

Blutdruck. Der Kohlenmonoxydgehalt im Blut vermindert sich nach ca. acht Stunden. Abhängig von der Intensität des Rauchens, nimmt das Krebsrisiko mit den Jahren deutlich ab. Nach zehn bis 15 Jahren entspricht es dem eines Nichtraucherers.

Nicht Abschreckung soll im Vordergrund stehen, sondern Gespräche und Antworten aus erster Hand von Ärztinnen und Ärzten als auch Betroffenen.

Wenn ein 52-jähriger Patient von seinem hühenereigroßen Lungentumor berichtet, wenn er erzählt, dass er bereits mit neun Jahren begonnen hat zu rauchen, seit dem 14. Lebensjahr vergebens versucht aufzuhören, der Tumor nun die Brustwand erreicht hat, die Hirnmetastase nun bestrahlt worden sei und er wöchentlich seine Chemotherapie erhält, dann be-

kommt die statistische Wahrscheinlichkeit, nach der jeder zweite Raucher an den Spätfolgen seiner Sucht erkrankt, ein Gesicht.

Wir hoffen, den Schülern eine interessante und hilfreiche Veranstaltung im Rahmen der Primärprävention der Nikotinsucht anbieten zu können. Bislang haben bereits vier 7. Schulklassen mit insgesamt ca. 100 Schülern zwischen 12 und 14 Jahren an der Veranstaltung im St. Hedwig-Krankenhaus mit positiver Resonanz teilgenommen, und weitere sind schon angemeldet. Die ersten Evaluationen des Programms sind bereits durch das Tumorzentrum Berlin auf dem Kongress „Armut und Gesundheit“ im November 2007 präsentiert worden.

Kerstin Krause-Köhler, Dipl. Sozialarbeiterin, Gerontopsychiatrische Tagesklinik, Psychiatrische Universitätsklinik der Charité im St. Hedwig-Krankenhaus

Biografisches Schreiben – Die Schreibwerkstatt

Positive Bilanz eines kreativen Projektes in der Gerontopsychiatrischen Tagesklinik

Schreibwerkstatt – das klang in meinen Ohren schon fast hausbacken, ein Wort der 68er und Toskanafahrer. Ich fragte mich: Spricht das die älteren Menschen der Tagesklinik an? Ein halbes Jahr später sage ich: Schreiben als lebenslange biografische Erfahrung ist eine wenig genutzte Ressource, die es zu entdecken gilt.

Im Zuge der bestehenden guten Zusammenarbeit mit der Alice-Salomon Fachhochschule für Sozialarbeit und Sozialpädagogik entstanden im Frühjahr 2007 die ersten sondierenden Besprechungen hinsichtlich eines Praktikumsprojektes im Gerontopsychiatrischen Zentrum: Prof. Piechotta (Studiengang Gesundheits- und Pflegemanagement), Claus Mischon als Vertreter des neuen und erstmalig angebotenen Masterstudiengangs „Biografisches und kreatives Schreiben für Sozial- und Gesundheitsberufe“, den ersten interessierten Studenten und Frau Niemann-Mirmehdi, Koordinatorin Therapie-



Foto: Kerstin Krause-Köhler

Die Schreibwerkstatt hat gute Effekte auf Stimmung und Kreativität

tische Dienste. Wir überlegten gemeinsam, welche Parameter das Projekt in der Gerontopsychiatrischen Tagesklinik benötigen würde. Der rege Austausch über Ideen, Ziele und Grenzen eines solchen Praktikums im Rahmen der Gesundheitsförderung psychisch kranker



älterer Menschen, formte bei den Masterstudentinnen Fr. Weißbach-Hempel (Dipl. Freizeitpädagogin) und Fr. Schierenbeck (Pädagogin, Poesiepädagogin) den Wunsch, es mit einer ihnen noch völlig unbekanntem Zielgruppe zu wagen.

Der Projektrahmen der Schreibwerkstatt beinhaltete zehn Treffen à 1,5 Stunden mit einer offenen Gruppe von max. fünf bis acht depressiven, jedoch schreibfähigen Patienten. Strukturelle Voraussetzungen: einen Raum mit Tischen, buntes Papier, Stifte, Flipchart. Ziele des Projektes sind:

- Kennenlernen, Experimentieren mit verschiedenen Schreibimpulsen
- Erfahren einer kreativen Schreib- und Gesprächsatmosphäre
- Freude an eigenen (biografischen) Texten erleben
- Förderung und Sichtbarmachung von Ressourcen und kreativem Potenzial
- Impulse zur Selbsthilfe und Anregung zu kreativer Arbeit nach dem Klinikaufenthalt

Die beiden ausgebildeten Schreibleiterinnen begeisterten die Patienten ab der ersten Stunde. Das Angebot zeigte, dass ältere Menschen große Freude und Bereitschaft haben, sich mit kreativen Schreibtechniken auseinander zu setzen. Schreiben als lebenslange Erfahrung, spielerisch mit neuen Impulsen zu verbinden, wirkte sich positiv auf Selbstwert und Selbstwahrnehmung aus. Das Motto: „Alles darf geschrieben, nichts muss veröffentlicht werden“ stärkte die Motivation. Es entstanden Gedichte, Prosa-Texte, Haikus, Briefe von überraschender Schönheit und Tiefe. Die Clustertechnik nach Rico und das Free-Writing sind wissenschaftlich evaluiert mit nachweislich guten Effekten auf Stimmung und Kreativität. Dies wurde für die Anleiterinnen und die Patienten gemeinschaftlich erfahrbar. Die Schreiberfahrung als weiterführender Impuls zur Krisenbearbeitung und als Möglichkeit zum Ausdruck von Gefühlen wurde als sehr wertvoll erlebt.

Die Erfahrung der Veröffentlichung und Wertschätzung schriftlicher Lebenserfahrung und die somit geschlagene Brücke zu persönlicher Integrität waren für alle Teilnehmer neu, stärkend und hilfreich. Wir danken den beiden außerordentlich engagierten und sehr erfahre-

nen Schreibleiterinnen für die Durchführung dieses erfolgreichen Projektes. Das Einbringen dieses innovativen Ansatzes in die Praxis ist eine Bereicherung und interdisziplinär nutzbar.

Sollten Sie Neugierig geworden sein? Wir erlauben uns schon jetzt zu verraten, dass das Institut für Fort und Weiterbildung der Alexianerbrüder mit den beiden Schreibwerkstattexpertinnen bereits ins Gespräch gekommen ist, um einen Gruppenleiterkurs fürs nächste Jahr ins Programm mit aufzunehmen.