

Jugendliche offenbaren uns starke emotionale Innenwelten

DIE JUGENDSTUDIE »STARKE BILDER« ZUM AUSSTELLUNGSPROJEKT »KLANG MEINES KÖRPERS«

Stephanie Lahusen/Erny Hildebrand

In einer qualitativen Studie mit 76 SchülerInnen wurde der Frage nachgegangen, welche Gedanken und Gefühle den Jugendlichen bei den Bildern des Projekts »Klang meines Körpers« kommen.

»Das Bild erzählt über mich, dass ich mich alleine fühle und ständig traurig bin.« So die tiefe und offene Resonanz einer Schülerin im Rahmen der Jugendstudie »Starke Bilder«, durchgeführt vom Internationalen Zentralinstitut für das Jugend- und Bildungsfernsehen (IZI) beim Bayerischen Rundfunk in Kooperation mit dem prämierten Ausstellungsprojekt »Klang meines Körpers«.

»Klang meines Körpers« ist ein interaktives Ausstellungsprojekt an weiterführenden Schulen zur Prävention von Ess-Störungen. Zu dieser Ausstellung gehören u. a. 6 Bildtafeln (Abb. 1-6). Jede einzelne dieser 6 Foto- und Textcollagen wurde von einem jungen Menschen entwickelt, der an einer Ess-Störung erkrankt war. Die Collagen – entstanden in Zusammenarbeit mit der Musiktherapeutin Stephanie

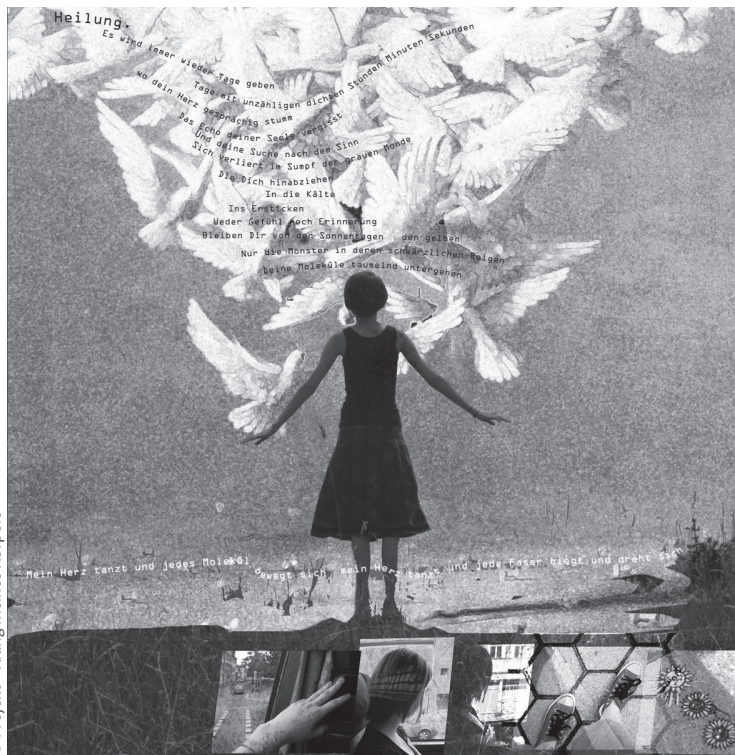


Abb. 1: Das Bild mit den Tauben aus dem Projekt »Klang meines Körpers« wurde von den Jugendlichen v. a. mit den Themen Freiheit, Stille, Ruhe, Loslassen, Unabhängigkeit, Einsamkeit, Gefangensein, Liebe und sich selbst gefallen verbunden

Lahusen und der Grafikerin Christine Kaufmann – bringen das schöpferische Potenzial der Betroffenen zum Ausdruck und die Themen, die sie berühren: ihre Ängste und Nöte, aber auch ihre Wünsche, Sehnsüchte und Lösungsideen.

DIE STUDIE

Aber wie weit berühren die zur Ausstellung geformten Innenbilder betroffe-

ner junger Menschen auch andere Jugendliche? Mit der Studie »Starke Bilder« sind wir dieser Frage systematisch und qualitativ nachgegangen: Werden Jugendliche heute von solchen in den Medien eher untypischen Bildern überhaupt angesprochen? Wenn ja, in welcher Weise? Finden sie sich selbst darin wieder? Und vor allem: Kann es gelingen, dass sie darüber einen Zugang zu ihrer eigenen Innenwelt und Kreativität entdecken?

Durchgeführt wurde die Studie jeweils in einer Klasse der 9. Jahrgangsstufe von 2 Gymnasien und einer Gesamtschule in Düsseldorf und Neuss. Insgesamt nahmen 76 Jugendliche an der Studie teil. Sie waren im Alter von 14 bis 16 Jahren, wobei der Großteil 14 bis 15 Jahre alt war. 33 von ihnen waren Mädchen, 43 Jungen. Die 3 Klassen wurden jeweils in 2 Kleingruppen befragt. Auffällig war von Beginn an, dass die Jugendlichen sehr ernsthaft an die Studie herangingen und dass sie sich, mit den Bildern konfrontiert, konzentriert darauf einließen.

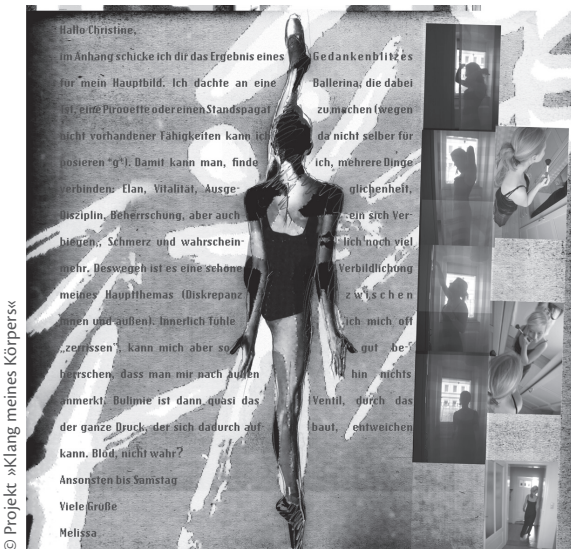


Abb. 2: Das Bild der Tänzerin rief bei den Befragten die Assoziationen Perfektion, sich Verbiegen, Trauer, Schmerz, Zerrissenheit, Druck, Diskrepanz zwischen Innen und Außen, Verbergen der Gefühle hervor



Abb. 3.: Die »Party-Szene« verbanden die Jugendlichen mit Mobbing und Gewalt

In der ersten Phase war Zeit, um sich die in der Klasse ausgelegten Collagen in Ruhe anzusehen. In dieser Phase bewegten die Jugendlichen sich frei im Raum, betrachteten die Bilder und konnten sich dazu auch untereinander austauschen. In der zweiten Phase wurden sie aufgefordert, sich das Bild auszusuchen, das »dich im Moment am meisten anspricht«. Auffällig war hier, dass sich insgesamt 52 Jugendliche für eines der 3 Bilder entschieden, in denen bereits deutlich auch

Wünsche und Sehnsüchte hast du für dein Leben?

ZUGANG ZU EIGENEN EMOTIONEN

Wichtig im Umgang mit den Fragen war den SchülerInnen die Anonymität, zu der es rückversichernde Nachfragen gab. Unseres Erachtens erlaubte ihnen dieser Schutz, sich zu öffnen und unabhängig von der gewohnten Rolle im

Lösungsansätze für die benannten Probleme thematisiert werden. Hierzu gehören das Taubenbild (Abb. 1), das Wasserbild (Abb. 5) und die Jungentafel (Abb. 6). In der dritten Phase der Umfrage bekamen die SchülerInnen einen Fragebogen, den sie – bezogen auf das ausgewählte Bild – dann individuell und anonym ausfüllen sollten. Auch für diese Arbeitsphase, die etwa eine halbe Stunde dauerte, brachten die Jugendlichen ein hohes Engagement auf. Zu den meisten Fragen mussten sie selbst etwas schreiben, und das taten sie auch mit großer Konzentration und Ernsthaftigkeit.

Konkret ging es um folgende Fragen:

- Welche Gedanken und Gefühle kommen mir beim Betrachten dieses Bildes?
- Was erzählt dieses Bild über mich?
- Wo finde ich mich wieder?
- Welche inneren Bilder entstehen in mir?
- Welche Träume, Wünsche und Sehnsüchte hast du für dein Leben?

Klassenverband Stellung zu beziehen. Dieser Eindruck wurde durch verschiedene Aussagen in der Studie belegt. Schon mit der Frage »Was springt mir besonders ins Auge?« fanden die TeilnehmerInnen bei der Bildbetrachtung zu tiefgründigen Themen. Häufig genannt wurden Stichworte wie Einsamkeit, Liebe, Trauer, Gefangensein, Druck, Perfektion, Freiheit und Hilfslosigkeit.

Eigene Gefühlswelten

Dass sie selbst Erfahrungen damit haben, sich anders zu geben, als sie sich fühlen, belegen Aussagen wie:

»Ich finde mich in dem Text wieder, wo das Mädchen sich innerlich »zerrissen« fühlt und versucht, es von außen zu verbergen. Ich verberge oft meine Gefühle.« (Mädchen)

»Das Bild erzählt über mich, dass die Leute nicht sehen, wenn es mir schlecht geht, da sie einem ganz leicht glauben, wenn ich sage, mir geht's gut, und nicht weiter fragen.« (Mädchen)

»Ich finde mich in Felix wieder. Ich lache oft, wenn es mir schlecht geht.« (Junge)

»Mir ging es selbst eine Zeitlang nicht sehr gut. Nach außen hin war ich fröhlich oder habe zumindest so getan. Aber das hat mich nur noch mehr runtergezogen.« (Junge)

In der Studie wurde deutlich, dass sich die befragten Jungen und Mädchen durch die kreative Bildsprache und die offenen und emotionalen »Outings« auf den Plakaten direkt und unmittelbar berühren ließen. Als »Peers« erkannten sie sich in den kreativen Werken wieder. Was den Betroffenen gelungen war, setzte sich in der Begegnung anderer Jugendlicher mit ihren Werken fort: Die Betroffenen hatten mit der Erarbeitung der Ausstellung einen kreativen Weg gefunden, um mit ihren starken Gefühlen von Einsamkeit, Angst oder Unsicherheit sowie ihrer Sehnsucht nach Liebe und Freiheit umzugehen und so einen kreativen Weg aus der Ess-Störung zu entwickeln. Ihre Bilder sprachen ihnen aus der Seele. Und damit sprechen sie auch den Wesenskern vieler anderer Jugendlicher an, unabhängig vom

Krankheitsbild »Ess-Störung«. Den 14- bis 16-jährigen Jugendlichen war es durch die Auseinandersetzung mit den »Starken Bildern« möglich geworden, einen Weg zu ihren eigenen inneren Gefühlslandschaften zu finden und – darüber hinaus – zumindest in der anonymisierten Form der Umfrage auch darüber zu schreiben.

Ängste und eigene Krisenerfahrungen

Besonders häufig gaben die befragten SchülerInnen an, dass ihnen Themen wie Einsamkeit oder die Angst, nicht dazuzugehören, auch selbst bekannt sind. Hier offenbarten viele Äußerungen eine tiefe innere Berührung mit diesen Themen. Es wurde sehr deutlich, dass etliche von ihnen eigene Krisenerfahrungen haben. Benannt wurden zum Beispiel Mobbing, Nicht-Verstandenwerden, Ausgeschlossensein, Einsamkeit, Scheidung der Eltern, Krankheit oder Tod eines nahen Familienmitglieds.

»Das Bild erzählt über mich, dass ich mich alleine fühle und ständig traurig bin.« (Mädchen)

»Ich weiß nicht genau, aber manchmal (oft) habe ich so ein Gefühl, dass ich alleine im Leben kämpfe, obwohl ich weiß, dass andere bei mir sind ... Ich habe so einen Teil in mir, der ziemlich groß ist, wo ich weiß, dass niemand ihn verstehen oder mitfühlen kann.« (Mädchen)

»Ich war auch einmal in dieser Situation, dass ich ausgestoßen wurde, weil ich halt nicht so »cool« bin wie die anderen.« (Junge)

»Alte Szenen aus meinem Leben, Gedanken an schlechte Zeiten, Trennung meiner Eltern.« (Junge)

Lebenswünsche und Sehnsüchte

Bei der Frage nach eigenen Lebenswünschen und Sehnsüchten gab es eine weitere auffällige Häufung in der Sehnsucht nach Zugehörigkeit, Bindung, Geliebtwerden sowie nach Gesundheit und Glück. Wichtige Eckpfeiler für ihr Wohlbefinden waren für die Jugendlichen in der Studie zudem

Freundschaft, Familie und Treue:

»Ich wünsche mir eine gesunde Familie. Glücklich sein.« (Junge)

»Für ein gutes Leben brauche ich nur eine Familie, die mich liebt.« (Junge)

»Mein Traum: Ich möchte nie allein sein. Ich möchte Familie, Freunde. Am liebsten einen Ehemann und Kinder. Ich möchte eine schöne Karriere, aber trotzdem den Spaß am Leben nicht verlieren.« (Mädchen)

»Abi. Studieren. Heiraten. Arbeit. Kinder. Rente.« (Junge)

Themen wie der Wunsch nach Reichtum, Karriere, Schönheit oder Perfektion, die wir bei Jugendlichen eher vermuten, wurden dagegen auffällig wenig benannt und spielten in den Antworten eine untergeordnete Rolle.

STARKE BILDER WIRKEN ÜBERALL

In den verschiedenen Gruppen der befragten Jugendlichen wurde sehr deutlich, dass ihnen die »starken Bilder« Brücken anboten, um die eigenen Innenwelten wahrzunehmen und auch auszudrücken. Die Jugendlichen – Mädchen wie Jungen – konnten sich offensichtlich direkt und unmittelbar durch die Bilder angesprochen fühlen und als Gleichaltrige verstanden sie: Es geht bei diesen Bildern nicht um die Darstellung eines Krankheitsbildes. Es geht vielmehr um Themen, die sie alle kennen: sich einsam fühlen, traurig, bedrückt, überfordert durch Anforderungen und Leistungen, die zu

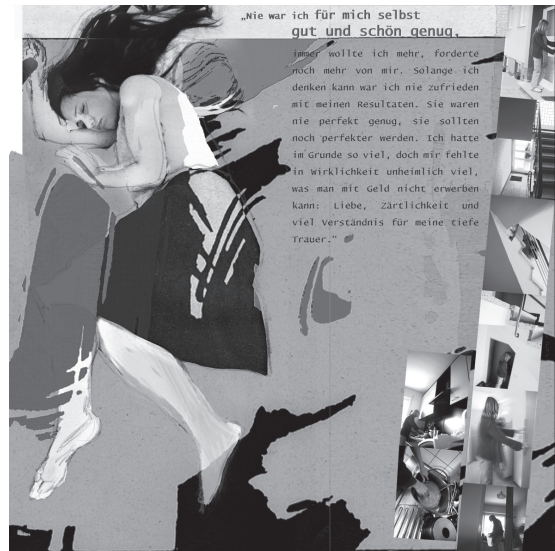


Abb. 4: Assoziationen, die das Bild des schlafenden Mädchens hervorrief, waren: sich nicht genügen, nicht genug sein, nicht perfekt sein

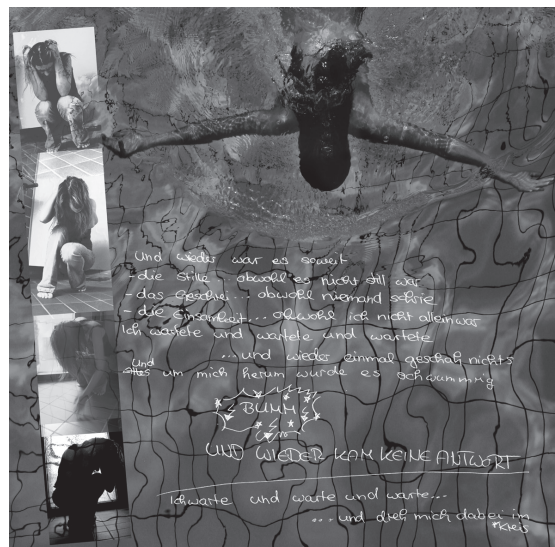


Abb. 5: Beim »Wasserbild« kamen den Jugendlichen Gedanken von Trauer, Einsamkeit, Hilflosigkeit, Verzweiflung und das Gefühl, trotz anderer einsam zu sein

erbringen sind, gestresst durch Ängste, ob man »richtig« ist und dazugehört. Bei der Präsentation der Ergebnisse auf der IZI-Tagung 2013 war zu spüren, dass auch Erwachsene sich von den ausdrucksstarken Collagen angesprochen fühlen. Die Ergebnisse der Studie, die Intensität der Aussagen der SchülerInnen überraschte das Publikum ebenso stark wie uns selbst. Entsprechen doch die Bilder, die wir über »die Jugendlichen« im Kopf ha-



© Projekt »Klang meines Körpers«

Abb. 6: Bei der Jungentafel »Kerkerkopf« dachten viele Jugendliche an das Thema Mobbing

ben, wenig den Innenwelten, die sie im Rahmen der Studie selbst offenbarten und an denen sie uns damit ein Stück weit teilhaben ließen.

BEDEUTUNG VON KREATIVITÄT

Aber es lässt sich noch eine weitere Schlussfolgerung ziehen: Die Bilder wurden von jungen Menschen erarbeitet, die eine tiefe Krise erlebt hatten oder noch in ihr steckten. Mithilfe kreativer Methoden konnten sie die damit verbundenen tiefen Erfahrungen ausdrücken und mitteilen. Sie werden dabei sofort von nicht betroffenen Menschen verstanden, die fast alle etwas davon auch in sich wiederfinden und Resonanzen spüren. Dabei geht es immer um tief verankerte Gefühle wie die sehnsuchtsvolle Suche nach Freiräumen und den Wunsch, verstanden und geliebt zu werden und dazuzugehören.

Wie hilfreich Kreativität im Umgang mit Jugendlichen ist, ließ sich auch daran erkennen, dass es die TeilnehmerInnen genossen, sich einmal abseits des leistungsbezogenen Unterrichtes auf kreative Weise mit ihren ureigenen Themen auseinanderzusetzen. Dies unterstreicht auch ein Auszug aus einem Brief einer Lehrerin, deren Klasse wir die Auswertung der Studie haben zukommen lassen: »Recht herzlichen Dank für Ihren ausführlichen und sehr informativen Brief. Gestern habe ich ihn der Klasse vorgelesen und die SchülerInnen waren sehr aufmerksam und interessiert. Man hätte eine Nadel fallen hören können. Im Anschluss daran habe ich den Jugendlichen vorgeschlagen, zu verschiedenen Themen (im Zusammenhang mit der Wahrnehmung ihrer Bedürfnisse) sich kreativ zu äußern. Das hat wunderbar geklappt und wir hatten sehr fruchtbare Unterrichtsstunden, obwohl das Schuljahr ja schon »gelaufen« ist. Also danke ich Ihnen in mehrfacher Hinsicht.«

Auch hier also die Erfahrung: Jugendliche nehmen es dankbar auf, wenn sie die Möglichkeit haben, ihre Innenwelten gespiegelt zu bekommen und selbst ausdrücken zu können. Dann bringen sie sich plötzlich selbst ein, ganz und gar und mit viel Genuss. In diesem Sinne noch einmal 2 Zitate aus der Studie:

»Das Bild erzählt mir, dass ich ähnliche Gedanken habe. Womöglich, dass ich mehr Freiheit brauche.« (Junge)

»Wie ich selbst dort bin, auf der Wiese liege unter blauem Himmel und das Leben genieße.« (Mädchen)

FAZIT

Die Studie »Starke Bilder« gibt einen berührenden Einblick in die emotionalen Innenwelten von Jugendlichen. Die 6 Collagen der jungen Menschen mit einer Ess-Störung werden von den befragten 14- und 15-Jährigen nicht als Ausdruck einer Krankheit empfunden. Auch nicht betroffene Jugendliche finden sich in den »starken Bildern« wieder und erleben es positiv, dass ihre ureigenen Themen dadurch zur Sprache kommen. Die offene und kreative Ansprache ermöglicht ihnen offene und kreative Antworten. ■

DIE AUTORINNEN

Stephanie Lahu-
sen ist Dipl. Musik-
therapeutin und
Heilpraktikerin
(Psychotherapie),
Erny Hildebrand ist
Kreativtherapeutin
und Heilpraktike-
rin (Psychothera-
pie). Sie arbeiten
gemeinsam im
»freiRaum – Ge-
meinschaftspraxis
für Gesundheit
und Kreativität«
in Düsseldorf.

