und Trauma“

Gefördert durch:



Stiftung Wohlfahrtspflege
www.sw-nrw.de



Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter des
Landes Nordrhein-Westfalen
www.mgepa.nrw.de

9. Trostzettel „Nimm dir so viel du brauchst“

Was tröstet dich?

Natur
Freunde

TROST, NIMM DIR SOVIEL DU BRAUCHST ...

Das Journal zur Wanderausstellung
Trost 45 wurde Ihnen überreicht von:

