

Udo Baer

Kinderwürde in Aktion

Beziehungsfokussierte kreative Therapie mit Kindern und Jugendlichen

Ein Lehr- und Praxisbuch

Lieferung: Nr.46

Datum: 18.08.2023

Block C: Kinder und Jugendliche verstehen: pulsierende Erlebens- und Begegnungsflächen,
Kapitel 4:

©Semnos Verlag Udo Baer

Primäre Leibbewegungen/Spürende Begegnungen: Der Tanz der Blicke – mit Spürenden Begegnungen arbeiten

Viele Menschen machen die Erfahrung, dass der Klang der Stimme manchmal mehr über die Befindlichkeit eines Menschen aussagt als der Inhalt der Worte. Auch der Blickkontakt mit den Augen kann oft mehr bewirken (oder verhindern) als das gesprochene Wort. Das Konzept der Spürenden Begegnungen greift solche Erfahrungen auf, vertieft sie theoretisch und praktisch und bietet ein Instrument der Begegnung, das in vielen Bereichen therapeutischer, sozialer und pädagogischer Arbeit eingesetzt werden kann.

Das Konzept der Spürenden Begegnungen arbeitet mit den fünf grundlegenden Interaktionen zwischen Menschen:

- schauen und gesehen werden
- tönen und gehört werden
- greifen und ergriffen werden
- drücken und gedrückt werden
- lehnen (statt abgelehnt werden)

Dies sind Interaktionen als motorisch-sinnliche Begegnungen UND es sind gleichzeitig Begegnungen und Interaktionen des Erlebens.

Quellen des Konzeptes

Das Konzept der Spürenden Begegnungen beruht auf der Theorie der Primären Leibbewegungen¹. Mit Leib wird in der Tradition der phänomenologischen Philosophie der erlebende Mensch bezeichnet (Husserl, Merleau-Ponty, Waldenfels, Schmitz, Fuchs u. a.). Es geht beim Schauen und Gesehen-Werden also nicht um die körperlich-sensorischen Fähigkeiten eines Menschen, sondern um sein Erleben. Wenn ein Kind von seiner Mutter übersehen wird oder eine Frau von ihrem Partner einen beschämenden Blick spürt, ist dies nicht durch veränderte Sehstärken der Brillen zu verändern, also nicht durch rein körperbezogene Interventionen, sondern durch eine andere Haltung, durch Begegnungen mit anderen Erlebensqualitäten. Eine Quelle der Primären Leibbewegungen ist die phänomenologische Therapieforschung, in der nachhaltig wirksame therapeutische Interaktionen untersucht und dabei die Primären Leibbewegungen herausgearbeitet wurden (Baer, Frick-Baer). Wichtiger noch ist die Säuglingsforschung (Stern, Dornes u. a.). Die genannten fünf Leibbewegungen sind die ersten Lebens- und Erlebensäußerungen von Säuglingen. Säuglinge lehnen sich in den Arm der Mutter oder anderer Betreuungspersonen. Sie schauen und beginnen die Begegnung mit der Mutter, dem Vater u. a. über die Augen. Sie drücken z. B. die Milchflasche an sich oder von sich weg. Sie drücken ihr Köpfchen beim Stillen an die Brust oder drücken sich mit dem ganzen Körper weg, etwa wenn sie die Arme der Erwachsenen als einengend erleben. Über die Kraft und Ausdrucksstärke ihrer Töne können Eltern so manches Lied singen. Säuglinge greifen schon in den ersten Tagen reflexartig nach einem hingestreckten Finger und nutzen als Kleinkinder das Greifen, um sich in die Welt hinauszubewegen. Diese Leibbewegungen sind also auch deshalb „primär“, weil in ihnen frühes Erleben zum Ausdruck kommt.

¹ Baer, Frick-Baer. V.a. in: Baer, Udo (2017): Kreative Leibtherapie. Das Lehrbuch. Berlin

Schauen und gesehen werden

Schon bei der Geburt ist die Augenmuskulatur nahezu vollständig entwickelt; Neugeborene nehmen die Augen der Mutter wahr, ihr Blick wird oft als „offen und unverstellt“ beschrieben. Schon im Alter von acht Wochen beginnen Säuglinge von sich aus direkten Blickkontakt zur Mutter aufzunehmen, suchen deren Augen. Im Alter von drei bis sechs Monaten ist die Interaktion zwischen Mutter und Kind vor allem eine visuelle, ein Tanz der Blicke. Das Kind kann in dieser Lebensphase „Bewegungen seiner Gliedmaßen sowie die Augen-Hand- Koordination erst geringfügig kontrollieren. Dagegen ist das visuell-motorische System schon nahezu ausgereift und im Blickverhalten ist das Kind ein erstaunlich tüchtiger Interaktionspartner. Der Blickkontakt ist eine wichtige Form sozialer Kommunikation“ (Stern, 1992, S.39). In dieser Phase sollte dem Säugling die Kontrolle über den Beginn und das Ende des Blickkontaktes überlassen werden, da dies eine wichtige und notwendige Voraussetzung für die Entwicklung des Selbstempfindens des Säuglings ist.

Im späteren Leben zeigen sich im Dialog der Blicke alle Qualitäten des Erlebens. Blicke gehen ins Leere, Menschen werden übersehen. Blicke können verachten oder würdigen, beschämen oder ernst nehmen usw.

Tönen und gehört werden

Säuglinge können sich von Geburt an lautstark bemerkbar machen. Ihr stimmliches Ausdrucksvermögen ist trotz fehlender verbaler Sprache äußerst differenziert und vielfältig. Es reicht vom leisen, fast unhörbaren Wimmern bis zum herzhaften Schreien. Wenn sie nicht gehört werden oder nur auf bestimmte – angenehme – Töne Reaktion erfahren, können sie in depressiver Resignation verstummen oder versuchen, sich um jeden Preis aggressiv Gehör zu verschaffen.

Viele Kinder sind verstummt, sie sind entweder generell oder partiell sehr schweigsam, nämlich immer dann, wenn es um sie selbst geht. Manche erwachsene Menschen können beruflich sehr lautstark sein und sich differenziert äußern, sind aber, wenn es um sie selbst, ihre Bedürfnisse, ihre Gefühle, ihr Privates oder ihr Intimes geht, unfähig, sich zu artikulieren.

Ein Mensch kann Worte sagen wie „Ich liebe dich“, oder ein Liebeslied singen und diese Töne haben mit seinem Erleben nichts zu tun. Das Erleben bleibt stumm. Der Unterschied wird deutlich, wenn wir es damit vergleichen, wie ein Baby seinen Hunger herausschreit, mit ganzem Körper und ganzer Seele. Säuglingsforscher haben gezeigt, dass Kleinkinder die Fähigkeit, etwas anderes zu äußern, als sie wollen, erst erlernen müssen.

Wenn das eigene Erleben keinen Ton findet, kann dies auch daran liegen, dass das persönliche Erklängen von anderen Geräuschen übertönt wird. Gehört zu werden, scheint besonders selbstverständlich zu sein, ist jedoch für viele Kinder und Jugendliche eine Frage von existenzieller Bedeutung. Wenn das eigene Tönen ins Leere ging oder geht, wenn die Klänge und Stimmen des Erlebens keine Resonanz fanden oder finden, ist dies eine schreckliche Erfahrung mit nachhaltigen Folgen.

Greifen

Greifen ist auch Be-greifen. Kinder be-greifen die Welt. Kinder greifen nach der Mutter oder dem Vater, sie greifen nach Spielzeug, nach der Flasche, nach der Brust, nach allem, was sie interessiert. Ist das, wonach sie greifen wollen, nicht da, greifen sie ins Leere, machen Erfahrungen mit dem Nichts. Geschieht dies häufig, hören sie auf zu greifen. Sie halten ihre Greifimpulse zurück, etwa indem sie ihre Schultern chronisch anspannen, und können dann manchmal auch als Erwachsene die Arme gar nicht mehr bewusst heben oder ausstrecken. Sie empfinden ihre Hände als zu unlebendig, gelähmt oder schlaff, um mit ihnen nach etwas zu greifen. Oder sie bemühen sich, ihre Greifmöglichkeiten aggressiv zu erzwingen.

Greifen ist folglich mehr als eine motorische Funktion. Greifen ist eine Leibbewegung. Der Säugling nimmt Kontakt mit dem Umfeld über den Blick, über Geräusche, über den Rhythmus, über Hautberührung auf, doch ist er dabei noch von anderen Menschen, von ihrem Kommen und Gehen abhängig. Er selbst ist an den Ort gefesselt und auf Zuwendung angewiesen. In der Krabbelphase beginnt sich dies zu ändern. Der Säugling kann sich in die Welt hinausbewegen. Mag seine Welt anfangs noch so klein sein, beginnt doch eine neue Qualität des Kontaktes: die Qualität des Greifens und Begreifens. Etwas sehen, Interesse haben, greifen wollen, dorthin krabbeln, zugreifen – das ist ein durchgehend fließender Prozess, in dem die

Kinder etwas über ihre Umwelt lernen, Objekt für Objekt, Griff für Griff. Über das Greifen begreift er die Welt im doppelten Sinne: der Säugling begreift die Qualitäten der Gegenstände, und er begreift gleichzeitig seine eigenen Fähigkeiten des Kontaktes. Er lernt Wirksamkeit.

Greifen Kinder und Erwachsene ins Leere oder werden sie gewaltsam ergriffen, hat das nachhaltige Folgen. Sie hören auf, zu be-greifen, oder werden selbst aggressiv, greifen an.

Drücken und gedrückt werden

Drücken beinhaltet wie jede Primäre Leibbewegung eine motorische Ebene und eine Ebene des Erlebens. Motorisch kann man etwas mit unterschiedlicher Intensität drücken, zart, weich wie eine sanfte Berührung, aber auch fest und kraftvoll. Die Richtung des Drückens kann nach innen, gegen den eigenen Körper, und kann nach außen gehen. Man kann etwas an sich herandrücken und etwas wegdrücken. Das Gegenteil des Wegdrückens ist das Ziehen. Das schnelle Wegdrücken wird zum Stoßen.

Wie bedeutend Drücken als grundlegende Bewegung des Erlebens ist, wird oft in der Begegnung mit Jugendlichen deutlich. Wenn wir fragen: „Wie geht es dir?“, antworten viele, dass sie sich unter Druck fühlen oder dass sie darunter leiden, dass andere Menschen Druck auf sie ausüben. Manche haben Angst, Forderungen an andere Menschen zu stellen, weil sie „keinen Druck ausüben wollen“. Wieder andere stehen unter „Hochdruck“, ohne dass der Druck von innen nach außen dringt und gegen andere gerichtet werden kann. Drücken wird von vielen als Wegdrücken erlebt. Druck wird oft mit Gewalt gleichgesetzt.

Wenn ein Säugling gehalten wird, drückt die Mutter oder eine andere Bezugsperson den Säugling an sich. Drücken und Gehaltenwerden gehören folglich zusammen. Viele Menschen suchen Halt und Gehaltenwerden im Sinne von Geborgenheit und Sicherheit, andere erleben Gehaltenwerden als Beengung und Gewalt. Wie bei allen Leibbewegungen ist das Erleben auch des Drückens individuell, unterliegt unterschiedlichen Wahrnehmungen, Erlebnisweisen und Bewertungen.

Lehnen

In der Intensität, mit der Säuglinge sich normalerweise anlehnen können, wie sie alle Muskelgruppen entspannen und lösen und sich z.B. in den Arm der Mutter schmiegen, können dies Jugendliche und Erwachsene später kaum noch. Das Lehnen ist die früheste Form des Körperkontaktes, intim und innig. Vielen Älteren ist diese Primäre Leibbewegung verloren gegangen, vielen ist sie fremd und gleichzeitig sehnen sie sich danach. Was viele Menschen eher als das Lehnen kennen, ist das Abgelehnt-Werden. Wer früh und andauernd abgelehnt wurde, kommt vielleicht zu der Überzeugung, nicht nur etwas falsch zu machen, sondern falsch zu sein. Wer sich an einem vertrauten Menschen anlehnen wollte und dabei ins Leere fiel, wird misstrauisch werden und sich vielleicht nie mehr trauen, sich an andere Menschen anzulehnen.

Indikation: Bindungsstörungen

„Für die seelische Gesundheit des sich entwickelnden Kindes ist kontinuierliche und feinfühlig-fürsorgende von herausragender Bedeutung. Es besteht eine biologische Notwendigkeit, mindestens eine Bindung aufzubauen, deren Funktion es ist, Sicherheit zu geben und gegen Stress zu schützen. Eine Bindung wird zu einer erwachsenen Person aufgebaut, die als stärker und weiser empfunden wird, so dass sie Schutz und Versorgung gewährleisten kann“ (Grossmann, Grossmann 2006, S. 67). Diese Person ist für den Säugling in der Regel die Mutter, ihre Funktion kann ersatzweise auch von anderen Menschen eingenommen werden (Großmutter, Vater, ältere Schwester, Kinderfrau etc.). Ein Kind braucht auch Bindungen mit gleicher Funktion zu anderen Personen außer zur Mutter, mit hierarchisch abnehmender Bedeutung.

Es ist bekannt, dass Bindungsstörungen zumeist im frühen Alter entstehen und langfristige Folgen haben (Bowlby, Grossmann, Süess u. a.). Die Folgen der Bindungsstörungen reichen von verstörtem und verstörendem Verhalten bis zu Rückzug oder Gewalttätigkeit.

Doch wie misslingt Bindung konkret? Oder anders: Was brauchen Kinder, damit sie sichere Bindungserfahrungen machen? Die Antworten der Säuglingsforschung sind eindeutig: Kinder brauchen ab dem frühen Alter Begegnungen des Schauens,

Tönens, Greifens, Drückens und Lehnen, die sie würdigen und einen spürenden Dialog ermöglichen. Das Konzept der Spürenden Begegnungen greift dies auf und ermöglicht älteren Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit Bindungsstörungen neue Bindungserfahrungen zu machen. Daraus können Bindungsstörungen gelindert und oft neue Fähigkeiten des Bindungsverhaltens entwickelt werden.

In der Therapie mit Kindern und Jugendlichen bieten wir Spürende Begegnungen an. In der therapeutischen Beziehung und durch besondere spielerische Angebote.

Indikation: Wirkungslosigkeit

Quellen eines unsicheren bzw. desorganisierten Bindungsverhaltens sind soziale Erfahrungen, die Säuglinge und Kleinkinder mit nahestehenden Bezugspersonen machen. Doch manche Kinder gehen wiederholt ins Leere. Treten solche Leereerfahrungen wiederholt auf, entwickelt sich bei vielen Kindern ein Gefühl der Wirkungslosigkeit: „Es ist egal, was ich tue, ich gehe sowieso ins Leere.“ Manche ziehen sich zurück und verlieren Motivation und Engagement. Andere versuchen unbewusst, Wirksamkeit zu erzwingen, indem sie in unterschiedlichen Formen aggressiv werden. Andere versuchen, ihr Leere-Erleben mit Alkohol oder Drogen zu bekämpfen.

In Therapeut*innen entsteht im Kontakt mit Menschen mit Leere-Erfahrungen oft eine Resonanz, die zu Bemühungen führt, deren Leere zu füllen. Das ist zumeist wirkungslos, die Wirkungslosigkeit überträgt sich auf die Helfer/innen. Die Antwort ist nicht das Füllen dieser Leere, sondern Wirksamkeit. Da Leere-Erfahrungen immer soziale Erfahrungen auch und oft v. a. des Schauens, Tönens, Greifens, Drückens und

Lehnens sind, brauchen diese Menschen neue Erfahrungen der Spürenden Begegnungen. Dies kann die früheren Verletzungen nicht ungeschehen machen, ermöglicht aber neue Erfahrungen der Wirksamkeit.

Indikation: unerreichbar scheinende Kinder und Jugendliche

Neben Menschen mit Bindungsstörungen und Menschen mit Wirkungslosigkeit-Erfahrungen können v. a. Kinder und Jugendliche von den Spürenden Begegnungen profitieren, die unerreichbar scheinen.

Ein Raum der Einsichten UND Veränderung

Spürende Begegnungen ermöglichen ein tieferes Verständnis für verstörende und störende Symptome des Verhaltens von Kindern und Jugendlichen. Insbesondere werden manche Verhaltensweisen nicht nur als pathologische „Störungen“ klassifiziert, sondern auch als Versuche, die frühen Mangelenerfahrungen oder Einseitigkeiten Spürender Begegnungen zu kompensieren.

Ein Pflegekind zum Beispiel hatte die Angewohnheit, bei Tisch alle Gegenstände, eigene wie fremde, anzufassen, bevor es beginnen konnte, etwas zu essen. Bestrafungen und Ermahnungen halfen nichts. Das Verständnis, dass das Kind wahrscheinlich oft und lange ins Leere gegriffen hatte, führte zu einem Bewertungswechsel: Das Kind versucht durch das Greifen sich seiner Umwelt zu vergewissern. Durch das Angebot anderer Greif-Erfahrungen aus dem Repertoire der Spürenden Begegnungen wurde sein Gefühl der Wirksamkeit und Ver-Bindung gestärkt, so dass das Greifverhalten bei den Mahlzeiten allmählich seine Bedeutung verlor und schließlich verschwand.

Spürende Begegnungen bieten auch ein breites Repertoire neuer Erfahrungen. In der therapeutischen Beziehung erfahren die Kinder vielfältige Begegnungsmöglichkeiten. Diese erstrecken sich auf die Erfahrungen in der therapeutischen Begegnung sowie auf besondere Interaktionen.

Dabei ist es wichtig, dass oft alte Erfahrungen nicht einfach durch neue ersetzt werden können. Viele Menschen mit Essstörungen zum Beispiel sehnen sich nach anerkennenden Blicken anderer und versuchen dies durch den Kampf gegen den eigenen Körper zu erreichen. Übungen des Blickkontaktes sind für sie unmöglich, so sehr fürchten sie meist den beschämenden oder abwertenden Blick. Dann gilt es, Zwischenformen einzusetzen, zum Beispiel den Bau von Fächern, mit denen man seine Augen verstecken und über die hinweg man auch gelegentlich einen Blick „riskieren“ kann.

Spürende Begegnungen sind eine Interaktionsmöglichkeit, die Umwege und Auswege offen lässt. Menschen die beispielsweise schlimme Erfahrungen mit dem Tönen und Hören gemacht haben, können oft nicht als erstes in diesem Feld der Spürenden Begegnungen neue Erfahrungen machen, da es zu angstbesetzt ist. Dann helfen Angebote zum Spiel über das Schauen oder Greifen. Die fünf

Spürenden Begegnungen sind ein Gesamtrepertoire, das Begegnungen des Erlebens ermöglicht. Umwege sind oft Auswege, um Barrieren und Ängste zu vermeiden und Blockaden so zu umgehen, dass die Erfahrungen und Sehnsüchte der Menschen, mit denen wir arbeiten, gewürdigt werden.

In der Therapie

In der therapeutischen Begleitung von Kindern und Jugendlichen ist es notwendig, den Spürenden Begegnungen besondere Aufmerksamkeit zu schenken. Wie schon mehrmals betont, gewinnen wir nicht nur Einsichten, sondern bieten gleichzeitig neue Erfahrungen an. Darüber hinaus können wir den Kindern und Jugendlichen besondere Spiele anbieten, die ihnen die Möglichkeit bieten, Spürende Begegnungen neu und anders zu üben, als sie es kennen.

Schauen: Wir können mit einem Kind "1000 Blicke" spielen. Wir nennen abwechseln einen Blick, z. B. böse, lustvoll, heiter, neugierig schauen, und gucken uns dann in dieser Weise an. Oder das Kind schenkt mir einen Blick und ich muss raten, wie es guckt. Und dann umgekehrt. Bei jüngeren Kindern können wir jede*e eine Puppe oder ein Stofftier in die Hand nehmen. Die Figuren spielen die Blickspiele - die Kinder und ich schauen automatisch so, wie die Figuren es tun.

Tönen: Wir unterhalten uns in Brabbelsprache. Dazu können dann Aufforderungen kommen, sich in Brabbelsprache zu beschimpfen oder Komplimente zu machen.

Greifen: Wir geben uns auf unterschiedliche Art die Hand, freundlich, gelangweilt, als Machtkampf, labberig ... Oder wir klatschen uns in unterschiedlichen Qualitäten ab.

Drücken: Wir spielen Armdrücken, mit lauter und leiser Stimme. Oder wir drücken uns gegenseitig durch den Raum. Oder wie ziehen beide an den gegenüber liegenden Seiten einer Decke und versuchen, uns wegzuziehen ...

Lehnen: Wir probieren 12 verschiedene Arten des Lehns. Nicht nur Rücken an Rücken, sondern auch den Handrücken an die Hand des anderen lehnen, die Stirn, den Ellbogen, die linke Körperseite ...

Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Kinder steuern oft eigene Vorschläge bei.

Spürende Begegnungen sind nicht nur ein Angebot für die Menschen, mit den beschrieben Leiden. Jeder Mensch, auch jede Fachkraft, hat Erfahrungen mit den Primären Leibbewegungen gemacht. Manche mögen einem bewusst sein, viele wahrscheinlich unbewusst. Mit den spürenden Begegnungen machen die Fachkräfte auch neue Erfahrungen, die nicht nur mehr Wirksamkeit und Erfolg in der Arbeit bringen, sondern oft auch helfen, die persönliche Balance zu verbessern, so dass Arbeitskraft und Arbeitsfreude gestärkt werden.