

Ich lasse mich nicht unterdrücken  
von denen, die Wachstum verneinen,  
von Ideen, die das Entfalten verbieten,  
von Gesetzen, die das Reifen verhindern.

Ich lasse mich nicht einschüchtern  
von Vorschriften, denen es nur um Sicherheit geht.  
Ich lasse mich nicht ersticken  
von hübscher Mittelmässigkeit.  
Ich lasse mich nicht zurückhalten  
von den Risikoscheuen.

Ich protestiere gegen die Verneinung des Lebens  
und stürme weiter vor.  
Wie sollen wir uns sonst treffen?  
Das Übliche ernährt uns nicht,  
und mitten im Überfluss werden wir sterben.

Ich werde mit mir selbst  
in Verbindung treten  
und mit besonderem Tastsinn  
auf dich zu wachsen.  
Ich werde dich mit dem inneren Auge sehen,  
deine ungesprochenen Worte hören  
und weiter als eine Meile mit dir gehen.

Ich werde unvorhersagbar sein  
und leben.

Von Ulrich Schaffer aus: *Ins Blaue wachsen*

Semesterarbeit 1. Semester Kunsttherapie ITP Bern  
von Verena Meier - Hirschi Januar 1998

Thema: Rechts und links - zwei verschiedene  
Hirnhälften mit je verschiedenen Aufgaben und doch  
miteinander vernetzt

**Ein persönliches Vorwort**

Nach einem Unfall der rechten Hand mit 16 Jahren begann ich vorwiegend mit der linken Hand zu schreiben, da die rechte Hand während Monaten kaum zu gebrauchen war und ich mit der linken Hand nach etwa 3 Monaten schneller schrieb als vorher rechts. Mit diesem Wechsel der Händigkeit zeigte sich aber meine Legasthenie wieder mit den gleichen Schwierigkeiten wie in der ersten Schulklasse: ich stolperte beim Schreiben über S, Z und?. Bis zu diesem Zeitpunkt hatte ich meine Legasthenie vergessen und nahm sie erst mit diesem Unfall wieder bewusst wahr. Jetzt verschwanden die legasthenischen Symptome nie ganz, obwohl ich praktisch nur noch links schrieb und dadurch annehmen konnte, sie würden durch das Fördern nur einer Seite mit der Zeit wegbleiben. Die Legasthenie störte mich wenig, da sie sich nur selten und vor allem beim Schreiben auswirkte. 1997 verletzte ich bei einem Sturz die linke Hand und war damit gezwungen, wieder vermehrt rechts zu schreiben. Doch dies aktivierte meine Legasthenie stark: sie betraf nun auch die Sprache mit Wortvertauschungen und zusätzlichen Problemen beim Schreiben. Grenzen erlebte ich auch, wenn es mir nach kreativen Prozessen gar nicht oder nicht zufriedenstellend gelang, mich sprachlich auszudrücken oder wenn ich manchmal unerwartet grosse Mühe hatte, einen verständlichen Text zu schreiben.

In dieser Zeit wurde mir aber bewusst, dass das Schreiben mit der einen oder anderen Hand nicht nur ein technischer Unterschied ist, sondern sich inhaltlich auswirkt: ein links geschriebener Text ist emotionaler, persönlicher, tiefer und weniger strukturiert, rechts geschrieben dagegen distanzierter, objektiver, unbe-

teiliger und unpersönlicher. Ich begann diesen Unterschied zu nutzen und meine Schreibweise dem Ziel anzupassen.

Dieses Erleben weckte mein Interesse für die Forschung, die die unterschiedlichen Hirnfunktionen in den beiden Hirnhemisphären und das Zusammenspiel der beiden Seiten zum Gegenstand hat.

## **Anatomische und physiologische Grundlagen**

In der Rinde der **linken Hirnhemisphäre** ist die Motorik der ganzen rechten Körperseite untergebracht, d.h. wie die meisten andern Nervenbahnen verlaufen sie vom Körper zum Hirn gekreuzt. Links sind auch das Sprachzentrum und unsere als rational bezeichneten Fähigkeiten angelegt: logisches und verbales Denken, analysieren von Zusammenhängen, Übersetzen von Gedanken und Gefühlen in Sprache und Schrift und zeitliche Orientierung. Das verbale Denken geschieht linear mit Sprechgeschwindigkeit, d. h. maximal 250 Wörter pro Minute. In der Astrologie steht die linke Seite für die Sonnen - Seite: Ich - Bewusstsein, Klarheit im Denken und Handeln. In anderen Traditionen wird die rechte Gesichtshälfte als die männliche und bewusste Seite angesehen (das Gesicht als Ausdruck der Hirnfunktion links).

Mit Hilfe der linken Hirnseite entsteht die **digitale Kommunikation**: aufgrund von Konventionen, welche Bedeutung einer Serie von bestimmten Lauten zugemessen wird: die Sprache. Sie dient dem Informationsaustausch, welcher sowohl positiv als auch negativ formuliert sein kann. Wer die Konventionen eines bestimmten Sprachcodes nicht kennt, kann am Austausch nicht teilnehmen. Diese Form der Kommunikation ist präzise, analytisch und abstrakt, birgt aber die Gefahr von Missverständnissen, wenn die Teilnehmer des Austausches einen leicht veränderten Code benutzen. Aufgrund meiner Beobachtungen steht die linke Seite auch für digitales Wissen. Dieses Wissen steht für Schul- und Fachwissen, technisches Wissen und ist auf sprachlichem Weg errungen worden. Es kann völlig losgelöst sein vom Lebenskontext eines Menschen, von seiner inneren Situation und von seinen Gefühlen.

Die Rinde der **rechten Hirnhemisphäre** ist zuständig für die Motorik der linken Körperhälfte und für die Fähigkeit, in Bildern und Symbolen zu denken, Formen und Räume zu sehen, Dinge ganzheitlich zu verstehen. Rechts ist auch das Zentrum für

Musikaliät (das Notenlesen ist allerdings eine Fähigkeit der linken Seite), Kreativität und Intuition. Dieses Denken ist simultan, vernetzt und exponentiell, d.h. das Bild wächst während des Denkprozesses von einem Punkt aus auf alle Seiten. Dadurch ist das nonverbale Denken viel schneller als das verbale. Es wird nicht durch Strukturen eingeeignet, sondern ist freischweifend, imaginativ und subjektiv und verläuft oft subliminal (Es wird vom Denker nicht bewusst wahrgenommen). Gefühle spielen eine wichtige Rolle. Die rechte Seite wird als die Mond - Seite angenommen, d.h. Ort der Vergangenheit und der Erinnerung, der Träume, Ahnungen und Gefühle. Sie ist weiblich und unbewusst.

In der rechten Hirnhälfte entsteht die **analoge Kommunikation**. Sie ist nicht an einen Code gebunden und wirkt somit kultur- und sprachübergreifend. Die Information wird über Bilder, Gestik, Mimik und Tonfall übermittelt und auf einer nonverbalen, intuitiven Ebene verarbeitet. Analoge Kommunikation ist ausschliesslich positiv, weil die Negation fehlt. Zum Beispiel gibt es keine direkte Verneinungsform einer analogen Handlung wie: „der Mann pflanzt einen Baum“. Nach Watzlawick ist „analoges Kommunikationsmaterial stark antithetisch; es ermöglicht sehr verschiedene und oft miteinander unvereinbare Digitalisierungen“. So kann eine analoge Therapieform verschiedene Aspekte zur selben Zeit vermitteln, einem Traum entsprechend. Analoges Wissen könnte dementsprechend als Weisheit, Intuition und Spiritualität bezeichnet werden. Dieses Wissen entsteht aus Erfahrung oder wird von einem echten Vorbild in einer engen und gelebten Beziehung weitergegeben. Es ist mit dem Leben, mit den Gefühlen und der inneren Situation eines Menschen stark vernetzt und nimmt bei entsprechender Pflege im Laufe des Lebens zu. Diese Art von Wissen kennt keine abgekürzten Lernmethoden. Es benötigt die innere Bereitschaft eines Menschen für einen Veränderungsprozess, der auch Schmerzen verursachen kann. Analoges Wissen kommt vor allem in Beziehungsarbeit und im Zusammenhang mit Sinnfragen zum Tragen.

Im Gegensatz zur digitalen Kommunikation kommt die analoge nicht nur zwischen Menschen vor, sondern auch im Tierreich. Ebenso findet analoge Kommunikation ihren Platz bei schwerstbehinderten und/oder sprachgestörten Menschen.

Ausnahme in der oben beschriebenen Hirnorientierung sind etwa ein Drittel aller Linkshänder. Sie haben das verbal - analytisch - sequentielle Zentrum auf der rechten Seite und das visuell - spatial - simultane auf der linken. Im weiteren Text beziehe ich mich auf die Norm.

In der Mitte des Hirns zwischen den beiden Hemisphären liegt der Balken (Corpus callosum). In ihm liegen alle Verbindungsfasern der Hirnrinde von rechts nach links und umgekehrt. An diesem Ort sieht die Kinesiologie die Blockaden, wenn der Klient unter Teilleistungsstörungen leidet.

Wann sich die unterschiedlichen Hirnfunktionen der beiden Gehirn - Seiten und die Händigkeit entwickeln, ist nicht eindeutig bewiesen, sicher aber in den ersten beiden Lebensjahren. Es ist denkbar, dass die Fixierung des Sprachzentrums durch das Reden - Lernen entsteht.

Wenn ein weniger als 20 Monate altes Kind durch einen Tumor, eine Hirnblutung oder einen Unfall nur noch eine Hirnhälfte zur Verfügung hat, entwickelt es sich völlig normal. Die verbliebene Seite kann also alle notwendigen Funktionen von beiden Hirnhälften übernehmen. Geschieht so etwas zu einem späteren Zeitpunkt, treten Ausfallserscheinungen auf, die der fehlenden oder zerstörten Hemisphäre entsprechen. Weshalb das Sprachzentrum mehrheitlich der linken und manchmal der rechten Hirnseite zugeordnet wird, kenne ich keine Erklärung. Ebenso ist mir keine Literatur bekannt, die darüber Auskunft gibt, wie die Händigkeit entsteht.

In der alltäglichen Kommunikation werden normalerweise beide Hirnseiten gleichzeitig benutzt. Jeder Mensch bevorzugt aber entweder das links - oder das rechtshemispärische Denken. Je nachdem löst jemand seine Probleme eher verstandesmächtig - verbal oder eher bildhaft - visuell.

### **Kulturelle Einflüsse auf die Hemisphären - Dominanz**

In der westlichen Kultur werden die verbalen und analytisch - mathematischen Fähigkeiten der linken Hemisphäre höher bewertet als jene der rechten Seite. Dies wird unter anderem in der Sprache sichtbar: *rechts - gerecht - richtig - glückbringend* (lat. „dexter“) und *links - linkisch - schlecht - unheilvoll* (lat. „sinister“).

Somit erhalten die digitale Kommunikation und das digitale Wissen vor dem analogen Wissen den wichtigeren Platz, obwohl das digitale Wissen einem schnellen Wandel unterworfen ist und dadurch in den letzten Jahren eine immer kürzer werdende Halbwertszeit hat. Durch diese rasante Vermehrung und Veränderung des Fachwissens wird es auf Spezialisten aufgesplittert, was die Kommunikation über die Fachgrenzen hinaus immer schwieriger macht. Dieser Prozess der Aneignung von

Fachwissen beginnt bereits in der Schule und findet später seine Fortsetzung, weil in der Arbeitswelt bis vor kurzem vorwiegend die digitale Seite eines Menschen gefragt war. Viele junge Menschen legten ihre Zeit und Energie darum vor allem in diesen fachlichen Lernprozess, was einerseits bei vielen Personen in Kaderpositionen zu einer grossen Divergenz zwischen fachlich - intellektueller und sozialer Kompetenz geführt hat und andererseits die älteren Menschen wegen mangelnden fachlichen Kenntnissen aus dem Berufsleben verdrängte.

Diese einseitige Betonung des digitalen Wissens führte zu einer Verlagerung des Wissensvorsprungs weg von den Alten zu den Jungen. Dies ist die Grundlage für den im Moment gesellschaftlich üblichen Kult der Jugend und der Verachtung des Alters. Die behinderte Zusammenarbeit der Generationen führte in den letzten Jahren auch zu einer extremen Polarisierung: Die Älteren fühlen sich von den Jungen entmachtet und die Jungen empfinden die Ansprüche der alten Menschen auf finanzielle Unterstützung als Anmassung.

Wenn die Aneignung von analogem Wissen mehr gepflegt würde, hätten ältere Menschen wieder den natürlichen Vorsprung an Wissen im Sinn von Lebensweisheit und integrativen Möglichkeiten der Problemlösung, was meiner Meinung nach einer besseren Verständigung der Generationen dienen würde. Im Weiteren könnte ein mit Selbstverständlichkeit ausgeübter analoger Informationsaustausch zum interkulturellen Kontakt beitragen, was die Angst vor Menschen aus uns fremden Kulturen mildern würde.

Einen interessanten Beitrag in diesem Zusammenhang gibt uns auch der Photograph W. Schels. Er schreibt: „Bei meinen Vergleichen stellte ich fest, dass die rechte Gesichtshälfte, also die rationale, bei den meisten Menschen offener, belebter, dynamischer aussieht als die linke. Sie wird hauptsächlich von Männern als die „bessere“ Seite gesehen. Bei den Frauen ist es ein wenig anders. Sie scheinen mehr ihre linke (weibliche) Seite zu mögen.“

## Therapieformen

### A. Förderung des Zusammenspiels beider Hirnhälften

**Kinesiologie** hat zum Ziel, die Lebensenergie eines Menschen wieder zum Fließen zu bringen. Speziell angesprochen werden die Blockaden im Corpus callosum, das die beiden Hirnhälften verbindet. Die Basis der Methode ist die chinesische Medizin, ähnlich der Akupunktur.

**Feldenkrais - Methode:** Im Verlaufe des Lebens werden die Bewegungsmuster eines Menschen durch seelische und körperliche Verletzungen eingeschränkt. Ziel des organischen Lernens, wie Moshe Feldenkrais seinen Lernprozess nannte, ist das Finden von vielen, entspannten und harmonischen Bewegungsabläufen. Es ist ein Lernen, das vom Gefühl der eigenen Befriedigung gelenkt ist, durch Erfahrung entsteht und ein Denken in Bildern, Konfigurationen und Empfindungen auslöst.

**Neurolinguistisches Programmieren:** Gute Gefühle werden in Zusammenhang gebracht mit der Sprache und logischem Denken. Damit können Lernblockaden durch seelische Verletzungen behoben werden.

### B. Förderung der rechten Hemisphäre

Da in unserer Kultur die rechte Seite vernachlässigt wird, macht es Sinn, diese Seite speziell zu fördern, denn ein gut vernetztes und mit beiden Hälften arbeitendes Hirn hat die besseren Möglichkeiten.

**Mind Mapping** hat zum Ziel, das rechtshemisphärische Denken zur Problemlösung mitein-zubeziehen. Mit Hilfe der „Mind Maps“, eine Art von Bildern anstelle von reinen Aufzählungen, werden Assoziationen graphisch dargestellt. So soll eine grössere Menge an Gedanken gefunden und verwertet werden können.

Die **Kunsttherapie** arbeitet mit kreativen Mitteln und gibt Menschen während den Sitzungen damit Gelegenheit, ihre Fähigkeiten der rechten Hirnhälfte zu üben. Diese Erfahrung kann den Klienten aus einer einseitig links dominanten Denkweise herausführen und damit Auswirkungen über den therapeutischen Nutzen hinaus in seinem Alltag haben.

## **C. Kunsttherapie als einzig mögliche Therapieform**

In speziellen Fällen sind die kreativen Therapieformen die einzig möglichen. Dies ist der Fall bei behinderten Menschen mit ungenügendem sprachlichem Ausdruck oder bei der Bearbeitung traumatischer Lebenserfahrungen aus dem vorsprachlichen Alter (d.h. Jünger als eineinhalb bis zwei Jahre), für die der verbale Zugang nicht vorhanden ist.

## **D. Eine neue Art von Intelligenztests**

Als Alternative zu den herkömmlichen Intelligenztests entstanden kunsttherapeutische Tests. Mit ihnen testet man die kognitiven Fähigkeiten von Kindern und entwickelt daraus Förderprogramme, wenn die üblichen Tests zu unterdurchschnittlichen Resultaten führen, obwohl das Kind mit besonderen Begabungen ausgestattet ist. R.A. Silver schreibt: „Menschen, denen es schwer fällt, Gedanken in Worte zu fassen oder zu verstehen, was gesagt wird, werden im rechtshemisphärischen Denken mehr als nur eben das Denken ihrer Wahl sehen, wenn es um das Problemlösen und die Informationsverarbeitung geht. Solche Menschen brauchen Test, die unabhängig sind von sprachlichen Fertigkeiten, und Kommunikationskanäle, die verbale Behinderungen umgehen können.“ Mit Hilfe dieser Tests können diese Kinder, die in einer sprachlich dominierten Schule als zurückgeblieben gelten, ihren Fähigkeiten gemäss gefördert werden, wie R.A. Silver in seinem Artikel verschiedene Beispiele beschreibt.

## **Ausblick**

Als Herausforderung für unsere Gesellschaft sehe ich, dass das rechtshemisphärische Denken aufgewertet und die einseitige linke Dominanz aufgehoben wird, wenn wir die Chance einer solchen Entwicklung erkennen. Es könnten daraus auch neue Modelle für die Erziehung und die Schule, bzw. die Berufsausbildung entstehen. Gerade deshalb hat die Kunsttherapie als künstlerische Therapieform eine einzigartige Gelegenheit, zusätzlich zur psychischen Gesundheit eines Menschen auch zu einem neuen Verständnis des menschlichen Lebens und zur Veränderung einer in die Sackgasse geratenen Kultur beizutragen.

Meine persönliche Aufgabe sehe ich in 2 unterschiedlichen Richtungen:

1. die schlechte Zusammenarbeit meiner beiden einzeln gut funktionierenden Hirnhälften zu verbessern und
2. Kinder, Patienten und Bekannte dazu einzuladen und zu ermutigen, entgegen der Strömung der Zeit, vermehrt die vernachlässigten Hirnareale der rechten Seite zu benutzen und kreativ zu werden.

### **Literaturliste**

Ronald D. Davis, Legasthenie als Talentsignal, Ariston Verlag, Kreuzlingen, 1995

Betty Edwards, Garantiert Zeichnen lernen, Rowohlt Verlag, Reinbek bei Hamburg, 1982

Claudia Feichtenberger, Susanne Wechdorn, Mind-Mapping für Kinder, hpt-Verlag, Wien, 1996

Ursula Franke, Systemische Familienaufstellungen, Profil Verlag, München, 1997

Judith Aron Rubin (Hrsg.), Richtungen und Ansätze der Kunsttherapie - Theorie und Praxis, Gerardi Verlag, Karlsruhe, 1990

Walter Schels, Das offene Geheimnis, Mosaik Verlag, München, 1995

Frank Wartenweiler, Einführung in NLP, Vortragsskript, 1997

Christine Wirth - Balmer, Hyperaktivität und Möglichkeiten der Kinesiologie, Vortragsskript 1997