

Udo Baer

Kinderwürde in Aktion

Beziehungsfokussierte kreative Therapie mit Kindern und Jugendlichen

Ein Lehr- und Praxisbuch

Lieferung: Nr. 45

Datum: 28.07.2023

Block F: Wege der Veränderung –Kapitel 4:

©Semnos Verlag Udo Baer

Vom Schutzengel und Star Wars - mit Aktivem Symbolisieren arbeiten

Es gibt in der Psychotherapie eine Strömung, für die das Deuten von Symbolen eine große Bedeutung hat. Sie wurzelt vor allem in der jungianischen Psychotherapie, die von feststehenden Bedeutungen mit allgemeingültigem Charakter für die jeweiligen Symbole ausgeht. Diese Haltung macht mich nicht nur skeptisch, sondern ich lehne sie ab. Das hat vor allem zwei Gründe. Erstens ist jede Zuweisung von feststehenden Bedeutungen ideologisch, der Allgemeingültigkeitsanspruch impliziert eine totalitäre Haltung und maßt sich eine Autorität an, die die Besonderheit der Menschen und der menschlichen Eigenheiten ignoriert. ¹

Zweitens betonen die kreative Leibtherapie und damit auch alle therapeutischen Spezialbereiche wie die Therapie mit Kindern und Jugendlichen die Würdigung der Besonderheiten eines jeden Menschen. Das gilt auch für das Verständnis und den Umgang mit Symbolen. Symbole werden von Menschen geschaffen. Das geschieht immer wieder neu, gerade unter Jugendlichen entstehen immer neue Symbole, wie man an vielen Graffiti sehen kann. Wenn Kulturen sich auf bestimmte Symbolbedeutungen einigen oder sich bestimmte Symbolbedeutungen in einer Gesellschaft eine Zeit lang durchsetzen, dann ist auch dies ein Produkt menschlicher Kreativität. Es kann manchmal hilfreich sein zu wissen, welche Tradition Symbole haben und welche Bedeutungen ihnen im Rahmen einer bestimmten Kultur zugeschrieben werden. Doch wir Therapeut*innen arbeiten nicht mit Kulturen oder Gesellschaften, sondern mit einzelnen Menschen oder kleinen Gruppen von Personen. Wenn ein Kind einen Engel malt, kann dieser die Bedeutung eines Schutzengels haben oder eine

¹ Dem entspricht, dass C.G. Jung, in Konkurrenz zu Sigmund Freud, mit den Nazis paktierte und eine „arische Psychoanalyse“ im Gegensatz zur freudianischen „jüdischen Psychoanalyse“ ins Leben rief.

Bedrohung, eine strafende Instanz darstellen. Ein Kreuz kann Symbol des Leidens sein aber auch der Erlösung.

Wenn wir mit Symbolen arbeiten, streben wir an, die Bedeutung von Symbolen für das jeweilige Kind herauszufinden und zu würdigen. Für den einzelnen Menschen steht ein Symbol für etwas, wie auch einzelne Bilder oder auch Worte für etwas stehen können, das darüber hinaus reicht.

Ein Jugendlicher trägt ein T-Shirt mit dem Schriftzug "Harley Davidson". Wir unterhalten uns darüber.

Ich frage: "Willst du mal solch eine Motorrad fahren?"

Er antwortet: "Weiß ich nicht. Kann sein. Das ist einfach geil."

"Was ist denn daran geil?"

"Das hat so viel Kraft. Mit dem legt sich keiner an!"

Er grinst, die Augen voller Sehnsucht. Der Schriftzug ist ein Symbol, das über das Motorrad hinaus reicht. Es repräsentiert Kraft und Stärke.

Diese Repräsentationsfunktion von Symbolen ist wichtig. Sie kann Angst machen, sie kann aber auch Halt geben und schützen. Deswegen ist es notwendig unter Berücksichtigung der jeweiligen Situation und der individuellen Persönlichkeit des Kindes oder des Jugendlichen mit Symbolen zu arbeiten. Wichtig ist uns dabei nicht Symbole „von der Stange“ zu nutzen, sondern Kinder und Jugendliche darin zu unterstützen, selber aktiv ihre Symbole zu schaffen und damit ihre eigene Kraft zu stärken. Wir nennen diese Haltung und diesen Weg der Veränderung Aktives Symbolisieren. Das Symbol, das in diesem Prozess entsteht, wird sichtbar und greifbar und damit all das, was es repräsentiert. Aber noch wichtiger ist, dass sich darin ein aktiver Prozess der jeweiligen Person vollzieht. Wenn ein Kind oder eine*r Jugendliche aufgrund körperlicher Einschränkungen, Krankheiten oder Desorientierungen nicht in der Lage ist, ein Symbol selbst zu schaffen, können wir das Kind unterstützen. Wir können Anregungen geben, Fragen stellen, im Extremfall sogar für das Kind etwas gestalten – aber immer nach dessen Anweisungen und seiner Kompetenz folgend.

Im Folgenden einige Beispiele für Aktives Symbolisieren im therapeutischen Prozess.

Ein sechsjähriges Mädchen hat Angst. Meistens nachts. Der Therapeut fragt sie: „Was könnte dir denn helfen?“ Das Mädchen antwortet flüsternd: „Einen Schutzengel.“

„Wie sieht denn der Schutzengel aus?“ Nach einigem sinnieren malt das Mädchen ihren Schutzengel und beschreibt ihn und malt ihn. Er hat große hellrote Flügel und in

den Händen einen Stab, mit dem er das Böse verjagen kann. Das Mädchen betrachtet das Bild. Der Therapeut fragt: „Was soll denn dein Schutzengel tun?“ Die Antwort: „Der soll auch nachts aufpassen auf mich, nicht nur am Tag, ganz viel in der Nacht. Der soll jetzt schlafen am Tag, damit er in der Nacht wach sein kann und auf mich aufpasst.“ Wir überlegen, wie sie dem Schutzengel das mitteilen kann, was sie sich wünscht. Sie nimmt wieder Stifte und malt auf dem Bild des Schutzengels die Umgebung schwarz und sagt: „Jetzt ist er in der Nacht wach. Das ist gut.“ Sie hängt mit Hilfe ihrer Mutter das Bild über ihr Bett.

Die Frage nach Schutz ist für viele Kinder und Jugendliche eine wichtige Frage. Solche Symbole wie ein Schutzengel können den Kindern etwas Sicherheit vermitteln und sie stärken. Es ist immer sinnvoll, die Kinder nach solchen Stärkungssymbolen zu fragen. Je nach Alter, je nach Erfahrung, je nach Herkunft und Tradition werden sie unterschiedliche nennen. Ein 4-jähriger Junge bezeichnete zum Beispiel Darth Vader aus der Filmserie Star Wars als seinen Beschützer.

Eine gute Möglichkeit des Aktiven Symbolisierens ist das Erstellen von Kraftsteinen.

Sammeln sie einige Steine, bis sie ein größeres Tablett oder eine Schale damit gefüllt haben. Die Steine sollten gewaschen und gesäubert sein. Bitten Sie ein Kind, das gerade in einer unsicheren Situation oder Notsituation lebt und sich Kraft wünscht, seinen Kraftstein auszuwählen. Ermutigen Sie das Kind, den Stein zu greifen, der ihm am besten gefällt, und ihn zu testen, indem das Kind ihn in die Hand nimmt und richtig spürt, wie er sich anfühlt, wenn es ihn anfasst. Das Kind kann den Kraftstein so lassen wie er ist, es kann ihn aber auch bemalen.

Das Besondere an den Kraftsteinen besteht darin, dass sie in die Hand genommen werden können. Die Symbole existieren nicht nur in der Fantasie, sondern sie können in der Hosentasche oder Manteltasche, wo auch immer, mitgenommen werden. Ein Kind kann sie bei sich haben und, wenn es sich unsicher fühlt, danach greifen, sie anfassen.

Manche Kinder haben das Wünschen verlernt. Sie wurden so eingeengt oder gingen so oft mit ihren Impulsen ins Leere, dass das Wünschen in ihnen verstorben oder zumindest versickert ist. Hier hilft es, einen Zauberstab zu gestalten.

Die Therapeutin bittet den 10-jährigen Bohdan, sich einen Zauberstab zu basteln. Sie bietet ihm ein kleines Sortiment von Stöcken an, die er zurechtschneiden oder sägen kann, mit Tüchern bekleben oder in Papier hüllen oder mit Farben bemalen kann. „Du kannst auch dieses Papier hier nehmen und daraus eine Rolle machen, die dann zu deinem Zauberstab wird.“ Bohdan greift nach dem Papier und rollt ein DIN A3-Blatt zu einer Rolle, die er verklebt, so dass ein Stab entstanden ist. „Das kann jetzt dein

Zauberstab werden, mit dem du dir etwas wünschen kannst. Wie soll dein Zauberstab aussehen?“ Der 10-jährige bemalt seine Papierrolle mit vielen kleinen Punkten und Strichen, sehr bunt, und der Zauberstab entspricht gar nicht seiner aktuellen Ausstrahlung. Bohdan ist mit seiner Mutter aus der Ukraine geflohen, ist sehr still und zurückhaltend. Ein paar Worte Deutsch kann er, manchmal verständigen sich die Therapeutin und er auch mit ein paar Brocken Englisch, meistens aber ohne Worte. Die Therapeutin sagt: „Mit diesem Zauberstab kannst du dir etwas wünschen. Ob die Wünsche in Erfüllung gehen, weiß ich nicht, aber die werden kräftiger und die gehen leichter in Erfüllung als sonst, als ohne Zauberstab. Was wünschst du dir?“ Als sie das mit Hilfe einer Übersetzungs-Software so ungefähr ausgesprochen hat bekommt Bohdan ganz große Augen. Er hat nicht alles verstanden, aber er hat verstanden, dass er etwas wünschen darf. Er nimmt den Zauberstab in die Hand und macht mit ihm kreisende Bewegungen, die er irgendwo mal gesehen hat oder an die er sich erinnert hat. Er sagt: „Papa soll wiederkommen.“ Und er beginnt zu weinen. Endlich beginnt er zu weinen, seine Tränen waren immer zurückgehalten durch die Fluchterfahrungen, durch die Angst um den Vater und die Anspannung der gesamten Situation. Das Weinen tut Bohdan gut, er lässt sich trösten und in den Arm nehmen und kann ein wenig wenigstens von seiner Angst und Anspannung loslassen.

Andere Kinder wünschen sich mit ihrem Zauberstab Gummibärchen oder Schokolade, dass sie bessere Noten haben, dass die Lehrer nicht mehr schimpfen, dass die große Schwester Sie nicht ärgert, dass sie länger ausschlafen können, dass die Eltern zusammenbleiben ...

Eine sehr schöne Arbeit des Aktiven Symbolisierens ist die Arbeit mit dem Traumfresserchen oder dem Angstfresser. Sie fußt auf einer Geschichte von Michael Ende.² Ein König hat eine Tochter und die Tochter leidet unter schlimmen Angstträumen. Der König liebt seine Tochter und sucht überall in seinem Königreich Menschen, die der Tochter helfen und sie von ihren bösen Träumen befreien können. Doch er findet niemanden. Schließlich geht er in die weite Welt hinaus, um dort die Suche fortzusetzen. Doch auch hier sind seine Bemühungen ergebnislos. Schließlich landet er am Ende der Welt, setzt sich auf einen Baumstumpf und weint bitterlich. Da kommt ein seltsames Wesen, wie er es noch nie gesehen hat, daher und fragt ihn, warum er denn so weint. Er erzählt seine Geschichte. Das Wesen antwortet: „Das trifft sich aber gut. Ich bin ein Traumfresser, ich ernähre mich von Träumen. Je ängstlicher die Träume sind, je schlimmer sie sind, desto besser schmecken sie mir. Ich habe jetzt schon lange nichts mehr gegessen. Ich komme gerne mit, um die Träume deiner Tochter aufzuessen.“ Der König und der Traumfresser gehen zurück in das Königreich und die bösen Träume der Tochter werden verspeist, sodass sie und der König glücklich werden.

² Ende, Michael (2018): Das Traumfresserchen. Thienemann Stuttgart

Diese Geschichte, die Michael Ende natürlich viel schöner erzählt, ist der Ausgangspunkt, mit Kindern, aber auch mit älteren Menschen, daran zu arbeiten, einen eigenen Angstfresser zu gestalten. Ich sage dann: Jeder Mensch hat seinen eigenen Angstfresser und nur jeder Mensch weiß, wie sein eigener Angstfresser aussieht, niemand anderer sonst. Und dann werden die Angstfresser gemalt oder aus Stoff zu einer Figur gestaltet oder mit anderem Material erstellt. Das hilft oft, weil es die Kinder und Jugendlichen darin unterstützt, dass sie mit ihren Ängsten nicht allein sind, dass nicht nur sie sich mit den Ängsten auseinandersetzen müssen, sondern es auch Hilfe gibt. Eine Hilfe, die sie sich selbst schaffen.

Manchmal frage ich auch danach, was der Angstfresser oder das Angstfresserchen denn braucht, um die Ängste zu fressen. Und dann kommen manchmal sehr unterschiedliche Antworten, zum Beispiel: „scharfe Zähne“, „viel Coca-Cola“, „dass ich ihm sage, was er tun soll!“... Wenn die Ängste nachts auftreten, denn rede ich mit Kindern darüber, was der Angstfresser denn braucht, bevor sie ins Bett gehen oder bevor sie schlafen gehen und einschlafen. Auch hier sind manche Kinder sehr kreativ. Ein Kind erzählte: „Dass ich nochmal ein bisschen in einem alten Buch lese. Kein Neues, das ist zu aufregend, aber ein altes, das ich schon kenne und gut finde.“ Ein anderes Kind meinte: „Dass vor dem Einschlafen mein Papa mir gute Nacht sagt und mich ganz fest drückt.“

Die aufgezählten Beispiele des Aktiven Symbolisierens sollen anregen, nicht mehr, aber auch nicht weniger. Wichtig ist, dass die Kinder möglichst viel selbst gestalten und nur behutsam unterstützt werden und dass auch möglichst das Material offengelassen wird, damit die Kinder sind in der Lage auszuwählen, was passt, um sich ihre eigenen Symbole zu schaffen.

Im Aktiven Symbolisieren werden die geschaffenen Symbole mit Aspekten des Erlebens und damit auch mit Aspekten der Identität des Kindes oder der jugendlichen Person behaftet. Der Prozess kann dann auch weitergehen, indem das Kind sich mit einem Symbol identifiziert.

Ich frage ein Mädchen, das ihren Zauberstab gestaltet hat, danach, was denn dieser Zauberstab alles kann. Sie weiß erst nicht genau, was sie antworten soll. Sie kommt irgendwie nicht weiter, sondern stockt. Dann bitte ich sie, doch selber mal ein Zauberstab zu sein. Sie lächelt und versucht es. Sie stellt sich hin wie ein Zauberstab, möglichst gerade, die Arme anfangs hochgerichtet. Ich sage dann: „Du bist der Zauberstab. Was kannst du jetzt machen?“ Sie nimmt die Arme herunter und streckt sie mal hierhin, mal dorthin und sie plappert dabei ununterbrochen los: „Ich kann lesen, wie es den anderen geht. Ich kann deren Gedanken lesen. Ich weiß auch, was die sich wünschen, ich weiß auch, was sie brauchen, und ich gebe denen das. Und ich verwandle meine Mutter, dass sie auch zaubern kann, damit sie mich mal fragt und mir zuhört und auch weiß, wie es mir geht ...“

Auch andere Identifikationen sind möglich. Ein Beispiel noch:

Ich bitte einen 12-jährigen Jungen, der einen Angstfresser gestaltet hat, diesen Angstfresser zu sein. Er macht sich groß und breit und stolziert durch den Raum mit möglichst bedrohlicher Miene. Ich frage weiter: „Was willst du jetzt tun, was kannst du machen?“ Er geht auf einen Schrank los und rüttelt ihn und sagt: „Da ist das Böse drin. Das darf nicht raus, das muss weg. Das muss hier verschwinden.“ Ich frage ihn weiter: „Wie kannst du das denn machen?“ Er versucht den Schrank zu verschieben, aber das gelingt ihm nicht. Dann nimmt er eine große Papierrolle, die in der Nähe herumsteht und wickelt den Schrank darin ein. Mit Kreppband und einem großen Wollfaden verschließt er den Schrank in seiner Hülle und sagt: „So, da ist das Böse drin, das kommt nicht mehr raus. Das wird da jetzt eingesperrt und bleibt da drin!“

Die Varianten sind auch hier vielfältig und lassen immer neue Überraschungen entstehen. Ähnliche Prozesse des Aktiven Symbolisierens und der Identifikation können Sie mit Spielkarten einleiten. Viele Kinder sammeln und spielen mit Karten, ob es Pokémon- oder Dragonball-Karten sind, oder andere, die gerade in der jeweiligen Altersgruppe „in“ sind und die Kinder begeistern. Diese Karten haben meist unterschiedliche Bilder und auch Eigenschaften. Da sind Figuren zu sehen und vielfältige Fantasiegestalten. Ich bitte das Kind, eine Karte auszuwählen oder aber blind aus einem umgedrehten Deck zu ziehen und diese Karte dann zu verkörpern. Es geht also nicht darum, diese Karte zu deuten oder die Symbolkraft, die in dem Kartendeck, in dem Spiel, vorgegeben ist, herauszufinden beziehungsweise überzustülpen. Sondern das Kind darf seine eigene Symbolik entstehen lassen. Auch wenn das Bild der Karte schon vorgegeben ist, die Bedeutung wird vom Kind aktiv geschaffen, deswegen gehört dies auch zum Aktiven Symbolisieren. Wenn dann das Kind diese Figur auf der Karte verkörpert, sich damit identifiziert, identifiziert es sich mit Aspekten seiner eigenen Persönlichkeit, die vielleicht zu kurz kommen oder ungelebt bleiben müssen. Diese Figuren zu spielen (wobei ich manchmal Mitspiele) setzt vieles frei und zeigt oft neue Aspekte der Lebendigkeit.