

Schutzengel und Co.

Ressourcenorientierte Kunst- und Gestaltungstherapie



Begleittext

**Fachtag der Evangelischen Gesellschaft
Zur Bedeutung der Resilienz in der sozialen Arbeit
25. März 2009
Hospitalhof, Stuttgart**

Ulrike Scherer
Evangelische Gesellschaft Stuttgart
Dipl. Sozialarbeiterin (FH)
Kunst- und Gestaltungstherapeutin (DAGTP)

Die Resilienzforschung geht der Frage nach, welche Faktoren die seelischen Widerstandskräfte von Menschen beeinflussen. Was stärkt Menschen? Was brauchen Kinder, die unter schwierigen Lebensbedingungen aufwachsen, um sich trotz allem gut zu entwickeln und zu resilienten Erwachsenen zu werden?

Diese Frage beschäftigt mich als Mitarbeiterin der Evangelischen Gesellschaft bei den „Hilfen zur Erziehung“ im Umgang mit Familien in besonders belasteten Lebenssituationen sehr.

Die Hilfen zur Erziehung sind ein Leistungsangebot für Eltern und Familien nach dem Kinder- und Jugendhilfegesetz. Alle Eltern haben ein Recht darauf, in der Erziehung ihrer Kinder gefördert und unterstützt zu werden. Das gilt im Besonderen für Eltern, die unter schwierigen Bedingungen für ihre Kinder sorgen müssen. Belastende Bedingungen können z.B. materieller Natur sein wie Armut und Überschuldung, sie können aber auch durch Migrationsprobleme, Scheidung/Trennung, Suchtprobleme oder eine seelische/ schwere körperliche Erkrankung eines Elternteils oder Familienmitglieds ausgelöst worden sein. Die Hilfen zur Erziehung werden in enger Kooperation mit dem Jugendamt erbracht. Ich selbst arbeite im Stadtteilteam in Hallschlag- Münster.

Ich werde in meinem Referat gestaltungstherapeutische Methoden vorstellen, die besonders für den Einsatz bei belasteten Familien und Kindern geeignet sind.

Zunächst werde ich anhand zweier Beispiele darstellen, wie durch das gemeinsame Malen von Müttern mit ihren Kindern die Förderung einer sicheren Eltern-Kind- Bindung unterstützt werden kann.

In einem zweiten Teil geht es darum, wie Klienten durch ein einfaches visualisierendes Verfahren einen Zugang zu eigenen und fremden Ressourcen finden können.

Fachtag der Evangelischen Gesellschaft am 25.3.2009
„Wie Harry Potter und Pippi Langstrumpf durchs Leben!
Zur Bedeutung der Resilienz in der sozialen Arbeit“



AG 2: Kinder in belastenden Lebenssituationen – Schutzengel
und Co. – Ulrike Scherer, Hilfen zur Erziehung, eva

Zum Abschluss werde ich einige Ergebnisse vorstellen und von meinen Erfahrungen mit einem kunsttherapeutischen Projekt berichten, das ich seit ca. zwei Jahren im Rahmen der Hilfen zur Erziehung durchführe. Ich nenne es das „Schutzengel-Projekt“. Es bietet Kindern in schwierigen Lebenssituationen die Möglichkeit, sich mit heilsamen inneren Bildern zu beschäftigen und diesen durch schöpferisches Tun einen Ausdruck zu verleihen.

1. Resiliente Menschen haben sichere Bindungen

Die ResilienzforscherInnen sind sich darin einig, dass Kinder nur dann seelisch widerstandsfähig sind oder werden können, wenn sie (zumindest eine!) verlässliche und sichere Bindung zu einem stabilen Erwachsenen haben.

Die ersten Bindungserfahrungen machen Kinder mit ihren Eltern. Aus diesem Grund besteht eine wesentliche Aufgabe der Hilfen zur Erziehung darin, Eltern in ihrer Erziehungsfähigkeit so zu unterstützen und zu fördern, dass sie ihren Kindern Fürsorge, sichere Orientierung und Verlässlichkeit geben können. Viele Eltern, mit denen wir arbeiten, haben selbst negative Bindungserfahrungen gemacht und blicken auf eine mehr oder weniger freud- und lieblose eigene Kindheit zurück. Mit diesen Vorerfahrungen fällt es den meisten schwer, ihren Kindern das zu geben, was sie selbst in ihrer Kindheit schmerzlich vermissten. Obwohl sie ihre Kinder lieben, fehlt diesen Eltern die Sensibilität, sich in die Bedürfnisse des Kindes einzufühlen oder dem Alter des Kindes entsprechende Grenzen und Regeln durchzusetzen.

Viele unserer Klienten sind es nicht gewohnt, sich selbst zu reflektieren und sich auszudrücken oder können dies schon aufgrund mangelnder Sprachkenntnisse nicht. Da sie besonders in ihrem Erziehungsverhalten unsicher sind, reagieren sie schnell gekränkt und verschließen sich, wenn sie sich kritisiert oder in Frage gestellt fühlen. Nonverbale Methoden können daher sehr hilfreich sein, wenn es darum geht, gerade diese Eltern zu erreichen. Immer wieder schlage ich Eltern mit ihren Kindern vor, ein gemeinsames Bild zu malen. Mein Hauptanliegen ist dabei, Eltern und Kindern eine gemeinsame Erfahrung zu ermöglichen, die Freude macht und die Beziehung zueinander bereichert. Meine Erfahrung ist, dass sich bei diesen gemeinsamen Aktionen bei vielen Eltern auch die Tür öffnet, das eigene Erziehungsverhalten selbstkritisch wahrzunehmen zu können. Wenn ich mit Eltern und ihren Kindern male oder mit Ton gestalte, sprechen die Ergebnisse für sich, sie haben ihre ganz eigene Sprache. Im gemeinsamen Malen zeigt sich das, was sich auch sonst im Alltag zwischen Eltern und Kindern ereignet. Oft zeigt sich der Kern eines Beziehungsproblems spontan und auf eindrückliche Weise. Wer findet keinen Platz auf dem gemeinsam gemalten Bild? Wer bestimmt und hat das Kommando? Wer macht sich breit, wer kommt wem ins Gehege? Gibt es ein gemeinsames Bild

oder malt jeder für sich oder jeder gegen jeden? Manche Tonfigur, die ein Kind vor den Augen seiner Eltern formt, erklärt viel deutlicher als es Worte könnten, wie es ihm gerade geht und was ihm fehlt.

So machte ein 8jähriger Junge - als ihn sein Vater mit scharfen Worten immer wiederkehrend beschimpfte und ermahnte, er solle doch weniger Schwierigkeiten in der Schule machen, besser zuhören, weniger träumen, sich besser konzentrieren – aus dem Klumpen Ton, den ich zum Hausbesuch mitgebracht hatte, einen kleinen Löwen. Als wir ihn gemeinsam betrachteten, fiel den Eltern auf, dass dieser Löwe aber gar nicht selbstbewusst aussah, so wie es dem König der Tiere eigentlich entsprochen hätte. Der Löwe wirkte eher verletzlich und schutzbedürftig. Weshalb sonst hätte der Junge um ihn einen engen, fensterlosen Stall gebaut? Durch diese Gestaltung konnten die Eltern erkennen, wie ängstlich ihr Kind war und wie sehr es sich nach Schutz und Geborgenheit sehnte. Dass die ständigen Strafen und Ermahnungen nur dazu führten, dass sich der Junge immer mehr in seinen Schutzpanzer zurückzog, war die nächste Einsicht, die die Eltern gewinnen konnten und wir überlegten gemeinsam, was den kleinen Löwen stärken und wieder mutiger machen könnte.

Anhand von zwei Fallbeispielen werde ich darstellen, wie das gemeinsame Malen (in diesen Fällen das gemeinsame Malen von Müttern mit ihrem Kind) einen Lerneffekt, ein „Aha-Erlebnis“ bei den Müttern auslösen konnte

2. Resiliente Menschen können ihren eigenen Fähigkeiten vertrauen und Hilfsangebote von anderen Menschen wahrnehmen und wertschätzen

Die Resilienzforschung hat deutlich gemacht, dass seelische Widerstandskraft von angeborenen Persönlichkeitsmerkmalen beeinflusst wird, aber auch maßgeblich geprägt wird durch die Erfahrungen, die ein Mensch im Laufe seines Lebens macht. Resilient ist man nicht ein für alle mal. Resilienz kann gefördert und kultiviert, aber auch nachhaltig geschwächt werden – je nachdem, ob die Lernerfahrungen, die ein Mensch im Laufe seines Lebens machen kann, ihn darin bestärken, dass er selbstwirksam sein kann, dass er auf eine hilfreiche Umwelt hoffen kann, dass es Grund zu der Annahme gibt, dass Krisen vorübergehen und das Leben wieder

leichter und lebenswert wird. Ein Persönlichkeitsmerkmal von resilienten Menschen scheint Offenheit, Interesse und Neugier zu sein. Seelisch widerstandsfähige Menschen kennen und vertrauen ihren eigenen Fähigkeiten und sind offen für Hilfen und Ressourcen, die ihnen von Außen entgegenkommen oder angeboten werden.

Menschen, die jedoch selten die Erfahrung gemacht haben, dass sie selbst etwas verändern und bewirken können und dass es in ihrem Umfeld Menschen gibt, die sie wohlwollend unterstützen, verschließen sich, fühlen sich macht- und hilflos und nehmen gar nicht wahr, wo sie sich selbst helfen können oder wo sich ihnen hilfreiche Hände entgegenstrecken.

In der Arbeit mit meinen Klienten habe ich mich oft gefragt, wie es möglich sein kann, resignierten Menschen wieder den Blick zu öffnen, für das, was schon da ist, was möglich ist, was ausgeschöpft und gelebt werden kann. Mit allen Kindern, die ich begleite und auch deren Eltern (sofern sie sich darauf einlassen können) male ich zum Beispiel Schatzkisten, in die gemalt und geschrieben wird, was im Leben Freude macht, was gelingt und ganz besonders auch, welche unterstützenden und potentiell hilfreichen Beziehungen zu anderen Menschen vorhanden sind. Durch den Blick in die eigene Schatzkiste können wertvolle Ressourcen entdeckt, bewusst wahrgenommen und gestärkt werden.

- Zwei Bildbeispiele sollen dies verdeutlichen -

Viele resiliente Menschen berichten davon, dass es gerade Menschen außerhalb der eigenen Familie waren, die sie durch ihre aufmerksame Wahrnehmung unterstützt und gefördert haben, sei es eine Erzieherin, ein Lehrer, eine Nachbarin oder ein Trainer im Sportverein.

Die Schriftstellerin und Lyrikerin Ulla Hahn, die selbst unter denkbar ungünstigen Lebensbedingungen aufgewachsen ist und der es gelungen ist, an diesen Schwierigkeiten zu wachsen, sagte einmal in einem Interview: "Wenn verschiedene Lehrer nicht gewesen wären, oder diese Nonne (im Kindergarten), die ich meine Schutzengel nenne, dann wäre ich nicht, wo ich heute bin..." (SWR 2 Eckpunkt; 2.8.06).

Diese leibhaftigen Schutzengel für ein Kind oder eine Familie zu entdecken, ist ein wichtiges Element der sozialräumlichen Arbeit, die daran

interessiert ist, mit und für die Menschen in ihrem Sozialraum gute Netzwerke zu schaffen.

3. Resiliente Menschen orientieren sich an positiven inneren Bildern und Vorstellungen

Trotz aller Bemühungen und Hilfsangebote erleben meine KollegInnen und ich jedoch leider auch immer wieder, dass sich die Lebensbedingungen eines Kindes nicht grundlegend verbessern lassen und vielleicht sogar für nicht absehbare Zeit schwierig bleiben werden. Dann bleibt oft nur noch zu hoffen, dass dieses Kind einen Schutzengel habe, der ihn trotz allem - ähnlich wie Ulla Hahn - begleitet und zur richtigen Zeit mit den richtigen Menschen zusammenführt. Doch über diese Hoffnung hinaus: wie können Kinder, die unter unglücklichen Umständen heranwachsen müssen, gestärkt werden? Was könnte ihnen helfen, die schwierigen Lebensumstände, die sich leider nicht immer zum Besseren verändern lassen, auszuhalten und offen zu sein für die Chancen, die sich in jedem Leben bieten? Von den Überlebenskünstlern, die selbst extremste Belastungen bewältigten, können wir lernen, dass die Phantasie, die Fähigkeit zu imaginieren und kreativ zu sein, wirksame und hilfreiche Mittel sein können, um schwierigste Lebensumständen zu überwinden und daran nicht zu zerbrechen. Als extremes Beispiel möchte ich hier die Schilderungen eines politischen Gefangenen erwähnen, der berichtete, er habe die Zeit im Gefängnis nur dadurch einigermaßen unbeschadet überlebt, weil er mit dem Brot und dem Wasser, das man ihm gab, kleine Figuren formen und mit ihnen seine Erlebnisse nachspielen und positive Zukunftsbilder entwerfen konnte. (aus einem Bericht der Beratungsstelle für Folteropfer in Ulm).

Phantasie, Vorstellungskraft und die Erfahrung, kreativ und schöpferisch sein zu können, sind wesentliche Resilienzfaktoren. In der Entwicklung eines Kindes stellt es einen wesentlichen Moment dar, wenn es erlebt, dass es sich, unabhängig von seinen Bezugspersonen, selbst beruhigen und trösten kann. Eltern können nicht immer bei ihrem Kind sein, wenn es sie braucht. Diese Erfahrung macht jedes Kind, selbst den wohlbehüteten wird dies nicht erspart. Was kann ein Kind tun, das in der Nacht erwacht, sich in einem dunklen Raum wiederfindet und erlebt, dass die Eltern nicht sofort auf sein Rufen und Schreien reagieren? Wie überwindet ein Kind die

Zeit des Alleinseins – z.B. wenn die Mutter aus dem Raum gegangen ist und es alleine einschlafen soll? Mithilfe seiner Vorstellungskraft kann ein Kind den Dingen aus der gegenständlichen Welt eine Bedeutung verleihen kann, die sie zu hilfreichen Gefährten machen. Da wird eine Bettzipfeldecke zur tröstenden Hand, ein Teddybär zum lebendigen Gegenüber. Der englische Kinderanalytiker Donald W. Winnicott (1896- 1971) nannte diese, in der Phantasie verlebendigten Dinge, „Übergangsobjekte“, weil sie im Übergang zwischen äußerer Welt, in der das Kind durch ein Gegenüber sich selbst versichern kann und seiner inneren Welt, in der es nur sich selbst hat, als Brücke oder als Geländer dienen. Übergangsobjekte können z.B. ein weiches Tuch, ein Kuscheltier oder die Melodie der Spieluhr sein. Sie helfen dem Kind, Trennungsgefühle und Verlustängste auszuhalten und sich in verunsichernden Situationen selbst zu stabilisieren. Für Winnicott ist die Fähigkeit zu imaginieren, zu spielen, kreativ und schöpferisch zu sein eine grundlegende seelische Ressource, die in jedem Menschen angelegt ist. Kinder, die sich in ihrer Vorstellungswelt hilfreiche Gefährten schaffen können, die trösten, aufbauen und ermutigen, sind niemals ganz alleine und sich selbst überlassen. Sie können sich zumindest in ihrer imaginativen Welt als selbstwirksam erfahren und können in der Phantasie spielerisch nach Lösungswegen suchen. Menschen, die in ihrer Phantasie positive Zukunftsbilder entwerfen und sich auf dem Weg dahin als aktive Personen erleben können, sind eher geschützt vor Hoffnungslosigkeit und Resignation. Natürlich darf es nicht nur beim bloßen Träumen bleiben. Ohne Tatkraft, die auch umsetzt und handelt, entscheidet und etwas riskiert, bleibt alles beim Alten. Viele Menschen ziehen die Kraft zum Handeln aus positiven Zukunftsvisionen, die die Gegenwart als veränderbar beschreiben und nicht als einen unabänderlichen Zustand, den man für alle Zeit ertragen muss und dem man machtlos ausgeliefert ist. Ich habe es mir zur Gewohnheit gemacht, alle Kinder, die mir in meiner Arbeit begegnen, nach ihren Träumen und Imaginationen zu befragen. Dabei erfuhr ich von wundervollen Geschichten, die sich Astrid Lindgren nicht schöner hätte ausmalen können. Kinder, die positive innere Bilder haben, können sich selbst Trost verschaffen und einen Ausgleich finden zu einer Realität, die ihnen diesen vorenthält.

Bei Prof.Dr.Luise Reddemann, der Traumatherapeutin fand ich die Sätze:
„Womit könnte sich ein unglückliches Kind trösten, wenn es keine

Menschen gibt, an die es sich wenden kann? Oder wenn Menschen nicht ausreichen, um seinen Kummer zu beruhigen? An Gott, an Engel, an die Natur, die für ein Kind, im Gegensatz zu manchem Erwachsenen, lebendig ist. So könnte es mit dem murmelnden Bach sprechen, sich mit Tieren oder Pflanzen verbunden fühlen, sich vom warmen Geruch einer Sommerwiese geborgen und getragen fühlen. Von einem Sonnenstrahl würde dieses Kind sich gestreichelt fühlen können und es würde entdecken, dass es doch nicht ganz allein ist. Es würde mit seinen Schutzengeln sprechen, es hätte imaginäre Spielgefährten. All die genannten Möglichkeiten könnten dem Kind helfen, das Wenige, das es vielleicht doch von den Menschen erhält, wie einen Schatz zu hüten und zu nutzen, als bekäme es sehr viel an Zuwendung. Diese Fähigkeit wird als Resilienz verstanden (Luise Reddemann, Überlebenskunst, Stuttgart 2006).

In seiner Phantasiewelt ist es einem Kind möglich, die Trennung zwischen sich und der Außenwelt (die vor allem traumatisierte Kinder so schmerzhaft erleben), aufzuheben und sich auf heilsame Weise wieder mit ihr zu verbinden. Diese Überlegungen brachten mich zu der Frage, wie die Vorstellungskraft und die Phantasiefähigkeit von Kindern, die Hilfen zur Erziehung in Anspruch nehmen, angeregt und gestärkt werden können. Viele dieser Kinder werden in ihrem Elternhaus nicht in ihrer Kreativität gefördert. Ihnen wird kaum einmal vorgelesen, sie besuchen nur in raren Ausnahmefällen Kunst- oder Musikschulen, sie sehen überdurchschnittlich viel TV und verbringen viel Zeit vor der Playstation oder dem Computer.

Schlechte Zeiten für die Phantasie, möchte man meinen, und doch hat mich immer wieder erstaunt, dass die Kräfte der Vorstellungskraft nicht versiegen, dass alle Kinder Zugriff darauf haben, dass es nicht viel braucht, diese zum Leben zu erwecken.

Ende 2006 konnte ich Dank der finanziellen Unterstützung von eva`s Stiftung mit einem kunsttherapeutischen Projekt beginnen, das ich „Schutzengel-Projekt“ nannte. Es ging mir dabei darum, mit den Kindern, die wir im Rahmen der Hilfen zur Erziehung begleiten, in einen Dialog über hilfreiche innere Bilder zu kommen und auf Spurensuche nach ihnen zu gehen. Diese sollten dann mit Farben und vielfältigen Materialien auch eine äußere Gestalt bekommen und dadurch verstärkt und im Alltag verankert werden. In Einzelstunden habe ich jedem Kind dabei geholfen, ein eigenes inneres Bild zu finden, das Freude, Zuversicht und Stärke ausdrückt. Bei

manchen Kindern waren das Tiere, Feen oder Sterne. Die meisten Kinder fühlten sich von dem Bild des Schutzengels angesprochen, wie es seit Urzeiten in der Vorstellung des Menschen lebendig und in vielen Kulturen und Religionen, sowohl im Christentum als auch im Islam, zuhause ist. Beim Malen des eigenen Schutzengels erlebten viele Kinder, dass es sich lohnt, sich auf etwas einzulassen. Ich unterstützte sie dabei, bei Schwierigkeiten nicht gleich aufzugeben, sondern dranzubleiben und Hindernisse durch Einfallsreichtum zu überwinden. Damit jedes Kind eine bestätigende Erfahrung machen konnte, war es wichtig, dass es ein Bild mit nach Hause nehmen konnte, das es mit Befriedigung betrachten und mit Stolz auch Anderen zeigen konnte.

Oftmals stellt jedoch die Orientierung auf ein Ergebnis ein großes Hindernis im Suchen eines eigenwilligen, authentischen künstlerischen Ausdrucks dar. Wer auf ein Ziel schießt, kann nicht mehr offen sein für das, was sich zeigen will. Es ging mir ja nicht darum, mit den Kindern ein nur dekoratives, gefälliges Bild zu malen - es ging vielmehr darum, jedem Kind die Möglichkeit zu geben, sich mit einem Symbol auseinanderzusetzen und dadurch etwas über sich selbst zu erfahren und etwas Neues kennen zu lernen. Die Gratwanderung zwischen Zielorientierung und Offenheit für das, was in einem kreativen Prozess geschieht, kennen alle Menschen, die schöpferisch tätig sind. Zwischen diszipliniertem Dranbleiben, zähem Nicht-aufgeben und im richtigen Moment Lassenkönnen, um neuen Ideen folgen zu können, verläuft der Weg, den jede wirklich kreative Tätigkeit charakterisiert. Manche Kinder konnten den kreativen Zustand per se erleben, wenn Konzentration und Hingabe einen Zustand hervorrief, den der Glücksforscher Csikszentmihalyi, als „flow“ bezeichnet, der bewirkt, dass vieles Schöne fast von selbst entsteht. Viele Kinder haben beim Gestalten ihres Schutzengels von ihren größten Ängsten und Kümernissen erzählt, die sie jedoch nicht als überwältigend und überflutend erleben mussten, weil das positive Innenbild ihre destruktive Kraft entschärfte. Die Beschäftigung mit einem heilsamen inneren Bild machte einen Weg frei, auch das Bedrückende und Belastende mitzuteilen. Dann konnten wir gemeinsam nach Abhilfe suchen und nach dem, was Erleichterung bringen könnte.

Bild- und Fallbeispiele:

1. Tag- und Nachtengel

„Ich bin der Größte!“ und „weißt du, was mein größtes Problem ist?“ –



2. Der Winterengel

„Der böse Junge kann nirgendwo hin – er findet trotzdem einen Platz“



3. Der Engel mit Brille

„Lebt Hitler immer noch in Stuttgart?“
Wie Nichtwissen zu Ängsten führt und Wissen - Wollen heraushilft



4. Der leichte Engel

„Ich habe es schwer – manchmal kann ich es mir aber auch leicht machen“



5. Der Engel am Grenzfluss

„So hat der Fluss ausgesehen, über den meine Eltern geflohen sind. Sie hatten einen Schutzengel dabei“ - Vom Pechvogel zum Glückskind



6. Der Sonnenengel

„es geht mir eigentlich schlecht, aber es geht mir gut, wenn ich auf der
Wiese liege und mich die Sonne wärmt“



Zusammenfassung:

Um seelisch widerstandsfähig zu werden, brauchen Kinder sichere Bindungen und die Erfahrung, selbstwirksam sein zu können. Kinder in belasteten Lebenssituationen sind jedoch leider sehr häufig davon betroffen, gerade in diesen Bereichen negative Erfahrungen zu machen und mit vielen Defiziten leben lernen zu müssen. Gestaltungstherapeutische Methoden können den Zugang zu Eltern und Kindern in belastenden Lebenssituationen erleichtern.

Die Fähigkeit zu phantasieren und kreativ zu sein, ist eine wesentliche Ressource von allen Menschen. Da jeder positiven Veränderung in der Wirklichkeit zunächst ein hoffnungsvolles inneres Bild vorausgeht, kommt der Förderung von heilsamen Vorstellungsbildern eine hohe Bedeutung zu. Damit die Phantasie und Vorstellungskräfte von Kindern in belastenden Lebenssituationen nicht verkümmern, brauchen sie anregende Impulse, Teilhabe an Kunst und Kultur und die möglichst alltagsbegleitende Erfahrung, dass Kreativität und Gestaltungskraft wesentliche Elemente von Lebensfreude sind.