

Emotionen und zwischenmenschliche Konflikte kindgerecht sichtbar machen

Das Therapiematerial SCRIBILITY

Meike Munder

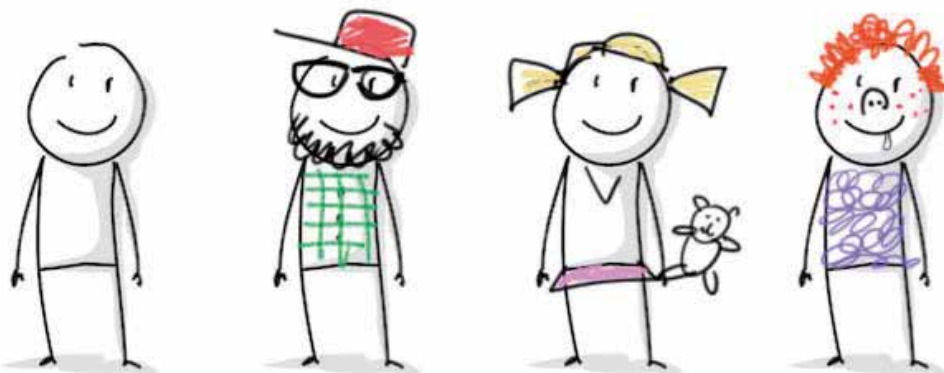
Streit in der Familie, Hänseleien auf dem Pausenhof, Tadel vom Lehrer. Kindern fällt es oft schwer, Konfliktprozesse zu verstehen. Noch schwerer ist es, diese in Worte zu fassen. Ein neues Therapiematerial unterstützt Kinder dabei, ihre Gefühle in Bildern auszudrücken, Spannungsfelder zu veranschaulichen und Handlungsoptionen zu finden.

Ein zunehmend wichtiger werdendes Arbeitsfeld pädiatrischer Ergotherapie ist die Förderung sozio-emotionaler Kompetenzen. Diese resultieren aus einem Lernprozess, der sich durch die gesamte Kindheit zieht. Im Verlauf seiner Entwicklung lernt ein Kind, die eigenen Gefühle wahrzunehmen, sie zu benennen, ihre Ursachen zu verstehen sowie sie sozial adäquat zu steuern und auszudrücken. Gelingt dies, so sind zugleich die Grundlagen dafür gelegt, die Gefühle und Reaktionen anderer nachzuvollziehen und damit umgehen zu können. All diese Fähigkeiten sind wesentliche Voraussetzungen für förderliche soziale Beziehungen in der Familie, mit Gleichaltrigen sowie in Institutionen wie Kindergärten, Horteinrichtungen oder Schulen.

Konfliktprozesse verstehen

Ergotherapeutische Praktiker begegnen heute immer mehr Kindern, deren mangelnde Emotionsregulation ihre Umwelt und die Kinder selbst auf eine harte Probe stellt. Um hier Lösungen zu finden, ist es grundsätzlich wichtig, das Kind dafür zu sensibilisieren, wie sich welche Emotion anfühlt und wie man sie benennt. Auch sollte es verstehen, dass diese Gefühle unterschiedlich intensiv ausgeprägt sein können und wie man diese Unterschiede sprachlich differenzieren kann. Zur Unterstützung werden hierzu häufig Bildkarten, prototypische und altersgerecht illustrierte Geschichten, Arbeitsblätter, Spiele sowie andere standardisierte Arbeitsmaterialien herangezogen. Diese dienen in erster Linie dazu, vorhandene Wahlmöglichkeiten zu veranschaulichen und so die Unterscheidungsfähigkeit des Kindes zu fördern.

Insbesondere für Schulkinder ist es jedoch wichtig, auch den Konfliktprozess selbst zu



verstehen. Ihr Verständnishorizont umfasst auch Fragen wie „Was war in einer problematischen Situation der Auslöser?“, „Wie habe ich mich in diesem Moment gefühlt?“, „Wie habe ich daraufhin reagiert?“, „Was hat dies bei meinem Gegenüber ausgelöst?“ und „Wie wäre die Situation verlaufen, wenn ich in diesem Moment hätte anders handeln können?“ Dies individualisiert abzubilden ist mit auf prototypische Situationen hin standardisierten Arbeitsmaterialien wie Gefühlskarten und Bilderbüchern jedoch nicht möglich. Keines dieser Hilfsmittel ermöglicht die konkrete Veranschaulichung tatsächlicher Konfliktlagen und Spannungsfelder in der Erlebniswelt des Kindes. Auch lassen sich reale Ereignissequenzen nicht in einer Weise abbilden, die es dem Kind erlaubt, die eigenen Beiträge zum Konfliktgeschehen aus der Außenperspektive zu sehen.

Wie man mit „Scribility“ arbeiten kann

Ursprünglich für den Bereich der verhaltenstherapeutisch orientierten Psychotherapie für Kinder und Jugendliche entworfen, eröffnet das von Georg und Burkhard Piller entwickelte Therapiematerial „Scribility“ auch für Ergotherapeuten neue Möglichkeiten. Es hilft auf neue Weise sichtbar zu machen, was sonst oftmals im Verborgenen bleibt. Geliefert werden die Arbeitsmaterialien in einer mattsilbernen Metallbox mit einem Gesamt-

gewicht von annähernd zwei Kilogramm. Das robust gestaltete Therapiematerial besteht aus 2 x 22 beidseitig bedruckten und magnetisch haftenden Strichmännchen, die Gefühle wie Freude, Trauer, Angst und Scham, Ärger, Ablehnung und Widerwille, Interesse und Neugier sowie das allgemeine Energielevel in jeweils drei verschiedenen Intensitätsgraden darstellen. Hinzu kommen eine Reihe von Symbolen sowie ein magnetisches Whiteboard im praktischen Format DIN A4, das als Arbeitsfläche dient.

Die Strichmännchen werden auf kleineren, mit identischen Zeichnungen versehenen und nach Gefühlen sortierten Whiteboards aufbewahrt. Diese können neben der eigentlichen Arbeitsfläche platziert werden. Dies ermöglicht dem Kind einen schnellen Zugriff und vermeidet langwieriges Suchen. Die auf weißes PVC gedruckten Figuren haften auch auf metallenen Flipcharts und größeren Whiteboards. Dies ist von Vorteil, wenn komplexe Zusammenhänge mit „Scribility“ visualisiert werden sollen, für die eine größere Darstellungsfläche benötigt wird.

Strichmännchen mit hohem Aufforderungscharakter

Bezogen auf eine konkrete Problemsituation kann das Kind zunächst einzelne Figuren für sich selbst und andere Beteiligte auswählen. Bereits dies fördert die Fähigkeit, eigene Emotionen und die Gefühlslagen anderer dif-

zurückgelegt werden. Einer erneuten Nutzung steht nichts mehr im Wege.

Flexibel einsetzbar

Die Flexibilität des Arbeitsmaterials ermöglicht pädiatrisch arbeitenden Praktikern vielfältige Möglichkeiten, die letztlich nur durch die Kreativität des Kindes und der Therapeutin begrenzt werden. Die folgenden Beispiele illustrieren einen Ausschnitt, wie sich das Therapiematerial in der ergotherapeutischen Praxis einsetzen lässt.

Gefühle erkennen, differenzieren und benennen

Kinder entwickeln im Lauf ihrer Entwicklung eigene Kategorien für erlebte Impulse und Stimmungen. Eigene Emotionen einem Bild zuzuordnen und angemessen zu benennen kann dem Kind leichter fallen, als lediglich abstrakt über Gefühle zu sprechen. Insbesondere Kinder mit Asperger-Syndrom können durch den Umgang mit dem Material in hohem Maße profitieren, da die Figuren ihre Gefühle deutlich und sozusagen schnörkellos ausdrücken. Kinder können lernen, dass Gefühle unterschiedlich stark, verschieden lang anhaltend, in bestimmten Situationen sinnvoll, in anderen jedoch eher kontraproduktiv sind, da sie in der Regel auch beim Gegenüber Gefühle auslösen. Sie können verstehen, dass viele Gefühle leicht selbst verändert werden können, während intensive Gefühle oft nicht direkt steuerbar sind. Beides geht mit jeweils unterschiedlichen Handlungsoptionen einher. „Scribilly“ bietet hier sehr anschauliche Möglichkeiten der emotionalen Skalierung (Abb. 1).

ferenziert wahrzunehmen und zu benennen. Analog zur psychotherapeutischen Sandspieltherapie kann das Kind die Figuren auf dem Whiteboard auch in räumliche Beziehungen zueinander setzen. Dadurch werden bereits zu Beginn wichtige Informationen über das Beziehungssystem sichtbar, das den kindlichen Reaktionen zugrunde liegt. Steht die Familie zusammen oder stehen die Eltern bei den

Geschwistern? Ist das Kind Teil seiner Klasse oder sieht es sich in einer Außenseiterposition? Zusätzlich lassen sich sowohl die Figuren und die Arbeitsfläche mit den mitgelieferten, wasserlöslichen Whiteboard-Markern in unterschiedlichen Farben bemalen. Jede Figur kann so anhand signifi-

kanter Merkmale mit wenigen Strichen zu einer konkreten Person aus der Lebenswelt des Kindes umgestaltet werden. Dies erhöht den Aufforderungscharakter für Kinder und erleichtert den Einstieg in die Arbeit. Denn: Das Kind kann die Darstellung der Problemsituation aktiv für sich selbst passend machen.

Wie von selbst stimuliert die Personalisierung der Figuren auch begleitende Kommentare des Kindes. Vorsichtiges Nachfragen hilft, weitere Aufschlüsse über die Problemlage zutage zu fördern. Wichtiges kann man auch in Form von Sprechblasen, Denkblasen, Gegenständen, Hintergründen oder einfachen Symbolen auf dem Arbeitsfeld festhalten. So lassen sich neben Grundhaltungen, Gefühlslagen und Beziehungen auch emotionale Verläufe, Gedanken, Äußerungen, Eskalationskreisläufe und vieles mehr anhand tatsächlicher Erlebnisse spielerisch visualisieren.

Handlungsalternativen am Reißbrett entwerfen

Auf diese Weise entwickeln sich zunehmend konkrete Situationsbilder, kleine Szenen und manchmal sogar kleine Geschichten. Die Figuren stellen für das Kind nun nicht mehr nur eine Situation dar – sie bilden tatsächlich seine eigene Situation ab. Dies erhöht nicht nur die Identifikationsbereitschaft des Kindes mit dem Bild. Es versetzt das Kind auch in die Lage, Erlebtes gleichsam von außen zu betrachten und zu reflektieren. Es lernt, sich selbst als Teil eines größeren Ganzen zu begreifen sowie

die Bedingungsbeziehungen seiner eigenen Emotionen zu verstehen. Ein derartiges Vorgehen führt fast immer zu alltagsnahen Ansatzpunkten für therapeutische Interventionen. Die Therapeutin kann mit dem Kind zum Beispiel alternative Prozessverläufe einer Konfliktsituation entwickeln – samt einem erwünschteren Ausgang. Das Kind entwirft gewissermaßen am „Reißbrett“ Handlungsalternativen. Es kann eigene Ambivalenzen sichtbar machen und Lösungen dafür suchen. Da alle Figuren doppelt vorhanden sind, können auch Wechsel der Wahrnehmungsposition dargestellt werden. Dieselbe Situation kann auf dem Arbeitsfeld mit vertauschten Rollen und Gefühlslagen danebengelegt werden. Dies fördert die Entwicklung von Empathie, da es dem Kind vor Augen führt, wie es ihm selbst an der Stelle des anderen ergehen würde.

Aufgrund der Haptik des Materials, seiner magnetischen Eigenschaften sowie seiner individuellen Gestaltbarkeit ist es sowohl für Kinder als auch für Jugendliche und Eltern attraktiv. Arbeitet man mit mehreren Familienmitgliedern, so fördern das gemeinsame Gestalten und die oft lustigen karikaturartigen Ergänzungen überdies auch das Arbeitsklima. Alle entstandenen Bilder können anschließend kopiert oder eingescannt werden. Dies erleichtert nicht nur die Dokumentation: Das Kind kann seine Bilder auch zur Orientierung, als Erinnerungsstütze, zum Einkleben in sein Tagebuch oder verbunden mit einer konkreten Aufgabe mit nach Hause nehmen. Auf diese Weise kann der Transfer des Gelernten gesichert und das Gelernte mühelos in den Alltag integriert werden.

Ist das Bild auf ein anderes Medium übertragen, können die Materialien in kurzer Zeit gereinigt und wohlsortiert in die Metallbox

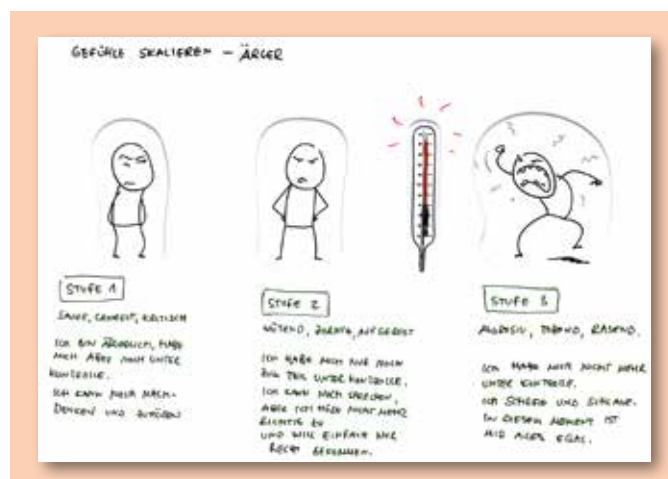


Abb. 1 Anschauungsbeispiel für Skalierung [Quelle: Robert Stephan / www.filmmann.de]



Abb. 2 Anschauungsbeispiel Theo (Quelle: Meike Munder)

Sich auf emotionale Spurensuche begeben

Ein spannendes Thema für Kinder, Jugendliche und Eltern: Warum ist jemand in einer Situation wütend, zornig oder traurig geworden? Wie war die Ausgangssituation? Was geschah dann? Welche anderen Reaktionen hätten zur Lösung des Problems beitragen können? Die aktive Auseinandersetzung des Kindes mit dem Material unterstützt es darin, sich intensiv mit dem oftmals schwierigen Thema auseinanderzusetzen.

Der elfjährige Theo beispielsweise kommt leicht missgelaunt zur Therapiestunde. Er antwortet sehr zurückhaltend auf die Frage, wie es ihm derzeit gehe und was er in der Woche erlebt habe. Solche Fragen findet er doof! Also gibt er die kurze und schnelle Antwort „Alles okay!“ Die Therapeutin formuliert die gleiche Frage nur wenig später mit „Scribilität“: „Theo schau doch mal, welche der Figuren hier erzählt etwas über deine letzte Woche?“ Überrascht gerät Theo ins Nachdenken und

greift zögernd zu einer traurigen Figur. „Oh“, antwortet die Therapeutin, „was ist denn da passiert?“ Theo legt eine wütende Figur neben sich, die er als seine Schuldirektorin kennzeichnet. Es gab einen Tadel! Und schon ist er mitten im Thema! Wie dieser Tadel zustande kam, welche anderen Schüler beteiligt waren und welchen weiteren Verlauf die Situation genommen hatte, wird mithilfe der Arbeitsmaterialien differenziert herausgearbeitet. Theo erkennt eigene und fremde Anteile und lotet zusammen mit der Therapeutin andere Möglichkeiten des Verhaltens aus, die mit einiger Wahrscheinlichkeit zu positiveren Ergebnissen führen (Abb. 2).

Eigene Fähigkeiten und Ressourcen erkunden

Menschen finden in emotional belastenden Situationen oft nur eingeschränkt Zugang zu wirksamen Bewältigungsstrategien. Wiederholen sich solche Situationen zu häufig, so

können daraus Hoffnungslosigkeit, Vermeidung oder gar offene Verweigerung entstehen. Die achtjährige Klara hat beispielsweise aufgrund erheblicher Teilleistungsstörungen schon seit längerem massive Probleme in der Schule. Für die Erledigung schriftlicher Aufgaben braucht sie außergewöhnlich lange. Sie befindet sich deshalb in ergotherapeutischer Behandlung. Nach Aussage der Mutter wirkt Klara in den letzten Wochen stark in sich gekehrt. Sie klagt über Bauchschmerzen und möchte nicht mehr zur Schule gehen. Trotz aller Versuche seitens der Eltern ist sie aber nicht bereit, über ihren offensichtlichen Kummer zu sprechen.

Nachdem die Mutter den Therapieraum verlassen hat, beginnt Klara, sich über den indirekten spielerischen Einstieg mit „Scribilität“ langsam zu öffnen. Offenbar waren ihre Schwächen inzwischen auch den Mitschülern aufgefallen. Drei Jungen ihrer Klasse hatten daraufhin damit begonnen, sie zu hänseln und abfällige Bemerkungen über sie zu machen. Nachdem das Eis gebrochen ist, beginnt sie – angeregt durch unterstützende Fragen der Therapeutin – ihr Erleben in der Klasse zu legen. Rahmensetzung hierfür ist die Idee, die Gemeinheiten der anderen „in ein Bild zu bannen“. Im Verlauf der Arbeit fallen Klara mehr und mehr Details ein. Auch wird überdeutlich, wie traurig und hilflos sie in solchen Situationen ist.

Als die wesentlichen Elemente der Situation erfasst sind, ermuntert die Therapeutin Klara dazu, möglicherweise nicht genutzte Ressourcen zu identifizieren. Wie könnte sich Klara in diesen Momenten selbst schützen? Welche anderen Kinder könnte sie um Hilfe bitten? Welche Stärken haben diese Kinder und wie könnten ihre „Verbündeten“ diesen Jungs Einhalt gebieten? Klaras Miene hellt sich auf,



Abb. 3a, b Anschauungsbeispiel Klara (Quelle: Meike Munder)

denn dazu fällt ihr tatsächlich einiges ein. Sie ordnet den Figuren konkrete Personen zu und visualisiert deren Stärken. Nun regt die Therapeutin Klara dazu an, Lösungsszenarien für die nächsten Angriffe zu entwickeln. Klara erkennt dabei, dass es durchaus Handlungsoptionen und andere Menschen gibt, die ihr in diesen verzwickten Momenten weiterhelfen können. Dies stärkt ihre Selbstwirksamkeit nachhaltig (Abb. 3a,b).

An grafomotorische Übungen heranzuführen

Junge Kinder, die nur ungern mit dem Stift zeichnen, können mit den Figuren zunächst eine kleine Szene legen. Da nicht die ungeliebte Stiftübung, sondern das Anordnen der Figuren im Vordergrund steht, ist das Material für das Kind interessant und „unverdächtig“. Im besten Fall bekommt es im weiteren Verlauf dann doch Lust auf mehr – es zeichnet einige Haare dazu, versieht den Vater mit einem lustigen Hut oder fügt ein buntes Kleidungsstück hinzu. Da die einfach gestalteten Figuren bereits von vornherein ein gewisses Maß an Ausdruckskraft besitzen, macht das Kind schließlich die Erfahrung, dass es mit dem Stift schöne Bilder gestalten kann.

Der vierjährige Otto mag beispielsweise keine Stifte in die Hand nehmen. Er hat eine regelrechte Abneigung dagegen und verweigerte den Umgang mit Papier und Buntstiften bisher lautstark. Die magnetischen Figuren findet er hingegen sehr interessant. Er probiert einiges aus, experimentiert damit, wo sie haften und wo nicht und ordnet die Figuren schließlich auf dem Arbeitsfeld seinen Kindergartenfreunden zu. Auf die Nachfrage, wer denn hier ein Junge oder ein Mädchen sei, greift er in seinem neu erwachten Eifer nach einem Stift. Er beginnt Haare und angedeutete Kleidungsstücke zu malen (Abb. 4). Das kopierte Bild zeigt er am nächsten Tag seinen Freunden. Damit ist für Otto ein positiver Einstieg in die grafomotorische Arbeit gelungen.

SCRIBILTY

Das kreative Therapiematerial für Psychotherapie, Familientherapie und andere Beratungsprozesse. Georg Piller Therapiematerialien, Berlin 2015. Preis: 149,95 Euro. Bestellbar unter www.scribilty.de



Abb. 4 Anschauungsbeispiel Otto (Quelle: Meike Munder)

Zusammenfassung

Emotionen und zwischenmenschliche Konflikte kindgerecht sichtbar machen

Wie können Kinder lernen, soziale Konfliktprozesse zu verstehen und angemessene Lösungen zu finden? Der Beitrag beschreibt ein neuartiges Therapiematerial, das es erlaubt, erstens konkrete Konfliktlagen zu veranschaulichen, zweitens die Gefühle aller Beteiligten differenziert darzustellen, drittens den eigenen Anteil zu erkennen und viertens neue Wahlmöglichkeiten für sich selbst zu erschließen.

Schlüsselwörter: sozio-emotionale Kompetenzen, soziales Lernen, lösungsorientierte Ergotherapie, Therapiematerial

Making Emotions and Interpersonal Conflicts Understandable for Children

How can children learn to understand social conflict processes and to find suitable resolutions? The article describes a new kind of therapy material that helps, firstly, to visualize specific conflict situations; secondly, to adequately present the feelings of all those involved; thirdly, to recognize one's own part in the conflict; and fourthly, to access new options for oneself.

Key Words: socio-emotional competencies, social learning, solution-oriented occupational therapy, therapy material



MEIKE MUNDER (Ergotherapeutin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Marte Meo-Practitioner und NLP-Practitioner, DVNLP) arbeitet in eigener Praxis in Berlin-Pankow (www.elternberatung-kindertherapie-pankow.de) sowie als freie Mitarbeiterin für einen Träger der Kinder- und Jugendhilfe und den Berliner Krisendienst. In ihrer Arbeit mit Kindern verbindet sie klassische Verfahren der Ergotherapie mit lösungsorientierten Ansätzen aus den Bereichen hypno-systemische Therapie, Marte Meo und NLP.

Kontakt: meike.munder@elternberatung-kindertherapie-pankow.de

Das Literaturverzeichnis finden Sie unter download.schulz-kirchner.de → ERGOTHERAPIE UND REHABILITATION → Fachartikel → Jahrgang → 2016 → Ausgabe 1

DOI dieses Beitrags (www.doi.org/):

10.2443/skv-s-2016-51020160101

