

Figurenspieltherapie mit Gruppen

Feuer am Dach!

Mit diesem typisch schweizerischen Ausdruck, der besagt, dass es höchste Zeit ist, eine Lösung zu finden, heisse ich Sie herzlich willkommen.

Ich arbeite an ganz verschiedenen Orten. Zum einen gebe ich Religionsunterricht von der dritten bis zur 8 Klasse, arbeite in der kirchlichen Sozialarbeit, leite die höhere Fachschule für Figurenspieltherapie und habe eine eigene Praxis für Figurenspieltherapie. Da hat sich in den letzten Jahren ein Schwerpunkt herauskristallisiert: nämlich die Arbeit mit Gruppen, die irgendwie im Streit liegen und keine Lösung mehr finden.

Wenn ich zu einer Gruppe gerufen werde, dann ist wirklich meist schon Feuer am Dach! Das heisst, die Gruppen – Nachbarskinder, Schulklassen, Kirchengremien oder auch Mitarbeiter von Firmen – sind zerstritten und können nicht mehr friedlich miteinander umgehen. Meist wurden auch schon verschiedenste Wege zur Lösung erfolglos ausprobiert. Ich soll dann neue Ansätze finden, dass diese Menschen wieder einen Weg miteinander gehen können.

Neben der ganz ursprünglichen Art der Figurenspieltherapie, nämlich der Arbeit mit dem einzelnen Klienten, gibt es inzwischen viele Abzweigungen. Eine davon ist nun eben diese Arbeit mit Gruppen. Sie unterscheidet sich zwar in einigen Punkten deutlich von der Arbeit mit dem einzelnen Klienten, bleibt sich aber im Grundsatz gleich:

Die Puppe ist der Handlungsträger, nicht der Therapeut. Das Medium Puppe ist das Entscheidende, nicht die Methode der Therapie. Bei der Arbeit mit Gruppen braucht es aus meiner Erfahrung sogar noch ein bisschen mehr Vertrauen in die Puppe. Ich muss darauf vertrauen, dass die Puppe die Situationen meistern kann, sonst bin ich verloren.

Mein Einbeziehen von Puppen hat ihren Ursprung ganz früh in meiner beruflichen Tätigkeit. Schon früh erzählte ich Geschichten mit einer Puppe und erlebte den Zauber: wie waren alle gebannt und aufmerksam! Wie sehr liebten die Kinder diese Puppe! Wie ersehnten sie den nächsten Auftritt der Puppe – und wie vertrauensselig erzählten sie der Puppe Dinge, die ich weder hören wollte noch auffangen konnte!

Aber da wurde mir klar: da gibt es mehr! Mehr Wissen um die Puppen, mehr Möglichkeiten, damit zu arbeiten, und so habe ich die Ausbildung zur Therapeutin bei Hansjürgen und Gudrun Gauda in Angriff genommen.

Und da sollte ich ja auch eine Abschlussarbeit schreiben.

Ich wählte die Arbeit mit einer Gruppe – unterrichtete ich doch zu der Zeit eine sehr schwierige 5.Klasse. Mein Ziel – zugegebenermassen war ich ziemlich naiv! - war, die völlig zerstrittene Klasse wieder zu einem friedlichen Miteinander zu vereinen.

Aus heutiger Sicht muss ich sagen: Zum Glück war ich so naiv, das anzugehen, denn daraus hat sich ein Konzept zur Arbeit mit Gruppen entwickelt, das sich im Grundgerüst auf fast alle Gruppen – Kinder, Jugendliche, Erwachsene – anwenden lässt.

Ein paar ganz grundsätzliche Dinge, die für mich ganz wichtig geworden sind:

- Ich spreche die Probleme niemals an. Wir spielen und schöpfen Puppen, aber wir sprechen die Probleme nicht auf der Gesprächsebene an. Das ist für Erwachsenen sehr gewöhnungsbedürftig, die wollen nichts lieber, als über die Probleme – die ja meist die anderen haben – zu reden. Für Kinder ist es eine Erleichterung, meist mussten sie im Klassenkreis schon endlos über die Probleme reden und haben schlicht und einfach genug davon.
- Ich mache immer klar, dass wir neue, ungewohnte Wege gehen. Bei Kindern zeige ich auf:
„hier gibt es nicht richtig oder falsch, es gibt nur deinen Weg, deine Figur, dein Spiel“

Und bei Erwachsenen lege ich Wert auf die Bereitschaft, sich auf meine Art zu arbeiten, sich auf die Puppen einzulassen. Wenn diese Voraussetzungen geschaffen sind, dann können die Puppen ihre Arbeit beginnen – und es wird Veränderung geben!

- Für die Gruppen ist meine Art zu arbeiten sehr ungewohnt, darum wähle ich einfache Spiele oder Geschichten, um den Zugang zu finden und ein bisschen lockerer zu werden. Zum Beispiel steige ich mit Kindern durch einen Reifen ins Geschichtenland. Mit Erwachsenen mache ich soziometrische Aufstellungen oder Ähnliches.
- Dann lasse ich die Teilnehmenden – egal ob Kinder oder Erwachsene - Puppen auswählen, die sie NICHT mögen.

Kinder stehen schon im Kindergarten unter starkem Gruppendruck, darum sind die „ungeliebten“ Figuren sehr wichtig.

Wenn Kinder Figuren auswählen oder selber machen und ich ihnen sage, sie dürfen eine ungeliebte Figur nehmen oder schöpfen, dann ist plötzlich alles möglich:

Das vorlaute Schlitzohr der Klasse nimmt genüsslich die Prinzessin – er hat ja eine ungeliebte Figur gewählt, also kann er mit ihr spielen, so viel er will. Und das schüchterne Mädchen nimmt den mutigen Räuber und lebt damit verborgene Möglichkeiten aus.

Bei Erwachsenen ist das fast noch wichtiger! Da muss der Chef sich nicht profilieren, sondern kann getrost das kleine Schaf nehmen....diese ungeliebten Puppen haben sich schon sehr oft als Schlüssel erwiesen.

- Diese Figuren sollen dann vorgestellt werden – um herauszufinden, warum sie denn so ungeliebt sind. Da zeigt sich dann oft ein grosser Teil eigene Lebensgeschichte hinter der Puppe.
- Und dann, ja dann mache ich etwas, das keinesfalls neu ist – nur wusste ich bis vor Kurzem gar nicht, dass es diese Art der Arbeit schon lange gibt. Professor Doktor Petzold hat in seinem Buch „Puppen und Puppenspiel in der Psychotherapie“ einen Artikel von Lauretta Bender & Adolf Woltmann

zitiert, die bereits in den 30er Jahren mit Puppen und Gruppen gearbeitet haben – ganz ähnlich, wie ich das heute tue.

Ich gebe den Teilnehmenden in Kleingruppen Spielanfänge oder Themen vor und lasse sie spielen, wie es weiter geht. Spontan und ohne Planung von meiner Seite. Mit den ungeliebten Puppen und als Gegensatz dann auch noch mit den wirklich geliebten. Welch spannende Spiele zeigen sich da! Und wie viele Lösungen für die eigentlichen Probleme werden oftmals gefunden! Viele Teilnehmenden staunen, dass es für ein Problem mehr als nur EINE Lösung gibt! Wenn ich genügend Zeit habe, dann schöpfe ich Puppen mit den Gruppen: geliebte und ungeliebte. Wie viel Herzblut fließt in diese Puppen – und wie viel Individuation von Sonnen- und Schattenseiten geschieht dabei!

- Das Ziel ist immer, dass die Gruppen zum Schluss ein gemeinsames Puppenspiel spielen, ein Zusammenschluss der Spiele aus den Kleingruppen – und ich hatte noch nie eine Gruppe, in der das nicht geklappt hätte! Damit haben sie auf der Spielebene das gemeinsame Miteinander gefunden!
- Dann kommt der Abschied. Selbst geschöpfte Puppen verabschieden sich untereinander und gehen mit dem Schöpfer nach Hause. Wurde mit Figuren aus meinem Fundus gespielt, verabschieden sich die Teilnehmenden von den Puppen – was ihnen manchmal sehr schwer fällt – und mit einem von mir angeleiteten Ausstieg verlassen wir die Welt der Puppen.

Aber nun zurück zu meiner ersten Gruppe, mit der ich gearbeitet habe. 21 Fünftklässler, mit denen ich Puppen geschöpft habe, geliebte und ungeliebte, also 42 Puppen! Die Ungeliebten haben wir auf einen fernen Planeten verbannt und dann Szenen in Kleingruppen gespielt. Auf dem neuen Planeten musste schliesslich ein ganz neues Miteinander aufgebaut werden! Und plötzlich wurden Regeln für das Zusammenleben entwickelt, die verdächtig den Schulregeln glichen und die einzuhalten plötzlich richtig und wichtig für das Zusammenleben war. Und die geliebten Figuren spielten langweilige Stücke, da immer alle nur nett waren zueinander. Stellt euch nur mal ein Fussballspiel vor, wenn keiner um den Ball kämpft und ihn netterweise dem Gegner überlässt. Der gibt ihn aber sofort zurück, er ist ja immer freundlich.... Bald wollten sie die Ungeliebten wieder zurück haben, sie merkten, wie sehr die Schattenseiten zu uns gehören. Nun, es wurden Briefe ins Weltall gesendet, um die Verbannten zurück zu holen. Da gab es dann aber grosse Diskussionen: wollen wir denn überhaupt zurück? Doch schliesslich bauten sie eine Rakete und flogen zurück. Und mein Ziel, ein gemeinsames Spiel mit allen 22 Kindern, in dem alle beteiligt sind und sich einbringen können, wurde Wirklichkeit! 4 Monate, in denen ich Tage- und Stundenweise mit den Kindern gearbeitet habe, haben sich gelohnt: Die Klasse konnte wieder miteinander umgehen und friedlich zur Schule gehen. Und es erwies sich als sehr nachhaltig, die Klasse hatte bis zur Oberstufe nie mehr Schwierigkeiten miteinander.

So ganz nebenher hat ein Mädchen mit selektiven Mutismus während meiner Arbeit mit der Klasse zu sprechen begonnen, eine schwere Sehbehinderung bei einem Knaben wurde entdeckt und konnte behandelt werden – worauf der Knabe sein aggressives Verhalten ändern konnte, und bei einem Knaben

konnte das Ritalin abgesetzt werden. Seine Begeisterung im Puppenbau zeigte den Eltern Möglichkeiten der sinnvollen Beschäftigung, sodass der regelmässige Besuch einer Freizeitwerkstatt ihn derart förderte, dass kein Ritalin mehr nötig war und er dem Schulunterricht folgen konnte.

Seither habe ich mit vielen Gruppen gearbeitet. Mit diesem Grundkonzept, das ich auf die jeweiligen Verhältnisse und die zeitlichen Möglichkeiten anpasse.

An zwei Beispielen möchte ich meine Arbeitsweise noch verdeutlichen:

1.

Eine Lehrerin meldete sich bei mir. Ihre Drittklässler waren ausser Rand und Band, jeden Tag Schlägereien mit zum Teil ernsthaften Verletzungen. Alle Versuche der schulischen Sozialarbeit waren gescheitert, es wurde der Schulausschluss von mehreren Kindern erwogen.

Einen Tag lang habe ich die Klasse einfach nur beobachtet. Puuh, das war wirklich heftig!

Ich habe den Kindern dann gesagt, dass wir etwas wirklich besonderes machen, das nicht benotet und nicht beurteilt wird – und dass sie NICHT darüber reden müssen! – da war eine Veränderung der Stimmung zu spüren. Und wirklich – sie liessen sich darauf ein! Da gab es zuerst Mord und Totschlag mit den Puppen – das hab ich zugelassen, doch dann: Hingebungsvoll spielte der Klassenschläger mit der guten Fee, und drei der Raufbolde spielten mit Maus, Baby und Häschen.

Besonders interessant war dann eine Sequenz, in der ich ihnen den Auftrag gab, ein Geburtstagsfest zu organisieren: wie viele Herzenswünsche wurden da ausgesprochen! Wie viel Böses hat die gute Fee gut gezaubert! Wie glücklich lächelte der Raufbold, wenn er mit seiner Fee einen besonderen Wunsch erfüllen konnte! Und zum Schluss spielte die ganze Klasse ein Hochzeitsfest, da wurden mehrere Hochzeiten gefeiert, es war ein Riesenfest, bei dem alle mitspielten! Der Abschied von den Puppen fiel den Kindern unsagbar schwer, hatten sie sie doch sehr lieb gewonnen und sich mit ihnen identifiziert. So schenkte ich jedem Kind ein Foto mit seiner Lieblingspuppe. Diese Fotos stellten die Kinder dann auf ihre Tische in der Schule – und kein Kind wurde aus der Schule ausgeschlossen, es gab keine Gewaltausbrüche mehr und keine Verletzungen. Natürlich gab und gibt es Streit, aber nie mehr in der gewaltbetonten Form.

2.

Ein Bekannter fragte mich vor ein paar Jahren, ob ich auch mit Erwachsenen arbeiten würde. Und wieder sagte ich einigermassen naiv zu. Der Kirchenvorstand einer Kirchgemeinde war zerstritten und ich sollte versuchen, da eine Lösung zu finden!

Glücklicherweise waren die Beteiligten nervöser als ich. Ich hatte einen Einstieg mit einer Puppe geplant und mir ganz genau zurechtgelegt, was die Puppe sagen würde, habe es auswendig gelernt, dass dieser Beginn dann auch wirklich gut ist für Erwachsene....doch die Puppe hat ein Eigenleben entwickelt. Sie sagte Dinge, die ich nicht geplant hatte! Und viel später kam dann die Rückmeldung, dass dieser Einstieg ihnen den Zugang zu meiner Arbeit ermöglicht hätte! Meinem Linus sei Dank!

Nach dem Einstieg und verschiedenen einfachen Spielen, liess ich auch diese Menschen die ungeliebten Puppen wählen und bei deren Vorstellung kam ganz viel verborgener Frust über die eigene

Unzulänglichkeit zu Tage. Später liess ich sie mit ihren Figuren ein Grillfest organisieren. Wie haben sie sich angebrüllt, ob man denn nun Gas oder Holzkohle nehmen sollte. Oder Wegwerfgeschirr oder Porzellan.

Da wurde gestritten, geschimpft und geflucht! Und ich musste es aushalten! Aber sie haben sich geeinigt, das Grillfest wurde gespielt, friedlich und feucht-fröhlich!

Nur einen Tag habe ich mit der Gruppe gearbeitet – ein Tag, der bewirkt hat, dass eine Gruppe Menschen wieder Zugang zueinander gefunden hat, miteinander arbeiten und miteinander unterwegs sein kann. Soviel Positives in so kurzer Zeit: das vermögen nur die Puppen!

So bin ich dann unterwegs mit einem Koffer voller Puppen und Requisiten und begleite Gruppen für eine kurze Zeit. Das ist auch manchmal schwierig für mich. Ich muss ganz stark auch wieder loslassen, weil ich nur kurz mit ihnen unterwegs bin und die Menschen dann wieder zurücklasse. Besonders schwer fällt mir das, weil ich ja auch viele Einzelschicksale sehe und erkenne – die muss ich zurücklassen im Wissen, dass mein Fokus auf der Gruppe lag. Ich muss immer das Ziel für die Gruppe im Auge haben und manchmal Einzelne regelrecht ausklammern. Natürlich kann ich Empfehlungen aussprechen, dass dieses oder jenes Kind eine Therapie brauchen könnte, dass bei diesem oder jenem Kind die Familie genauer angeschaut werden sollte – oder dieser oder jener Erwachsene dieses persönliche Problem noch tiefer angehen sollte. Aber was damit geschieht, das muss ich den Menschen selber überlassen. Ich frage nach 3 Monaten, nach einem halben Jahr und nach einem Jahr nach, wie es den Gruppen geht, weil ich ja die Nachhaltigkeit überprüfen möchte. Ich bekomme wunderbar positive Rückmeldungen und so mache ich mich auch weiterhin auf und helfe den Menschen, wo es mir möglich ist, das Feuer am Dach zu löschen, bevor es zum Vollbrand kommt. Eine sehr anstrengende und zeitaufwändige Arbeit, die mich aber ganz wunderbar am Zauber der Puppen teilhaben lässt.