

Symbole der Hoffnung

Interventionstechniken
in der Therapie, Beratung und Supervision

oder

Es ist alles schon da. Du musst es nur finden.

von

Wilfried Schneider

©

Ahrensburg – 1999/200472005/2008

S^WCHNEIDER^L
Therapiekoffer + Texte

**Die Sprache ist ein unvollkommenes Werkzeug. Die Probleme des Lebens sprengen alle
Formulierungen**

Antoine de Saint-Exupéry veröffentlichten am 29. November 1942 in der "Times" Brief: „Le langage est un instrument imparfait. Les problèmes de la vie font éclater toutes les formules.“

Inhalt

1. Vorbemerkung zum Gebrauch
2. Symbole und Rituale der Hoffnung oder Es ist alles schon da. Du musst es nur finden.
3. Warum-Fragen und verbale Halbherzigkeiten
4. Im wörtlichen Sinne begreifen – Symbole
5. Regeln und Rituale dienen der Sicherheit und beziehen
6. die Klienten von Beginn an ein Was ist das Problem? Was soll anders sein? Wie soll es sein? Wie komme ich dort hin?
7. Wo Worte alleine nicht reichen - Einblicke in Therapiesitzungen mit Kindern und Jugendlichen
8. Schlaraffenland oder Hölle – **Der Gefühlstern**
Gestaltung und Absicht - Von Missverständnissen über Verwirrung zur Klarheit
Aus einem Sitzungsprotokoll
9. Von Missverständnissen über Verwirrung zur Klarheit

10. Ungeteilte Sorgen machen einsam und krank – Geheimniskästchen - Absicht – Anmerkung – Ablauf. Aus einem Sitzungsprotokoll.
11. **Beziehungsdreieck** oder Wo ist mein Platz? - Einsatzmöglichkeiten – Geschlossene Familiensysteme – Technik und Einsatz in der Therapie – Ein Beispiel aus der Praxis – Witz
12. **Opfer, Retter und Verfolger – Das Dramadreieck** - Was dazu gehört – Die Rollen – Arbeitsbeispiel mit Liebe und Macht – Arbeitsbeispiel mit weiteren oder allen Symbolen.
13. Symbole ebnen den Weg – **Der Symbolkoffer** - Absicht – Ablauf – Genogramm – Soziogramm – Übertragung und Gegenübertragung
13. Woher komme ich? Wo bin ich? Wo will ich hin? **Lebensstrasse**. Absicht – Anmerkung – Ablauf. Aus einem Sitzungsprotokoll
14. Wenn ein Jahresring daumendick wird – Baumscheibe. Absicht – Anmerkung – Ablauf. Aus einem Sitzungsprotokoll. Schwarze Löcher – Jahr(e) aus der Lebensstrasse
Neue Sicht. Symbole sind noch zu direkt. Fantasie Anale und Orale Phase, Geburt.
Weitere Strassen (Jahresstrasse, Monatsstrasse, Tagesstrasse, Stundenstrasse)
15. Ohne Nahrung kein Leben – Die Rose von Jerichow. Absicht - Einsatzbereich – Zeit – Vorbereitung und Material – Ablauf – Variationen - Hinweise
16. Verwirrung der Gefühle klären – **Inseln der Gefühle, Eigenschaften und Lebensziele**. Absicht – Anmerkung – Ablauf. Aus einem Sitzungsprotokoll.
17. Innere Bilder nach außen kehren – **Dornen, Federn, Gold, Sand, Scheiße, Steine, Watte**. Absicht – Anmerkung – Ablauf. Aus einem Sitzungsprotokoll.
18. Biographie
19. Literatur Rituale und Symbole

1. Vorbemerkung zum Gebrauch

Dieser Text gibt einen Überblick über die Arbeitsweise mit Symbolen und teilweise Ritualen. Dabei begegnet der Leser Materialien, die zu den Schneider-Therapiekoffern gehören, und solchen, die uns im Alltag in allen möglichen Bereichen begegnen. Solche zu finden und sie für die therapeutische Arbeit nutzbar zu machen, dazu wird nachfolgend angeregt.

Bereits erhältliche Materialien und die in Vorbereitung befindlichen sind **fett** gekennzeichnet. Anfragen können an den Autor gemacht werden. Wilfried Schneider. Starweg 44, D 22926 Ahrensburg, Fax 04102-604 908, eMail WilSchnei@aol.com, info@schneider-therapiehiffer.de www.schneider-therapiekoffer.de

Dieser Text darf für den Eigenbedarf ausgedruckt werden.

Namen von Klienten im Text vom Autor geändert.

Zur Ergänzung werden die folgenden Texte empfohlen:

> Anleitungen für Therapiekoffer, Ahrensburg 2007, 28 Seiten

2. Symbole und Rituale der Hoffnung oder Es ist alles schon da. Du musst es nur finden. Wir können Menschen durch Symbole eine Sprache geben, wenn ihnen die Worte fehlen. Symbole können zum Dolmetscher werden.

Neben einer praktischen Betrachtung sind in diesem Beitrag als Beispiele mehrere Interventionen aus einem Fundus von etwa 300 Interventionen vorgestellt.

Wir können Menschen durch Symbole eine Sprache geben, wenn ihnen die Worte fehlen. Symbole können zum Dolmetscher werden.

Bei der Lösung schwieriger Lebenssituationen beginnt alles mit den Fragen:

Was ist das Problem?

Was soll anders sein?

Wie soll es sein?

Wie komme ich dorthin?

Wer kann das in Krisen schon so genau benennen? Damit verbundene Gefühle spüren, akzeptieren, ordnen? Das scheint den Betroffenen oft schwer, unmöglich. Insbesondere dann, wenn

- auslösende Ereignisse weit zurückliegen (z. B. Frühe Störungen),
- Erlebnisse traumatisiert sind (z. B. Missbrauch, Schock),
- ein emotionales Black out vorhanden ist,
- Ereignisse nicht in den Zusammenhang mit der Störung gestellt werden können oder dürfen (zum Beispiel seit Geburt an problematische Familienverhältnisse),
- eine Summe von auslösenden Faktoren vorliegt, die nicht in Zusammenhang gebracht werden können.
- sie sich psychisch in schwierigsten Lebenssituationen befinden.
- etwas gesagt wird, was emotional nicht nachempfunden (z. B. Migranten) wird,
- „sprachlos“ gewordenen Schülern, die Zukunftsperspektive fehlt.
- Menschen mit einem Handicap nicht oder nicht vollständig verstanden werden oder ihnen nicht zu Ende zugehört wird (Autisten, sprachbehinderte Menschen, geistig behinderte Menschen...)

Der Klient kann die Frage "Was ist das Problem?" dann kaum beantworten.

Erich Kästner schreibt in Als ich ein kleiner Junge war (Atrium 1957) "Mit Worten kann man nicht einmal einen Stuhl so genau beschreiben, dass ihn der Tischlermeister Kunze in seiner Werkstatt nachbauen könnte".

Wer sich nicht ausreichend Mühe gibt, eine prozesshafte Diagnose zu erstellen, der behandelt etwas, was nicht definiert ist. Hier beginnt dann schnell ein nicht zielführendes verbales, sich oft über viele Sitzungen fortsetzendes Ping-Pong-Spiel. Mindestens eine der folgenden Aussagen trifft dann zu:

Die beste Möglichkeit nichts zu sagen, ist die Sprache.

- Wenn etwas verborgen bleiben soll, dann rede möglichst viel.
- Durch sprachliche Halbherzigkeiten muss man sich nicht festlegen.
- Wenn Worte der Tat nicht nah sind, werden großartige Ankündigungen gemacht, „dass es morgen endlich und endgültig losgeht“. Mich interessiert nicht, was Du sagst und ankündigst. Mich interessiert ausschließlich, was Du tust oder unterlässt.
- Sprache ist oft eine Veranstaltung zur wechselseitigen Behinderung, wirkt oft wie ein Kampf, bei dem es ums gewinnen geht.
- Was Du sagst, ist richtig. Das Gegenteil auch.
- Sprache wird zur Ablenkung vom Problem und zur Erhaltung des Status quo benutzt.
- Über Sprache wird auf Nebenkriegsschauplätze geführt. Nebelbomben und andere Techniken der Ablenkung werden eingesetzt. So werden unbewusste Inhalte und

damit verbundene Informationen aufrecht erhalten, die nur der sprachlichen Gewandtheit des Klienten dienen.

- Sprache ist Futter, Peitsche oder der Honigquast für den Partner, Kollegen, Therapeuten oder für wen auch immer.
- Destruktive Diskussionen, führen nicht zu Erkenntnissen oder Lösungen. Zum Beispiel: Wer hat Schuld? Das sind Auseinandersetzungen, die in der Vergangenheit stecken bleiben.

Der Boden, auf dem das Gelingen kann, ist, dem Menschen alle Wertschätzung zu geben und bereit und fähig sein, ihn wirklich wahr zu nehmen. Es ist alles schon da, du musst es nur finden, also wahrnehmen. Das heißt, das Gegenüber zeigt alles. Oft auch dadurch, dass er versucht, etwas nicht zu zeigen.

Dabei gilt es, auf die unzähligen schnellen, flüchtigen Augenblicke und Zwischentöne zu achten, sie wahrzunehmen, zu verstehen und schließlich für Lösungen zu nutzen.

Zeit und wer soll wen verstehen?

Allen Arbeiten mit Symbolen ist gemeinsam, möglichst schnell auf den Punkt zu kommen, ohne emotional zu überfordern. Und trotzdem geben sie dem Klienten die Möglichkeit, das Tempo in der Beratung und Therapie zu bestimmen.

Der Klient beginnt, sich selbst durch eigenes Tun besser und emotional zu begreifen. So ist auch die Chance gegeben, dass das Gegenüber, zum Beispiel der Therapeut, ihn versteht. Der Klient gewinnt in der Arbeit Sicherheit durch die

- Struktur, die Symbolarbeiten anbieten und durch
- die Erfahrung, dass er selbst der Aktive sein kann.

So kommt es in der Regel auch nicht zu den sonst oft sehr frühen Problemfestlegungen durch den Therapeuten.

Schließlich ergibt dieser Weg der Arbeit einen erheblichen Zeitgewinn, der dann für Lösungen benutzt wird.

Selbstverständlich kommen wir nicht ohne Sprache aus. Wo Sprache jedoch zu verbergen versucht, können die therapeutischen Etappenziele wie folgt beschrieben werden: „Das Wichtigste, das ich tue oder das ich mir einbilde zu tun, besteht darin, den Nebel oder Schleier von der Sprache zu entfernen“ (Berkeley). Kreative Medien können dabei eine entscheidende Hilfe sein.

3. Warum - Fragen und verbale Halbherzigkeiten

Auch die Klienten sind angehalten, sich bei Fragen auf Wer, Was, Wann, Wo und Wie zu beschränken und keine Warum - Frage zu stellen. Aus ihrer Geschichte verstehen sie schnell den häufigen (oft unbewussten) Grund der Warum - Frage. Sie enthält oft einen Vorwurf. In unserer Familie (Gruppe) so zu denken, zu fühlen, zu handeln, so zu sein, ist nicht in Ordnung. Den Beweis, dass du uns liebst, erbringst du, wenn du so denkst, fühlst, handelst wie wir.

Das gilt auch für verbale Halbherzigkeiten wie:

aber, alle, alles

(ein) bisschen,

das, (das) da, der da,

Es hat sich so ergeben, es, etwa,

(Ich) habe vor, hätte
 immer, immer so, irgendwann (schon),
 Ja, aber...
 keiner,
 möglich, man, muss, musst, musst(e), müssen,
 nie, niemand, niemals,
 ob (-Fragen),
 scheinbar, (Du) solltest, (Ich) sollte, (Wir) sollten,
 und so, überleg ich mir noch, überhaupt,
 vielleicht * ,
 wenn, wir (in bestimmten Zusammenhängen), (Ich) weiß nicht, (Ich) werd's versuchen, (Ich) würde.
 ziemlich.

⇒ **Interesse an ausführlicher Darstellung?** „Betrachtungen zur Rolle der Sprache in der Therapie -Verbale Halbherzigkeiten, rigide Wortwahl und andere Nichtantworten. Eine Sammlung und Beispiele für die Praxis“, Ahrensburg, 2002, 10 Seiten. Kann beim Autor gegen eine Schutzgebühr von Euro 2,56 und einen mit Euro 1,53 an Sie adressierten Briefumschlag (DIN A5 oder 4) angefordert werden bei Wilfried Schneider, Starweg 44, D 22926 Ahrensburg.

Das hört sich zum Beispiel so an: ”Wenn ich vielleicht aber niemanden finde, dann überleg ich mir noch, ob ich das überhaupt muss.”

Nun ist es keinesfalls so, dass bei jeder entdeckten Halbherzigkeit eine Unterbrechung stattfindet. Entweder hat ein Klient die Aufgabe, alle zu notieren, die er bemerkt, oder wir unterbrechen bei den Halbherzigkeiten, auf die wir uns zur Unterbrechung geeinigt haben. Denkbar ist auch, dass wir 15 Minuten der Sitzung darauf verwenden, möglichst oft verbale Halbherzigkeiten zu gebrauchen. Meist 15 lustige Minuten, in denen allen klar wird, dass wir nichts vom anderen verstanden haben, nur auf Vermutungen angewiesen sind.

Sind ausreichend erfahrene Klienten in der Gruppe, dann regulieren sich die Unterbrechungen jedoch auf ein treffendes Maß.

* „Öffne dir ein Hinterpförtchen durch vielleicht, das nette Wörtchen“ (Wilhelm Busch)

4. Im wörtliche Sinne begreifen - Symbole

Das Vorbewusste und strukturelle Bedingungen werden durch die Verwendung von Symbolen direkter und umfassender erreicht. Alle Interventionen sind in Situationen therapeutischer Arbeit entstanden, in denen Sprache alleine nicht zur Findung und Klärung ausreichte.

⇒ Sprache ist in der Lage, sich einem einzigen Gedanken hinzugeben. Symbole drücken die verschiedensten Schichten in oft unendlich vielen Kontexten aus - bis hin zu archetypischen Erklärungen.

⇒ Stehen Symbole als begreifbare Gegenstände zur Verfügung, öffnen sich die Türen der Seele schneller.

⇒ Nonverbal werden innere Bilder nach außen gekehrt, sich schnell im Spiel verloren und Abwehr zu großen Teilen nicht gebraucht.

⇒ Während dieses Prozesses wird mit dem Klienten nicht analysiert oder gedeutet, da sonst schnell intellektuell reagiert, die emotionale Einlassung und kreative Aktivität blockiert wird.

⇒ In dieser Arbeitsphase kann sich der Therapeut in die Rolle dessen begeben, der weniger weiß als der Klient. Das entspricht in vielen Schritten ja auch der Wirklichkeit.

⇒ Diese Therapiematerialien sind

- anamnestisch,
- diagnostisch
- als therapeutische Intervention (stationär und ambulant),
- in Supervision,
- Bildungsarbeit und in der
- Präventionsarbeit zu gebrauchen.
- In der Beratungsarbeit.
- Die Materialien eignen sich für alle therapeutischen Settings.
- Der Gebrauch ist altersunabhängig.

Bei den Therapiematerialien handelt es sich um Handwerkszeug, das der Klient im wörtlichen Sinne begreifen kann.

5. Regeln und Rituale dienen der Sicherheit und beziehen den Klienten von Beginn an ein.

Die Klienten wissen, wo sich die Therapiematerialien befinden, und können einzelne Materialien anhand eines Inhaltsverzeichnisses für die Koffer finden und im Therapieraum bereitstellen.

Die Therapie beginnt pünktlich in einem sauberen, aufgeräumten und durchlüfteten Therapieraum. Die Stühle (richtige Anzahl) sind vorher als Kreis aufzustellen. Tische werden nicht benötigt, da mit den Materialien auf dem Fußboden gearbeitet wird.

Störungen von außen sind ausdrücklich verboten. Klienten, die den Raum während der Therapie verlassen wollen, begründen dies kurz. Wird diese Regel nicht eingehalten, wird die Therapie unterbrochen, der Klient gesucht und eine Klärung herbeigeführt. Dieser Regelverstoß findet überwiegend dann statt, wenn ein Klient durch eine Therapiesituation stark mit Gefühlen in Berührung kommt und diese Situation nicht mehr aushalten kann und noch nicht in der Lage ist, sich in diesem Moment Hilfe zu holen.

Störungen haben grundsätzlich Vorrang. Dazu gehören auch destruktive Aktionen.

Jeder Klient spricht für sich.

Zum Beginn der Sitzung werden alle Themen gesammelt. Vorrang haben aktuelle Krisen und Fortsetzungsarbeiten. Darunter verstehe ich Themen, die in der oder den vorausgegangenen Sitzungen bearbeitet wurden, jedoch nicht beendet sind.

Sind die Themen gesammelt und die Reihenfolge der Bearbeitung festgelegt, wird entschieden, welche Materialien dafür verwendet werden. Wenn notwendig, werden die Materialien ausgewechselt und/oder andere hinzugezogen.

Andere Klienten erhalten in der Regel Aufgaben wie

- Beobachtung von Mimik, Gestik...,
- ein Klient trägt die dunkle Brille (Stimmung, Spannung etc. wahrnehmen),
- Schutz für einen Klienten übernehmen, der noch neu ist oder sich in einer aktuellen Krise befindet,
- bei verbalen Arbeiten auf Warum-Fragen und verbale Halbherzigkeiten achten,
- Hüterin/Hüter der Zeit.

und ähnliches mehr.

6. Was ist das Problem?

Was ist das Problem? Bevor mit der Arbeit endgültig begonnen wird, definieren wir das Thema so, dass es zu einer Überschrift (Satz oder Wort) wird.

Was soll anders sein? In diesem nächsten Schritt geht es ebenfalls darum, eine Überschrift zu finden. Hier zeigen sich oft große Schwierigkeiten. Vor allem neue Klienten können oder wollen sich auf eine Überschrift nicht festlegen. Entweder wird nun diese Schwierigkeit zur Überschrift für Was ist das Problem? oder die Klärung wird in Etappen während der Arbeit vorgenommen.

Wie soll es ein? Eine Überschrift ist oft schnell vom Klienten gefunden, entspricht jedoch nicht selten einer Schlaraffenlanddefinition. Hier geht es dann darum, eine realistische Definition zu erreichen.

Wie komme ich dorthin? Die Beantwortung dieser Frage versuchen wir in sehr viele kleine Schritte aufzuteilen. Konkret heißt das, wir sammeln im Laufe der Arbeit in der Gruppe Ideen, einigen uns auf gehbare kleine Schritte, die vom Klienten, nimmt er sie an, versucht werden zu gehen, und sehen immer wieder, was ist gelungen, was ist misslungen. Danach wird besprochen, wie mit den ausgewählten Materialien zum Thema gearbeitet werden kann. Ab dieser Phase wird überwiegend nonverbal gearbeitet.

Es versteht sich von selbst, dass diese Aufteilung ein Hilfsmittel ist, immer wieder ordnen hilft und im Kontext einer prozesshaften Arbeit (Anamnese, Diagnose, Intervention) steht.

Jeder Klient hat jederzeit das ausdrückliche Recht, eine Arbeit zu unterbrechen oder für diese Sitzung zu beenden. Dieser Vorgang wird, wenn auch nur für kurze Zeit, Therapiethema.

Diese Regeln haben Gültigkeit. Das heißt nicht, dass Änderungen nicht möglich sind. Sie bedürfen jedoch eines Gespräches in der Gruppe.

Verwendete Materialien werden nach Ende der Sitzung wieder in die Koffer eingeordnet und zurückgestellt.

Zum Beginn der Sitzung wird eine Stimmungsrunde durchgeführt. Das gilt auch für den Abschluss der Sitzung.

7. Wo Worte nicht reichen - Einblicke in Therapiesitzungen mit Kindern und Jugendlichen

Grundregel: Die Gruppe und der Therapeut dürfen während dieses Teils der Arbeit weder verbal noch nonverbal eingreifen. Während der Arbeit soll der Klient ohne Einfluss anderer seine Arbeit ausführen.

Der Klient soll während der Entstehung des Bildes nicht sprechen. Angemessen ist es, wenn der Therapeut sich in der Rolle des Unwissenden befindet.

In dieser Phase wird nicht analysiert oder gedeutet, da sonst schnell intellektuell reagiert, die emotionale Einlassung und kreative Aktivität blockiert wird. Hat der Klient seine Arbeit beendet, erklärt er sein Bild.

Danach dürfen Verständnisfragen (keine Interpretationen) von allen Klienten und dem Therapeuten gestellt werden. Dem folgt die Wiedergabe von Beobachtungen, Stimmungen und Befindlichkeiten.

Nun wird festgelegt, wie weitergearbeitet wird. Das können

- die Verwendung anderer Materialien
- Rollenspiel / Psychodrama
- die direkte Einbeziehung anderer Klienten
- Erstellen großflächiger Bilder
- Verwendung ausgewählter Musikinstrumente (z. B. Wasserpfähle, kleine Trommeln, Mini - Mundharmonika, Wind-Sirene)

- Wahrnehmungsübungen (verbal oder nonverbal) und vieles andere mehr sein.

8. Schlaraffenland oder Hölle – Der Gefühlstern

Gefühle und Emotionen sind in allen therapeutischen Begegnungen ein zentraler Punkt und gleichzeitig Basis für Missverständnisse. Oft fehlt eine gemeinsame Sprache.

Am Anfang versucht der Klient oft zu vermeiden, das Wort Gefühl überhaupt in den Mund zu nehmen. Dem folgt häufig eine Phase der Verwirrung der Gefühle.

Zu Missverständnissen trägt insbesondere bei, wenn Gedanken, Einschätzungen (z. B. Einsamkeit, Unsicherheit), Körpergefühle (z. B. Druck, Müdigkeit) oder physiologische Symptome (z. B. Erröten, Zittern) als Gefühle benannt werden.

Auf Grundlage vieler therapeutischer Begegnungen ist ein Stern entstanden, auf dem zehn Gefühle dargestellt sind. Damit wird kein Anspruch auf eine gültige Definition erhoben.

Erfahrungen:

- Eine gemeinsame Sprache wird überraschend schnell möglich.
- Der Gefühlstern eignet sich für Gruppen- und Einzelarbeit.
- Der Gebrauch ist altersunabhängig.

Gestaltung und Absicht

Auf einem kreisförmigen Holz (40 cm) ist ein Stern mit zehn verschiedenfarbigen Spitzen aufgeklebt. Folgende Begriffe sind darauf zu finden:

Angst - Ärger - Depression - Gelassenheit - Glück - Liebe - Scham - Schuld - Trauer - Wut.

Für einige Gefühle steht eine Unterteilung und eine kurze Arbeitsanregung zur Verfügung, die neben die entsprechende Spitze des Sterns gesteckt wird.

So beispielsweise bei Angst: (Sorge > Furcht > Panik > Phobie): "Vor Verlust? Vor Angriff? Vor Verwirrung?"

In der Mitte des Sterns befinden zusätzlich die Begriffe Schlaraffenland und Hölle mit einer kurzen Beschreibung.

Zweck: Nicht selten neigen Klienten dazu, entweder ganz oben oder ganz unten sein zu "müssen". Dass sich das Leben dazwischen abspielt, darf nicht wahrgenommen werden.

Dieser Teil dient der Auseinandersetzung darüber, dass eine Entscheidung für das Schlaraffenland oder die Hölle letztlich dazu gebraucht wird, nichts verändern zu müssen.

9. Von Missverständnissen über Verwirrung zur Klarheit

Immer dann, wenn sich Missverständnisse, Unklarheiten und Verwirrungen andeuten, kann der Stern zur Hilfe genommen werden. Diese Situationen entstehen vor allem dann, wenn Gedanken und Einschätzungen, Körpergefühle oder physiologische Symptome als Gefühl benannt werden. Hier muss erst einmal eine Klärung herbeigeführt werden.

Dabei wird der Stern so lange benutzt, bis die gemeinsame Sprache hergestellt ist.

Mit Hilfe des Gefühlsterns gelingt das erstaunlich schnell. Ziel ist dabei immer, sagen und unterscheiden zu können:

Ich fühle ...

Ich denke ...

Ich spüre ...

Ich bewerte...

Das gilt nicht nur für den Beginn therapeutischer Auseinandersetzungen. Die Situation, wie sie oben beschrieben ist, wird in Abständen immer wieder auf der Tagesordnung stehen.

Zur Verwirrung der Gefühle: Oft entstehen dann Schwierigkeiten, wenn Gefühle "verwechselt" werden.

So wird z. B. Wut genannt, wenn Ärger gemeint ist, oder es wird Schuld gesagt, aber Scham ist gemeint.

Wird in dieser Arbeitsphase zu wenig Geduld für eine Klärung aufgebracht, befinden sich Therapeut und Klient schnell auf der falschen Spur.

Dazu zählen auch die Missverständnisse die durch unterschiedliche Einordnung von Gedanken und Einschätzungen, Körpergefühlen, physiologischen Symptomen und Gefühlen entstehen.

Die den einzelnen Gefühlen zugeordneten Unterteilungen und Arbeitsanregungen sollen für weitere Differenzierungen benutzt werden.

Beispiel bei Ärger und Angst:

Geht es um Ärger, dann ist zu klären, ob es sich um "Ärger über sich selbst" oder "Ärger über andere" handelt. Erfahrungsgemäß wird häufig "Ärger über andere" gesagt, wenn es um "Ärger über sich selbst" geht.

Das Gefühl Angst hat immer mit der Fantasie zu tun, was sein könnte. Hilfreich ist es zu klären, ob es Angst vor Verlust, vor Angriff oder vor Verwirrung ist. Ist dies erst geklärt, kann über konkrete Dinge gearbeitet werden.

Bei starken Widerständen kann mit den Begriffen Schlaraffenland und Hölle und den dazugehörigen Definitionen gearbeitet werden.

Die Aufrechterhaltung der einen oder anderen Position dient der Möglichkeit, nichts verändern zu wollen, zu müssen. Allerdings muss das nicht immer der Hintergrund des Widerstandes sein.

Aus einem Sitzungsprotokoll - Arbeit mit dem Gefühlstern und Inseln der Gefühle

Wir sprechen jedes Gefühl durch und suchen Bezüge zu aktuellen Situationen. Bei Trauer kommt Gunda immer wieder ins Schwanken. Ich frage: „Was macht dich traurig?“ Gunda: „Wenn ich daran denke, dass die Beziehung vielleicht nicht mehr möglich ist.“

Ich: „Ähnliches hast Du auch gesagt, als Du über Angst gesprochen hast. Willst Du Dir den Gefühlstern ansehen?“ Gunda betrachtet die Spitzen Angst und Trauer und liest die kurzen Texte dazu. Das vergleichen wir mit ihren Aussagen über ihre Gefühle von vorhin. Sie schließt nun Trauer für diese spezielle Situation aus und bleibt bei Angst.

Nun arbeiten wir weiter darüber, ob die Wahl der Insel Trauer trotzdem ihren berechtigten Platz hat. Sie ist dann schnell bei Verlusten in ihrem Leben (Vater usw.). Gunda: „Wenn die Beziehung (zu Andreas) nicht mehr wäre, dann hätte ich ja schon wieder was verloren. Und daher denke ich, wenn wieder so etwas wie jetzt ist, also, dann denke ich an das, was ich schon alles verloren habe.“

Daraus entwickelt sich das Thema zur weiteren Bearbeitung: Nicht bewältigte Verluste holen Gunda in gegenwärtigen Situationen wieder ein und schleichen sich als Konflikt ein.

Klienten, die öfters mit dem Gefühlstern arbeiteten, sehen darin offensichtlich eine sehr praktische Hilfe. Sie nehmen ihn häufig mit in die Arbeit oder verwenden ihn auch außerhalb der Sitzungen. So haben einige Klienten jetzt vorgeschlagen, ihn wie ein Bild an die Wand zu hängen, damit er immer zugänglich ist.

10. Ungeteilte Sorgen machen einsam und krank - Geheimniskästchen

Absicht: Erster Einstieg in ein Thema, ohne zu sprechen. Den anderen Klienten mit der Übung zu zeigen, dass sie beteiligt sind. Auch wenn sie bisher überwiegend geschwiegen, wenig von sich erzählt haben.

Diese Übung wird vorwiegend neuen Klienten angeboten. Sie eignet sich auch für Klienten, die in ein neues, für sie sehr schwieriges Thema einsteigen wollen. Was soll ich über mich reden und nicht, was will ich über mich sagen, steht in den ersten Therapiestunden für den Klienten im Vordergrund.

Soll steht für: Was wird erwartet? Will steht für: Wo will ich bei mir genauer hinsehen? Viele Themen sind mit Angst und Scham besetzt. Der Klient kann das, was ihn bedrückt, nur schwer auf den Tisch legen.

Leichter ist's, die Probleme und Wünsche in den ersten Sitzungen in das Geheimniskästchen zu legen. Er verpflichtet sich gleichzeitig, den Inhalt des Kästchens irgendwann öffentlich zu machen.

Anmerkung: Es handelt sich um ein Holzkästchen mit Deckel und Scharnieren. Das Kästchen ist außen mit Fell beklebt, innen mit schwarzem Filz ausgelegt, die Restflächen mit schwarzer Farbe gestrichen. Selbst wenn der Deckel leicht geöffnet wird, kann man nicht "hineinsehen".

Ablauf: In der ersten Therapiesitzung eines Klienten wird er darüber informiert, dass er einfach dabei sein, Ablauf und Regeln kennen lernen soll. Keiner in der Runde erwarte von ihm, dass er mehr tue. Für fast alle Klienten sei es zu Beginn ungewohnt, vielleicht manchmal unheimlich. Entscheidend sei, dass sie hier seien und die erste Sitzung (3 Stunden) dabei bleiben würden.

In der Regel wird dem neuen Klienten in der zweiten Sitzung das Geheimniskästchen angeboten. Zuerst wird die Bedeutung von einem Klienten erklärt (siehe Absicht). Danach fordert der Therapeut den Klienten auf, im Verlauf dieser Sitzung ein oder mehrere Geheimnisse in das Kästchen zu legen.

Zum Ende der Sitzung wird der Klient gefragt, ob und wie viele Geheimnisse er hineingelegt habe. Er bekommt das Kästchen zur Aufbewahrung mit und soll es zur nächsten Sitzung mitbringen.

In dieser Sitzung wird gefragt, ob er ein oder mehrere Geheimnisse mitteilen wolle. Dies wiederholt sich von Sitzung zu Sitzung, bis das Geheimniskästchen leer ist. Die jeweils "ausgepackten" Geheimnisse, die nun keine mehr sind, werden zum Therapiethema.

Der Zeitraum, in dem Klienten das Kästchen öffnen, ist sehr unterschiedlich. Manche Klienten öffnen es in der nächsten Sitzung, andere Klienten brauchen beispielsweise zwei Monate. Was allerdings nicht heißt, dass sie nach zwei Monaten erstmals für sich in der Sitzung aktiv werden. Vielmehr verbergen sich dann im Geheimniskästchen Themen wie Träume, Missbrauch, Tod von Freunden auf der Szene u. ä. m..

Häufig geschieht danach Folgendes. Der Klient hat den Mut gefunden, einem anderen Klienten oder Teamer außerhalb der Sitzung ein oder mehrere Geheimnisse zu erzählen. Er ist also nicht mehr alleine damit.

Die Folge ist gelegentlich auch, dass der Klient den anderen Klienten bittet, für ihn das eine oder andere Geheimnis in der nächsten Sitzung auszusprechen. Klienten, die sich schon länger in Therapie befinden und auf einem schwierigen Weg zu einem Thema sind, verlangen beispielsweise das Geheimniskästchen mit der Begründung: "Ich kann das heute noch nicht. Ich will es in das Kästchen legen. Dann wisst ihr, dass was ist. Und ich weiß, dass ihr mich danach fragt."

Der Zeitverlauf kann auch anders sein. So hat die Klientin das Geheimniskästchen über Wochen nicht geöffnet. In den Wochen habe ich es ihr mehrmals gezeigt, leicht geöffnet und gefragt, ob sie mal hineinschauen möchte, um zu sehen, was sie reingelegt hat. Oder ich habe das Kästchen leicht geöffnet, daran geschnuppert und gesagt, ich wäre der Meinung, es käme schon ein leicht schimmlicher Geruch heraus.

Aus einem Sitzungsprotokoll

Lisa sagt, sie wolle heute das Geheimniskästchen öffnen. Sie wüsste aber nicht, ob sie heute alles auspacke. Sie erzählt auch, dass ich ihr in letzter Zeit öfters das Kästchen vor die Augen und unter die Nase gehalten habe. Sie habe sich darüber geärgert, sei aber inzwischen der Meinung, sie habe sich nicht über mich, sondern über sich selbst geärgert. Das mit dem Schimmel stimme schon. Lisa öffnet das Geheimniskästchen, was ihr offensichtlich schwerfällt. Lisa: "Drei Geheimnisse habe ich reingelegt. Das eine ist meine Zeit bei den Großeltern. Nein, dass meine Mutter nicht mehr da war."

Längere Pause. "Und dann habe ich noch reingelegt, dass ich nicht weiß, ob ich mit meinem Freund zusammen bleiben kann und will". Lisas Freund ist ebenfalls in einer Therapie, und sie haben sich nie clean erlebt. Sehr lange Pause. "Und dann ist da noch eine Sache." Pause. "Also, ich denke, ich sag's jetzt einfach mal, da ist noch was mit Missbrauch. Mein Vater und so. Fragt aber jetzt nicht weiter."

11. Beziehungsdreieck oder Wo ist mein Platz?

Einsatzmöglichkeiten

Die Materialien werden für therapeutische Interventionen in der Einzel- und Gruppenarbeit genutzt. Sie eignen sich für anamnestische und diagnostische Arbeiten.

Einsatz finden sie auch in der Supervision und Präventionsarbeit.

Der Einsatz ist altersunabhängig.

Geschlossene Familiensysteme

Viele Klienten haben von Kindheit an erlebt, wie sie und andere Familienmitglieder (auch über die Herkunftsfamilie hinaus) in Konfliktsituationen ausgeschlossen, als Trostpflaster benutzt oder in perverse Koalitionen einbezogen wurden. Die Betroffenen sitzen zwischen zwei Stühlen.

Sie haben sich diese Art des Umgangs mit Konflikten zu eigen gemacht, handeln so, wie sie es in der Familie gelernt haben. Das bedeutet

- Flucht vor angemessenen Lösungsversuchen,
- Leben mit häufigen Grenzverletzungen und Missbrauch*,
- Wechselbäder zwischen geliebten Personen
- "Wie ich auch entscheide, es ist immer falsch."

Da diese Koalitionen so selbstverständlich, alltäglich geworden sind, werden sie nicht durchschaut und selbst in neuen Beziehungen gelebt.

Ähnlich verhält es sich in diesen Familien (oder Gruppen) mit der paradoxen Anwendung von Macht, in dem die Rollen "Retter-Verfolger-Opfer" in einem Dramadreieck (nach Karpman) ausgetragen werden (siehe Praxistipps Dramadreieck).

Mit dem entsprechenden Zubehör lässt sich dies auf dem Arbeitsbrett an erlebten Situationen durchschaubar machen.

Beide Verhaltensweisen finden auch im Umgang mit späteren sozialen Bezügen (Schule, Arbeit, Freizeit) Anwendung.

Auf einem Holzbrett befindet sich ein großes Dreieck. Zum Beziehungsdreieck gehören sieben Figuren (männliche und weibliche Erwachsene, sowie Kinder und ein Säugling). Ferner gehört dazu: Eine Mauer als Symbol für Ausschluss, ein Symbol für Konflikt ("Blitz") und ein doppelseitiger Pfeil für Beziehungen.

Technik und Einsatz in der Therapie

Der Klient stellt erlebte Situationen nach, in dem er zuerst die beteiligten Personen aufstellt. Danach erfolgt die Aufstellung der Symbole.

"Blitz": Der Klient bringt den "Blitz" in Position und beschreibt den Konflikt und das Verhalten aller beteiligten Personen. Welche Rolle ist beispielsweise dem Kind zugeordnet worden?

Mauer: Als nächstes wird die Mauer aufgestellt. Welcher Elternteil baute die Mauer zwischen Kind und dem anderen Elternteil? Der Klient stellt die Mauer an die entsprechende Stelle. Wie verhält sich der / die Ausgeschlossene?

Pfeil: Nun stellt der Klient den Pfeil auf den übrig gebliebenen Magneten.

Zwischen welchen beiden Personen wird die Koalition geschlossen?

Wie wurde das ganz genau und praktisch vollzogen?

Wer machte was? Wer sagte was?

Oft ist es für den Klienten schwer, ein Beispiel relativ angstfrei aus seiner Geschichte darzustellen. Daher ist es in dieser Situation sinnvoll, ein oder mehrere Beispiele aus der jüngeren Vergangenheit zu wählen.

Werden diese Situationen mit Hilfe des Therapiematerials nachvollzogen und verstanden, dann lassen sie sich recht gut in Rollenspielen nachstellen. Neben diesem Verständnis ist es jedoch entscheidend, dass die Herkunft dieses Verhaltens deutlich wird. Daher sollen nach und nach Erlebnisse aus der Kindheit gefunden und wie beschrieben bearbeitet und mit dem Verhalten in der Gegenwart verglichen werden.

Es gilt zu sehen, dass mit dem Älterwerden des Klienten, je nach Situation alle Rollen des Dreiecks beherrscht werden. Das sind:

- Der Mächtige
- Der Missbrauchte*
- Der Ausgeschlossene

In der Regel gibt es zwei Einstiegsmöglichkeiten in die Arbeit.

Der Klient verhält sich entsprechend in der Gegenwart, und sein Verhalten wird ihm durch die Arbeit mit dem Beziehungsdreieck deutlich.

Der Klient will das Verhalten der Eltern verstehen. Ihm wird dies durch die Arbeit mit dem Beziehungsdreieck deutlich, und er kann seine Rolle in dem System erkennen.

Ein Beispiel aus der Praxis

Der Mann wird von seiner Frau als Schwächling dargestellt. Der Mann inszeniert einen Streit, in dem er der Frau dramatisch vor Augen hält, dass unter dem Streit letztlich das 2jährige Kind leide.

Für einen Moment ist die Frau dadurch auf dem Rückzug. Genau diesen Moment nutzt der Mann, um mit dem Kind eine Koalition gegen die Mutter einzugehen. Er schläft nun nicht mit seiner Frau in einem Bett, sondern mit dem Kind.

Die Frau will beide zurückgewinnen. Das ist in diesem System nur möglich, wenn sie sich unterwirft. Das Kind genießt in gewisser Weise die Zuwendung durch den Vater und erfährt gleichzeitig einen Missbrauch, da sie lediglich Mittel zum Zweck ist.

Die Zuwendung ist in diesem System aber nur zu erhalten, wenn es mit dem Vater die Mutter ausschließt. Der Mann ist längerfristig nicht mit der Zuwendung durch das Kind zufrieden, muss es verstoßen, um die Zuwendung der Frau wieder herzustellen.

Eine Spirale ohne Ende, wenn man versucht sich vorzustellen, wie die Geschichte weitergeht. So wird das Kind nun eine Inszenierung machen, um der Mächtigen zu werden, um Zuwendung zu erhalten. Das ist nach dem gelernten System nur möglich, wenn es die Eltern spaltet. Und so weiter.

Witz: Lösung innerhalb des geschlossenen Systems: „Abend für Abend sitzen wir vor dem Fernseher, nie gibt es Abwechslung“, sagt die Frau wütend zu ihrem Mann. Er: "Dann lass uns doch die Plätze tauschen."

* Missbrauch, der Missbrauchte: Hier ist nicht an erster Stelle oder ausschließlich sexueller Missbrauch gemeint.

12. Opfer, Retter und Verfolger – Das Damadriek

Was dazu gehört

Neben dem Arbeitsbrett gehören sieben Figuren (männliche und weibliche Erwachsene, sowie Kinder und ein Säugling).

Je drei Symbole für folgende Ressourcen:

↓ Herz: Liebe

↓ Krone: Macht (Status)

↓ Hand: Dienst

↓ Buch: Information

↓ Geldstück: Geld

↓ Supermarkt: Materielle Güter

Die Pfeile zeigen an, welche Ressource mehr und welche weniger personengebunden ist (Liebe am meisten, materielle Güter am wenigsten).

Die Begriffe Opfer, Retter, Verfolger werden an den gekennzeichneten Seiten des Brettes eingesteckt.

Die Rollen

Ähnlich wie beim Beziehungsdreieck (siehe Praxistipp Beziehungsdreieck) spielen sich die Vorgänge auf der Wirklichkeit eines geschlossenen Familiensystems ab. Die Vorgänge sind einfach, fast simpel, wenn sie mit den Rollen durchschaut werden. Verwirrend wirken sie, solange deren Logik nicht nachvollzogen werden kann.

Allen gemeinsam ist, lebt eine Familie nach den Spielregeln des Systems, dass kein Mitglied ausbrechen kann. Veränderungen vollziehen sie lediglich durch einen Wechsel der Rollen. Das erleben sie als Dynamik. Das Ziel, ein Gleichgewicht zu erreichen, bleibt unverändert bestehen.

Sie können sich nicht konstruktiv verhalten.

Sie sind unfähig, ihr Bedürfnis nach Wandel und Wachstum zu erfüllen (in der Regel auch nicht ohne Hilfe zu erkennen oder zu benennen).

Je machtloser oder besitzloser sich ein Beteiligter fühlt, um so geringer ist einerseits die Angst und um so größer andererseits das Streben nach Macht und Besitz (Status und Liebe).

Wird diese Intervention (Arbeit mit dem Dramadriek auf dem Arbeitsbrett) an realen Beispielen durchgearbeitet, so kommt erstaunlich schnell Licht in das Dunkel.

Was hat der Retter (oft die weibliche Rolle) von seiner Rolle?

Der Retter ist "Schlichter", "Familiendoktor", er ist selbstlos, großzügig.

- hilft anderen auf seine Kosten. Warum?
- Rettungsaktion kann für den *Retter* und Geretteten (*Opfer*) zugleich verletzend sein.
- Der *Retter* will sich in eine überlegene Position bringen und braucht dafür das unterlegene Opfer.
- Der *Retter* muß die andere Person in eine unterlegene Position manövrieren oder sie muß sich auch aus eigener Sicht darin befinden.
- Warum will das Opfer möglicherweise in seiner Rolle bleiben und nicht gerettet werden?
- Täuscht das Opfer vor, gerettet werden zu wollen, um so vom *Retter* Aufmerksamkeit und Zuwendung zu erhalten?

Fazit: Der *Retter* bezieht Liebe vom *Opfer*, das sich seinerseits selbst *Liebe* entzieht.

Was hat der Verfolger (oft die männliche Rolle) von seiner Rolle?

Der Verfolger ist "Zerstörer", "Schikanierer", "Familienrichter". Er übt ein Richteramt aus, in dem er bestimmt, was richtig - falsch, gut - böse, anständig - unanständig und so weiter ist.

- Er legt in dieser Rolle die Strafen für falsches, böses, unanständiges Verhalten fest.
- Persönlichkeitstyp "Schikanierer". Als Richter Bedürfnis nach Kontrolle. Oft rechtfertigt er seine Handlung, die ja richtig, gut, anständig ist.
- Die *Verfolgerrolle* ergibt sich oft aus einer mißlungenen *Retterrolle*. Dem *Retter* mißlingt die Rettungsaktion, es entsteht Ärger, auch Angst, er ist enttäuscht und wird zum *Verfolger*. Gedanken und Fragen: "*Warum läßt Du dich nicht retten? Du bist doch schwach. Du nimmst mir meinen Status, den ich doch nur durch Dich erhalten oder verbessern kann. Wie kommst Du dazu, Dir diese Macht herauszunehmen?*"

Wird das *Opfer* vom *Retter* gerettet, so erlebt es seine machtlose Position. Beim *Opfer* stellt sich Ärger ein, und es nimmt gegenüber dem *Retter* die Position des *Verfolgers* ein.

Fazit: Der *Verfolger* bezieht *Status* vom *Opfer*, das sich seinerseits *Status* entzieht.

Was hat das *Opfer* von seiner Rolle?

Das Opfer ist auch "Sündenbock", "Retter des Systems.

- Das *Opfer* steckt immer mit dem *Retter* oder *Verfolger* unter einer Decke. Das wird jedoch von allen Beteiligten nicht offen besprochen.
 - Das *Opfer* (z. B. Kind) ist relativ machtlos (z. B. in der Familie).
 - Die *Opferrolle* ist möglicherweise bequem. Entscheidungen überläßt man anderen, Verantwortung muß nicht übernommen werden.
 - In der Machtlosigkeit steckt Macht. Das *Opfer* kann das System am besten manipulieren und den Gewinn für sich nehmen.
 - Auf diesem Weg kann es soviel Macht gewinnen, daß es in die Rolle des *Verfolgers* wechseln kann.
 - Die Macht kann sich auch in der Rolle *Opfer - Sündenbock* begründen, da diese Rolle zum Schutz, Überleben und zur Erhaltung des pathologischen Systems der Familie notwendig ist.
- Fazit: Das *Opfer* entzieht sich selbst *Liebe* und *Status* und bezieht damit seinerseits *Liebe* und *Status* vom *Verfolger* und *Retter*.

Arbeitsbeispiel mit Liebe und Macht

Ziel ist der Ausstieg aus einem geschlossenen System. Dazu ist nötig, daß das System verstanden wird. Liebe und Macht vermehren sich hier nicht. Die Ressourcen werden lediglich getauscht.

Wählen Sie mit dem Klienten ein reales Beispiel aus und lassen Sie es ihn auf dem Arbeitsbrett spielen. *Retter*, *Verfolger*, *Opfer* haben je ein Herz und eine Krone.

Dieses Beispiel dient dazu zu erleben, daß die beiden Ressourcen nicht vermehrt, sondern lediglich getauscht werden. Dabei wird auch deutlich, dass nach mehreren Tauschvorgängen immer wieder ein Gleichgewicht, jedoch keine Lösung erzielt wird. Das Spiel beginnt von vorne.

Der Retter (FRAU) will das Opfer (KIND) retten. Dafür wollen beide was haben. Der Retter bietet Herz (Liebe) an. Das Opfer tauscht das Herz gegen Krone (Macht) ein. Keiner ist zufrieden, jedem fehlt etwas. Zusätzlich mischt sich der Verfolger (MANN) ein. Er wird dem Retter jetzt ein Herz (Liebe), anbieten um dafür eine Krone (Macht) zu erhalten. Was macht das Opfer? Es wird Macht verlangen und diese vermutlich in dieser Phase nur vom Verfolger erhalten. Es wird auf geeignete Weise mit ihm in Beziehung treten, um eine Krone gegen ein Herz zu tauschen. Das der Familie eigene Gleichgewicht ist wieder hergestellt, eine konstruktive Lösung nicht gefunden. Sie werden von vorne beginnen, und erneut wird es wie vorher beschrieben enden.

Ist die Situation für den Klienten ausreichend geklärt, kann die Arbeit darüber beginnen, wie er aus dem System aussteigen kann.

Arbeitsbeispiel mit weiteren oder allen Symbolen

Um Möglichkeiten des Ausstieges aus dem System zu verstehen, werden zusätzlich Symbole (siehe Zubehör/Ressourcen) zu Liebe und Macht benutzt. Letztlich kann hier, wenn auch erst einmal theoretisch, geübt werden, wie ein Ausstieg möglich ist. Am Beispiel des Opfers heißt das, die Rolle aufzugeben und eine Rolle zu finden, die weder die des Retters noch die des Verfolgers ist (auf Rollentausch verzichten).

Letztlich bedeutet das, dass ein neuer Schritt in der Arbeit beginnt, der verständlicherweise neue Interventionen braucht, in der Regel lange dauert und die Auseinandersetzung mit realen Personen nötig macht. Die größte Blockade dabei ist die Angst, die zum System gehörenden Personen zu verlieren.

Merke: Tausch ist systemerhaltend und destruktiv. Ressourcenvermehrung dient dem Prozess und der Veränderung - ist konstruktiv.

13. Symbole ebnen den Weg. - Der Symbolkoffer

Absicht: Zur Verfügung stellen von derzeit rund 120 kleinen Symbolen für die Straßen (Lebensstraße u.s.w.), Genogramm, Soziogramm, Übertragung und Gegenübertragung. Für alle Symbole gilt: Was ich (noch) nicht sagen kann, das kann ich zeigen.

Mit Ausnahme der Babypuppen verwenden wir keine menschlichen Figuren, da sie von der Absicht ablenken würden. Dargestellt werden sollen Ereignisse, Gefühle, Einschätzungen u. ä. m. der Person, die mit den Symbolen arbeitet. Das heißt nicht, dass keine weiteren Personen in der Darstellung vorkommen. Ihre Bedeutung lässt sich exakter durch die vorhandenen Symbole darstellen. Will der Klient aus Gründen der Übersichtlichkeit den Symbolen Personen zuordnen, dann verwendet er die naturfarbenen Holzspielfiguren.

<p>Im Koffer befinden sich folgende Gegenstände (Auswahl):</p>
--

Affensymbol (Nichts hören, nichts sehen, nichts sagen), Anker, Alkoholflaschen, Autos, Baby, Baby im Bett, Babypuppen (nackt), Bierkrug, Burg, Blitz, Brille, Buch, Degen, Fahrrad, Fahrkarte, Feuerwehrauto mit Leiter, Feuerwehrauto, Feuerlöscher, Fell, Fisch, Frosch, Geld, Glocke, Gespenst, Gong, Gummibänder, Gitarre, Gold, Gewehrkegel, Getränkekasten mit Inhalt, Handfeger, Handschellen, Herz, Hund, Haus, Holzspielfiguren, Horn, Hufeisen, Kompass, Kaleidoskop, Kanone, Kondome, Kuh, Krug, Klappmesser, Kuschelbär, Kette, Krone, Krummschwert, Kreuz, Klebe (leere Tube), Kugel, Lupe, Lippenstift, Lokomotive, Maus, Muscheln, Messer, Mundharmonika, Magnet, Mond, Notarztwagen, Nuckelflasche, Nagellack, Obst, Omnibus, Pfeife, Pflaster, Puzzleteile (ohne Motiv), Pillendose, Polizeiauto, Ritter mit Pferd, Radiergummi, Richter, Rettungsring, Rucksack, Sanduhr, Sonne, Skelett, Spiegel, zerbrochener Spiegel, Schürze, Strickzeug, Sonne, Sorgenpüppchen, Sicherheitsnadeln, Steine, Spritze, Schnuller, Schloss mit Schlüssel, Schatzkiste, Schuhe, Schultafel, Stiefel, Schulranzen, Schwein, Schaf (schwarz), Schloss mit Schlüssel, verschiedene Schiffstypen, Stein Trompete, Telefon, Trichter, Tiger, Trillerpfeife, Tanzgruppe, Teufel, Uhr, Vogel, Wattebälle, Würfel, Wäscheklammer, Wasserwaage, "Windmacher", Wasserträger, Zange, Zahlenspiel, Zahnräder, Ziege.

Ablauf: Die Bedeutung der Symbole wird grundsätzlich nicht vom Therapeuten erklärt, auch keine Tipps gegeben. Allerdings fragen die Klienten sehr selten danach. Der Symbolkoffer wird, ist sich für eine entsprechende Arbeit entschieden worden, zur Verfügung gestellt (Lebensstraße und andere Straßen). Die Arbeitsweise ist den Klienten erklärt worden. Dann wird begonnen, die einzelnen Jahreskarten mit ein bis drei Symbolen zu besetzen.

Genogramm: Die auf großflächigem Papier dargestellte Familienrekonstruktion wird durch Symbole ergänzt. Das heißt, den Personen wird ein (in Ausnahmen bis drei) Symbol(e) zugeordnet, von denen der Klient meint, sie seien zutreffend. Die Bedeutung wird anschließend dem Therapeuten und der Gruppe erklärt und damit neu weiter gearbeitet.

Soziogramm: Die Personen werden durch die Symbole dargestellt.

Übertragung und Gegenübertragung: Der oder den beteiligten Person(en), auch abwesenden, wird ein Symbol - nach vorheriger Vereinbarung mehrere Symbole - zugeordnet. Diese Arbeit kann zwischen zwei Personen (Klient- Therapeut, Therapeut - Klient, Klient - Klient usw.) oder mehreren bzw. der ganzen Gruppe durchgeführt werden. Nach der Zuordnung wird eine kurze Erläuterung gegeben. Rückfragen sind nicht erlaubt. Geantwortet wird wieder mit einem Symbol. Die Arbeit wird bald zu einem schnellen Wechselspiel. Jeder Klient soll sich die ihm zugeordneten Symbole notieren. Nach vereinbarter Zeit ist die Arbeit beendet. Jetzt darf jeder die Beteiligten genauer befragen.

14. Woher komme ich? Wo bin ich? Wo will ich hin? - Lebensstraße

Die erste Straße entstand in der Arbeit mit drogenkranken Kindern und Jugendlichen. Der Anfang wurde mit der Lebensstraße gemacht. Bei der Auseinandersetzung mit den Störungen war oft ein schmerzhafter Blick auf die Lebensgeschichte notwendig. Dabei zeigten sich immer wieder große Erinnerungslücken, die es, so weit wie möglich, zu schließen galt.

Über Sprache gelang das in nur sehr seltenen Fällen beziehungsweise war ein großer Zeitraum notwendig.

Mit Hilfe der Lebensstraße und dem dazugehörigen Symbolkoffer (mit rund 120 kleinen Symbolen) ist die Erinnerungsarbeit erheblich leichter und weniger angstbesetzt. Dadurch verkürzt sich auch der Zeitraum.

Aus diesen Erfahrungen entstanden auch die anderen Straßen.

Jede Straße ist für einen

- Rückblick,
- eine Standortbestimmung und
- eine Vorausschau (Lebensziele) geeignet.

Es empfiehlt sich zu entscheiden, ob kurz-, mittel- oder langfristige Lebensziele bearbeitet werden sollen.

Absicht: Der Klient kann im Laufe der Arbeit Schritt für Schritt bedeutsame Ereignisse offen legen, erkennen und reflektieren. Weiter kann er erkennen, in welchen Entwicklungsphasen Störungen ihren Ursprung haben. So ist vieles nicht mehr "so unheimlich", wie die Klienten sagen.

Zusammenhänge zur aktuellen Lebenssituation können hergestellt werden. Schwarze Löcher werden gefunden. Alterskarten, die nicht mit Symbolen besetzt werden, wo jedoch Erinnerungen real möglich sind (z. B. 10. Lebensjahr), bezeichnen wir so.

Die Klienten haben schnell begonnen, die Arbeit mit der Lebensstraße auch als Informationsinstrument in dem Sinne zu nutzen, allen Klienten das mitzuteilen, was sie bis dahin nur einzelnen Klienten oder Therapeuten anvertraut haben.

Gefunden werden so auch Ereignisse, die bei dem Klienten Jahrestagsreaktion auslösen. Aus diesen Ereignissen kann ein Kalender angefertigt werden.

Anmerkung: Die Straße besteht aus 25 festen Pappkarten von 13 x 13 cm, die mit breitem Tesafilmstreifen zusammengeklebt sind. Sie werden wie ein Leporello so zusammengeklappt, dass sie in eine Stoffhülle von 40 x 13 cm passen. Aufgeklappt ist die Straße 325 cm lang. Die Straße ist wie folgt aufgeteilt:

Pränatal: Schwangerschaft (0 - 9 Monate), schwarz

Partus: Geburt, gelb

Oral: bis 24. Monat (2 Jahre), weiß

Anal: Bis 36. Monat (3. Jahr), grau

Phallisch - Ödipal: bis 72. Monat (6. Jahr), grün

Latenz: 6. bis 12. Lebensjahr, beige

Pubertät: bis 18. Lebensjahr, rot

Auf Anregung von Klienten haben wir 2003 die Pubertät auf das 11. Jahr „vorverlegt“. Die erste rote Karte ist also die 11. Eine zweite Straße gibt es in „alter“ Ausführung. Schließlich werden ja zwei verschiedene gebraucht. Welche verwendet wird entscheidet sich nach dem Geburtsdatum.

weitere Karten, blau (bis 24. Lebensjahr)

Weitere Karten stehen in jeweils einer Farbe für je zehn Jahre (bis zum 70. Lebensjahr) zur Verfügung und können angelegt werden

Diese Einteilung wurde vorgenommen, um eine Orientierung zwischen "normaler" und individueller Entwicklung zu ermöglichen. Orientiert ist sie am psychoanalytischen Modell. Diese Beschriftung befindet sich auf der Rückseite der Straße.

Ablauf: Die Lebensstraße wird auf dem Fußboden ausgebreitet und der Symbolkoffer dazu gestellt. Die Arbeitsweise und die Regeln dazu werden vom Therapeuten oder einem Klienten erläutert. Eine Zeitbegrenzung von 15 bis 20 Minuten ist sinnvoll. Danach wird nonverbal gearbeitet. Der Klient soll beim aktuellen Alter beginnen. Hat er dieses Alter mit ein bis drei Symbolen besetzt, beschäftigt er sich mit dem davor liegenden Jahr und so weiter. Alterskarten, für die kein Symbol gefunden wird, bleiben frei.

Es sollen nicht mehr als drei Symbole pro Karte verwendet werden, da die Besetzung der Karten möglichst spontan geschehen soll.

Hat der Klient diese Arbeit beendet, darf er sich eine kurze Pause nehmen (5 Minuten), um anschließend der Gruppe und dem Therapeuten die Bedeutung der Symbole zu erklären. Offensichtlich lösen diese Arbeitsschritte die Zunge. Die Klienten berichten überwiegend ausführlich und in großer Offenheit. Mit großer Regelmäßigkeit tauchen auch Bilder auf, von denen die Klienten meinten, sie hätten sie vergessen.

Er soll dabei nur unterbrochen werden, wenn Fragen zum Verständnis notwendig sind. Bei umfangreichen Arbeiten mit der Lebensstraße (Rückblick) kann es sinnvoll sein, wenn bei der Erläuterung durch den Klienten ein Tonband mitläuft oder von einem Dritten ein stichwortartiges Protokoll angefertigt wird. Das entbindet den Klienten jedoch nicht von einer eigenen Protokollierung. Größere Unterbrechungen (Stunde(n), Tage) sollen nur in außergewöhnlichen Situationen erlaubt werden.

Werden während der Bearbeitung Gegenstände verschoben, so ist darauf zu achten, dass sie immer an ihren ursprünglichen Ort zurück gelegt werden.

Besonderer Beachtung bedürfen die nicht benutzten Karten, wenn angenommen werden kann, dass Erinnerungen dort grundsätzlich möglich sind. Dabei handelt es sich oft um "schwarze Löcher", die es im Laufe der Arbeit aufzuhellen gilt.

Werden später (Stunden, Tage oder Wochen) Erinnerungen wach, so sind diese im Protokoll nachzutragen und als solche zu kennzeichnen.

Die weiteren Schritte dieser Arbeit sind:

- Suche nach Ressourcen (Anker),
- die Jahre mit Erinnerungslücken (schwarze Löcher) festhalten,
- betrachten, welche Ereignisse in welcher Entwicklungsphase geschahen. Dazu gehören immer wieder Informationen über die Bedeutung dieser Phasen.
- Suche nach besonders bedeutsamen Ereignissen und Formulierung von Themen zur Bearbeitung für die nächste/n Stunden.

Aus einem Sitzungsprotokoll

Werner (21 Jahre) hat in seiner Lebensstraße Holzfiguren verwendet, die außerhalb der Straße liegen. Ich frage die Klienten, ob ihnen etwas besonders auffällt. Wibke: "Die Figuren stehen nicht auf der Straße. Das ist mir schon aufgefallen, als Werner noch am Arbeiten war." "Was bedeutet das, Werner?" Werner ist überrascht und hat, wie er sagt, das nicht bemerkt. Er berichtet dann, das sei jeweils sein erster, zweiter und dritter Vater und in jedem Fall stehe auch die Mutter dabei. Den Personen sind Symbole (Schwert usw.) zugeordnet. Werner erklärt, diese stünden für Gewalt. Werner schildert dann ohne Aufforderung sehr zögernd Erinnerungen an Auseinandersetzungen zwischen den Eltern.

Ich frage Werner, ob er aufschreiben mag, welche Farbe die jeweilige Karte hat, als die Väter gingen bzw. kamen (+: Vater da, -: Vater weg). Werner schreibt auf: 1. Vater mit 3 - (grau), 2. Vater mit 4 + (grün), 2. Vater mit 11- (beige), 3. Vater mit 12 bis 21 + (beige/rot/blau), jedoch sehr selten zuhause.

Diese Ereignisse sind in späteren Sitzungen ein wesentliches Thema von Werner.

Aus einem Sitzungsprotokoll

Jenny (16 Jahre) berichtet, sie stehe unter großem Druck, habe einigen wenigen Klienten schon mehr von sich erzählt. Sie werde in den Sitzungen oft an eigene Erlebnisse erinnert, könne dann aber nichts sagen. Das könne sie nicht mehr aushalten. Sie müsse das alles los werden, könne das aber nicht einfach so erzählen. Sie möchte gerne ihre Lebensstraße legen. Vielleicht ginge es dann. Jenny legt dann die Lebensstraße (zittert anfangs am ganzen Körper, wird zusehends ruhiger). In 20 Minuten ist die Arbeit fertig. Nun sei sie erschöpft und ruhiger,

kommentiert sie die Situation. Ich frage sie, ob sie uns nun die Symbole der einzelnen Jahre erklären möchte.

Jenny berichtet vom letzten Entzug (16 Jahre), vom Tod ihrer Mutter durch eine Überdosis Heroin (15 Jahre). Sie selbst (Jenny) habe diesen Stoff besorgt und damit ja auch die Mutter getötet.

Jenny erzählt mit stockender Stimme und Pausen bis zu ihrem 6. Lebensjahr. Die Mutter war bereits bei der Geburt Jennys abhängig, und so hat Jenny immer in der Drogenszene gelebt, kannte nichts anderes.

„Als ich zur Schule kam, da wollten die Kinder nichts mit mir zu tun haben. Sie haben über meine Mutter geredet. Aber ich habe das nicht verstanden. Ich war wie ausgeschlossen. Vorher hatte ich mich auf die Schule und andere Kinder gefreut.“ Nach Jennys Bericht frage ich die Klienten, was ihnen besonders aufgefallen sei. Erst schweigen sie. Nach einer Pause äußern mehrere Klienten ihre Betroffenheit. Jennifer: „Dass sich Jenny sehr beherrscht hat beim Erzählen. Das kann ich ja auch gut verstehen. Als sie von den Kindern in der Schule erzählte, da war das anders. Da hatte Jenny ganz feuchte Augen.“

Nachdem wir alle Jahre noch einmal kurz besprochen haben, wird das Schulereignis für sie zum Thema in zweierlei Hinsicht. Erst mal das Gefühl der Außenseiterin („zwei Welten“, wie Jenny sagt).

Zweitens das Thema Weinen. Jenny möchte gerne wieder weinen können. Die Reaktion bei diesem Lebensalter hat es ihr fast erlaubt. „Jetzt kann ich das wenigstens schon sagen“, meint sie mit einigem Stolz.

Wir wollen die Arbeit schon abschließen, da meint sie, es sei noch was. Das habe sie aber noch nicht legen können. Ich frage sie nach dem Alter, in das dieses Ereignis gehöre. Jenny: „So im 3. oder 4. Jahr.“ Ich biete Jenny das Geheimniskästchen an und frage, ob sie das Geheimnis hineinlegen wolle? Sie nickt und legt es symbolisch in das Kästchen. Ob sie einverstanden sei, dass ich in jeder Sitzung danach frage? Sie bestimme aber, wann sie das Geheimniskästchen öffne. Jenny ist einverstanden.

An beiden Beispielen wird die Vielfältigkeit der Lebensstraße sichtbar. Sie liefert in kurzer Zeit viele diagnostische Informationen. Die Symbole zu legen, ohne erst mal darüber zu reden, nimmt viel Angst und fördert das Bedürfnis, mit den Erlebnissen nicht mehr alleine zu sein.

- Affekte (angemessene) werden wieder möglich.
- Nichts ist nur ein Einzelereignis. Die Klienten beginnen die Zusammenhänge zu sehen.
- Wenn die Arbeit in der Gruppe stattfindet, erfahren die Klienten schnell, dass auch andere Menschen ähnliche Erlebnisse hatten, was auch dazu führt, dass die Gruppe sie schnell stützt. Gerade dann, wenn Außenseiter die Arbeit gemacht haben, wird dies deutlich. Für sie es oft das erste Mal, dass sie nicht mehr Außenseiter sind, sondern Geborgenheit durch die Gruppe finden.
- Wesentliche Themen für die nächsten Sitzungen werden schnell gefunden.
- Alle Anwesenden sind gleich gut informiert und können den Klienten besser verstehen und im Alltag anders auf ihn reagieren.
- Andere Klienten werden an von ihnen zurückgestellte Themen erinnert und beginnen wieder zu arbeiten.
- Feedbacks werden fast immer in angemessener Form gegeben.
- Es wird wenig interpretiert, mehr gefragt und gespiegelt. Wahrnehmungen treten in den Vordergrund.

15. Wenn ein Jahresring daumendick wird - Baumscheibe

Absicht: In wesentlichen Teilen entspricht die Absicht die Arbeit mit der Lebensstraße. Häufig wird die Baumscheibe dann verwendet, wenn spezielle Jahre aus der Lebensstraße bearbeitet werden, ferner zur Aufdeckung der schwarzen Löcher (z. B. keine Erinnerung im 10. Lebensjahr), weiterhin der Arbeit mit den Klienten, die schon entsprechende Therapiefortschritte gemacht haben und ihr Leben aus dieser Sicht neu betrachten, aber auch mit ganz neuen Klienten, die unbedingt arbeiten wollen, sich aber noch nicht trauen, die Symbole zu verwenden. "Das ist noch zu direkt", so ein Klient. Auffallend ist auch, dass besonders "junge" Klienten zwischen dem magischen Charakter der Baumscheibe und dem spielerischen Charakter der Lebensstraße schwanken.

Recht gut geeignet ist die Arbeit mit der Baumscheibe für die Betrachtung von Lebensabschnitten, zu denen mit großer Wahrscheinlichkeit keine realen Erinnerungen vorhanden sind. In den schwarzen Löchern sind in der Regel für das Kind traumatische Grenzüberschreitungen, Verletzungen und Missbrauch verborgen.

Insgesamt bietet sie sich für Regressionsarbeit an.

Anmerkung: Es handelt sich um eine mindestens 10 cm dicke Scheibe. Sie sollte mindestens einen Durchmesser von 40 cm haben. Wir verwenden Baumscheiben von 50 cm und mehr (bis 120 cm). Daran können 4 bis 8 Klienten gleichzeitig arbeiten. Wichtig ist, dass die Jahresringe deutlich zu erkennen sind und sich gut voneinander abheben. Besonders eignet sich das Holz der Douglasien (Fichtenart mit rotbraunem Kernholz), aber auch das der heimischen Kiefer und Pappel.

Mindestens eine Oberfläche soll glatt gehobelt (nicht geschliffen) sein. Jeder Jahresring zählt ein Lebensjahr, der Kern stellt die Geburt dar. Dazu gehören Fähnchen, Stecknadeln mit kurzem Stift und farbigem Kopf (rot, schwarz und weiß).

Ablauf: Die Baumscheibe liegt auf dem Fußboden, die Klienten sitzen in bequemer Haltung um die Scheibe herum. Jeder Klient beschriftet ein Fähnchen mit seinem Namen und steckt es auf den Jahresring, der seinem aktuellen Alter entspricht. Die roten und schwarzen Stecknadeln liegen bereit. Je nach Aufgabenstellung wird gearbeitet.

Baumscheibe als Lebensstraße: Jeder Klient betrachtet den Jahresring, der seinem jetzigen Alter entspricht, ruhig und konzentriert. Er lässt seine inneren Bilder ablaufen, die in dieses Jahr gehören. Die Bilder, die für ihn die wichtigste Bedeutung haben, notiert er und steckt eine rote Nadel in den Jahresring. Nun wendet er sich dem nächsten Jahresring zu und so weiter. Jahre, in denen keine Bilder vorhanden sind, kennzeichnet er mit einer schwarzen Nadel. Hier ist allerdings zu unterscheiden, sind tatsächlich keine Erinnerungen vorhanden oder keine Bilder da. Ich habe im Verlaufe der vielen Stunden Arbeit mit der Baumscheibe noch nicht erlebt dass keine Bilder auftauchten. Diese Bilder werden ebenfalls notiert und mit einem schwarzen Punkt dahinter versehen.

Erinnerungen und Bilder werden später getrennt besprochen. Diese Bilder waren häufig Vorboten für das spätere Aufdecken der schwarzen Löcher. Der Zeitaufwand für diese Arbeit ist sehr unterschiedlich und muss in jedem Durchgang mit viel Fingerspitzengefühl entschieden werden.

Aus einem Sitzungsprotokoll

Heute arbeiten wir in einer kleinen Gruppe (Nadja, Maria, Andreas, Andre, Jennifer, Lisa und Werner). Andre will seine Lebensstraße legen. Die anderen Klienten wollen an der Baumscheibe arbeiten (jeweils Werner, Nadja, Maria und Lisa, Andreas, Jennifer an einer Scheibe).

Wir beschäftigen uns ausführlich mit Jennifers (16 Jahre) Linie auf der Baumscheibe. Sie erinnert sich bis zum 10. Lebensjahr, später bis zum 9. Lebensjahr. Dann gibt es wieder eine Erinnerung im 5. Lebensjahr. Uns fällt auf, dass in fast jedem Jahr ein Traum auftaucht. Wie sich bald zeigt, handelt es sich immer um denselben Traum, der für Jennifer sehr bedrohlich ist. Jennifer erzählt nach einigem zögern diesen Traum.

Bevor wir ihn zu deuten versuchen, einigen wir uns darauf, erst einmal festzustellen, wann sie ihn zum erstenmal geträumt hat. Ich sage Jennifer, ich denke, sie habe diesen Traum weit vor ihrem 9. Lebensjahr geträumt. In dieser Sitzung können wir uns bis zum 6. Lebensjahr vorarbeiten.

Dort ist eine Erinnerung an den Traum vorhanden. Jennifer ist sehr erschöpft, und wir beenden die Arbeit. Jennifer: "Ich war so in der Arbeit versunken, dass ich einen Jahresring so breit wie meine Hand gesehen habe." Auch andere Klienten berichten, dass die Jahresringe immer größer werden. Ich kann das aus eigenen Übungen bestätigen.

In einer späteren Sitzung arbeitet sie über den Traum mit der Lebensstraße. Dabei erreichen wir das 4. Lebensjahr. Schließlich fordere ich sie auf, den Traum auf die Alterskarte zu legen, von der sie meint, dort gehöre er hin. Sie legt ihn auf das 2. Lebensjahr.

Bei einem Besuch des Vaters (3 Tage später) sprechen wir mit dem Vater über die Traumbilder. Der Vater bestätigt, dass diese Bilder zu einer Reise gehören, die die Familie machte, als Jennifer etwa 1 1/2 Jahre alt war.

Schwarze Löcher

Entweder werden die Jahresringe mit schwarzen Stecknadeln gekennzeichnet, auf denen sich auf der Lebensstraße keine Symbole befanden, oder diese sind wie vorher beschrieben bereits gesteckt. Der Klient konzentriert sich nun auf einen Jahresring seiner schwarzen Löcher und lässt dazu innere Bilder entstehen. Über die Zeitdauer entscheidet der Klient. Der Therapeut greift dann ein, wenn er den Eindruck gewinnt, dass sich der Klient in einen tranceähnlichen Zustand begeben hat. Dies geschieht relativ oft und ist bis zu einem gewissen Punkt auch sinnvoll.

Die Bilder dieses Jahresringes werden anschließend besprochen, bei Bedarf durch eine Fantasieübung und/oder ein Rollenspiel, eine Skulptur unterstützt. Mehr als zwei Jahresringe sollten nicht pro Sitzung bearbeitet werden.

Die Ergebnisse werden möglichst vom Klienten protokolliert.

Jahr(e) aus der Lebensstraße

Gelegentlich ist es sinnvoll, einzelne Jahre, die mit Symbolen besetzt wurden, auf der Baumscheibe weiter zu bearbeiten. Die einzelnen Jahre werden auf der Baumscheibe abgezählt und durch eine rote Nadel gekennzeichnet. Dann werden die Symbole nochmals auf der Jahresstraße aufgebaut und kurz betrachtet, die Bedeutung in Erinnerung gerufen. Danach konzentriert sich der Klient auf den Jahresring auf der Baumscheibe.

Hilfreich ist, wenn andere Klienten die Aufgabe erhalten, Mimik, Gestik etc. genau zu beobachten und später dem Klienten mitzuteilen. Der Teil dieser Arbeit dauert etwa 5 bis 10 Minuten. Danach berichtet der Klient - meist müde - von seinen Erlebnissen. Die anderen Klienten berichten über ihre Beobachtungen.

Im folgenden Gespräch geht es darum, wie weit der Klient Zusammenhänge zwischen den Symbolen der Lebensstraße finden kann, ob neue Erinnerungen vorhanden sind, was er in einem neuen Licht sehen kann, ob Bestätigungen oder/und Entlastungen erlebt werden.

Wie vorher beschrieben, kann die Anwendung anderer Techniken zur Unterstützung folgen.

Neue Sicht

Klienten, die sich längere Zeit in Therapie befinden und Fortschritte gemacht haben, verwenden diese Arbeit für eine Rückschau. Die Lebensstraße wird noch einmal so aufgebaut, wie sie damals mit Symbolen besetzt wurde, und noch mal gemeinsam angeschaut. Anschließend betrachtet der Klient sein Leben auf der Baumscheibe aus heutiger Sicht. Diese Arbeit ermöglicht, dass der Klient Lebensereignisse im neuen Zusammenhang sieht, sie akzeptieren kann. Es muss nicht mehr der Versuch unternommen werden, etwas auszulöschen oder ungeschehen zu machen. Die neue Sicht, das gehört zu meinem Leben, und ich weiß, wie ich in Zukunft ähnliche Situationen verhindern kann, genau das ist, was den Klienten weiter stabilisieren kann.

Symbole sind noch zu direkt

Diese Arbeit ist ein notwendiger Umweg bei Klienten, denen die Arbeit mit der Lebensstraße zu direkt ist. Sie beginnen mit der Baumscheibe. Ich mache sie jedoch darauf aufmerksam, dass sie möglicherweise Angst bekommen.

Diese Aufgabe übernehmen auch oft Klienten, die eine ähnliche Erfahrung bereits gemacht haben. Ich biete ihnen an, dass sie, trete der Fall ein, sofort aufhören und dann mit der Lebensstraße weiter arbeiten können.

Die Klienten fühlen sich vor der Baumscheibe alleine, die auftauchenden Bilder verwirren sie, sie haben Angst und beenden die Arbeit dann schnell. Dafür werden sie gelobt. "Verwirrung kennst Du zu gut, und sie hat Dir keinerlei Hilfe gegeben. Du brauchst Dich ihr nicht weiterhin auszusetzen", heißt es dann beispielsweise.

Der Klient steigt dann in der Regel auf die Lebensstraße um.

Fantasie Anale und Orale Phase, Geburt

Die Jahresringe, zu denen mit großer Wahrscheinlichkeit keine realen Erinnerungen mehr möglich sind, werden mit weißen Nadeln gekennzeichnet. Mit entsprechender Vorbereitung wird der Jahresring, wie bereits beschrieben, betrachtet.

Als Hilfsmittel werden beispielsweise kuschelige Decken, Kissen, Kuscheltier, Schnuller u. ä. benutzt. Die Klienten halten sich gegenseitig. Nach der Phase der Betrachtung werden die Augen geschlossen, und die Klienten versuchen, alle inneren Bilder zuzulassen. Auf ein vereinbartes Signal geben die Klienten Decke, Kissen (außer Kuscheltier und Schnuller) usw. ab. Nach einer Besinnungsphase beginnen wir, über die Erlebnisse zu sprechen. Zu Beginn spielen überwiegend angenehme (außer bei Adoptivkindern) Erlebnisse aus dieser Übung eine Rolle.

Dem folgen Befürchtungen, Ereignisse, die sie vom Hören und Sagen kennen (Oma hat mir erzählt), Vorhaben (das werde ich meinen Vater beim nächsten Besuch fragen), selten auch wiederentdeckte Erinnerungen (Ende 2. bis 3. Lebensjahr). Übrig bleiben erst mal diffuse Ängste, Befürchtungen und ähnliches mehr. Letzteres wird in Abständen wieder zum Thema in Therapiesitzungen.

Weitere Straßen

Jahresstraße: Diese Straße besteht aus 12 Karten und ist von 1 bis 12 beschriftet. Sie dient vor allem der Vorschau (z. B. Ziele in den nächsten Monaten, im nächsten Jahr) und einer Rückschau.

Monatsstraße: Fünf Sätze zu je fünf roter Einzelkarten, jeweils beschriftet Mo., Di., Mi., Do., Fr. Vier Sätze zu je zwei grüner Einzelkarten, jeweils beschriftet Sa. und So.. So kann die Straße in der jeweiligen Monateinteilung zusammengelegt werden.

Sie wird wie die Jahresstraße verwendet.

Wochenstraße: Für jeden Tag ist eine Karte vorhanden (beschriftet von 1 bis 7). Der Einsatz ist zu handhaben wie beispielsweise bei der Monatsstraße. Als Eignung kommt hier besonders hinzu, dass aktuelle Konflikte besser deutlich gemacht werden können.

Tagesstraße: Diese beginnt mit einer weißen Karte (für Schlaf, Traum und Aufwachen). Ihr folgen 12 Karten (von 1 bis 12 beschriftet), und sie endet mit einer weißen Karte (Einschlafen, Schlaf und Traum).

Die Verwendung der Tagesstraße eignet sich für eine Vorschau, für die Bearbeitung von Tagesereignissen und - bei einer Rückschau - besonders gut für die Arbeit über konfliktreiche Ereignisse.

Stundenstraße: Sie wird wie die Tagesstraße verwendet und sollte bei brandaktuellen Ereignissen (Konflikten, Lösungen...) eingesetzt werden.

Sie hat eine 5-Minutenaufteilung (Beschriftung: 5, 10, 15 usw.).

16. Ohne Nahrung kein Leben - Die Rose von Jericho

Absicht: Ritual der Hoffnung, Ressourcen und Anker finden und setzen. Welche Nahrung brauche ich, um mich zu öffnen, aufzublühen. Was ist notwendig um offen zu bleiben?

Einsatzbereich: Vertrauen, Konfrontation und Wahrnehmung.

Zeit: Bis zur Dauer einer Sitzung. Eine Wiederholung in geeigneten Abständen ist zu empfehlen.

Vorbereitung und Material: Rose von Jericho, Teller, Pipette, Gießkanne für Zimmerpflanzen, Wasser. Sinnvoll ist es, mehrere Rosen zur Verfügung zu haben.

Die Pflanze rollt sich ohne Wasser zu einer unscheinbaren Kugel zusammen. Nur wenige Tropfen Wasser genügen, damit sie sich zu öffnen beginnt, lebt und ihre Schönheit sichtbar wird. Heimisch ist sie in trockenen, wasserarmen Gebieten.

Die Rose wird im trockenen Zustand auf einen tiefen Teller gelegt. Pipette, Gießkanne und Wasser sind bereitgestellt.

Ablauf: Der Therapeut erzählt die Geschichte der Rose, abgestimmt auf den oder die Klienten. Das kann etwa so eingeleitet werden:

"Du denkst, dass du so unscheinbar, vielleicht auch so hässlich bist, wie diese Rose. Du fragst dich, womit diese Pflanze den Namen Rose verdient. Eine Rose, wie du sie kennst, ist doch ein Symbol für Schönheit. Die Rose von Jericho lebt in Gegenden, in denen es oft und lange trocken ist. Sie kann keine Wurzeln schlagen und wird, wenn der Wind weht, mal in die eine, mal in die andere Richtung getrieben. Regnet es oder ruht sie in einer Vertiefung, in der sich Feuchtigkeit bildet, dann beginnt sie vorsichtig zu wurzeln, und sie öffnet sich ebenso behutsam.

Je mehr Feuchtigkeit sie aufnimmt, desto mehr kann sie sich entfalten. Du kannst dieser Rose jetzt mit der Pipette oder der Gießkanne Nahrung geben. Beobachte einfach, was dann geschieht. Wenn Du magst, ziehe Vergleiche zu dir.

Du kannst zum Beispiel jedem Tropfen einen Namen geben, Dir dabei vorstellen, welche Nahrung du zur Entfaltung und Sammlung von Hoffnung brauchst."

Die Arbeit zieht den Klienten schnell in den Bahn. Die Erwartung, was geschehen wird, schafft die gewünschte Spannung, die der Konzentration auf das Thema förderlich ist.

Der Klient bestimmt, wie viel Wasser er der Rose gibt. In der Regel ist dies davon bestimmt, was ihm an Wünschen nach Nahrung einfällt oder wie mutig er ist, seine Ressourcen zu sehen und auszusprechen.

Wird die Arbeit in der Gruppe durchgeführt, dann soll vorher vereinbart werden, ob die Gruppenmitglieder Wünsche und Stärken, die sie bei dem Klienten, der mit der Rose arbeitet, vermuten oder kennen, aussprechen dürfen.

Die Arbeit ist gut geeignet, um die Situation der Gruppe besser sehen zu können. Auf diesem Weg lassen sich Wünsche, Forderungen, Kritik und Vorschläge leichter aussprechen.

Soll die Rose in kürzeren Abständen eingesetzt werden, dann sollten mehrere Exemplare zur Verfügung stehen. Es kann einige Tage dauern, bis eine Rose so ausgetrocknet ist, dass sie sich wieder zu einer Kugel geschlossen hat. Die Phase des Austrocknens und sich Schließens kann ebenfalls Gegenstand der Arbeit sein.

Variationen: Siehe auch Anker, Schatzkästchen und Abschied.

> Anker: Die Interventionen Anker und Rose von Jericho können gemeinsam durchgeführt werden.

> Schatzkästchen: Für die gefundenen Ressourcen können Symbole gefunden und ins Schatzkästchen gelegt werden.

> Aktuelles Stimmungsbild einer Gruppe: Jeder Klient geht zur Rose, nennt ein oder mehrere Gründe dafür, was ihm an der Gruppe wichtig ist. Dafür gibt er ihr entsprechend viel Wasser. Betrachtet er den aktuellen Zustand der Gruppe als negativ, so spricht er einen Wunsch an die Gruppe aus oder benennt, was er zu tun bereit ist, die Gruppe wieder zu aktivieren. Dafür gibt er ihr die nach seiner Meinung passende Menge Wasser. Weitere Variationen dazu sind denkbar.

> Abschied: Nimmt der Klient beispielsweise Abschied von der Gruppe, so kann er z. B. im Zusammenhang mit der Intervention Abschied rückschauend für alles, was zu seinen Veränderungen beigetragen hat, der Rose Wasser geben. Gleiches kann die Gruppe für ihn tun.

Es ist davon abzuraten, als Ziel zu haben, die Rose müsse sich immer vollständig öffnen. Klienten haben oft den Wunsch oder das Bestreben, sie geben daher schnell zuviel Wasser an die Rose. Von daher ist jede Menge Wasser genauer zu bestimmen, bevor sie an die Rose abgegeben wird.

Dem kann vorgebeugt werden, wenn der Vorgang des Öffnens unabhängig von einer Intervention einmal gezeigt wird.

Die Rose von Jericho eignet sich als Geschenk an Klienten.

Hinweise: Die Rose von Jericho ist auf Märkten und im Handel (Alternative Läden, "Das Alternative Branchenbuch") erhältlich. Der Rose liegt ein Beipackzettel mit brauchbaren Informationen bei. Darauf befindet sich auch der Text von Felix Timmermans "Die Christrose".

17. Verwirrung der Gefühle klären - Inseln der Gefühle, Eigenschaften und Lebensziele

Absicht: Über Gefühle reden ist eines der heikelsten Themen in der ersten Zeit der Therapie. Was löst bei mir welche Gefühle aus? Welche Gefühle löse ich bei anderen aus? Lasse ich Gefühle zu? Wann drücke ich Gefühle weg? Welche Rolle spielen/spielten Gefühle in meiner Familie?

Wie sehe ich Gefühle? Wie erlebe ich Gefühle? Diese und eine Reihe weiterer Fragen sollen Thema werden. Dies verbal darzustellen, ist den Klienten lange Zeit nicht möglich. Mit diesen Materialien ist der Zugang dazu erheblich leichter.

Das trifft auch auf Eigenschaften und Lebensziele zu.

Anmerkung: Wasser ist durch ein 1, 50 x 1, 50 cm großes Stück Jeansstoff dargestellt. Dazu gehören 22 Inseln aus dünnem Sperrholz. Sie sind auf einer Seite wie folgt beschriftet: Angst, Ärger, Befürchtung, Depression, Einsamkeit, Freude, Furcht, Glück, Kummer, Liebe, Lust, Macht, Neid, Schuld, Sorge, Stolz, Scham, Schmerz, Sehnsucht, Trauer, Wut, Zorn.

Die Rückseiten sind mit schwarzer Schiefertafelfarbe gestrichen. Diese Seiten können zur Ergänzung von Gefühlen oder für die Arbeit Eigenschaften und Lebensziele verwendet werden, indem man sie mit Kreide beschriftet.

Weiter gehört dazu ein kleines Holzschiff mit Segel, 10 naturfarbene Spielfiguren (Form, wie bei „Mensch ärgere Dich nicht“), Kreide und eine Boje mit einer gelben und einer schwarzen Seite. Die gelbe Seite steht für angenehme, die schwarze Seite für unangenehme Gefühle. Die Spielfiguren werden u. a. für Personen verwendet. Das Schiff dient dem Transport, es ankert in der Nähe einer Insel, auf dem Schiff befindet sich eine Figur (Mensch), den der Klient in seiner Nähe, aber nicht auf der Insel haben möchte, und so weiter.

Das Material eignet sich auch gut für eine Analyse der Gruppensituation.

Alle Klienten können sich beteiligen.

Ablauf: Wie immer wird das Material erklärt und die Möglichkeiten dargestellt, die es als Hilfsmittel zur Klärung erfüllen kann.

Aus einem Sitzungsprotokoll

Gunda (14 Jahre) und Andreas (20 Jahre). Sie haben eine Beziehung miteinander, die mit einer Reihe von Konflikten begleitet ist. Beide machen den aktuellen Stand der Beziehung zum Thema in dieser Sitzung.

Gunda auf meine Frage, was genau ihr Thema sei: „Ich blicke nicht mehr durch. Ich weiß nicht mehr, welches Gefühl ich habe. Bin verwirrt. Können wir mit den Inseln der Gefühle arbeiten?“ Ich beantworte die Frage mit ja, will jedoch vorher noch hören, was Andreas zu der Situation sagt und ob er auch mit diesen Materialien arbeiten will bzw. ob sie das gemeinsam tun wollen. Andreas berichtet ähnlich wie Gunda.

Wir einigen uns nun auf folgende Vorgehensweise. Jeder sucht sich die Inseln heraus, von denen er meint, dass sie derzeit eine wesentliche Rolle spielen. Gunda sucht folgende Inseln heraus: Befürchtungen, Angst, Schmerz, Sorge, Trauer und Liebe. Andreas entscheidet sich für die Inseln Einsamkeit, Glück, Schuld, Sehnsucht, Freude und Stolz.

Im Anschluss sprechen wir jedes Gefühl durch und versuchen, eventuelle Zusammenhänge aufzuspüren. In dieser Phase ist schon erheblich weniger Verwirrung vorhanden. Sichtbar wird, dass nicht alles, was auf die Beziehung geschoben wurde, auch direkt damit zu tun hat.

So arbeiten wir weiter, bis gut sortiert ist.

Wir besprechen noch einmal alle Inseln unter der neuen Betrachtungsweise durch. Dazu sitzen Gunda und Andreas so vor einem Standspiegel, dass sie sich anschauen können. Jeder erzählt dem anderen die Bedeutung der Gefühlsinseln aus der jetzigen Sicht. So werden die Zusammenhänge noch deutlicher.

Gunda und Andreas haben die Aufgabe, ihre unangenehmen Gefühle auf die schwarze Seite der Boje und die angenehmen auf die gelbe Seite der Boje zu ordnen. Was auf den ersten Blick auf die gelbe Seite gehört (z. B. Liebe, Glück) können sie dieser Seite nicht zuordnen. Sie liegen in der Mitte. Ich frage: „Was ist mit den Inseln in der Mitte?“ Gunda: „Ich weiß nicht. Ich dachte, das sei einfach.“

Frage: „Bleiben wir bei Liebe. Ist das Wunsch oder Wirklichkeit?“

Gunda: „Mehr Wunsch als Wirklichkeit.“ Frage: „Auf welche Seite gehört die Insel dann?“

Gunda: „Auf die schwarze Seite.“ Und so weiter. So werden die Inseln, die in der Mitte liegen, und die schon zugeordneten noch mal geprüft. Schließlich sind beide der Meinung, so liegen sie nun richtig. Wir zählen die Inseln auf beiden Seiten getrennt. Sowohl Gunda als auch Andreas haben auf der schwarzen Seite erheblich mehr Gefühlsinseln liegen als auf der gelben Seite. Diese Situation wird neues Therapiethema.

Bei der Verwendung der Materialien bei der Auseinandersetzung mit Eigenschaften und Lebenszielen wird ähnlich verfahren, dafür die Rückseiten der Inseln benutzt (Schiefertafelfarbe).

18. Innere Bilder nach außen kehren - Dornen, Federn, Gold, Sand, Scheiße, Steine, Watte

Absicht: Die Materialien haben einen eher archaischen Charakter. Die Betroffenen verlieren sich schnell im Spiel, Konzentration auf die Sache wird sehr schnell erreicht, die Umgebung (Raum, Gruppe, Geräusche) als nicht mehr störend wahrgenommen.

Die Materialien ermöglichen offensichtlich, dass der Klient beim Entstehen des Bildes innere Korrekturen (Abwehr) im Sinne von Rationalisierungen und Intellektualisierungen weitgehend außer acht lässt. Er dringt ohne große Umwege zum Thema vor.

Auf diesem Weg werden offensichtlich auch unbewusste, verdrängte und bis dahin bewusst zurückgehaltene Informationen zu Tage gefördert.

Berichte der Klienten und der weitere Verlauf der Sitzungen bestätigen dies. Die Arbeit mit diesen Materialien hat insofern auch einen großen diagnostischen Wert. Die Arbeit dauert, von Ausnahmen abgesehen, etwa 20 Minuten.

Diese Materialien können auch für Genogramme und Soziogramme verwendet werden.

Anmerkung: Jedes Material befindet sich in einem Stoffbeutel von 17 x 21 cm. Mehrere Sets stehen zur Verfügung.

Bedeutung der Materialien:

Dornen: Trauer, Schmerz, Verletzungen ... (unangenehme Gefühle). Es handelt sich um 5 cm lange Stücke von wilden Brombeersträuchern oder von dickstieligen Rosen.

Federn: Liebe, Wärme, Zärtlichkeit... (angenehme Gefühle). Die Kopfkissenfedern erhält man in der Regel in Fachgeschäften kostenlos als Bastelmaterial.

Ursprünglich haben wir nur Watte verwendet. Sie wird jedoch häufig im Sinne von Nebel verwendet („Da ist was, das ist mir aber unklar.“ „Da ist was, das will ich aber noch nicht sagen.“). Von daher sind die Sets jetzt so gestaltet, dass Federn und Watte zur Verfügung stehen.

Gold: Alles, was mir wertvoll ist. Es handelt sich um mit Goldbronze an gestrichene Steine.

Sand: Was mir in den Händen zerrinnt.

Scheiße: Spricht für sich. Auch für „Schmutzecken“ oder Kriminalität. Katzenstreu aus kompostierbarem Katzenstreu („Victory Cat“).

Steine: Härte. Kälte. Einsamkeit. Mauer.

Watte: Nebel. „Ich weiß, da ist was. Ich weiß aber nicht, was es ist.“

Die Klienten dürfen die Bedeutungen erweitern und verändern, wovon sie allerdings selten Gebrauch machen. Eine Änderung ergab sich bei der Watte (siehe oben), Sand wird gelegentlich im Sinne von Sandburg oder als Weg verwendet. Bei Steinen kam die Bedeutung als Mauer (Abwehr, Schutz, sich alleine machen) hinzu.

Hinzu gehört ausreichend Papier (möglichst DIN A 3), auf dem das Bild entsteht. So lassen sich die einzelnen Materialien später leicht in die Stoffbeutel zurück sortieren.

Ablauf: Das Papier wird auf dem Fußboden oder Tisch ausgelegt, und die Stoffbeutel werden geöffnet zur Verfügung gestellt. Die Bedeutung der Materialien werden vom Therapeuten oder einem Klienten erklärt.

Der Klient arbeitet nun, bis sein Bild fertig ist, und erklärt es. Danach sind Verständnisfragen erlaubt. Das Bild wird nun ausführlich besprochen. Das weitere Vorgehen entwickelt sich aus dieser Vorgabe.

Aus einem Sitzungsprotokoll

Jürgen (20 Jahre) will seine derzeitige Situation in der Therapieeinrichtung herausfinden. Er meint, ihm sei überhaupt nichts mehr klar. Jürgen will mit Dornen, Gold .. arbeiten (Anmerkung: Federn befanden sich damals noch nicht im Set). Jürgen legt sein Bild und braucht dafür etwa 10 Minuten. Jürgen erklärt: Der geöffnete Steinkreis bedeutet, er sei sehr alleine und könne auch nicht auf andere Klienten zugehen.

Das Goldstück in der Mitte sei er. Er sei sich inzwischen etwas wert und wolle in jedem Fall in der Therapieeinrichtung bleiben. Die Watte, die das Goldstück unsichtbar macht, sei Wärme. Er könne sich nicht als Goldstück zeigen. Was bedeutet das Stück Watte, das durch die Steinmauer geht?

Jürgen: „Wärme, die ich hier bekomme, wie noch nie in meinem Leben. Ich gebe auch was davon ab. Das ist die Watte, die bis auf den Sand geht.“

„Die Watte ist also die Wärme, die Du bekommst und gleichzeitig die Wärme, die Du abgibst?“ Jürgen: „Ja!“ „Und die Watte verdeckt dich? Ich sehe das Goldstück nicht.“ Jürgen: „Ich weiß nicht. Ich müsste wohl das Goldstück auf die Watte legen.“ „Du hast das Goldstück aber unter die Watte gelegt.“

Jürgen: „Ich denke, oh, ist das kompliziert. Ich fühle schon, wie das ist, wie ich das meine. Aber ich kann's so schwer erklären.“ „Versuchs.“ Jürgen: „Das ist auch wie Nebel. Also, die Wärme ist schön. Ich möchte das auch können. Ich denke, dadurch übersehen mich die anderen auch.“ „Du siehst dann mehr die anderen Klienten und weniger dich als Goldstück?“

Jürgen beginnt diesen und andere Zusammenhänge im Laufe der Arbeit zu sehen.

„Du hast noch nichts zum Sand gesagt.“ Jürgen: „Zwei Bedeutungen. Ich wage mich ein bisschen aus der Mauer raus zu den anderen. Aber ich kann nichts festhalten. Verstehst du?“ „Was bedeuten die Dornen neben dem Sand?“

Jürgen: "Das ist meine Mutter." Erstaunen bei allen in der Runde. Jürgen hat bisher ein sehr positives Bild von seiner Mutter gezeichnet. Das sage ich Jürgen, die Klienten stimmen zu. Jürgen ist verlegen und kann das nicht erklären.

Jürgen: „Ich habe euch nicht angelogen, aber es ergab sich hier so.“

„Willst Du wissen, was das bedeutet?“ Jürgen (nach langem Zögern): „Ja“.

Er ist einverstanden, eine Skulptur von seiner Mutter zu machen.

Andreas stellt Jürgens Mutter dar. Jürgen schaut die Skulptur oft an und korrigiert. Schließlich dreht er das ihm zugewendete Gesicht so, dass es zur .Seite schaut.

Jürgen ist sehr erschöpft. Daraus entstehen viele Auseinandersetzungen in späteren Sitzungen über die Rolle seiner Mutter, die dann weg schaute, wenn Jürgen ihre Hilfe gebraucht hätte.

Aus dem Sitzungsprotokoll

Maria (13 Jahre) meldet zum erstenmal ein Therapiethema an.

Sie will ihre Lebensgeschichte mit Dornen, Federn, Gold, Sand, Scheiße, Steine, Watte darstellen. Maria arbeitet 1 Stunde an ihrem Bild. Es gelingt ihr, was ich nicht für möglich hielt, in großer Offenheit eine Fülle von Ereignissen, Gefühlen, Verletzungen und Zusammenhängen mitzuteilen

Zum Bild: Unter anderem hat Maria auf die linke Seite, der Seite des Vaters, viel Watte gelegt. Sie stellt sie bei der Beschreibung als Wärme dar.

Den Klienten fällt auf, dass Marias Sprache und Verhalten alles andere als Freude vermittelt. Wir sprechen Maria daraufhin an.

Im Verlauf der Stunde wird deutlich, Maria deckt mit der Watte etwas zu. Sie hat die Watte als Nebel verwendet. Sie merkt dies und will an diesem Punkt nicht weiter arbeiten. Maria: „Ich weiß, dass da was ist. Jetzt will ich nicht darüber sprechen. Aber es ist nun mal passiert, dass ich das so gelegt habe.“

Kurze Erläuterung zum Bild. Maria in der Mitte. Sie liegt mit ihrem Bruder in der Mitte. Durch eine Schnur sind sie mit Vater (linke Seite) und Mutter (rechte Seite) verbunden. Die Dornen zwischen den Eltern sind deren Beziehung. Marias Kindheit beginnt im Bildhintergrund. Der Vater ist abhängig von Heroin, die Mutter medikamenten- und alkoholabhängig.

Bei beiden Beispielen gilt, dass die Klienten zum Abschluss der Sitzung eine Skizzenprotokoll angefertigt haben und die Bilder zusätzlich fotografiert wurden. Teile aus den Bildern wurden in späteren Sitzungen wieder zum Thema.

19. Biographie

Wilfried Schneider, Jahrgang 1946, geboren in Niederndorf, Kreis Siegen, lebt in Ahrensburg bei Hamburg. Modelltischler, später Besuch der Fachschule für Sozialpädagogik in Hamburg. Tätigkeit als Erzieher (Vorschulerziehung, Arbeit mit behinderten Menschen). Aufbau verschiedener Projekte im pädagogischen Bereich, darunter die Straßentheatergruppe "Nebelhörner" mit blinden und sehbehinderten Kindern und Jugendlichen. Freier Journalist, zahlreiche Veröffentlichungen in Hörfunk, Zeitungen, Büchern, darunter mit H. Mundzeck "Praktische Medienerziehung" (Beltz Verlag). 1982 bis 1997 Mitglied der Jury "Preis der deutschen Schallplattenkritik", 4 Jahre Mitglied der "Arbeitsgruppe Sesamstraße" beim NDR, Mitarbeit an Fernsehfilmen, diverse Lehraufträge und Referententätigkeit (Medienpädagogik, Sozialtherapie, Ökologie).

Ausbildung als Integrativer Sozialtherapeut am AISF, Göttingen und Hypnoseausbildung (Dr. Halama, Hamburg). Seit Nov. 92 Mitarbeiter im COME IN! – Hamburg -Therapiehilfe e.V. (2jährige stationäre Therapie mit drogenkranken Kindern und Jugendlichen). Entwicklung kreativer Therapiematerialien seit 1994. Arbeit an einem Handbuch über "Therapeutische Interventionen". Entwicklung und Herausgabe von Therapiekoffern für kreative und nonverbale Interventionen. Seit 2001 aktive Zusammenarbeit mit RRJETA e. V. (Ausbildung und Teambegleitung von Mitarbeitern/Mitarbeiterinnen, Eltern aus der Drogenarbeit in Slowenien, Bosnien-Herzegowina, Kosovo).

Zahlreiche Workshops, Begleitung von Teams in Aufbauphasen und Teams in schwierigen Situationen (Therapeutisches- und pädagogisches Handeln, Konfliktklärungen, Kommunikation und Streiten, Organisation) und Vorträge in Europa.

Aktuelle Arbeitsschwerpunkte: Therapie (Symbole als Interventionsstrategien), Therapie mit drogenkranken Kindern, Drogen, "Schnüffeln", Selbstverletzendes Verhalten, Grauzone Alkohol in Lebensmitteln, Süßigkeiten und Getränken, Selbsthilfe im Internet, Interview-Reihe mit Otto Kernberg, Hilarion Petzold, Martin Kirschenbaum, Ulrich Sachsse, Konstantin Wecker.....

20. Literatur Rituale und Symbole

Anmerkungen

1. In erster Linie geht es bei meinem Thema um den Bereich der Rituale und Symbole als Interventionstechniken in der Therapie. Es versteht sich von selbst, dass dazu auch das theoretische und kulturhistorische Verständnis gehört. Trotzdem liegt das Augenmerk an erster Stelle auf Möglichkeiten der praktischen Umsetzung. Das heißt: „Was kann ich wann und wie mit welchem Ziel ganz konkret in der therapeutischen Situation tun?“ Alle Interventionen erlangen dann besondere Bedeutung, wenn Sprache alleine nicht zur Findung und Klärung ausreicht. Daher geht es auch immer um die Rolle der Sprache.

In diesem Sinne erfolgt die Literaturliste an erster Stelle.

2. In den diversen Esoterikreihen finden wir häufig das Wort Symbol oder Ritual im Titel oder Untertitel. Nur mit wenigen Ausnahmen haben diese Titel mit meinem Thema zu tun.

3. In dieser Literaturliste sind im Unterschied zum Literaturverzeichnis meiner Arbeit „Regeln, Riten und Symbole in der Therapie mit drogenkranken Kindern und Jugendlichen – Handwerkszeug“ keine Titel aufgenommen, in denen ich Interventionen fand, die ich in begreifbare Therapiematerialien umgesetzt habe. Beispiel: Haley, J.: „Ansätze zu einer Theorie pathologischer Systeme“, in: Watzlawick, P. (Hg.): „Interaktionen“, München 1990, Seite 61 bis 83. Darin ist das Beziehungsdreieck oder Perverse Dreieck beschrieben. Daraus entstand das Therapiematerial Beziehungsdreieck.

Adorno, W. Theodor: „Jargon der Eigentlichkeit – Zur deutschen Ideologie“, Frankfurt/Main (Suhrkamp Verlag), SV 91, 139 Seiten

Aveni, Anthony: „Rhythmen des Lebens. Eine Kulturgeschichte der Zeit“, Stuttgart (Klett – Cotta), 1991, 467 Seiten

Axline, Virginia M.: „Kinder – Spieltherapie im nicht - direktiven Verfahren, München (Ernst Reinhardt Verlag), Beiträge zur Kinder – Psychotherapie, Band 11, 1993, 342 Seiten

Banzhaf, Hajo: „Der Mensch in seinen Elementen – Feuer, Wasser, Luft und Erde. Eine ganzheitliche Charakterkunde“, München (W. Goldmann Verlag), TB 12216, Reihe Esoterik, 1994, 222 Seiten

Bühler, Charlotte: „Der Welttest“, in: Die Tests in der klinischen Psychologie“, Zweiter Halbband, Zürich (Rascher Verlag), 1955, Seite 698 bis 714

Burian, Wilhelm: „Die Rituale der Enttäuschung. Die Psychodynamik der Droge und die psychoanalytische Behandlung der Drogenabhängigkeit“, Wien (Picus Verlag), 1994, 152 Seiten

Caduff, Corina u. Pfaff - Czarnecka (Hg.): „Rituale heute. Theorien – Kontroversen - Entwürfe (10 Aufsätze), Berlin (D. Reimer Verlag), 1999, 230 Seiten

Cassirer, Ernst: „Philosophie der Symbolischen Formen, Sonderausgabe (5 Bände)“, Darmstadt (Wissenschaftliche Buchgesellschaft), 1953 bis 1994

Band 1: Erster Teil: Die Sprache, 300 Seiten, Band 2: Zweiter Teil: Das mythische Denken, 311 Seiten, Band 3: Dritter Teil: Phänomenologie der Erkenntnis, 560 Seiten, Band 4: Wesen und Wirkung des Symbolbegriffs, 230 Seiten, Band 5: Index, 92 Seiten

Cooper, J. C.: „Illustriertes Lexikon der traditionellen Symbole“, Leipzig (Drei Lilien Verlag), 1968, 239 Seiten

Corbin, Alain: „Die Sprache der Glocken. Ländliche Gefühlskultur und symbolische Ordnung im Frankreich des 19. Jahrhunderts“, Frankfurt a. M. (S. Fischer Verlag), 1995, 501 Seiten

„Delikate Rituale des Alltags“. Eine 8teilige Serie. Fernsehen von KANAL 4 „Tabu“, Köln. Gesendet bei RTL, Januar bis August 1997, Länge jeweils 30 Minuten. Die Themen: 1. „Spucke & Rotz“, 2. „Knicke & Diener: Begrüßung“, 3. „So´ne Scheiße“, 4. „Blut“, 5. „Küß´mich“, 6. „Vom Spachteln & Speisen“, 7. „Liebe an & für sich“, 8. „Vom Duften & Stinken“.

- Derra – Wippich, Ingrid:** „Rituale mit Kindern und Jugendlichen“, Heidelberg (Carl–Auer–Systeme-Verlag), 1992, Vortrag / Workshop 1992, 3 Cassetten (I, II, III)
- Douglas, Mary:** „Ritual, Tabu und Körpersymbolik. Sozialanthropologische Studien in Industriegesellschaft und Stammkultur“, Frankfurt a. M. (Fischer Taschenbuch Verlag, Bd.7365), 1986, 254 Seiten
- Dührsen, Sabine:** „**Handlung und Symbol – Ambulante analytisch orientierte Therapie mit Psychosepatienten**“, Göttingen (Vandenhoeck & Rupprecht), 1999, 152 Seiten
- Ehrenberg, Darlene Bergmann:** „Jenseits der Wörter. Zur Erweiterung der psychoanalytischen Interaktionen“, Stuttgart (Klett - Cotta), 1996, 236 Seiten
- Eibel – Eibesfeld, Irenäus:** „Das verbindende Erbe. Expedition zu den Wurzeln unseres Verhaltens“, München (Wilhelm Heyne Verlag, TB Sachbuch 242), 1991, 384 Seiten
- Erikson, Erik H.:** „Kinderspiel und politische Phantasie – Stufen der Ritualisierung der Realität“, Frankfurt a. M. (Suhrkamp Verlag), 1978, 140 Seiten
- Erikson, Erik H.:** „Kindheit und Gesellschaft“, Stuttgart (Ernst Klett Verlag), 1968, 426 Seiten
- Erikson, Erik H.:** „Identität und Lebenszyklus. Drei Aufsätze“, Frankfurt a. M. (Suhrkamp Verlag), 1971, 224 Seiten
- Erikson, Erik H.:** „Der vollständige Lebenszyklus“, Frankfurt a. M. (Suhrkamp Verlag, Suhrkamp Taschenbuch Wissenschaft 737), 1988, 143 Seiten
- Eschenbach, Ursula (Hg.):** „Das Symbol im therapeutischen Prozeß bei Kindern und Jugendlichen“, Stuttgart (Adolf Bonz Verlag), 1978
- Fabri, Albrecht:** „Der schmutzige Daumen – Gesammelte Schriften“, Frankfurt a. M. (Zweitausendeins), 2000, 758 Seiten. Darin diverse wichtige Beiträge zum Thema vom Sinn und Unsinn der Sprache.
- Feinstein, David und Krippner, Stanly:** „Persönliche Mythologie. Die Psychologische Entwicklung des Selbst“, Basel (Sphinx Medien Verlag) 1987, 496 Seiten
- Flusser, Vilem:** „Gesten. Versuch einer Phänomenologie“, Frankfurt a. M. (Fischer Taschenbuch Verlag, Reihe Fischer Wissenschaft, Band 12241), 1994, 239 Seiten
- Freud, Anna:** „Psychoanalyse der Kindheit“, Frankfurt a. M. (Fischer Taschenbuch Verlag, Geist und Psyche Bd. 11519), 1993, 144 Seiten
- Freud, Anna:** „Einführung in die Technik der Kinderanalyse“, Frankfurt a. M. (Fischer Taschenbuch Verlag, Geist und Psyche, Bd. 42111), 1992, 103 Seiten
- Geißler, Karlheinz A.:** „Zeit“, Weinheim (Beltz Verlag, Beltz QUADRIGA), 1966, 265 Seiten
- Goldschmidt, Georgers - Arthur:** „Als Freud das Meer sah – Freud und die deutsche Sprache“, Zürich (Ammann Verlag), 1999, 192 Seiten
- Grove, David u. Panzer, B. I.:** „Das Trauma heilen. Metaphern und Symbole in der Psychotherapie“, Freiburg i. Breisgau (Verlag für Angewandte Kinesiologie), 1992, 304 Seiten
- Hart, Onno van der:** „Abschiedsrituale in der Psychotherapie“, München (Pfeiffer J. Verlag, Reihe: leben lernen, Nr. 52), 1982, 100 Seiten
- Herriger, Catherine:** „Die Kraft der Rituale. Macht und Magie unbewußter Botschaften im Alltag“, München (W. Heyne Verlag), 1993, 142 Seiten
- Holz, Karin und Zahn, Carmen:** „Rituale in der Psychotherapie. Transkulturelle Perspektiven“, Berlin (Verlag für Wissenschaft und Bildung), 1995, 142 Seiten
- Huizinga, Johan:** „Homo Ludens. Vom Ursprung der Kultur im Spiel“, Reinbek b. Hamburg (Rowohlt Taschenbuch Verlag, rowohlts enzyklopädie Bd.435), 1987, 252 Seiten

- Imber – Black, Roberts, Janine, Whiting, Richard A.:** „Rituale in Familie und Familientherapie“, Heidelberg (Carl–Auer–Systeme–Verlag), 1993, 432 Seiten
- Jaskolski, Helmut:** „Das Labyrinth. Symbole für Angst, Wiedergeburt und Befreiung“, Stuttgart (Kreuz Verlag), 1994, 218 Seiten
- Jung, C. G.:** „Wandlungen und Symbole in der Libido. Beiträge zur Entwicklungsgeschichte des Denkens (1912)“, München (Deutscher Taschenbuch Verlag, Band 15071), 446 Seiten
- Jung, C. G.:** „Archetypen“, München (Deutscher Taschenbuch Verlag, Band 15066), 1990, 189 Seiten
- Jung C. G.:** „Der Mensch und seine Symbole“ (Sonderausgabe), Olten (Walter Verlag), 12. Auflage 1991, 320 Seiten
- Jung, C. G.:** „Symbole und Traumdeutung. Der erste Zugang zum Unbewußten“, Olten (Walter Verlag), 1998, 120 Seiten
- Karst, Verena:** Die Dynamik der Symbole, Grundlagen der Jungschen Psychotherapie“ (Patmos Verlagshaus / Walter Verlag), Aufl. 1999, 262 Seiten
- Kaufmann-Huber, Gertrud:** „Kinder brauchen Rituale“, Freiburg i. Bg.(Verlag Herder), 2001 (1995), Band 4936, 158 Seiten
- Kaufmann, Erving:** „Interaktionsrituale. Über Verhalten in direkter Kommunikation“, Frankfurt a. M. (Suhrkamp Verlag, Suhrkamp Taschenbuch Wissenschaft 594), 1991, 292 Seiten
- Keilsohn, Hans:** „Wohin die Sprache nicht reicht. Essays – Vorträge – Aufsätze 1936 bis 1997“, Gießen (J. Ricker'sche Universitäts Buchhandlung), 1998, 262 Seiten
- Klaff, Dora M.:** „Sandspiel. Seine therapeutische Wirkung auf die Psyche“, München, Basel (Ernst Reinhardt Verlag), 1996, 166 Seiten
- Klein, Melanie:** „Das Seelenleben des Kleinkindes und andere Beiträge zur Psychoanalyse“, Reinbek b. Hamburg (Rowohlt Taschenbuch Verlag, studium 6, Band 580), 1972, 198 Seiten
- Klein, Melanie:** „Die Psychoanalyse des Kindes“, München (Kindler Verlag), 1973, 353 Seiten
- Kraaz von Rohr, Ingrid:** „Formen, Farben und Symbole bewusst erfahren und nutzen. Die neue Integral – Therapie“, Bern (Scherz Verlag), 1995, 217 Seiten
- Krucker, Wolfgang:** „Spielen als Therapie – ein szenisch - analytischer Ansatz zur Kinderpsychotherapie“, München (J. Pfeiffer Verlag, Reihe: Leben lernen 113), 1997, 164 Seiten
- Kruse, Peter und Dreesen, Heinrich N. (Hg.):** „Therapeutische Rituale“, in: Hypnose und Kognition, München (Milton Erikson Gesellschaft für klinische Hypnose e. V.), Band 12, Heft 1, April 1995, 82 Seiten (8 Aufsätze)
- Lenzen, Dieter:** „Mythologie der Kindheit. Die Verewigung des Kindlichen in der Erwachsenenkultur. Versteckte Bilder und vergessene Geschichten“, Reinbek b. Hamburg (Rowohlt Taschenbuch Verlag, rowohlts enzyklopädie Bd.421), 1985, 381 Seiten
- Levine, Robert:** „Eine Landkarte der Zeit. Wie Kulturen mit der Zeit umgehen“, München (Piper Verlag), 1997, 320 Seiten
- Lonegren, Sig:** „Labyrinth. Antike Mythen & moderne Nutzungsmöglichkeiten“, Frankfurt a. M. (Zweitausendeins), 1994, 152 Seiten
- Lowenfeld, Margaret:** „Die „Welt“ – Technik in der Kinderpsychotherapie“, in: Handbuch der Kinderpsychotherapie, München / Basel (Ernst Reinhardt Verlag), 1971, Seite 442 bis 451
- Mauss, Marcel:** „Soziologie und Anthropologie“. Band 1: Theorie der Magie, Soziale Morphologie, 278 Seiten, Band 2: Gabentausch, Soziologie und Psychologie, Todesvorstellungen, Körpertechniken, Begriff der Person, 254 Seiten, Frankfurt a. M. (Fischer Taschenbuch Verlag, Bd. 7431, FW 1680 und Bd. 7432, FW 1890), 1989

- Maier, M.:** „Die vier Elemente im Märchen“, in: Die Märchen - Zeitschrift, Vlotho (Troubadour e. V., Märchenzentrum), Mai/Juni 1993, Nr. 3, Seite 12 bis 15
- Meier - Seethaler, C.:** „Von der göttlichen Löwin zum Wahrzeichen männlicher Macht. Ursprung und Wandel der großen Symbole“, Zürich (Kreuz Verlag), 1993, 237 Seiten
- Mitchell, Rie Rogers u. Friedmann, Harriet S.:** „Konzepte und Anwendung des Sandspiels“, München / Basel (Ernst Reinhardt Verlag), 1997, 207 Seiten
- Mittelbach, CH.:** „Die Macht der Rituale“, in: esotera, Freiburg (Verlag Hermann Bauer), November 11/1993, Seite 16 bis 21
- Morris, Charles W.:** Symbolik und Realität“, Frankfurt a. M. (Suhrkamp Verlag, Suhrkamp Taschenbuch, Wissenschaft 342), 1981, 368 Seiten
- Nija, M.:** „Trauern hat seine Zeit – Abschiedsrituale beim frühen Tod eines Kindes“, Göttingen (Hogrefe Verlag, Reihe: Psychosoziale Medizin, Band 7), 1999, 189 Seiten
- Oaklander, V.:** „Gestalttherapie mit Kindern und Jugendlichen“, Stuttgart (Klett – Cotta), 1987 (1996 10. Auflage), 408 Seiten
- Renz, Monika:** „Zwischen Angst und Urvertrauen. Therapie früher Störungen über Musik-, Symbol- und spirituelle Erfahrungen“, Paderborn (Junfermannsche Verlagsbuchhandlung), 1996, 320 Seiten
- Ressel, Hildegard:** „Die Macht der Gewohnheit. Von der heilsamen Kraft unserer täglichen Rituale“, Zürich (Kreuz Verlag), 1995, 157 Seiten
- Rey, Y., Martinez, J.-P. u. a.:** „Das therapeutische Ritual: Vom „Familiengeheimnis“ zu den nicht geteilten Geheimnissen“, in: Familiendynamik, Stuttgart, Heft 1 / 1981, Seite 44 bis 58 (Klett – Cotta)
- Rosenberg, Alfons:** „Einführung in das Symbolverständnis. Ursymbole und ihre Wandlungen“, Freiburg i. Breisgau (Verlag Herder, Taschenbuchausgabe, Band 1033), 1984, 142 Seiten
- Ryborz, Heinz:** „Die helfende und heilende Kraft der Symbole“, Zürich (Oesch Verlag), 1990, 314 Seiten
- Sander, Donald:** „So möge mich das Böse in Scharen verlassen. Eine psychologische Studie über Navajo – Heilrituale“, Solothurn und Düsseldorf (Walter Verlag), 1994, 335 Seiten
- Scheiblich, Wolfgang (Hrsg.):** „Bilder – Symbole - Rituale. Dimensionen der Behandlung Suchtkranker“, Freiburg i. Brg. (Lambertus – Verlag), 1999, 166 Seiten
- Schneider, Wilfried:** „Regel, Riten und Symbole in der Therapie mit drogenkranken Kindern und Jugendlichen – Handwerkszeug“, Ahrensburg (Examensarbeit, AISF e. V., Göttingen), Januar 1994, 62 Seiten
- Schneider, Wilfried:** „Straßen meines Lebens – Woher komme ich? Wo bin ich? Wo will ich hin?“, „Dornen, Federn, Gold, Sand, Scheiße, Steine, Watte oder Innere Bilder nach außen kehren“, „Der „Ich bin dran... Stab“, „Gefühlstern“. Faltblätter mit Praxistips über Therapiematerialien, die Interventionen vorstellen. Ahrensburg, 1996 und 2001 „Beziehungsdreieck“, „Botschaft-Weg-Ziel“ und „Dramadreieck“
- Schneider, Wilfried:** „Rituale und Symbole als Interventionsstrategien in der Therapie“, in: praxis ergotherapie (Dortmund), 11. Jahrgang, Heft 5, Oktober 1998, Seite 330 – 344
- Schneider Wilfried:** „Symbole in der therapeutischen Intervention – Arbeitsbeispiele aus der Praxis“ / Unveröffentlichtes Manuskript), Ahrensburg, o. J., 108 Seiten
- Schneider, Wilfried:** Betrachtungen zur Rolle der Sprache in der Therapie -Verbale Halbherzigkeiten, rigide Wortwahl und andere Nichtantworten. Eine Sammlung und Beispiele für die Praxis", Ahrensburg, Dez. 2000, 10 Seiten
- Schneider, Wilfried:** „Anleitungen für Therapiekoffer“, Ahrensburg, 2007, 28 Seiten

- Soeffner, Hans–Georg:** „Die Ordnung der Rituale. Die Auslegung des Alltags“, Frankfurt a. M. (Suhrkamp Verlag, Suhrkamp, Taschenbuch Wissenschaft 993), 1992, 219 Seiten
- Sommer, Volker:** „Feste, Mythen, Rituale“, Hamburg (GEO im Gruner + Jahr AG & Co), 1992, 351 Seiten (großformatiger Band mit sehr guter und ausführlicher Bildausstattung)
- Steenblock, Ralf:** „Unterstützende Momente für den Ausstieg aus der Drogenabhängigkeit (Diplomarbeit an der Universität Hamburg, Fachbereich Psychologie)“, Mai 1996, 306 Seiten. Darin u. a. Ausführungen über die Arbeit mit Ritualen und Symbolen in der Therapie, aus der Sicht von Klienten.
- Stender, Katrin:** „Die Renaissance der Rituale“, in: Psychologie heute, Weinheim, (Beltz Verlag), Januar 1994, Heft 1, Seite 32 bis 37
- Tietze, Henry G.:** „Imagination und Symboldeutung. Wie innere Bilder heilen und vorbeugen helfen“, München (Droemersch Verlagsgesellschaft Th. Knaur Nachf., Reihe Esoterik, TB 4136), 1986, 342 Seiten
- Turner, Victor:** „Vom Ritual zum Theater. Der Ernst des menschlichen Spiels“, Frankfurt a. M. (Fischer Taschenbuch Verlag), 1995, 198 Seiten
- Tuner, Victor:** „Das Ritual-Struktur und Anti-Struktur“, Frankfurt/New York (Campus Verlag), 2000 (Studienausgabe), (1969), 209 Seiten
- Ulich, Michaela:** „Eene, meene muh / raus bist du – Rituale und Freiräume im traditionellen Kinderspiel“, in: Zeitschrift für Pädagogik, Weinheim (Beltz Verlag), 31. Jhg., 1985, Nr. 6, Seite 735-746
- Van Quekelberghe Renaud u. Eigner, Dagmar:** „Trance, Besessenheit, Heilrituale und Psychotherapie“, Jahrbuch für Transkulturelle Medizin und Psychotherapie 1994, Berlin (Verlag für Wissenschaft und Bildung), 1996, 315 Seiten
- Weber, Martin, Revenstorf, Dirk u. a.:** „Rituale in der Psychotherapie“, Manuskript für einen Buchbeitrag, Fassung vom 20. 03. 1996, 20 Seiten
- Weltzen, Diane von:** „Praxisbuch der Rituale“, München (Goldmann Verlag, TB 13227, Reihe Esoterik), 1997, 255 Seiten
- Wollschläger, Maria-Elisabeth u. Gerhard:** „Der Schwan und die Spinne. Das konkrete Symbol in Diagnostik und Psychotherapie“, Bern (Hans Huber Verlag), 1998, 230 Seiten
- „Zeitschrift für Sandspiel – Therapie“**, Verlag und Redaktion: Verlag Sandspiel–Therapie, Landauer Straße 16, 14197 Berlin, erscheint zweimal jährlich