

Kreativität – Ein Lebensthema

Prof. Dr. Rainer M. Holm-Hadulla

Vortrag am 26. April 2003 im Rahmen der
53. Lindauer Psychotherapiewochen 2003 (www.Lptw.de)

In unserer modernen Welt mit all ihren Herausforderungen ist bewusste Kreativität von hervorragender praktischer Bedeutung. Ich werde zeigen, dass Kreativität für uns alle ein Lebensthema ist. Der Begriff Kreativität eignet sich jedoch auch zur Verflachung. Das ist bedauerlich, weil ein fundiertes Verständnis eine Voraussetzung ist, Kreativität sinnvoll zu fördern. Mit den wichtigsten Aspekten der Kreativität möchte ich Sie vertraut machen. Dabei gehe ich nach folgender Gliederung vor

- Was ist Kreativität? - Ein Überblick
- Ursprünge der Kreativität
- Kreativität im Alltag
 - Selbstverwirklichung
 - Erziehung
 - Partnerschaft
 - Kreatives Altern
- Das kindliche Spiel als Grundlage der Kreativität
- Psychotherapie und Kreativität

Was ist Kreativität? – Ein Überblick

Kreativität wird sehr unterschiedlich definiert. Sie wird zumeist als Eigenschaft besonderer Menschen hoch geschätzt und bewundert. Sein Talent ermöglicht es dem Kreativen, das er das Neue und Besondere erschafft. Kognitionspsychologen sehen in der produktiven und originellen Verarbeitung existierender Informationen den zentralen Punkt der Kreativität. Dabei ist es von entscheidender Bedeutung, dass sich diese produktive und originelle Verarbeitung auch konkretisiert, z.B. in Form einer Erfindung oder eines Kunstwerks. Zudem ist die Zustimmung des jeweiligen Umfelds von Bedeutung für das, was als kreativ angesehen wird. Howard Gardner drückt dies in seinem Buch *Intelligenzen – Die Vielfalt des Geistes* folgendermaßen aus:

„Menschen sind schöpferisch, wenn sie bei der Lösung von Problemen, bei der Herstellung von Produkten oder bei Aufgaben innerhalb einer Disziplin auf eine Art vorgehen, die zwar grundlegend neu ist, schließlich jedoch in einer oder mehreren Kulturen akzeptiert wird. Dementsprechend ist eine Arbeit schöpferisch, wenn sie anfangs als neuartig auffällt, mit der Zeit aber in einer Domäne Zustimmung findet“ (2002, S. 142 f.)

Im Kontrast zu dieser Definition fassen Biologen den Begriff der Kreativität wesentlich weiter. Sie wird als Eigenschaft des Lebendigen angesehen. Biologisch betrachtet besteht jedes Leben aus einem beständigen kreativen Anpassungsprozess des Individuums an seine Umgebung.

Ähnlich sehen Entwicklungspsychologen in jedem menschlichen Wachstum ein kreatives Moment. Das kindliche Spiel stellt für sie eine Grundform kreativen Verhaltens dar. Schon der Säugling schafft durch Vorformen von Gedanken und Vorstellungen eine innere Welt, die chaotischen Erregungen eine gewisse Struktur verleiht. Später entdeckt das Kind spielend seine ganz persönliche Welt, die aus Eindrücken, Erinnerungen und Phantasien komponiert wird. Im erwachsenen Leben findet sich dann die spielerische Freude aus der Kinderzeit in produktiver und kreativer Arbeit wieder.

Auch Kulturwissenschaftler und Philosophen sehen im spielenden Verhalten einen Angelpunkt des Mensch-Seins. Sie stellen das kreative Spielen nicht in Gegensatz zur vernünftigen Bewältigung der Realität, sondern entdecken im Spiel einen besonderen Zugang, die Welt zu verstehen und zu gestalten. Ohne Kreativität bleibt nach dieser Auffassung das Leben stumpf und leer. Der phantasievolle Umgang mit der Realität ist also kein Luxus, sondern verleiht dem persönlichen Erleben Sinn und Struktur. Dies ist sogar politisch von Bedeutung. Der nordamerikanische Sozialphilosoph Richard Rorty zeigt, dass Menschen sinnvolle individuelle und soziale Strukturen schaffen müssen, um überlebensfähig zu sein. Daran anschließend ist auch die individuelle und soziale Entwicklung des Durchschnittsmenschen als Produkt kreativer Tätigkeit anzusehen. Man könnte so weit gehen, Kreativität als Lebensstil zu betrachten.

Aufgrund der vielfältigen Zugänge und Aspekte ergeben sich sehr unterschiedliche Auffassungen der Kreativität. Die verschiedenen Konzepte der Kreativität reflektieren jedoch eine Realität: Kreativität ist in jedem Anwendungsbereich etwas anderes. So ist z. B. die technische Erfindung durch gänzlich andere Bedingungen und Arbeitsweisen charakterisiert als die wissenschaftliche Erkenntnis oder die künstlerische Gestaltung.

Allgemein lässt sich Kreativität deswegen nur sehr grob definieren. In Anlehnung an den nordamerikanischen Kreativitätsforscher Mihalyi Csikszentmihalyi (1996) könnte man eine systemische Definition versuchen:

Kreativ kann eine begabte und produktive Person sein, wenn sie sich in einem erfolversprechenden Gebiet und einem fördernden sozio-kulturellen Kontext betätigt.

Trotz der erheblichen Unterschiede in den einzelnen Domänen lassen sich auch gemeinsame Grundlagen der Kreativität finden: Leidenschaft, spielerische Versenkung und Frustrationstoleranz. Bei kreativen Persönlichkeiten findet sich eine besondere Fähigkeit zu 'autotelischer Produktivität', d. h. zu konzentrierter Arbeit um der Sache selbst willen und nicht nur wegen potentieller Belohnungen. Sie sind auch meistens bereit, trotz Niederlagen und Enttäuschungen produktiv zu arbeiten. Aus der Kenntnis der wesentlichen Elemente der Kreativität lassen sich vielfältige Strategien zur ihrer Förderung ableiten. Berater und Therapeuten können helfen die individuellen Begabungen zu erkennen, domänenspezifische Chancen zu realisieren und Ressourcen produktiv zu nutzen.

Angesichts der Vielfalt kreativer Persönlichkeiten und Tätigkeitsmöglichkeiten sind jedoch allgemeine Definitionen und Beschreibungen von beschränkter Aussagekraft. Kreativität wird nur verständlich, wenn man sich ihrer Tiefendimension widmet. Dies soll im Nachfolgenden geschehen.

Ursprünge der Kreativität

Der Begriff Kreativität leitet sich von dem lateinischen Wort *creare* ab, das „schaffen, erzeugen, gestalten“ bedeutet. Es ist verwandt mit *crescere*, das wir als „werden, gedeihen, wachsen lassen“ übersetzen.

In dem ursprünglichen Verständnis von *creare* und *crescere* klingen zwei Aspekte der Kreativität an, die uns noch beschäftigen werden: Das bewusste Schaffen des Neuen und das Wachsen-Lassen unbewusster Potentiale.

Seit Beginn menschlichen Lebens finden wir Dokumente menschlichen Gestaltungsdrangs: Die Venus von Willendorf und die Höhlenmalereien von Chauvet sind 30.000 Jahre alt. Alle diese Darstellungen dienen nicht der unmittelbaren Sicherung des Lebens und der Befriedigung elementarer Triebe: Sie zeigen eher ein elementares Bedürfnis des Menschen, sich über seine Position in der Welt kreativ zu verständigen. Besonders in Schöpfungsmythen suchte der frühe Mensch nach Erklärungen von Ursachen und Aufbau der Wirklichkeit. Sie artikulieren nicht nur das Welt- und Menschenbild früherer Gesellschaften, sondern spiegeln Vorstellungen über Kreativität, die auch heute noch von Bedeutung sind.

Im alten Ägypten dominieren Mythen, in denen die Welt von selbst entstand, ohne von einem oder mehreren Schöpfergöttern geschaffen worden zu sein. Nach der Lehre von Heliopolis begann die Welt mit dem ersten Sonnenaufgang, als der von selbst entstandene Sonnengott aus dem Urwasser auftauchte und seine Strahlen in eine noch raumlose Welt hinausschickte. Ihm geht ein licht-, end- und formloses Chaos voraus. Durch die Trennung von Himmel und Erde entsteht ein Raum, in dem sich menschliche Kreativität entfaltet: Wichtig für unser modernes Verständnis ist nun, dass die Schöpfung niemals beendet ist und sich jeden Morgen aufs Neue ereignet. Die Welt wird nicht als ein abgeschlossener und vollendeter Bau aufgefasst, sondern als ein Prozess beständiger Schöpfung. Sie hat sich gegen eine ständige Gravitation zum Chaos durchzusetzen. Die Menschen engagieren sich in Form von Arbeit und Ritualen an der Schöpfungsaufgabe. Menschliche Tätigkeit wendet das Chaos ab und hält die Welt in Gang.

Stärker als die altägyptische hat die biblische Schöpfungsvorstellung die westliche Auffassung der Kreativität geprägt. "Creavit" ist das erste Verb der Bibel. Gott schafft aus dem Nichts kraft seiner souveränen Entscheidung. Er scheidet Himmel und Erde, erzeugt pflanzliches und tierisches Leben und bildet als Krone der Schöpfung den Menschen. Diese Vorstellung des jüdisch-christlichen und auch islamischen Denkens wird über Jahrhunderte das Urbild kreativer Tätigkeit sein. Die Vorstellung einer *creatio continua* zur Bewältigung von Chaos und Destruktivität spielt eine untergeordnete Rolle. Damit unterscheiden sich die biblischen von den altägyptischen Vorstellungen, in denen ein beständiges Werden und Vergehen angenommen wird.

Der biblische Schöpfungsakt ist alles andere als das kreative Schaffen eines glücklich versunkenen Künstler-Gottes. Wie der reale Schaffende ist Gott mit seiner Schöpfung häufig zutiefst unzufrieden. Adam und Eva verhalten sich nicht seinem Willen gemäß und die Opfergaben von Kain missfallen ihm aus unerfindlichem Grund. Gott ist dermaßen unzufrieden mit seiner Schöpfung, dass er sie mit der Sintflut gänzlich vernichten will. Und auch die durch Gott Auserwählten zeichnen sich durch wütende Gewalttätigkeit aus. Um das gelobte Land zu erobern und das Neue zu schaffen, zerstören sie die vorhandenen Kulturen, z.B. die der Philister in Kanaan „bis ins letzte Glied“. Die Gotteskinder schaffen Neues, indem sie immer wieder „mit der Schärfe des Schwertes schlagen Mann und Frau, Kinder und Säuglinge, Rinder und Esel und Schafe, mit der Schärfe des Schwertes“.

Das Neue Testament ist in dieser Hinsicht weniger destruktiv: Es betont die innere Veränderung und den Respekt für den Anderen. Die kreative Zerstörung wird ersetzt durch ein Gewähren-Lassen des Anderen und die Mitwirkung an seinem kreativen Wachstum. Jesus ist der demütige Schöpfer: Er unterwirft sich den Weisungen von Gott-Vater und achtet seine Feinde. Selbst in seinen übelsten Widersachern erkennt er den Funken der göttlichen Schöpfung. Aber auch die Anhänger dieser Schöpfungsvorstellung sind zerstörerisch, um das Neue und scheinbar Gute zu schaffen. Im Zeichen des Christentums werden z.B. während der Kreuzzüge unfassbare Grausamkeiten verübt. In den letzten Jahrhunderten ist es jedoch unübersehbar, wie starke Strömungen der jüdischen, moslemischen und christlichen Religionen der kreativen Zerstörung abschwören. Sie suchen eine Schöpfungsvorstellung zu verwirklichen, die mit evolutiv auf der eigenen Tradition aufbaut und dabei versucht die anderen

Religionsgemeinschaften zu verstehen und zu respektieren. Doch tobt bis in die heutige Zeit ein Kampf mit den aggressiven Kräften, die das Neue nur durch die Vernichtung des Alten und besonders der fremden Kulturen schaffen wollen.

Dem chinesischen Denken ist die biblische Erschaffung aus dem Nichts, die *creatio ex nihilo*, fremd. Kreativität wird in China traditionell weniger als Schöpfung des Neuen, sondern als Verwandlung von etwas schon Bestehendem aufgefasst. Menschliche Kreativität wird - zumindest im Alten China - in Analogie zur Entwicklung der Natur beschrieben. Sie wird als ein Prozess verstanden, der sich über lange Zeiten hinzieht und an dem viele Individuen beteiligt sind. Diese Vorstellung einer kollektiven Kreativität ist dem westlichen Denken eher fremd. Allerdings wird die klassische Konzeption einer naturhaften und kollektiven Kreativität im alten China durch gegenläufige Strömungen immer wieder verändert, ja zerstört. In der jüngeren Geschichte ist der Maoismus eine Bewegung gewesen, die der Schöpfungsvorstellung des natur- und traditionsverbundenen Wachsen-Lassens entsagt und das Alte zerstört, um das Neue zu schaffen. Die zerstörerische Kreativität ist nicht nur eine mythische Vorstellung, sondern eine die Geschichte durchwirkende Realität.

Wie in den altägyptischen ist die ‚Gravitation zum Chaos‘ auch in den taoistischen und buddhistischen Schöpfungsvorstellungen zu finden. Hier vertraut man aber weniger der zielgerichteten Aktivität der Menschen. Sie müssen sich, um dem Chaos entgegenzuwirken und schöpferisch zu sein, einer höheren Geistigkeit anvertrauen: Ohne Ziel und Konzentration soll sich der Suchende seiner natürlichen Weisheit überlassen. Kreativität wird als kontinuierliches Wandlungsgeschehen aufgefasst. Diese Vorstellung findet sich in Indien, China und Japan. Dabei ist Kreativität nicht Eigenschaft genialer Individuen wie in der westlichen Vorstellung: Das Schöpferische entfaltet sich jenseits der individuellen Grenzen. Man muss sich dem Vagen, Leeren, Unbestimmten überlassen, um wirklich schöpferisch zu sein. Kreativität verdankt sich nicht dem Willen, sondern dem Sich-Überlassen: Nicht Machen, sondern Wachsen-Lassen ist das Leitmotiv. Erst wenn wir von gerichteten Zielvorstellungen absehen, kann eine natürliche und spontane Kreativität ins Spiel kommen. Dies bedeutet für uns: Kreativität kann man nicht wollen, sondern man muss sie geschehen lassen. Der Kreative ist ein Medium, das sich einem kreativen Prozess an vertraut. So sagte Mozart, dass nicht er selbst die Töne komponiert, sondern, „dass „höhere Mächte durch ihn komponieren“.

Im Hinduismus tritt zur Vorstellung einer natürlichen Kreativität, in die der Mensch sich demütig fügen muss, die Idee der Selbstaufopferung hinzu. Schon Gott gebiert die Welt, indem er sich selbst aufopfert. Die Menschen folgen dieser Selbstaufgabe, werden schöpferisch und vereinigen sich dadurch wieder mit Gott. Der Akt der Schöpfung, das Werden, ist eng mit der Selbst-Auflösung, dem Vergehen, verbunden. Als Vishnu oder Brahma schafft Gott die Welt in Selbst-Vergessenheit. Am Ende kommt Gott wieder zu sich selbst und das Spiel beginnt von Neuem.

Gewalttätigkeit ist ein Prinzip der Schöpfungsvorstellungen im alten Griechenland. Kronos entmannt seinen Vater Uranos, wirft die noch blutenden Genitalien ins Meer und aus dem Schaum entsteht Aphrodite, die Göttin der Liebe, Schönheit und Fruchtbarkeit: eine erstaunliche Schöpfungsvorstellung. Im Götterhimmel wird das Leben durch Mord und Vergewaltigung immer wieder neu geschaffen. Die chaotischen Triebe, denen auch die Götter unterworfen sind, sollen durch die Entwicklung der menschlichen Kultur, durch Bildung und Wissenschaft, Kunst und Religion gebändigt werden. So sehen sich im westlichen Kulturraum die ersten Schriftkundigen, die zumeist Priester waren, als Verkünder einer guten göttlichen Ordnung, die sich schöpferisch den chaotischen und destruktiven Trieben entgegenstellt. So entsteht die Vorstellung eines umfassend gebildeten Menschen, der als Politiker und Philosoph in seinem Wirken die "Harmonie der Sphären" nachbildet.

Das mittelalterliche Abendland bezieht seine Kreativitätsvorstellungen aus der Bibel. Der Mensch schafft nichts Neues, sondern fügt sich in die göttliche Schöpfungsgeschichte. Auch die strahlenden Genies der Renaissance - Raffael, Michelangelo und Leonardo - betrachten sich noch als Handwerker. Erst um die Mitte des 18. Jahrhunderts emanzipieren sich die Künstler und Wissenschaftler auch

offiziell von der göttlichen Autorität. Die Staatsmänner, Wissenschaftler und Künstler verstehen sich jetzt als freie Schöpfer.

In einer historischen Blütezeit des Kreativitätsoptimismus, der deutschen Klassik, wird das Genie zur Verkörperung des kreativen Schaffensdrangs. Handwerker, Wissenschaftler, Unternehmer, Politiker und Künstler entthronen Gott durch ihre Schöpfungen und Entdeckungen. Goethes hymnisches Gedicht „Prometheus“ formuliert diese Erhebung des Menschen:

Prometheus

Bedecke deinen Himmel, Zeus,
Mit Wolkendunst!
Und übe, Knaben gleich,
Der Disteln köpft,
An Eichen dich und Bergeshöhn!
Musst mir meine Erde
Doch lassen stehn,
Und meine Hütte
Die du nicht gebaut,
Und meinen Herd,
Um dessen Glut
Du mich beneidest.

...

Wer rettete vom Tode mich,
Von Sklaverei?

...

Hier sitz' ich, forme Menschen
Nach meinem Bilde,
Ein Geschlecht, das mir gleich sei,
Zu leiden, weinen,
Genießen und freuen sich,
Und dein (*Gott*) nicht zu achten ...

Der Mensch produziert Gott zum Trotz alles alleine: Er bebaut die Erde, bekämpft Krankheiten, bewirkt politisch-soziale Veränderungen und erschafft sich selbst. Der gottgleiche Genius ersetzt Gott. Und in der romantischen Ekstase eint er schöpferisch, was im Chaos der Welt auseinander fällt. Bei Schiller wird die menschliche Selbstgestaltung in „Anmut und Würde“ zum Ideal der Lebensführung.

Doch, auch das strahlende Genie verdankt seine Kreativität schmerzlichen Versagungen. Kreativität ist nicht nur schöpferischer Überschwang, sondern ein bescheidenes Mittel, Leiden zu bewältigen:

"Und wenn der Mensch in seiner Qual verstummt,
Gab mir ein Gott zu sagen was ich leide"
(Goethe, Marienbader Elegien)

Hier sieht man, wie Goethe die genialische Kreativitätsvorstellung der Romantik revidiert. Geduldige Arbeit, ja Leiden wird zu dem zentralen Bestandteil kreativen Schaffens. Produktivität statt Genialität ist jetzt das Kennzeichen des schöpferischen Menschen: Genie ist Fleiß. Und dennoch muss der Kreative auch das Ungewollte zulassen können. Er muss fähig sein, sich dem unbewussten Momenten des Kreativen anzuvertrauen. So klingen in den Kreativitätsvorstellungen der deutschen Klassik die fernöstlichen Prinzipien des kreativen Geschehen-Lassens im Sinne des *crescere* an. Diese Einfügung in den kreativen Kreislauf von Werden und Vergehen fasst Goethe in dem Gedicht „*Selige Sehnsucht*“, in folgende Worte:

Sag' es keinem, nur den Weisen,
Weil die Menge gleich verhöhnet,
Das Lebendige will ich preisen
Das nach Flammentod sich sehnet.

In der Liebesnächte Kühlung,
Die dich zeugte, wo du zeugtest,
Überfällt dich fremde Fühlung,
Wenn die stille Kerze leuchtet.

Nicht mehr bleibest du umfangen
In der Finsternis Beschattung,
Und dich reißest neu Verlangen
Auf zu höherer Begattung.

Keine Ferne macht dich schwierig
Kommst geflogen und gebannt
Und zuletzt des Lichts begierig
Bist du Schmetterling verbrannt.

Und solange du dies nicht hast,
Dieses Stirb und Werde,
Bist du nur ein trüber Gast
Auf der dunklen Erde.

Sie finden hier in der klassischen Kreativitätsvorstellung Goethes einen Wechsel zwischen zwei wesentlichen Aspekten des Schöpferischen, die bis heute von hervorragender Bedeutung sind: Einerseits wird Kreativität als ein Schaffen des Neuen aufgefasst, das gegen Konventionen revoltiert. Die kreative Zerstörung setzt an die Stelle des Althergebrachten die originelle Schöpfung. „Macht euch die Erde untertan“ ist ein Leitmotiv, das vom Alten Testament bis unsere Zeit wirksam ist. So wie das auserwählte Volk die Philister vertreibt und Kanaan in Besitz nimmt, und so, wie die griechischen Götter rücksichtslos zeugen, beansprucht das Genie besondere Rechte. Die Aggressivität des schöpferischen Genies unterwirft, ja vernichtet das Althergebrachte. Rücksichtslosigkeit zeichnet sowohl den einzelnen Schöpfer als auch den kreativen Prozess aus. Der Kreative fühlt sich nur sich selbst und seiner Aufgabe verpflichtet.

Andererseits stellt Goethe dem aggressiv ungebundenen Aspekt der Kreativität in seinen morgenländisch inspirierten Werken das naturverbundene Werden und Wachsen-Lassen des schöpferischen Geschehens gegenüber. Erst die Einbettung in das natürliche Werden und Vergehen führen den Wissenschaftler und Künstler zur höheren Einsicht. Sie müssen die Gesetze der Natur und der Geschichte hören und verstehen, um sie demütig befolgen zu können. Sie sind nicht wie Prometheus, sondern irdische Menschen, die sich in den großen Kreislauf der Natur- und Weltgeschichte einfügen und dadurch schöpferisch sind: „Was du ererbt von deinen Vätern, erwirb es um es zu besitzen“ (Goethe, Faust). Dieses einführende und respektvolle Geschehen-Lassen des in Naturgeschichte und Tradition Schlummernden im Sinne von *crescere* steht dem mutwilligen, ungebundenen und aggressiven Schaffen des Neuen im Sinne des *creare* gegenüber.

Diese beiden Aspekte durchziehen auch die Kreativitätsvorstellungen in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts. Friedrich Nietzsche will den Menschen durch wahres Schöpfertum befreien und vertraut auf die Rücksichtslosigkeit des Dionysischen. Richard Wagner folgt nur seiner Berufung und der Realisierung seines Werks. Beide inszenieren das Genie als Kult: Dem Genie ist alles gestattet, selbst die Übertretung der natürlicher Grenzen und menschlicher Gesetze. Während dieser Zeit verlagert sich der Geniekult auch in andere Bereiche, z.B. in den politischen der Napoleonverehrung. Die Führer totalitärer politischer Systeme profitieren nun von der zunehmenden Popularisierung des Geniali-

schen. Extreme Beispiele sind Hitler und Stalin. Sie schaffen das Neue mit monströser Rücksichtslosigkeit. Der „Herrenmensch“ ist eine gewalttätige Fiktion, die alles Naturgegebene, Kultivierte und Menschliche vernichtet. Die „kreative“ Vernichtung richtet sich gegen das Leben selbst. In diesem Punkt ähnelt die Fiktion des „Herrenmenschen“ derjenigen des „Neuen Menschen“ im Stalinismus. Obwohl diese Schöpfungsvorstellung vergleichsweise human klingt, walzt auch sie alles Natürliche und Menschliche, das sich ihrer Schöpfungsidee in den Weg stellt, nieder.

Die katastrophalen Erfahrungen mit charismatischen Führern mögen dazu beigetragen haben, dass der Geniegedanke durch seine Politisierung und Pervertierung in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts verblasst. „Genialität“ wird zunehmend durch den Terminus „Kreativität“ ersetzt. Persönlichkeiten wie Nelson Mandela und Kofi Annan, die sich weniger auf die Seite einer aggressiv innovatorischen als auf die Seite einer gewähren und wachsen lassenden Schöpfungsvorstellung schlagen, werden durchaus als kreativ wahrgenommen.

Kreativität im Alltag

Ist es nicht ein Widerspruch in sich selbst von Kreativität im Alltag zu sprechen? Das Kreative wird doch als Neuartiges und Besondere üblicherweise dem Alltäglichen gegenübergestellt. Der nordamerikanische Sozialphilosoph John Dewey (1958) hat die katastrophalen Folgen dieser Auffassung beschrieben, die nur das Neue, Originelle und Hervorragende der Kreativität im Blick hat. Die Vernachlässigung kreativer Alltagsgestaltung führt zu einer Verkümmern sämtlicher Lebensbereiche. Auch im Alltag ist es wichtig eine kreative Haltung einzunehmen. Der Sonnenaufgang, der Duft des Kaffees, die Wärme einer Stimme, das Wohlgefühl unter der Dusche, der Abendspaziergang sind keine Nebensächlichkeiten: Sie öffnen die Sinne für die persönlich erlebte Welt. In dieser Hinsicht ist auch Selbstverwirklichung eine alltägliche und kreative Aufgabe. In vielen Kreisen der europäischen und amerikanischen Gegenwartskultur in denen religiöse, kulturelle und politische Ziele ihre verpflichtende Kraft für die Individuen verloren haben, suchen Menschen den Sinn des eigenen Lebens in der Selbstverwirklichung. Diese Sehnsucht nach Selbstverwirklichung kann jedoch auch zu einer Fetischisierung des Ich und zu rastlos verzweifelter Selbstbezüglichkeit führen. Dann ist der lebendige Kontakt zu Mitmenschen ein wesentliches Korrektiv. Der Einzelne findet am besten zu sich selbst in der kreativen Beziehung zu den Anderen.

John Dewey geht so weit, dass er der alltäglichen Kreativität einen moralischen Wert zumisst. Die größten Schandtaten werden im Dienste von Ideen verübt, die die „kleinen Gefühle“, z.B. Empfindungen von Freude und Schmerz, ignorieren. Demgegenüber ist die Offenheit für ästhetische Erfahrungen, und zu diesen gehören Empfindungen von Sympathie, Schönheit und Leiden, ein Schutz dagegen, im Dienste von hehren Idealen, Menschen zu misshandeln.

Für die kreative Entwicklung der Kinder, die ich hier nur am Rande erwähnen kann, ist es notwendig altersentsprechende Spielräume zur Verfügung zu stellen. Gute Bindung an einfühlsame, verständnisvolle und motivierte Mütter, Väter, Betreuer und Lehrer sind eine wesentliche Voraussetzung von kreativer Erziehung. Ist dies gewährleistet, so sind die vielgestaltigen pädagogischen Angebote auch mit Forderungen zu begleiten. Dabei kann ein Leitspruch von Hans Georg Gadamer wegweisend sein: „Erziehen heißt sich selbst erziehen“.

Partnerschaft als kreativer Gestaltungsprozess

Jede Partnerschaft enthält ein kreatives Moment. Liebende finden nicht einfach die Richtige oder den Richtigen. Spätestens nach der ersten Verliebtheit beginnen sie, ihre Beziehung, oft unbewusst, zu gestalten. So finden Liebespartner nicht das Glück, sondern schaffen es kreativ und zwar täglich aufs Neue. Dies verleiht Liebesbeziehungen Reiz und Spannung, setzt es jedoch auch belastenden Zerreißproben aus. Diese Proben sind niemals ein für allemal bestanden. Gerade glückliche Liebesbeziehungen

gen stellen sich immer wieder der Aufgabe, ihre Beziehung weiter zu entwickeln. In einem nie abgeschlossenen kreativen Prozess lernen Liebende in der Beziehung zum Anderen diesen selbst, aber auch das Andere in sich und das Andere in ihrem Partner kennen. Dieses Kennenlernen bedarf einer kontinuierlichen Achtsamkeit. Es geht weit über das intellektuelle Verständnis des Anderen hinaus. Starre Festlegungen, seien sie auch noch so vernünftig nehmen die Chance zu gemeinsamer Entwicklung. Das biblische „du sollst dir kein Bildnis machen“ sollte zur Vorsicht in Partnerschaften gemahnen. Freude an den „unverständlichen“ Seiten der Geliebten und Partnerin kann vor Langeweile und Missmut schützen.

Eine kreative partnerschaftliche Entwicklung, wird häufig durch die gleichermaßen wichtigen Bedürfnisse nach Stabilität und Sicherheit erschwert. Kreative Entwicklung des Gefühls- und Phantasielebens kann als verunsichernd, manchmal auch als gefährlich erlebt werden. Andererseits entdecken viele Paare, dass es beglückend ist, wenn sie sich immer wieder als neu entdecken. Was sich aber in der phantasievollen Entwicklung der Partner tatsächlich ereignet bleibt oft unbekannt.

„In der Liebesnächte Kühlung
Die dich zeugte, wo du zeugtest
Überfällt dich fremde Fühlung
Wenn die stille Kerze leuchtet“.

In dieser Hinsicht ist der Spruch, dass Liebe blind macht, nicht nur der Hinweis auf eine Selbsttäuschung, sondern enthält auch die Chance, den Anderen – und sich selbst - immer wieder neu zu entdecken.

Die Kreativität von Liebespaaren findet in der Sexualität einen besonderen Schauplatz. Es kann eine wichtige Erfahrung darstellen, wenn beide Partner ihre vorher nicht gekannten oder nicht einmal geahnten sexuellen Möglichkeiten entdecken. In der sexuellen Liebe kommen die Partner unbewusst mit eigenen Phantasien und denen ihrer Geliebten in Berührung, die überraschen - mitunter auch beunruhigen können. Das Gefühl von Vertrauen und Sicherheit stellt sich dann her, wenn beide Partner sich genügend Respekt, Zuneigung und Leidenschaft entgegen bringen. Damit werden in einer gelungenen Partnerschaft nach und nach immer wieder neue Aspekte möglich, die die Lebendigkeit des Paares gewährleisten.

Für eine gelungene partnerschaftliche Entwicklung ist eine akzeptierende Einstellung zur Vergangenheit und zu den „inneren Kindern“ des Partners von großer Bedeutung. Die Vorstellung vom „inneren Kind“ besagt, dass frühere Phasen unserer Entwicklung niemals abgeschlossen sind. Der Säugling, das Kind, der Jugendliche, die wir einmal gewesen sind, bleiben uns lebenslange Begleiter. Aus den alten Schichten unserer Persönlichkeit entstammt ein großer Teil unserer Kreativität. Der Säugling ist nicht nur hilflos, sondern erfüllt von einer unbändigen Lebensenergie, das Kind ist nicht nur unkundig, sondern von einer unermüdlichen Spielfreude, der Adoleszente in uns ist nicht nur chaotisch, sondern auch originell und eigenwillig. Der Erwachsene kann mit seiner Erfahrung, seinem Weitblick und seiner Vernunft den genannten „anachronistischen“ Aspekten seiner Persönlichkeit einen Rahmen zur Verfügung stellen, indem diese ihre Kreativität entfalten können. Ein wesentlicher Aspekt von "Beziehungskunst" besteht darin, diese anachronistischen und kreativen Seiten der Partner zu akzeptieren und Freude an ihrer Entwicklung zu empfinden.

Kreatives Altern

In der Jugend weist der Blick und das Streben in die Zukunft. Der Einjährige will laufen lernen, die Dreijährige möchte später einmal wie ihre Mama ein Baby bekommen, der Fünfjährige so groß wie sein Vater sein. Als Zehn- bis Dreizehnjährige beginnen sich die Kinder abzulösen, und andere Idole und Ideale zu finden. Die Zwanzigjährigen denken an die Zukunft ihrer Partnerschaften und an ihre berufliche Laufbahn: Die Interessen weisen immer noch in die Zukunft. In der durch Familie und Be-

ruf verdichteten mittleren Lebenszeit bleibt oft wenig Raum für kreative Reflexion bis sich unvermittelt die Einsicht einstellt, dass man nicht mehr wächst. Der Zukunftshorizont wird begrenzter, man spürt wie man körperlich schwächer wird und auch die psychischen Ressourcen sind leichter erschöpft. Das Bewusstsein des Älterwerdens hat begonnen. Vierzig- und Fünfzigjährige erschienen dem Jugendlichen einstmals schon alt, Sechzigjährige waren Großeltern, Siebzig- und Achtzigjährige waren Greise. Und auf einmal befindet man sich selbst in diesem Alter.

In diesen Zeiten ist es von großer Bedeutung die Chancen des ‚Älter-Werdens‘ zu ergreifen. Dies gelingt, wenn es als kreative Aufgabe angenommen wird. Dann kann die Abgeklärtheit des Alters zu echter Lebensfreude werden, die Jüngere, die in der Hektik der alltäglichen Mühen verstrickt sind, nicht genießen können. Die Vorteile des Älter-Werdens sind vielfältig und gruppieren sich - im Idealfall - um folgende Grundbefindlichkeiten: Individuelle Sicherheit, Soziale Souveränität und existenzielle Gelassenheit

Der Philosoph Hans Georg Gadamer empfing zu seinem 100. Geburtstag alte Freunde und Schüler als Gäste. Während des gesamten Tages herrschte ein Kommen und Gehen, man trank Wein, aß kleine Häppchen und sprach über Gott und die Welt. In den Jahren vorher war Gadamer fast täglich umringt von seinen Schülern und Studenten. Er liebte es in kleinen Weinstuben der Heidelberger Altstadt die Abende zu verbringen und zeigte sich verwundert, wenn die Jüngeren um Elf auf die Uhr sahen, weil am nächsten Tag alltägliche Geschäfte auf sie warteten. In seinem Alter war die Tiefe seiner Empfindung immer wieder eindrucksvoll. Sein langes Leben ermöglichte Gadamer einen Reichtum an kulturellem Erleben, der Jüngeren nicht möglich ist. Vieles versteht man nicht, ja man bemerkt es nicht einmal ohne Bildung und die braucht oft eine lange Lebenszeit. Manche Voraussetzungen der Kreativität wie die genannte persönliche Sicherheit, soziale Souveränität und existenzielle Gelassenheit sind im Alter leichter zu haben.

Dies erklärt, warum manche Großeltern besser mit ihren Enkeln umgehen können als damals mit ihren Kindern. Sie können sich der Freude an den Nachkommen spielerischer überlassen. Dies gelingt aber nur, wenn sie ihr Alter kreativ gestalten. Ansonsten werden sie leicht, wie leider auch die Alltagserfahrung zeigt, von Neid und Missgunst verdorben. Auch die Freude an den kleinen Dingen des Alltags ist dem Älteren häufig leichter, er kann das Geschenk jeden Tages wahrnehmen – allerdings nur, wenn er die kreative Herausforderung angenommen hat.

In der **Kunst** existieren unzählige Beispiele für kreatives Altern. Ich zitiere hier beispielhaft noch einmal Goethe, der bis unmittelbar vor seinem Tod schöpferisch tätig war. Sein lebensbegleitender „Faust“ hielt ihn bis in sein 83. Lebensjahr in Atem. Die kreative Bewältigung der Leiden und Freuden im Lebenszyklus verdichtet Goethe in seinem Gedicht „*Um Mitternacht*“:

Um Mitternacht ging ich, nicht eben gerne,
Klein, kleiner Knabe, jenen Kirchhof hin
Zu Vaters Haus, des Pfarrers Stern am Sterne
Sie leuchteten doch alle gar zu schön;
Um Mitternacht.

Wenn ich dann ferner in des Lebens Weite
Zur Liebsten mußte, mußte weil sie zog,
Gestirn und Nordschein über mir im Streite,
Ich gehend, kommend Seligkeiten sog;
Um Mitternacht

Bis dann zuletzt des vollen Mondes Helle
So klar und deutlich mir ins Finstere drang
Auch der Gedanke willig, sinnig, schnelle
Sich um's Vergangne wie um's Künftige schlang;

Um Mitternacht.

Die erste Strophe spricht die kindliche Innenwelt unmittelbar an. Sie vergegenwärtigt die Ängste der Kindheit. Die Verdopplung "klein, kleiner Knabe" lässt das Herzklopfen des geängstigten Kindes spürbar werden, und im "Kirchhof" kommt eine unheimliche Todesfurcht zur Sprache. Dann erhebt sich der Blick ins Freie der Sterne, der schöpferischen Wahrnehmung, die „doch gar zu schön“ leuchtet. Der Kreative bewältigt seine Ängste, indem er sein Schicksal versprachlicht und damit selbst in die Hand nimmt.

Die zweite Strophe führt uns "ferner in des Lebens Weite, zur Liebsten". Auch hier liegen die Schicksalsmächte im Streite und stellen die Aufgabe, die Liebesbeziehung – wiederum in der Polarität von Werden und Vergehen - kreativ zu gestalten. Nur in dieser Gestaltung kann der Mensch zu einer Versöhnung mit seinen natürlichen Trieben und seinen menschlichen Bindungen gelangen.

In der letzten Strophe, der Geistigkeit des Mondes Helle, findet der Kreative zur Weisheit des Alters. Das kreative Altern ist nicht allein Abschied von Kindheit und Jugend, Hoffnung und Vitalität, sondern wird zu einer Quelle tiefen Empfindens und reifer Persönlichkeitsentfaltung. Wie das Kind und der junge Erwachsene, in sich und der Welt allmählich heimisch werden, so kann der in Weisheit Alternde eine kreative Gelassenheit finden: „Wenn der Gedanke, willig sinnig, schnelle sich um's Vergangne wie um Künftge“ schlingt

Das kindliche Spiel als Grundlage der Kreativität

Schon der Säugling verarbeitet, wie uns die Forschung gezeigt hat, Reize, die von innen und außen auf ihn einströmen. Mit präsentativen Symbolen – taktilen, auditiven und visuellen Erlebnissen - gestaltet er das zunächst ganz ungestaltet Vorliegende. Dadurch bildet sich seine Wirklichkeit. Die kreative Strukturbildung beginnt in der frühesten Kindheit:

„Vielleicht dürfen wir sagen: Jedes spielende Kind benimmt sich wie ein Dichter, indem es sich eine eigene Welt schafft ...“. (1908, S. 213)

Der englische Kinderarzt und Psychoanalytiker Donald Winnicott geht von der alltäglichen Beobachtung aus, dass ein oft ganz unscheinbares Spielzeug, ein weicher Lappen, ein Bettzipfel oder ein Teddybär, für das kleine Kind einen unschätzbaren Wert besitzt. Dieser Gegenstand wird von dem Kind kreativ zu seinem Eigentum gemacht und erhält eine unverwechselbare Bedeutung. In seiner ganzen Tragweite wird die Wichtigkeit des Gegenstands häufig erst dann bewusst, wenn der bevorzugte Schnuller, die geliebte Puppe oder der Teddybär verloren geht. Das Kind ist dann untröstlich und hat etwas nicht zu ersetzendes verloren.

Fast alle Kinder haben die Fähigkeit, ein totes Objekt mit Leben zu füllen, sie verfügen über eine primäre Kreativität. Das Kind spielt mit allem, dem Bettzipfel, seinen Lauten, mit dem Mond, in dem es ein Gesicht sieht. Das Spielen der Kinder setzt sich im Erwachsenenleben fort: Wissenschaft, Kunst und Religion entwickelt sich aus der spielerischen Selbstverständigung des Kindes in seiner Umwelt.

Das kindliche Spiel steht nicht im Gegensatz zur Realität, sondern stellt einen unverzichtbaren Bestandteil ihrer Bewältigung dar. Kreatives Spielen mit Ideen, Bildern, musikalischen Eindrücken verleiht chaotischen menschlichen Emotionen Struktur und Kohärenz. Hans Georg Gadamer resümiert zweitausend Jahre philosophisches Denken, wenn er das „spielende Verhalten“ als eine Grundlage gelungenen Verstehens und letztlich gelungener Lebensführung ansieht. Spielen erfüllt eine sinnstiftende und heilsame Funktion:

"Im spielenden Verhalten sind alle Zweckbezüge, die das tätige und sorgende Dasein bestimmen, nicht einfach verschwunden, sondern werden auf eigentümliche Weise gestaltet. Das Spielen ge-

schieht nicht nur ‚um der Erholung willen‘, sondern dient auch der Heilung von unguuten Regungen und Gemütszuständen" (GADAMER 1960, S.107).

Die Fähigkeit Realität mit spielerischer Distanz zu sehen - wie sie sich auch im Humor zeigt -, ist für gelungene Lebensführung unerlässlich. Das kreative Spiel des Kindes, die Versenkung des Wissenschaftlers, die Ekstase des Künstlers, die Begeisterung des Politikers und der Tatendrang des Unternehmers haben ihr Negativ im realitätsabgewandten Verlieren in Tagträume, unkritischer Verbohrtheit, egomanischer Selbstüberschätzung, blindem Fanatismus und rücksichtslosem Aktivismus.

Das Spiel der Kinder und die Kreativität der Erwachsenen dient der Bewältigung elementarer Anforderungen: Der Bildung von psychischer Struktur, der Notwendigkeit erotische Regungen zu gestalten und aggressive Impulse zu bewältigen. Um dies zu bewerkstelligen ist dem Menschen die Phantasie gegeben. Sie ist ein hervorragender Weg, die Wirklichkeit wahrzunehmen, zu gestalten und zu bewältigen. Diese Phantasietätigkeit ist im Wesentlichen unbewusst. Deswegen ist es auch so sinnlos, Kreativität erzwingen zu wollen. Man kann achtsam sein und sie wachsen lassen, wenn sie sich während der Versenkung in die Arbeit einstellt.

Anhand des Traumes hat Freud gezeigt, dass die meisten Menschen fähig sind, innovatorische Phantasien zu produzieren und dass jede Traumarbeit eine schöpferische Seite hat. Hier treten neue und oft verblüffende Zusammenhänge zu Tage. Diese Einsicht hat von Thomas Mann bis René Magritte eine Vielzahl von Künstlern inspiriert. Ein wesentliches Unterscheidungskriterium von alltäglicher Phantasiebildung und künstlerischer Gestaltung ist, dass Träume und Phantasien für andere Leute nur beschränkt interessant sind. Bei Kunstwerken handelt es sich um Phantasien, die durch ihre Gestaltung für viele Menschen zugänglich werden.

Melanie Klein (1957) beschreibt den Zusammenhang zwischen Kreativität und kindlichen Ängsten. Der Säugling ist unerträglichen Spannungen ausgesetzt und muss mit Unterstützung der Betreuungspersonen eine psychische Struktur aufbauen, die psychische Spannungen und Ängste bewältigt. Später spürt das Kind, dass es in sich aggressive und destruktive Regungen trägt und entwickelt deswegen Schuldgefühle. Aus diesen Schuldgefühlen erwachsen konstruktive und schöpferische Impulse. Besonders der Neid hemmt die Entwicklung der kreativen Fähigkeiten. Auch übertriebene Schuldgefühle und besonders pathologischer Narzissmus können die Kreativität schwer beeinträchtigen. Die Quintessenz der psychoanalytischen Erkenntnisse ist, dass ein geradezu biologisches Bedürfnis nach Kreativität existiert.

Die kreative Bewältigung psychischer Konflikte in der Psychotherapie

Rainer Maria Rilke gestaltet in den Duineser Elegien seine eigenen psychischen Konflikte im Gewand existentieller Grundmotive des kreativen Mensch-Seins. In der Zeit vor der Dichtung der Duineser Elegien fühlt sich Rilke ängstlich, abgestumpft, apathisch, verzagt und hoffnungslos. Wir würden sein Zustandsbild heute als depressiv beschreiben. Er schreibt an Lou Andreas-Salomé, dass eine Psychoanalyse, die ihm sein Freund Freiherr v. Gebattel vorschlug, eine zu tiefreichende Behandlung für ihn wäre. Er sei überzeugt, dass ihm eine Psychoanalyse - z.B. bei Sigmund Freud - helfen würde, mit sich im Reinen und geordnet zu sein. Dies wäre aber für seine Kreativität schlimmer als die "vollkommene Unordnung", in der er lebe. Ein ruhiges und gesundes Leben sei unvereinbar mit seinem Werk. Rilke fürchtete, dass die Vertreibung der Dämonen mit der Vertreibung der Engel einhergehe. Nur die kreative Arbeit sei seine adäquate Behandlung.

"... Denn das Schöne ist nichts als des Schrecklichen Anfang, den wir noch gerade ertragen..."

Ich glaube nicht, dass in einer guten Psychotherapie, die Kreativität unserer Patienten gehemmt wird. Es gibt viele Beispiele wie Gustav Mahler, Samuel Beckett und Gérard Dépardieu die zeigen, dass

eine psychotherapeutische Beratung oder Behandlung der Kreativität sehr förderlich sein kann. Die Beseitigung unbewusster Blockaden führt oft zu Befreiung der Dämonen und der Engel. Wenn diese bewusste Gestalt annehmen, können sie sich besser entwickeln bzw. besser kontrolliert werden. Ein wesentlicher Wirkfaktor bei dieser Arbeit ist die Gestaltung von Lebensthemen durch Sprache und bildhafte Phantasie. Diese Gestaltungsarbeit führt zur Strukturierung von innerer und äußerer Realität und zu verbesserter Lebenswirklichkeit. In diesem Wirken werden Patienten zu Autoren ihrer Lebensthemen. Dies gelingt aber nur wenn das therapeutische Gespräch in eine förderliche therapeutische Beziehung eingebettet ist.

Wahrnehmung, Cotainment und Verstehen von Lebensthemen fördert die kreative Entwicklung. Dabei kann auch in bestimmten Phasen von psychodynamischen Verfahren eine kognitiv-verhaltenstherapeutische Handlungsorientierung durchaus sinnvoll sein. Ressourcenorientierung ist hierbei ein wichtige Leitlinie. Von besonderer Bedeutung für die kreative Entwicklung in Beratung und Psychotherapie sind die hermeneutischen Wirkfaktoren Erinnern, Gestalten und Erleben. Aus diesen kann man das Konzept einer „kreativen Haltung“ ableiten, das ich in meinem Buch „Die Psychotherapeutische Kunst“ (1997) näher beschrieben habe. In „Creative Principles of Psychotherapy“ (2003) habe den Begriff der „kreativen Haltung“ in bewusster Ergänzung zur wissenschaftlichen und analytischen Haltung gewählt.

Wenn es Therapeutinnen und Therapeuten gelingt, eine kreative Haltung zu dem Leiden aber auch den Ressourcen ihrer Patienten einzunehmen, so verbessern sie auch ihr eigene Lebensqualität. Wir wissen wie entbehrungsreich und schwierig Beratungen und Therapien sein können. Sie zehren von den kreativen Energien und stellen die Berater und Therapeuten vor die immerwährende Aufgabe zugewandt und lebendig zu bleiben. Insofern ist Kreativität ein Lebensthema für Berater und Psychotherapeuten. Für ihre Mühen werden sie durch die kreative Anteilnahme an der Entwicklung ihrer Klienten und Patienten entschädigt. Sie gestalten

„was von vielen nicht gewusst
oder gar verlacht
Durch das Labyrinth der Brust
Wandelt in der Nacht“.

Der Schmerz über die Grenzen und die Vergänglichkeit menschlicher Bemühungen findet einen Trost darin, dass wir immer wieder etwas „zu Stande“ bringen und damit einen Halt in einer verwirrenden Welt finden, die manchmal die Sinne schwinden lässt. Die Bedeutung dieser Vergegenständlichung, sei es im Alltag oder im Kunstwerk, findet bei Friedrich Hölderlin in seinem Gedicht „An die Parzen“ einzigartigen Ausdruck:

An die Parzen

Nur einen Sommer gönnt, ihr Gewaltigen!
Und einen Herbst zu reifem Gesange mir,
Daß williger mein Herz, vom süßen
Spiele gesättiget mir dann sterbe.

Die Seele, der im Leben ihr göttlich Recht
Nicht ward, sie ruht auch drunten im Orkus nicht;
Doch ist mir einst das Heilige, das am
Herzen mir liegt, das Gedicht, gelungen,

Willkommen dann, o stille der Schattenwelt!
Zufrieden bin ich, wenn auch mein Saitenspiel
Mich nicht hinab geleitet; Einmal
Lebt ich, wie Götter, und mehr bedarfs nicht.

In diesem Gedicht wird anfangs das kurze Leben und der Tod angesprochen. Und trotzdem spüren wir eine tiefe Dankbarkeit über die Schönheit und Fülle der Natur. Wenn Menschen im Leben nicht gestaltend tätig sind, werden sie auch "drunten im Orkus" keinen Frieden finden. Wir haben aber wie Hölderlin in der zweiten Strophe die Chance etwas was uns am Herzen liegt, zu Stande zu bringen. „Doch ist mir einst ... das Gedicht gelungen“. Für Hölderlin war es das Gedicht, für uns können es Lebensthemen sein, die sprachliche Gestalt angenommen haben. Dieses Themen können dann zu Ressourcen für die weitere kreative Entwicklung werden.

Literatur

- Cszikszentmihalyi, M.(1996). Creativity. Basic Books, New York
- Freud, S. (1908). Der Dichter und das Phantasieren. Ges. Werke, Fischer, Frankfurt
- Gadamer, H. G. (1960). Wahrheit und Methode. Mohr, Tübingen
- Gardner, H. (1999). Intelligence reframed. Basic Books, New York
- Holm-Hadulla, R. M. (1997). Die psychotherapeutische Kunst. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen
- Holm-Hadulla, R. M. (1999). El arte psicoterapeutico. Editorial Herder, Barcelona
- Holm-Hadulla, R. M. (2000). Kreativität (Hg.) Springer Verlag, Heidelberg, New York, Tokyo
- Holm-Hadulla, R. M. (2003) Creative principles of counseling and psychotherapy. Karnac Books, London, New York
- Klein, M. (1957). Neid und Dankbarkeit. Fischer, Frankfurt
- Winnicott, D.W. (1979). Vom Spiel zur Kreativität. Klett-Cotta, Stuttgart

Prof. Dr. Rainer M. Holm-Hadulla
Neue Schloßstr. 42
69117 Heidelberg

Tel. & Fax: (+49) 6221 600026
Email: rainer.holm-hadulla@urz.uni-heidelberg.de
www.holm-hadulla.com