

FOKUS SEIN

SCHREIBEN FÜR GESUNDHEIT

Im Gespräch mit Susanne Diehm

www.susanne-diehm.de

Fotocredits privat



Susanne Diehm

Meine Story... Ich habe nicht „schon immer Schriftstellerin“ werden wollen. Aber ich habe schon als Kind instinktiv mir kreative Therapien gesucht. Musik, Tagebuch-Schreiben, Lesen und Theater waren die Rettung, als um mich herum alles zusammen brach. Und der Wald als Rückzugsort, an dem ich beobachten konnte, wie Leben entstand und verging, der mir nicht bedrohlich war, sondern Schutzraum.

Später habe ich in einer entscheidenden beruflichen Phase meines Lebens entdeckt, wie hilfreich bewusst aufgenommenes therapeutisches Schreiben sein kann. Meine Jobsituation war verfahren; obwohl ich über zwei Jahrzehnte lang als Kommunikationsberaterin und Referentin für Öffentlichkeitsarbeit diverse Geschäftsleitungen mit interner Kommunikation erfolgreich beim Erreichen ihrer Ziele unterstützt hatte, wurde meine Stelle gestrichen, als ‚mein‘ Unternehmen übernommen wurde. Alternativen zur bisherigen Position waren für mich undenkbar, und so musste ich mich trotz meiner familiären Situation – alleinerziehend mit zwei Kindern – meinen Mut zusammen nehmen und ins kalte Wasser der Selbstständigkeit springen.

Ein Masterstudium ‚Biografisches und Kreatives Schreiben‘ gab mir die Basis, mich umzuorientieren. Heute bin ich dort als Dozentin aktiv... beim Studium entdeckte ich, wie heilsam es ist, Texte nur für sich zu schreiben. Also nicht im Sinne eines Auftraggebers Newsletter, Reden zur Betriebsversammlung oder Werbetexte zu verfassen. Stattdessen Prosa und Gedichte, inspiriert von Methoden und Techniken des Kreativen Schreibens. Ich erwachte neu zum Leben. Wurde Autorin, Schreibcoach, Kreativitätsmentorin.

Mit einem therapeutisch wirkenden Roman schüttelte ich die Reste des Unwohlseins aus der letzten Unternehmenserfahrung ab, bildete mich im kunst- und kreativtherapeutischen Fach weiter. Beglückend, die ersten Erfahrungen in Schreibgruppen und mit Einzelklienten in meinem kleinen roten Schreibsalon zu machen, es funktionierte! Das Schreiben wurde für mich zum Problemlösungsinstrument, wie ein Klangkörper, auf dem ich spielen konnte. Spielerisch vorgehen, klug die Schreibimpulse setzen, gute Gefühle in meinen Klienten erwecken – all das fällt mir leicht. Meinen Klienten bringe ich neben professionellem Wissen Offenheit entgegen, Mitempfinden und Mitschwingen. Aber ich kann sie auch in Gang bringen, sie dazu inspirieren, in sich Antworten auf ihre Fragen zu finden.

Eine gute Erfahrung, mit HIV-infizierten oder an Krebs erkrankten Frauen im Team Sudijumi zu arbeiten, an Institutionen wie der Charité. Großartig, jetzt durch Deutschland und Schweiz zu reisen und unsere Kampagne zum kreativen Schreiben vorstellen zu dürfen. Beglückend zu sehen, wie Patientinnen müde und ausgelaugt ins Schreibseminar kommen und erfüllt und beschwingt wieder nach Hause gehen. Viele Autoren habe ich – nach eigenen Publikationen – über die in Schreibgruppen üblichen Miniaturtexte hinaus begleitet: Zum Sachbuch, dem Fantasy-Roman, dem Krimi, dem Thriller, oder dem Ratgeber. Memoirs! Immer haben wir dabei auch Anliegen gelöst, die mehr verlangten als das übliche Schreibcoaching es bietet. Mir gefällt dieses sehr persönliche Arbeiten, im Laufe des Arbeitsprozesses vom kompetenten Ansprechpartner zur verlässlichen Gefährtin zu werden.

Schreibend entdecken, was mich ausmacht, sich vom Schreiben beflügeln lassen..

Melden Sie sich mit Ihrem Anliegen bei mir, ich freue mich auf Sie.

Mit herzlichem Gruß,

Susanne Diehm

www.susanne-diehm.de