

Udo Baer

## Kinderwürde in Aktion

*Beziehungsfokussierte kreative Therapie mit Kindern und Jugendlichen*

Ein Lehr- und Praxisbuch

Lieferung: Nr. 20

Datum: 18.02.2022

Block C: Kinder und Jugendliche verstehen: pulsierende Erlebens- und Begegnungsflächen  
- Kapitel 6:

©Semnos Verlag Udo Baer

# Schutzgrenzen und Innerer Kern – mit Bedeutungsräumen arbeiten

Gestützt auf die Tradition der ökologischen Psychologie<sup>1</sup> hat die kreative Leibtherapie vor allem fünf Bedeutungsräume herausgearbeitet. Ich werde sie im Folgenden nach und nach vorstellen und Hinweise geben, wie Kinder und Jugendliche sie spüren und an ihren Verletzungen leiden können. Anschließend werde ich an Beispielen zeigen, wie wir mit Kindern und Jugendlichen zu diesen Bedeutungsräumen therapeutisch arbeiten können.

### *Der Öffentliche Raum*

In der Öffentlichkeit zeigen sich Menschen und begegnen sich. Sie erleben sich anders als zum Beispiel im Kreis der engeren Familie. Für Kinder ist der Öffentliche Raum zunächst nur sporadisch spürbar, zum Beispiel bei Familienfesten oder wenn Besuch kommt. Dann wird nach und nach über Spielplatz Erfahrungen, Kitas und schließlich Schule der Öffentliche Raum immer mehr erweitert und erhält immer größere Bedeutung im Alltag eines Kindes. Im jugendlichen Alter wächst diese Bedeutung noch, denn der Öffentliche Raum wird zu einem Feld, in dem die Kinder einerseits Zugehörigkeit (zum Beispiel in Cliquen als Fans eines gleichen Vereins oder einer Band) und sozialen Status empfinden. Beides, neue Zugehörigkeiten und sozialer Status, sind wesentlich für die Ablösung vom Elternhaus und die Entwicklungsschritte zu mehr Eigenverantwortlichkeit und Erwachsenwerden.

Wenn Jugendliche nicht in der Lage sind, diese Entwicklungsaufgabe zu bewältigen, liegt dies oft daran, dass sie darin verletzt wurden, sich in den anderen, weiter unten vorgestellten Bedeutungsräumen zu bewegen und die Grenzen dieser

---

<sup>1</sup> Baer, U., Kreative Leibtherapie. Das Lehrbuch. S. 147 ff

Bedeutungsräume zu schützen. Eine sehr häufig in der therapeutischen Arbeit anzutreffende Verletzung des Öffentlichen Raumes wurzelt in massiven Beschämungserfahrungen. Wenn Kinder sich vorgeführt fühlen oder vor anderen Menschen ausgelacht werden, dann werden sie anderen Menschen häufig nur noch mit großer Zurückhaltung begegnen. Zu große Nähe gegenüber mehr oder weniger fremden Menschen im Öffentlichen Raum hat bei Kindern oft seine Quelle darin, dass die Schutzgrenzen anderer Räume verletzt worden sind. Ein anderes Beispiel:

*Ein 15jähriges Mädchen mied den Öffentlichen Raum. Sie ging ungern zur Schule, nahm Einladungen zu Partys nicht an und vermied alles, wo sie sich mit anderen Menschen, die sie nicht kannte und die ihr nicht vertraut waren, auseinandersetzen musste. Ihre Eltern waren Inhaber eines kleinen Geschäftes. Das Mädchen musste von klein auf, wenn sie sich in dem Laden aufhielt, „brav“ sein und sich immer so bewegen, dass mögliche Kunden keinen Anstoß nehmen konnten. Dieser dauerhafte Druck, „öffentlichkeitsgerecht“ zu sein, führte bei ihr zu Beschämungsangst und engte ihre Spielräume und Bewegungsmöglichkeiten Öffentlichen Raum ein.*

In der therapeutischen Arbeit mit Kindern, die unter ihrem Leben und Verhalten im Öffentlichen Raum leiden, ist es wichtig, den individuellen Quellen dieses Leidens nachzuspüren, um dann konkret weiter daran arbeiten zu können.

### *Der Raum der Begegnung*

Wenn zwei Menschen sich begegnen, entsteht ein erlebter Raum, den Außenstehende manchmal ähnlich einer Aura um zwei Menschen herum wahrnehmen. Diesen Raum bezeichnen wir auch als Raum der Zwischenleiblichkeit. In ihm entstehen Resonanzen zwischen den beteiligten Menschen. Er ist von so großer Bedeutung, dass wir ihm in Kapitel C 11 ein besonderes Augenmerk schenken.

### *Der Persönliche Raum*

Wenn sich zwei Menschen in einem Fahrstuhl nah begegnen, empfinden die meisten das wahrscheinlich als unbehaglich und irritierend (nicht nur wegen den Abstandsgeboten seit Corona). In der ökologischen Psychologie wurde beobachtet, dass zwischen Menschen und oft auch Tieren untereinander ein Sicherheitsabstand gewahrt bleibt. Die Grenzen dieses Sicherheitsabstandes sind individuell unterschiedlich. Werden sie, wie im Fahrstuhl, unterschritten, werden andere Menschen als „zu nah“ empfunden.

Kinder entwickeln ein Gespür für diesen Raum, den wir als Persönlichen Raum bezeichnen. Es ist oft der Raum der Reichweite und des Reichtums, all dessen, was man erreichen kann und erreicht hat. „Kinder erschließen sich ihren Persönlichen Raum durch das Greifen und entwickeln so ein Gespür, was zu ihnen gehört und was nicht, was sie sich aneignen können und aneignen dürfen und was nicht.“<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> AAO Seite 150

Verletzungen des Persönlichen Raumes entstehen vor allem, wenn die Grenzen dieses Persönlichen Raumes der Kinder gewalttätig oder auch durch kontinuierliche Unachtsamkeit und Fahrlässigkeit durchbrochen werden. Dagegen brauchen Kinder Schutz. Im kindlichen Spiel können wir Kinder darin begleiten, ihren Schutz zu gestalten und so ihren Persönlichen Raum zu verteidigen.

*In Kind baute lange Zeit immer wieder Burgen, malte sie, gestaltete sie aus Papier, aus Holz, aus Legosteinen und anderen mehr. Diese Schutzburgen umfasste sein eigenes Reich und seinen Reichtum, all das, was er vorher nicht für sich haben durfte.*

*Ein anderes Kind war Fan der Jedis. Sie waren sein Schutz, seine Verteidiger: „Der Jedi passt auf mich auf“, oder: „Die Jedis kämpfen gegen die Bösen“.*

Kinder und Jugendliche wissen meisten, was schützenswert ist. Wir müssen es ihnen erlauben und sie darin unterstützen, dafür einzutreten. Oft sind Hilfe nötig, z. B. in Elterngesprächen, damit sie diesen Schutz in ihrem Alltag leben können.

### *Der Intime Raum*

Intim ist all das, was ein Mensch als besonders vertraulich und schützenswert erlebt, das, was er den Augen anderer nicht preisgibt bzw. nur mit ausgewählten anderen Menschen teilt. Dazu gehören viele Aspekte des Körpers und des Körpererlebens, manche Erfahrungen und Neigungen, auch Gedanken und Empfindungen. Die Grenzen dieses Erlebensraumes werden unterschiedlich erfahren. Bei Kindern entwickeln sie sich mit jeder Lebensphase. Die Entwicklung der Eigenständigkeit und des Bewusstseins der eigenen Person und Persönlichkeit geht damit einher, dass Kinder auch ein Gespür für die Grenzen ihrer Intimität erwerben (ebenso wie für ihren Persönlichen Raum) und in unterschiedlichen Situationen und auf verschiedene Art und Weise diese Grenzen zu schützen bestrebt sind.

Wie Menschen ihre Intimität schützen und was sie zu diesem Intimen Raum zuordnen, ist kulturell unterschiedlich. Dass sie über einen Intimen Raum verfügen, der für sie schützenswert ist, nicht.

Bei Jugendlichen ändert sich in der Pubertät und in der Zeit danach das Gespür für den Intimen Raum, während gleichzeitig mit dem Erwachen der Sexualität die Wünsche größer werden, Intimitäten zu teilen – allerdings anders als zuvor in der jüngeren Kindheit. Dieser Prozess ist widersprüchlich und komplex, für alle Beteiligten verwirrend und oft irritierend. Wenn Kindern oder auch Jugendlichen das Gefühl für die Grenzen ihrer Intimität verloren geht, dann spricht das dafür, dass diese Grenzen verletzt worden sind. Das Gleiche gilt, wenn sie ihre Grenzen als Barrikaden aufbauen und allergisch, aggressiv oder mit Rückzug auf Annäherungen an diese Grenzen reagieren. Solche Verletzungen können aus Erfahrungen sexueller oder anderer Gewalttaten bestehen. Sie beginnen aber schon damit, dass die jungen Menschen beschämt, entblößt, vorgeführt werden. Solche Verletzungen haben oft tiefgreifende Wirkungen, insbesondere dann, wenn sie sich wiederholen. Manche Kinder oder auch Jugendliche legen die Schutzgrenzen des verletzten Intimen Raumes nach vorne, also schon an die Grenzen des Persönlichen Raumes und umgeben sich mit einer Hülle der Aggressivität oder zumindest der Unnahbarkeit.

Jedes Kind, jeder Jugendliche, hat ein Recht auf Intimität. Diese Haltung sollte Kindern und Jugendlichen mit Verletzungen des Intimen Raumes entgegengebracht werden und auch all denen, mit denen die Kinder und Jugendlichen zusammenleben. Wir können mit Kindern auch einen Schuhkarton oder einen ähnlichen Behälter nehmen und ihn zu einer Schatzkiste oder Geheimniskiste ausgestalten, indem sie ihn bekleben und bemalen. In diese Kiste kommen Symbole für die Geheimnisse der Kinder. Die Kiste wird mit Schnüren oder anderem verschlossen und an einem sicheren Ort aufbewahrt. Auch die Therapeutin oder der Therapeut verlangt nicht, dass das Kind diese Geheimnisse teilt!

Ein besonders wirksamer gestalterischer Weg den Intimen Raum und seine Schutzbedürftigkeit zu gestalten, ist die Methode „An hua“:

*Die Technik entspringt der Tradition chinesischer Porzellanmalerei und wird gestaltungstherapeutisch genutzt.<sup>3</sup> Ein Kind nimmt ein Brett und grundiert es mit weißer Farbe (das kann auch schon durch die Therapeutin oder den Therapeuten vorbereitet worden sein). Dann malt das Kind mit weißer Farbe (Wandfarbe oder Gouache) weiß auf weiß einige seiner Geheimnisse darauf, das, das, was besonders intim ist, all das, was für das Kind besonders schützenswert erscheint. Solche Geheimnisse sind zum Beispiel, dass das Kind einmal nachts eingenässt hat oder sich in eine Schülerin oder einen Schüler verliebt hat, dass es mal 50 Cent aus dem Portemonnaie der Mama entwendet hat, um sich Kaugummi zu kaufen ... Diese weiße Gestaltung trocknet. Beim nächsten Treffen wird weiße Farbe verdünnt und in dieser verdünnten Form als Glasur, als dünne Schicht auf das Weiß-in-Weiß-Bild der Intimitäten und Geheimnisse aufgetragen. So entsteht eine weiße Anhua-Gestaltung, in der die Geheimnisse als Relief auf dem weißen Holzbrett zu erahnen, aber nicht mehr zu erkennen sind. Man sieht, da ist etwas, kann aber nicht erkennen, was es ist.*

Traumatische Erfahrungen sexueller und anderer gewalttätiger Übergriffe verletzen immer den Intimen Raum und brauchen in der therapeutischen Arbeit besondere Beachtung.

### *Der Innere Kern*

Ein besonderer Bedeutungsraum ist der Innere Kern. Er erscheint auf keinem Röntgenbild oder in keinem Anatomie-Atlas, aber jeder Mensch kann ihn spüren. Es ist der innere Ort, von dem aus wir Entscheidungen treffen, ja sagen oder nein sagen, etwas wünschen oder etwas ablehnen oder abwehren. Der Psychologe Carl Rogers bezeichnete ihn einmal als „inneren Ort der Bewertung“. Wenn wir mit Klient\*innen der Frage nachgehen, wo sich ihr Innerer Kern befindet, dann wissen die meisten zumindest mit Hilfe von Atem-Achtsamkeit, ihn zu lokalisieren. Oft wird er dem Bauchraum oder Herzraum zugeordnet, aber wir kennen auch Menschen, die ihren Inneren Kern an der Fußsohle, an der Schulter, im Ellenbogen oder anderswo verortet haben. Wichtig ist in einem solchen Prozess, dass es kein Richtig und kein Falsch gibt, dass nur zählt, wo das Kind oder die jugendliche Person ihren Inneren Kern spürt. Ist die Lokalisierung zu schwierig oder unmöglich, dann könnten wir

<sup>3</sup> Baer, U. (2016): Gefühlssterne, Angstfresse, Verwandlungsbilder. Kunst- und gestaltungstherapeutische Methoden und Modelle. Neukirchen-Vluyn, Berlin

fragen: „Wo hättest du denn gern deinen Inneren Kern?“. Die meisten finden auf diese Frage eine Antwort.

Sehr hilfreich ist es, den eigenen Inneren Kern zu gestalten. Kinder können ihn malen oder ein Holzstück so bearbeiten und bemalen, dass es ein Abbild des eigenen Inneren Kerns wird. Besonders beeindruckend sind Gestaltungen des Inneren Kerns aus Stoffresten.

*„Hier ist eine große Kiste mit ganz vielen Stoffresten. Nimm daraus Stoff, den du möchtest und gestalte daraus deinen Inneren Kern, so wie deine Finger und deine Fantasie das machen wollen. Du kannst den Stoff hier mit der Nähnadel zusammennähen, du kannst ihn tackern oder auch kleben oder mit Wolle verbinden, ganz wie du willst ...“*

Viele Wunden aus Grenzverletzungen der Bedeutungsräume sind so tief, dass sie den Inneren Kern beeinträchtigen. Die Kinder und Jugendlichen werden dann oft haltlos oder so stur, aggressiv, als müssten sie um ihr Leben kämpfen, wenn sie eine Entscheidung treffen. Bei den meisten Kindern und Jugendlichen, denen unsoziales und aggressives Verhalten vorgeworfen wird, verbergen sich massive Verletzungen des Inneren Kerns hinter ihrem Verhalten. Die Arbeit mit dem Bedeutungsraum Innerer Kern ist deshalb eine besonders wichtige Hilfe für diese Kinder und Jugendlichen. Alle brauchen – und dies ist ein roter Faden durch jede therapeutische Arbeit – dass der Innere Kern gestärkt wird und sich entwickeln kann. Dazu braucht er Unterstützung, aber auch Schutz vor Verletzungen, vor Entwürdigungen.