

Wenn Fuchs und Eule sich trennen

Psychodramatische Telearbeit mit Kindern in Trennungs- und Scheidungssituationen

Trennung und Scheidung ist ein Thema, welches uns in der Beratungsarbeit zunehmend beschäftigt. Es kommen nicht nur Eltern, die aus eigener Motivation Hilfe für sich und ihre Kinder holen wollen, auch die Zahl der über das Familiengericht geschickten hochstrittigen Eltern hat zugenommen.

Diese Entwicklung war für uns der Anlass, eine Fortbildung zum Umgang mit Trennung und Scheidung zu initiieren, welche besonders die Kinder in den Blick nimmt. Zur Durchführung dieser Fortbildung konnten wir Alfons Aichinger gewinnen, der als Psychodramatherapeut langjährige Erfahrung mit der Methode der Telearbeit mit Tierfiguren hat und uns diese Methode vermittelte.

Gerade wenn Eltern sich noch mitten im Trennungsprozess mit dem Partner/mit der Partnerin befinden oder selbst noch mit den Folgen der Trennung beschäftigt sind, kann es geschehen, dass die Kinder mit ihren Ängsten, Sorgen, Wünschen und Bedürfnissen aus dem Blick geraten oder zum Spielball der Auseinandersetzungen zwischen den Eltern werden. Alfons Aichinger beschreibt elterliche Trennung als ein krisenhaftes, einschneidendes und belastendes Lebensereignis für Kinder und Jugendliche, das von ihnen eine Reorganisation und Umstrukturierung des Familienkonzeptes erfordert und in dem Bewältigungsstrategien erarbeitet werden müssen.

Die psychodramatische Telearbeit basiert auf dem klassischen Psychodrama, welches J. L. Moreno nach dem ersten Weltkrieg entwickelte, in dem er sich auf die Beobachtung spielender Kinder bezog. Psychodrama ist eine tiefenpsychologische integrative Methode, bei der mit Hilfe szenischer Darstellungen intrapsychische und interpersonelle Konflikte sichtbar, erlebbar und veränderbar gemacht werden können. Der Mensch wird als ein im sozialen Umfeld Handelnder begriffen, der sein Verhalten und seine Beziehungen in Rollen strukturiert. Er erlebt sich immer in Beziehung zu anderen, er kann andere über den gemeinsamen Fundus an Rollen empathisch verstehen. Psychische Konflikte, also widerstreitende Gefühle, müssen in der Gegenwart erlebt werden, um verändert werden zu können. Dieses geschieht am leichtesten durch Handeln in der Rolle in einer szenischen Darstellung. Ziel der Psychodramatherapie ist der kreative Mensch, der eine der Situation angemessene Rolle aktivieren oder spontan eine angemessene Rolle kreieren und

verschiedene Rollenerwartungen integrieren kann. Aichinger spricht in diesem Kontext nicht von Rollen-, sondern von Telearbeit.

Gerade Kinder, die sich aus Alters- oder auch anderen Gründen nicht so gut sprachlich ausdrücken können, sind über die Reinszenierung und Bearbeitung ihrer Konfliktsituationen mit Tierfiguren leichter bereit, sich mit Gefühlen von Schmerz, Leid, Trauer und Wut auseinanderzusetzen und erneut zu erleben, um Lösungen zu finden. Im Symbolspiel können sie schwierige Situationen externalisieren und verfremdet darstellen, d.h. aus sicherer Distanz betrachten. Rollenwechsel und Rollenumkehr ermöglichen es den Kindern, spontan aus der Rolle des passiv Erleidenden in die Rolle des aktiv Gestaltenden zu wechseln und ihre Wirkmächtigkeit zu erleben. An diese kreative Ausdrucks- und Verarbeitungsform von Kindern anknüpfend setzt Aichinger in der Arbeit mit Trennungs- und Scheidungskindern vorwiegend die Telearbeit mit Tierfiguren ein. „Indem bedrängende Prozesse dissoziiert – nicht „Ich“, sondern eine „Seite“ von mir fühlt sich z.B. hilflos – und auf Tierfiguren mental externalisiert und in Tierfiguren verkörpert werden, können Kinder aus sicherer Distanz den Grad der Betroffenheit regulieren.“ (Aichinger 2012, S. 20) Besonders wichtig ist in diesem Modell die Achtung der vorhandenen Ressourcen und die Verbesserung der Selbstregulation und Selbstfürsorge.

Für die Telearbeit eignen sich besonders Ostheimer-Tierfiguren, da jede dieser Figuren eine positive Qualität und Ausstrahlung hat und damit der positive Nutzen des Anteils, für den eine Figur gewählt wird, Würdigung erfährt. Die Telearbeit mit Tierfiguren ermöglicht es Kindern und Jugendlichen durch die Externalisierung auf Tierfiguren, Gefühle und Wünsche auszudrücken und Entspannung und Entlastung zu erfahren. Die Mentalisierung der Wünsche und Gefühle der Tierfiguren hilft den Kindern, Ordnung in ihr Gefühlschaos zu bringen. Sie können zwischen Gefühlen, die sich jeweils an Vater oder Mutter richten, differenzieren. Ein Beispiel: „Die Weigerung der Tochter: „Ich will nicht zum Vater“ wird differenziert zu „Der Pfau (ihre gekränkte Seite) will nicht zum Vater“ und die Äußerung „Ich hasse den Vater“, wird zu „Der Pfau hasst das Nilpferd“ (die angstmachende Seite des Vaters, die Gewalt ausgeübt hat).“ (Aichinger 2012, Seite 227). Eltern können dadurch leichter für die Bedürfnisse ihrer Kinder sensibilisiert und von der Not ihrer Kinder berührt werden und ihr Verhalten besser verstehen. Durch die Technik des Doppeln von Fühlen und Denken der Tiere durch die Therapeutin/den Therapeuten ist es allen Beteiligten eher möglich, sich in die Perspektive des Kindes einzufühlen. Die Eltern werden ebenfalls im Umgang mit dem Expartner gestärkt.

Die Teilarbeit kann sowohl mit der ganzen Familie als auch mit einem Teilsystem oder Einzelnen durchgeführt werden, abhängig davon, wie gut die Eltern sich auf die Sichtweise ihres Kindes einlassen können. Bei hochstrittigen Elternpaaren ist zunächst eine Einzelarbeit empfehlenswert.

Die Aufstellung der Tiere folgt immer einem bestimmten Ablauf. Der Therapeut/die Therapeutin setzt sich mit dem Kind auf den Boden, um zu verdeutlichen, dass es um die Ebene/Sichtweise des Kindes geht. Die Eltern schauen von ihrem Platz aus zu und kommen nur dann dazu, wenn sie Figuren stellen oder bewegen. Zuerst wählt das Kind Tierfiguren für sich und seine Eltern aus, wobei es immer gefragt wird, was es an diesen Tieren besonders mag und was diese besonders gut können. Es geht also um das Hervorheben positiver Eigenschaften der Tiere, die auch zeigen, welche Qualitäten dieser Tiere sie von ihren Eltern in der schwierigen Situation benötigen. Sollten die Kinder nicht bereit sein, Tiere auszuwählen, übernehmen das zunächst die Eltern, wobei immer wieder von dem Therapeuten/der Therapeutin beim Kind nachgefragt wird, ob die passenden Tiere ausgewählt worden sind. Die zentrale Intervention ist, die entsprechenden Kindertiere der Elterntiere zu nehmen und zu erklären, dass dies die Anteile von Vater und Mutter seien, die das Kind schon im Bauch der Mutter mitbekommen hat. Zusammen mit dem Tier des Kindes bilden sie ein „Spizenteam“. Im Folgenden zeigt das Kind, wie es den Tieren erging, als die Eltern sich noch gut verstanden und sie sich von den Elterntieren holen konnten, was sie zum Wachsen brauchten. Daran anschließend zeigt das Kind mit den Tierfiguren, wie es ihm in der akuten Trennungsphase bzw. nach erfolgter Trennung ergeht. Dies verdeutlicht den Eltern, mit welchen Gefühlen, Problemen und Fragen es sich auseinandersetzen muss, dass es z.B. Streit auf sich bezieht oder Verantwortung für die Eltern übernimmt. Der nächste Schritt ist, dass die kleinen Elterntiere – die Elternanteile im Kind – Wünsche, Sehnsüchte und Bedürfnisse äußern und das Tier, welches das Kind für sich gewählt hat, seine Wut und Traurigkeit zeigen kann. Erst danach wird auf die Fragestellung der Eltern eingegangen (z.B. Umgangsverweigerung oder aggressives Verhalten), denn nun kann mit den Tierfiguren gezeigt werden, wie das Kind die aktuelle Situation erlebt und versucht, sie zu bewältigen. Dem Therapeuten/der Therapeutin kommt die unterstützende Funktion zu, die Gedanken und Gefühle der Tiere zu mentalisieren und zu doppeln. Kinder wollen oft nicht über ihre Gefühle sprechen, um Konflikte nicht noch zu verstärken. Über die Tiere können heikle Themen jedoch verdeutlicht werden, denn es sind ja nicht sie selbst, die sich äußern, sondern die Tiere. Im Verlauf des therapeutischen Prozesses, wenn die Kinder den Schutz der Symbolebene erlebt haben, werden sie meist aktiver.

Manchmal reicht es schon aus, mit der Aufstellung der Tiere und dem Herausarbeiten dessen, was die kleinen Tiere brauchen, Eltern zu berühren und mit ihnen zu überlegen, wie dieses im Alltag umgesetzt werden kann.

Ein Beispiel:

Eine Mutter kommt mit ihrem 7-jährigen Sohn in die Beratungsstelle. Lehrerin und Erzieherin im Hort hätten dies empfohlen, da P. immer wieder aus nichtigen Anlässen heraus extreme Wutanfälle habe und insgesamt aggressiv auf andere Kinder reagiere, z.B. unflätige Schimpfworte benutze oder schubse. Zu Hause wirke P. oft traurig und abwesend, besonders wenn er vom Vater komme. Der Vater habe P. schon öfter versetzt oder Besuchswochenenden kurzfristig verschoben. Dann habe sie P.'s Wut aushalten müssen. Sonst sei er aber zu Hause eher brav. Sie glaube, dass der Kontakt zum Vater P. eher durcheinander bringe und gar nicht gut für ihn sei. Die Mutter berichtet, dass sie und P.'s Vater seit 4 Jahren getrennt seien. Sie lebe in einer neuen Beziehung seit 2 ½ Jahren und seit 2 Jahren würde sie mit dem neuen Partner und P. zusammen wohnen. P.'s Vater lebe schon seit der Trennung ebenfalls in einer neuen Beziehung mit einer Partnerin, die einen Sohn in P.'s Alter habe, der bei ihnen wohne. Gemeinsam haben sie jetzt noch eine kleine Tochter von 2 Jahren.

Ich bitte P. für sich ein Tier auszusuchen und er entscheidet sich für einen kleinen Fuchs, der könne sich gut verstecken. Für die Mutter sucht er einen großen Fuchs aus, der sei klug und schnell und für den Vater nimmt er eine große Eule, die könne gut aufpassen und habe Flügel zum Ausbreiten. Er sucht auch noch ein Krokodil für den Partner der Mutter aus, das habe so viele schöne Zähne, und einen Gorilla für die Partnerin des Vaters, der sei stark und lustig. Für den Sohn der Partnerin des Vaters nimmt er ein kleines Wildschwein, das sei lustig, und für die kleine Halbschwester eine Maus, die sei so klein. Ich erkläre P., dass er ja schon im Bauch der Mutter von Mama und Papa einen Anteil mitbekommen habe. Da wir keine kleinen Fuchskinder und Eulenkinder mehr haben, malt P. schnell welche auf gefaltetes Papier und stellt die kleinen Tieranteile hinter den kleinen Fuchs. P. rückt die beiden großen Elterntiere ganz nah zusammen und stellt den kleinen Fuchs mit den beiden kleinen Elterntieren in die Mitte. Das sei so schön gewesen, als alle noch kuscheln konnten. Auch nachdem die Eltern sich getrennt hätten, sei der Kontakt noch gut und einigermaßen regelmäßig gewesen. Erst als der Vater mit seiner Partnerin und deren Sohn zusammen gezogen sei, habe es sich verändert. Da sei dann immer bei der Eule der Gorilla und vor allem das Wildschwein gewesen. Es sei ja manchmal ganz lustig, aber es sei seitdem kein Platz mehr im Nest der Eule. Und seitdem die kleine Maus dazu gekommen sei, wäre es noch enger und die Eule habe kaum noch Zeit. P. veranschaulicht das mit den Tieren, deren

Gefühle von Überforderung, Wut und Traurigkeit ich doppelte. Die Mutter ist davon sehr angerührt und kann nachvollziehen, dass sich P.'s Durcheinandersein nicht lösen ließe durch Kontaktvermeidung zum Vater. P. lässt im Gespräch darüber die kleine Eule apathisch auf dem Boden liegen. Mutter und P. sind einverstanden, dass ich den Vater einlade, um ihm die Tieraufstellung zu zeigen.

Der Vater ist dann ebenfalls sehr berührt und betroffen. Er habe sehr viel Stress in der neuen Beziehung gehabt, hätte zweimal die Stelle gewechselt und würde im Schichtdienst arbeiten. Als die kleine Tochter geboren wurde und auch noch ein Umzug in eine neue Wohnung anstand, sei er endgültig überfordert gewesen und hätte auch eine Zeit lang zu viel getrunken. Das habe er aber wieder im Griff. Er sei so „zu“ gewesen, dass er selbst keine Energie mehr hatte, sich angemessen um P. zu kümmern und hätte gedacht, dass es P. nicht so viel ausmache, weil ja auch der Partner der Mutter da sei, mit dem P. sich gut verstehe. Er ist beeindruckt, als ich ihm, so wie P. vorher, mit den Tieren zeige, dass der kleine Fuchs sehr schlau die kleine Eule ruhig gestellt habe, weil der Fuchs gespürt habe, dass da nur wenig kam, die kleine Eule jedoch traurig am Boden lag. Er habe auch als Fuchs gezeigt, dass der viel Spaß mit dem Krokodil (Partner der Mutter) hat und von dessen vielen Zähnen beeindruckt ist, aber von dem Krokodil nun mal keine Eulennahrung komme. Auch habe der Fuchs gezeigt, wie sehr er ausrasten könnte, weil es der Eule so schlecht ginge. Dass sie nur noch jammere und heule und er nicht helfen könne.



In einer anschließenden Familiensitzung zeigte P. den Eltern eindrucksvoll mit den Tieren, dass die kleine Eule sich zunächst aufrichten konnte, als der Kontakt und auch die regelmäßigen Telefonate mit dem Vater wieder stattfanden. Der Vater beschwerte sich jedoch, dass P. nicht gerne bei ihm zu Hause sei und manchmal zur Mutter wolle, auch wenn eine Übernachtung geplant sei. P. zeigt wieder mit den Tieren, dass es ganz schön sei, wenn der kleine Fuchs auch mit Gorilla, Wildschwein und Maus spielen könnte, aber die kleine Eule immer noch zu kurz komme, besonders weil sie abends kein eigenes Nest für

sich habe und mit dem Wildschwein teilen müsse. P. spielt und schläft mit im Zimmer des Sohnes der Partnerin. Dadurch wurde deutlich, dass die kleine Eule Extrazeit mit der großen Eule braucht, um gut genährt zu sein und einen Vorrat zu haben bis zum nächsten Treffen. Der Vater bemüht sich jetzt, mit P. auch allein Zeit zu verbringen außerhalb der Wohnung. Schwieriger sei es, für P. einen eigenen Schlafplatz oder sogar ein eigenes Zimmer einzurichten. Das sei in der Wohnung nicht möglich. Als Lösung finden große und kleine Eule die Möglichkeit, ein gemeinsames Nest „woanders“ zu bauen. Da der Vater mit P. regelmäßig bei seinen Eltern ist, bekommt er dort ein eigenes Zimmer.

Oft ist es so, dass die Kinder für die guten und die problematischen Anteile der Elterntiere ebenfalls Tiere auswählen, z.B. eine Löwin für die behütende Seite der Mutter und einen Affen für ihre streitende Seite. In vom Kind gewählten Szenen agieren die Tiere die jeweiligen Themen aus und zeigen auf, was sie zur Lösung ihrer Probleme brauchen und wie sie gestärkt werden können. Im Spiel weist das Kind dem Therapeuten/der Therapeutin jeweils Tiere zu, die er/sie spielen soll. Es ist wichtig, sich beim Kind immer wieder „Regieanweisungen“ zu holen, um nicht eigene Themen oder Interpretationen einzubringen. Vor jeder neuen Stunde werden die Tiere wieder so aufgestellt wie zum Ende der vorangegangenen Stunde, und es wird besprochen, was sich bei den Tieren verändert hat. Um den mentalisierenden, doppelnden und Integration anregenden Aufgaben des Therapeuten/der Therapeutin gerecht zu werden, ist es oft hilfreich, ein Tier zusätzlich zu spielen, welches diese kommentierenden Aufgaben übernimmt (z.B. Adler, Eule).

Die Telearbeit kann ebenfalls mit einzelnen Eltern oder dem Kind allein erfolgen, um an besonderen Themen zu arbeiten, z.B. Sucht eines Elternteils, Umgangsverweigerung, psychische Erkrankung eines Elternteils, Patchworkproblematiken.

Literatur:

- Kisker, K.P., Freyberger, H., Rose, H.K., Wulff, E. (HG) (1991): Psychiatrie, Psychosomatik, Psychotherapie, Georg Thieme Verlag
- Leutz, G.A. (1974): Psychodrama: Theorie und Praxis, Bd.1, Das klassische Psychodrama nach J.L. Moreno, Springer Verlag
- Aichinger, A. (2012): Einzel- und Familientherapie mit Kindern, Kinderpsychodrama, Bd.3, Springer VS