



Wertungsfreier Raum

Warum mir der wertungsfreie Raum erstrebenswert erscheint:

Immer wieder begegne ich Menschen, welche vor allem in der Schulzeit schlechte Erfahrungen beim Malen und Gestalten gemacht haben. Dies vielleicht nicht einmal, weil sie das «Ergebnis» schlecht fanden, sondern mehr und vor allem durch die Bewertung von aussen. Spätestens wenn die Lehrperson die Gestaltung benotete, war die Lockerheit des freien Kreierens vorbei. Der Anspruch war klar: Es musste schön sein und/oder den genauen Anordnungen entsprechen.

Wenn wir uns mit der Kunst beschäftigen, wird schnell klar: Kunst ist subjektiv. Manche Werke oder Kunststile gefallen einem persönlich, andere hingegen empfinden wir vielleicht gar nicht als Kunst. Und weil das mit dem «Gefallen» eine so persönliche Angelegenheit ist, ist es meiner Meinung nach absolut überflüssig und anmassend, wenn wir andere Werke bewerten und beurteilen. Viele Verletzungen sind dadurch schon entstanden und Glaubenssätze wie «ich kann das eh nicht» werden schwer wieder aufgelöst. Viele Menschen wagen sich aus Angst vor dem Versagen und dem «Es nicht richtig zu können» nicht mehr ans Gestalten und Malen. Das heisst konkret, dass das Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein nachhaltig geschädigt wurde.

Was passiert also, wenn wir es schaffen uns und unseren Mitmenschen und Kindern beim Gestalten/Malen wertungsfrei zu begegnen? Es öffnet uns die Tür zu unserer eigenen Kreativität. Alles darf sein! Auch das «Gruusige». Denn wie das Gelungene gehört auch das Unperfekte und Verkleckerte zur Realität. Genauso wie es das Gute und das Böse, das Licht und die Dunkelheit, die Fröhlichkeit und die Trauer gibt. Alles braucht seinen Platz in unserem Leben.

Frei sein von Bewertung schafft die Möglichkeit, Neues zu wagen und auszuprobieren und bedeutet eine neue Freiheit und die Stärkung des eigenen Selbstvertrauens und Selbstbewusstseins.

Mir ist jedoch auch bewusst, dass die Bewertung in unserer Gesellschaft sehr präsent ist. Es braucht das Bewusstsein und viel Übung, um Schritt für Schritt diesen wertungsfreien Raum zu schaffen. Ich stehe dafür ein und möchte alle die in die Kreativgarage Küttigen kommen ermutigen sich darauf einzulassen.

«Das Werten werden Sie niemals verhindern können, aber Sie können sich von Wertungen lösen und frei werden, indem Sie paradoxerweise Wertungen als Wertungen wahrnehmen, benennen und milde annehmen. Mit sanfter Achtsamkeit. Übrigens: Es lohnt sich.» - Matthias Wölkner