

Individualität - Selbstentfaltung durch Anpassung und Abgrenzung „Du öffnest die Bücher und die Bücher öffnen Dich“ Tschingis Aimatov

Heilsames Lesen - Nutzbarmachung des Lesens zu therapeutischen Zwecken.

Logotherapie und Heilsames Lesen

Viktor E. **Frankl** der Begründer der Logotherapie bekräftigt, dass das Gespräch nicht zu ersetzen ist: „Im Hinblick darauf, dass sich die Psychologie wesentlich auf eine Partnerschaft zwischen Arzt und Kranken gründet, kann natürlich davon keine Rede sein, dass jemals das Buch den Arzt und die Bibliotherapie eine Psychotherapie zu ersetzen vermag. Und doch darf in dieser Hinsicht das Buch nicht unterschätzt werden.“ (V.E. Frankl, Das Buch als Therapeutikum)

Er erläutert weiter, dass durch ein Buch und das Erlernen von Methode und Technik sogar nach Jahren ärztlicher Behandlung sich selbst von ihrer Neurose befreien konnten.

Bekannte und unbekannte Menschen, die sich positiv über die Wirkung von Literatur in ihrem Leben äußern:

Ester Götzl (Psychotherapeutin) sagt dazu: „Für mich ist die Literatur zu einem Zuhause geworden: Arthur Schnitzler, Elias Canetti, Isaac B. Singer, Saul Bellow - deren Bücher sind eine Offenbarung. Lesen ist für mich kein Zeitvertreib oder beliebiges Mittel zur Zerstreuung: Es ist ein Überlebensmittel. **Eine größere Freude als diese Geschichten kann man vom Leben nicht erwarten.**“

Auch Politiker lassen sich durch Poesie in ihrer täglichen Arbeit bestärken.

Hermann van Rompuy (EU Ratspräsident) - Haikus, Gedicht der Woche, Goldene Worte auf seiner Internetseite

Wenn Herman van Rompuy Bücher schreibt, dann geht es deshalb weder um Belgien noch um die Europäische Union. Sie haben Titel wie "Abende ohne Politik", "Erneuerung in Kopf und Herz" oder "Das Christentum, ein moderner Gedanke". **"Wenn ich schreibe oder lese, dann gehe ich ganz darin auf", sagt Van Rompuy.** "

Barak Obama begann seine Präsidentschaft mit einem Gedicht von Elizabeth Alexander
„Praise song for a day - Loblied für den Tag“....

Der Sänger und Dichter **Sebastian Krämer** - Deutscher Kleinkunstpreis 2009 und künstlerischer Leiter des Theaters Zebrano in Berlin-Friedrichshain

„Wenn man ein schönes Gedicht auswendig kennt, ist man ein reicher Mensch.“

Wie geht es uns, woran wir uns spontan erinnern:

„Reise zwischen Nacht und Morgen“ Rafik Schami

„Der Tannenbaum“ Hans Christian Andersen

„Irisches Tagebuch“ Heinrich Böll

„Die Geschichte von den langen Löffeln / Himmel und Hölle

„Der kleine Drachen hab mich lieb“ Andrea Schwarz

Was ist das Heilsame am Lesen / am Wort?

Literatur kann den Beratungsprozess unterstützen:

- Entlasten / „Im Zweifel genießen“, V.Frankl
- aufklären, Wissen vermitteln / Sachbuch über bestimmte Krankheit, Begegnung mit Tod, „Ein Tag mit Herrn Jules“ Diane Broekhoven
- Begegnung mit sich selbst sein / „Das Tagebuch der Jane Sommers“, Doris Lessing
- Gefühle wecken / „Drachenläufer“, Khaled Hosseini
- Worte zur Verfügung stellen, wenn eigene Worte fehlen / Gedicht „Nicht vorüber“ Rose Ausländer
- Mut machen / Gedicht „An sich“ Paul Fleming
- Bilder auftauchen lassen / Kindergebete: „Abends, wenn ich zu Bette geh....“
- „Anker“ sein / Gedicht „Nicht müde werden“ Hilde Domin
- Vorbildfunktion haben
- neue Wege aufzeigen
- Widerspruch herausfordern
- Blickwechsel ermöglichen / Gedicht: „Immer“ R. Gernhardt
- Halt, Geborgenheit, Kraft geben
- Entwicklung hervorrufen / „Drachenläufer“, Khaled Hosseini
- Prophylaktisch für die Zukunft wirken
- Mut zum Eigenen / Bilderbuch: Das kleine Ich bin Ich (Mira Lobe)

Beispieltexte zum Thema:

Die fünf Holzwürmer

Aus: Fabulierbuch von Erwin Moser

Die Kaulquappe und der Weißfisch

Wolfdietrich Schnurre, „Protest im Parterre“ Albert Langen, Georg Müller Verlag GmbH München

„immer,“

Robert Gernhardt

„Das kleine Ich bin Ich“

Mira Lobe

Literatur:

Raab, Peter, (Hrsg.) Heilkraft des Lesens – Erfahrungen mit der Bibliothherapie. Herder Verlag 1988
Reddemann, Luise, Eine Reise von 1000 Meilen beginnt mit dem ersten Schritt, Herder Verlag, Breisgau, 2005
Hammel, Stefan, Der Grashalm in der Wüste, edition impress, 2.Auflage 2008
Hammel, Stefan, Handbuch des Therapeutischen Erzählens, Klett-Cotta Verlag, Stuttgart 2009
Peseschkian, Nossrath, Der Kaufmann und der Papagei, Fischer Taschenbuchverlag, Frankfurt/Main 1979
Kittler, Udo, Munzel, Friedhelm, Lesen ist wie Wasser in der Wüste, Verlag Herder, Freiburg, 1989
Kittler, Udo, Munzel, Friedhelm, Was lese ich wenn ich traurig bin, Herder Verlag, Freiburg, 1984
Koch, Helmut H., Kessler, Nicola, Ein Buch muss die Axt sein..., Königsfurt Verlag, Krummvisch bei Kiel, 2002