

Eva-Mareike Veit

Von Schafen und Wölfen...

Kunsttherapeutisch strukturiertes Counseling als
Methode zur Ressourcenstärkung und
Selbstwertsteigerung in einer Werkstatt für Menschen
mit Behinderung

IHP Manuskript 1708 G * ISSN 0721 7870



Eva Mareike Veit

Von Schafen und Wölfen...

Kunsttherapeutisch strukturiertes Counseling als Methode zur Ressourcenstärkung und Selbstwertsteigerung in einer Werkstatt für Menschen mit Behinderung



Inhalt

1. Counselor-Identität und Haltung
2. Idee zum Projekt
 - 2.1 Zu den Klienten
 - 2.2 Kooperationspartner
 - 2.3 Ziel
 - 2.4 Umfang und Durchführungsort
3. Methodik und Ablauf
 - 3.1 Kennenlernen - Formulierung eines gemeinsamen Zieles für die Einheiten
 - 3.2 Es ist gut, dass es dich gibt! - Die Kraft des Seins
 - 3.3 Du darfst sein, wie du bist! - Aber wie bist du überhaupt?
 - 3.4 Sei neugierig – Die Kraft des Tuns
 - 3.5 Verschnaufpause – Unser gemeinsamer Weg bis hier
 - 3.6 Wage Neues – Die Kraft des Tuns
 - 3.7 Vorbereitung einer Ausstellung
 - 3.8 Schaut, wer ich bin! - Gruppen-Feedback
 - 3.9 Absprachen Treffen – Wie kann es weiter gehen
4. Fazit und Ausblick

Literatur

Zusammenfassung

Biographische Notiz

Hinweis: Sofern nicht von einzelnen Personen die Rede ist, wird zur besseren Lesbarkeit im Folgenden auf die gleichzeitige Verwendung der weiblichen und männlichen Sprachform verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichwohl für beiderlei Geschlecht.

Wenn Dialoge wiedergegeben werden, sind die Klienten jeweils mit den Namen Sarah und Marc gekennzeichnet, die zum Schutz der Identitäten als Pseudonyme eingesetzt werden. Die wörtliche Rede der Verfasserin wird mit „Counselor“ dargestellt.

~ Jeder ist ein Genie! Aber wenn Du einen Fisch danach beurteilst, ob er auf einen Baum klettern kann, wird er sein ganzes Leben glauben, dass er dumm ist. ~

Albert Einstein

1. Counselor-Identität und Haltung

Für mich sind Malen und Gestalten schon immer Möglichkeiten, in Kontakt mit meinem Inneren und meinen Emotionen zu kommen. Das Tun an sich sorgt dafür, dass ich zur Ruhe komme, was mir im Alltag häufig schwer fällt. Die kreative Beschäftigung mit eigenen Gedanken und Gefühlen hilft, positives Erleben zu bestärken und mit negativen Erlebnissen besser umgehen oder sie verarbeiten zu können. Diese Erfahrung gebe ich gerne an andere Menschen weiter.

Ich biete meinen Klienten Atmosphäre auf Augenhöhe, die frei ist von Bewertungen und Leistungsdenken. Sie können ohne Druck und Angst vor Misserfolgen ins Tun und damit in Kontakt mit ihrer Kreativität kommen. Ich ermutige die Menschen kreativ zu sein und ihre Ideen nicht aus Angst vor Bewertung zu verstecken. Mein oberstes Ziel ist es, die Ressourcen und Eigenschaften der Klienten zu entdecken und zu stärken.

2. Idee zum Projekt

Wir leben in einer Gesellschaft, in der Leistung eine große Rolle spielt. Jeder Mensch wird danach bewertet was er kann, was er leistet. Wir denken in Kategorien wie „gut“ und „böse“ oder „schön“ und „hässlich“. Auch im Bereich der Kunst lernen wir in der Schule was „richtig“ und was „falsch“ ist. Bilder werden, ebenso wie die Künstler dahinter, bewertet und benotet. Es geht mehr um Detailtreue denn um Kreativität. Was aber macht dieses Leistungsdenken mit Menschen, die nicht dem allgemeinen Bild entsprechen? Wer die allgemein geforderten Fertigkeiten nicht lernt, wird als „anders“ eingestuft. Menschen mit Behinderung bekommen oft zu hören, sie seien eben „nicht normal“, dürfen demnach auch keine „normalen“ Träume und Ideen haben. Daraus können sich Ängste und ein Vermeidungsverhalten entwickeln, das sich nicht selten in auffälligem Verhalten oder Aggression zeigt.

Ich arbeite bei der Kreisverwaltung Mayen-Koblenz in der Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderungen. Im Rahmen meiner Tätigkeit als Fallmanagerin erarbeite ich mit einzelnen Menschen mit Behinderung individuelle Teilhabepläne, die Stärken und Schwächen der Betroffenen aufzeigen, woraus sich passgenaue Hilfebedarfe ergeben. Diese können durch verschiedene Arten der Hilfe, so auch durch Mittel der Eingliederungshilfe, gedeckt werden. Ziel der Eingliederungshilfe ist es, die behinderungsbedingten Nachteile der Menschen auszugleichen und ihnen so ein gleichberechtigtes, selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen.

Im Gespräch mit den Betroffenen fallen mir immer wieder zwei Dinge auf. Zunächst befinden sich einige der Betroffenen in einer erlernten Hilflosigkeit. Sie wissen nicht um ihre Stärken und trauen sich Vieles nicht zu, weil ihnen die meisten alltäglichen Aufgaben abgenommen werden. Es fällt vielen Menschen schwer ihre Ressourcen aufzudecken und realistische Ziele zu formulieren. Durch diese erlernte Hilflosigkeit und das fehlende Vertrauen in das eigene Können, werden die Menschen an der Ausübung ihrer Selbstbestimmung gehindert. Sie sind oft nicht in der Lage ihre Wünsche zu äußern oder Entscheidungen zu treffen.

Außerdem scheinen die Betroffenen häufig ein schlechtes Selbstbild zu haben und sich ihres Platzes in der Gesellschaft nicht sicher zu sein. Häufig treten in den Gesprächen alte Verletzungen und Einschärfungen zu Tage, die die Betroffenen von ihrem Umfeld seit Kindheitstagen hören. Die Grenzen ihres Seins und Tuns werden diesen Menschen oft von außen auferlegt und durch entsprechende Einschärfungen (vgl. Lumma et al. 2009, Seite 17) bis ins hohe Alter unterstützt.

Den Themen Selbstwert und Ressourcenförderung widme ich mich in meinem Praxisprojekt in einer Werkstatt für Menschen mit Behinderung (im Folgenden WfbM genannt). Mit zwei Klienten treffe ich mich in wöchentlichen Einzeleinheiten, um durch kunsttherapeutisch strukturiertes Counseling ihre Ressourcen zu finden und den Selbstwert zu stärken.

2.1 Zu den Klienten

Sarah ist 20 Jahre alt. Sie wechselte im Sommer 2016 aus der Förderschule für ganzheitliche Entwicklung in den Berufsbildungsbereich der WfbM. Einerseits hadert sie mit ihren Einschränkungen und wünscht sich sehnlichst Normalität. Andererseits traut sie sich wenig zu, ist unsicher und fordert Hilfe und Begleitung vehement ein. Die Familienverhältnisse werden von der Klientin selbst, aber auch dem Sozialdienst als schwierig beschrieben. Die familiären Bezugspersonen sind unzuverlässig, die Mutter selbst psychisch erkrankt. Sarah ist im Werkstattalltag auffällig, da sie Schwierigkeiten damit hat, positive soziale Kontakte aufzubauen und aufrecht zu erhalten. Sie fordert sich durch laute Ansprache die Aufmerksamkeit ihres Umfeldes permanent ein. Während der Wochen in denen die Einheiten stattfanden, wechselt Sarah aus dem Berufsbildungsbereich zuerst in die Wäscherei, dann in den Bereich „Montage/Verpackung“.

Marc ist 21 Jahre alt und wechselte im Sommer 2016 in den Arbeitsbereich der WfbM. Auch er ist in einer „Montage/Verpackung“-Gruppe und besuchte ebenfalls eine Förderschule für ganzheitliche Entwicklung. Seine Eltern trennten sich vor Jahren, zum Vater besteht grundsätzlich kein Kontakt. Er steht ambivalent zu diesem Kontaktabbruch. Marc benutzt häufig Sätze wie „Ich kann das nicht.“ Er gibt seine Behinderung als Grund an, warum er viele Dinge seiner Meinung nach nicht kann. Seine Verhaltensweisen und das permanente Nörgeln über seine Situation und das Fehlverhalten Anderer sorgen für die Aufmerksamkeit und das Mitleid der Betreuungspersonen. Gegenüber vielen Menschen hat er ein raues, aggressives Auftreten. Marc beschäftigt sich mit den Bewertungen Anderer,

die in Form von Gerüchten und übler Nachrede in der WfbM umgehen. Er sieht sich in der Opferrolle und leidet darunter, findet aber keinen Ausweg oder adäquaten Umgang mit der Situation. Marc gibt die Schuld für seine Aggression und depressive Verstimmung seinen Mitbeschäftigten in der WfbM.

2.2 Kooperationspartner

Nach einigen Vorgesprächen mit der Leitung des Sozialdienstes der Rhein-Mosel-Werkstatt in Koblenz und einem Kennenlernen der Klienten am 14.08.2017, starten die Einzelsettings am 15.08.2017. Der Abschluss dieser ersten Einheitsreihe ist der 24.10.2017.

Die Einheiten finden dienstags ab 13:30 Uhr im Kursraum der Erwachsenenbildung der Rhein-Mosel-Werkstatt in Koblenz statt. In den Räumen des Berufsbildungsbereiches wurden Lagerungsmöglichkeiten für Material und die Werke der Klienten bereitgestellt.

2.3 Ziel

Durch kunsttherapeutisch strukturiertes Counseling in Einzelsettings beschäftige ich mich gemeinsam mit dem Klienten mit dessen Ressourcen. Wir decken diese auf und fördern sie, damit der Klient lernt, seinen Fähigkeiten zu trauen. Durch das Erkennen und Stärken der Ressourcen steigern wir das Selbstwertgefühl und verbessern außerdem das Selbstbild des jungen Menschen.

Künstlerisches Gestalten weckt und stärkt darüber hinaus die Spontaneität und Kreativität. Ängste und Unsicherheiten des Klienten bauen sich ab, Autonomie und Selbstbestimmung können besser gelebt werden. Nach Schottenloher ist das Kunstschaffen „ein Mittel, sich selbst und die Welt zu entdecken und eine Beziehung zwischen den beiden herzustellen.“ (aus Schottenloher 2008, Seite 136).

2.4 Umfang und Durchführungsort

Die Einheiten finden vorrangig anhand der ersten beiden Kräfte der Cycles of Power von Pamela Levin statt (vgl. Lumma et. al., 2009). Geplant sind pro Klient zunächst etwa 10 Einheiten.

Im Laufe der ersten Einheiten fällt jedoch auf, dass die Einschärfungen und Unsicherheiten bei beiden Klienten tief sitzen. Aus diesem Grund wird die Aufmerksamkeit der gemeinsamen Arbeit bei beiden Klienten eher auf die Aktivierung und Stärkung von Ressourcen und das Umschreiben von Einschärfungen und negativen Botschaften aus der Kindheit gerichtet. Die Entwicklung einer realistischen beruflichen Perspektive, die anfangs Ziel der Einheiten sein sollte, schwingt zwar immer mit, ist jedoch nicht mehr Hauptziel der Arbeit. Es zeigt sich, dass es für Sarah und Marc wichtig ist Wertschätzung zu erfahren und zu lernen eigene Ressourcen anzuerkennen, bevor sie eigene Ideen für ihre Zukunft entwickeln können. Anfangs werden aus diesem Grund allgemeinere Ziele wie „Wir lernen uns kennen“ formuliert.

Jede Einheit ist etwa 45 Minuten lang. Als Durchführungsort dienen die Räumlichkeiten einer Werkstatt für Menschen mit Behinderung sodass die Klienten sich in ihrem gewohnten Arbeitsumfeld bewegen. Zudem ist die Nähe zum Sozialdienst der WfbM und anderem Fachpersonal gegeben, die in die Zielerreichung mit eingebunden werden.

Der hier skizzierte Ablauf ist beispielhaft zu betrachten. Aufgrund von Krankheit und Urlaub fanden mit Sarah 9 und mit Marc 6 Einheiten statt.

Um den Prozess der Klienten darzustellen, wird der theoretische Aufbau der Einheiten in den folgenden Unterkapiteln durch die Werke der beiden sowie teilweise durch Ausschnitte aus den Gesprächen unterstützt. Auch eigene Bilder zur Reflexion einzelner Einheiten werden wiedergegeben.

3. Methodik und Ablauf

in Anlehnung an die Cycles of Power nach Pamela Levin (vgl. Lumma et. al., 2009)

3.1 Kennenlernen – Formulierung eines gemeinsamen Zieles für die Einheiten

Kontaktbild; Methode nach G. Schottenloher, 2008⁷, Seite 95.

Wir sitzen an einem Tisch und Wasserfarben, Pinsel sowie Schwämme und Spachtel stehen bereit. Zwischen uns liegt ein DIN A3 großes Malpapier.

Jeder von uns sucht sich nun eine Farbe aus. Auftrag: Wir malen ein gemeinsames Bild.
Zeitvorgabe: 30 Minuten

Ziel: beim Malen entsteht ein zwangloses Gespräch, wir lernen uns kennen. Der jeweilige Klient macht sich mit mir, der Umgebung und dem Material vertraut.

Wir klären während des Malens und danach die Fragen:

Wer bist du? Wer bin ich?

Was könnte in den nächsten Einheiten passieren?

Welche Regeln gibt es für eine Zusammenarbeit? Welches Ziel haben wir?

Kontaktbild mit Sarah aus der 1. Einheit

Sarah: »Ich nehme rot.«

Counselor: »Ich nehme gelb.«

Sarah: »Das ist gut, das passt zusammen.« (...)

Sarah: »Ich weiß gar nicht, wie ich anfangen soll.«

(malt dann ein Herz)

Sarah kommentiert: »Deins sieht so schön aus.«

»Ich mach da mal rot mit rein.«

»Soll ich mal eine Sonne malen?«

»Hier muss noch gelb rein! Mach da mal noch mehr!«

»Lass uns mal die Farben tauschen!«



Sarah hat keine Schwierigkeiten damit, das Blatt ganz auszunutzen. Nach anfänglicher Vorsicht malt sie ganz selbstverständlich auch in dem Bildteil, vor dem ich sitze.

Kontaktbild mit Marc aus der 1. Einheit

Marc startet verhalten ins Tun. Er hat ein großes Redebedürfnis und hört auf zu malen, wenn er etwas Emotionales oder Schwieriges sagt.

Counselor: »Welche Farbe möchtest du denn nehmen?«

Marc: »Ich weiß gar nicht. Ich kann auch wegen meinem Tremor gar nicht richtig malen.«

Counselor: »Es gibt hier kein richtig oder falsch. Es geht darum, dass du malst. Keiner bewertet was du tust. Heute malen wir ja auch gemeinsam.«

«

Marc: »Na gut, ich nehme erst mal blau.«



Marc bemalt das linke Drittel des Blattes blau. Die Pinselstriche werden kräftiger je emotionaler er ist. Das Malen scheint ihn zu beruhigen.

Während der gesamten Einheit bleibt Marc im linken Drittel des Blattes. Auch nach mehrfacher Aufforderung, das ganze Blatt zu nutzen, macht er es nicht. Ich komme immer näher an sein Gemaltes heran, was ihn nicht zu stören scheint.

Counselor: »Schau mal wie viel Platz in der Mitte noch ist. Du darfst ihn nutzen!«

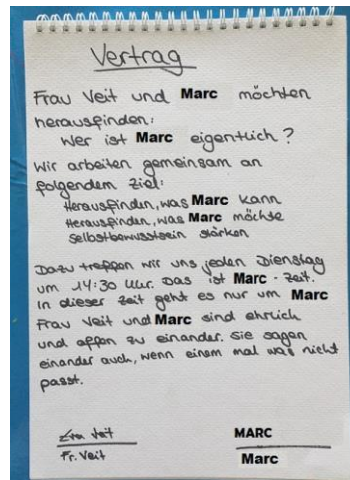
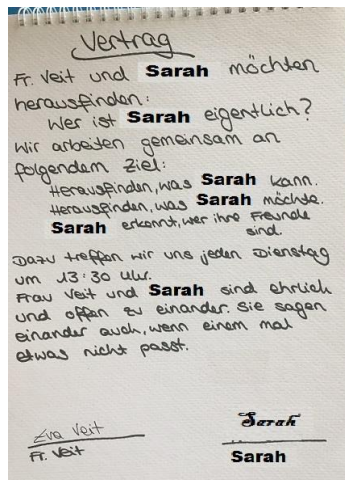
Marc: »Ich brauche nicht so viel Platz, das ist schon okay.«

Marc: »Ich nehme jetzt mal eine andere Farbe.«

Mit den weiteren Farben wird Marc mutiger und übermalt Teile seines bisherigen Bildes; er probiert sich aus und mischt Farben.

Erst kurz vor Ende der Einheit malt Marc vorsichtig den kleinen Bereich zwischen unseren beiden Bildteilen aus.

In den letzten 10 Minuten der Einheit wird ein Vertrag erstellt:



Eigene Gedanken zum Kennenlernen von Sarah und Marc



3.2 Es ist gut, dass es dich gibt! - Die Kraft des Seins

(vgl. Lumma et al. 2009, Seite 25f)

Erinnerungsbild

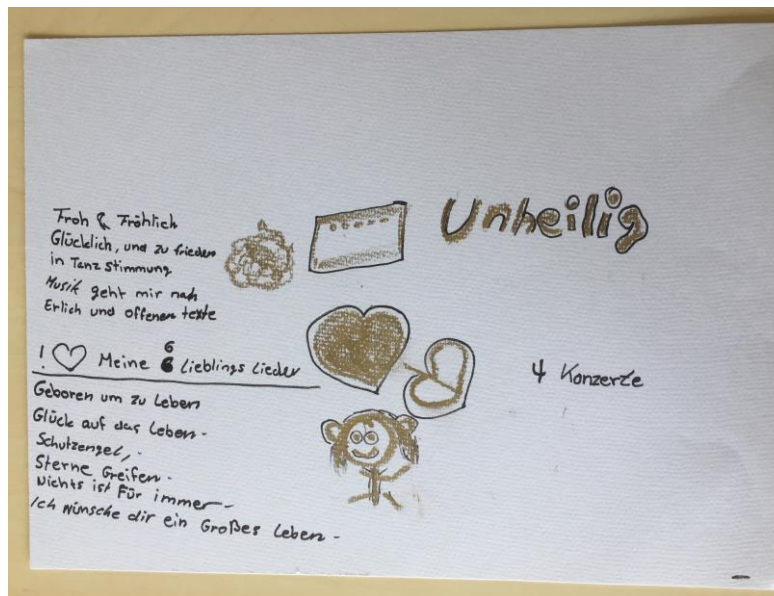
Wir sitzen an einem Tisch, vor dem Klienten liegt ein DIN A3 großes Malpapier sowie Ölpastellkreiden in verschiedenen Farben.

Auftrag: Male eine schöne Erinnerung oder eine schöne Situation, die dich selbst ausmacht.

Zeitvorgabe: 20 Minuten

Danach kommen wir ins Gespräch über das Gemalte.

Erinnerungsbild von Sarah aus der 2. Einheit



Sarah hat nach Erteilung des Arbeitsauftrages sofort ein Bild vor Augen.

Sarah: »Ich kann das aber nicht malen. Echt nicht.«

Counselor: »Probier es doch einfach mal.«

Sarah: »Ich weiß nicht wie.«

Counselor: »Welche Erinnerung ist es denn? Vielleicht finden wir gemeinsam einen Weg das zu malen.«

Sarah: »Es ist die Erinnerung an die Unheilig-Konzerte auf denen ich war. Das war so toll. Die Musik berührt mich sehr und hilft mir wenn es mir schlecht geht.«

Counselor: »Und was möchtest du malen?«

Sarah: »Die Bühne vielleicht. Und mich, wie ich tanze.«

Sarah malt mit Ölpastellkreide in gold drei Symbole. Den Kasten für die Bühne, ein Herz und sich selbst.

Sarah: »Ich möchte die Gefühle daneben schreiben, die ich da hatte. Und meine 5 Lieblingslieder.«

Erinnerungsbild von Marc aus der 2. Einheit



Marc tut sich auch dieses Mal schwer, mit dem Malen anzufangen. Er erzählt von seiner Woche und allem was er erlebt hat.

Counselor: »Was könnte dir helfen, dich besser auf das Malen zu konzentrieren?«

Marc: »Ich weiß es nicht.«

Counselor: »Was machst du denn zu Hause, wenn du mal deine Ruhe brauchst?«

Marc: »Ich höre Musik oder spiele PlayStation™.«

Counselor: »Möchtest du mal ausprobieren, ob Musik dir hier auch hilft?«

Nachdem Marc Musik angemacht hat, kann er sich eher auf das Malen einlassen.

Marc malt mit sehr viel Druck. Er braucht immer wieder die Aufforderung das gesamte Blatt zu nutzen.

Marc: »Das ist eine Blumenwiese im Haus meines Vaters. Heute sieht es da ganz anders aus. Aber früher ging es mir da immer gut.«

Counselor: »Kannst du genauer beschreiben, wie es dir dort ging?«

Marc: »Ich war ruhiger, nicht aggressiv.«

Marc: »Da fehlt jetzt aber noch ein Hund. Kannst du mir den bitte malen?«

Marc: »Tiere und Natur helfen mir auch jetzt oft, wieder runter zu kommen und mich zu beruhigen.«

Marc: »Am Liebsten würde ich mit Wölfen arbeiten. Das sind tolle Tiere. So unberechenbar.«

3.3 Du darfst sein, wie du bist! - Aber wie bist du überhaupt? - Die Kraft des Seins

Das Tier in mir; Methode nach Leutkart et. al. 2010³, Seite 119f

Auf dem Tisch liegen Bildkarten mit Tieren. Der Klient wird gebeten sich eine Bildkarte auszusuchen. Danach kommen wir ins Gespräch über das Tier und seine Eigenschaften.

Warum hast du dir dieses Bild ausgesucht? Welche Eigenschaften hat dieses Tier? Was kann es besonders gut? Sind das Eigenschaften die du auch hast oder haben möchtest?

Beschreibe das Tier und seine Eigenschaften. Was hat das mit dir zu tun?

Die Eigenschaften werden mit einem schwarzen Stift auf eine DIN A5 Karte geschrieben, oder durch Symbole dargestellt.

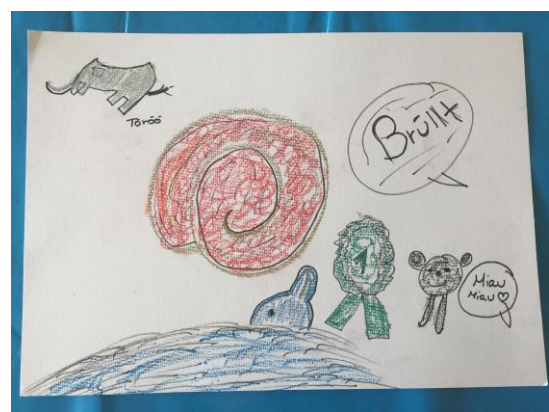
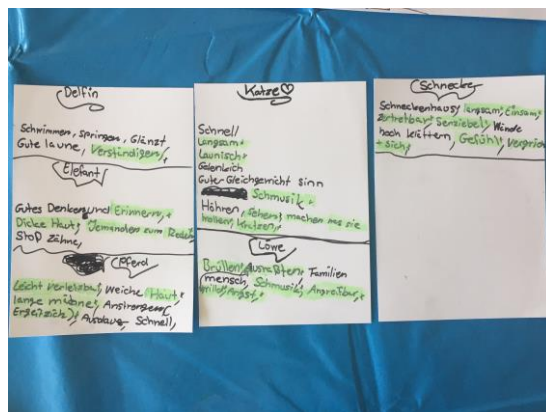
Schau dir noch mal die anderen Tiere an. Findest du Eigenschaften an ihnen, die du auch hast oder brauchst?

Auch diese Eigenschaften werden mit einem schwarzen Stift auf DIN A5 Karten geschrieben.

Auftrag: Der Klient wird aufgefordert mit Pastellkreiden ein Phantasietier zu malen, das alle besprochenen Eigenschaften vereint. (Blattgröße DIN A3)

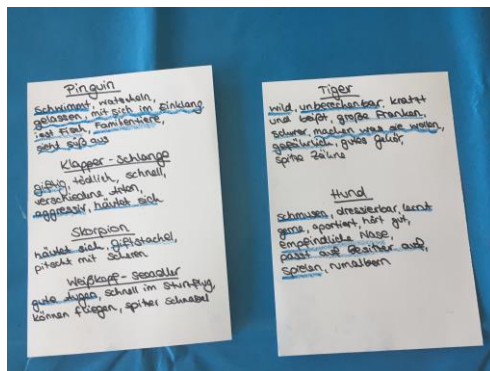
Zeitvorgabe: insgesamt 40 Minuten

Eigenschaften der ausgesuchten Tiere und Bild von Sarah aus der 3. Einheit



Sarah: »Die Katze steht für das Launische in mir. Ich fahre auch mal gerne die Krallen aus. Und ich kann brüllen wie ein Löwe. Außerdem schmust die Katze gerne. Das mag ich auch. Der Delfin ist immer fröhlich, das wäre ich auch gerne. Das Pferd ist genauso ehrgeizig wie ich. Wenn ich etwas möchte, kämpfe ich dafür. Der Elefant kann sich gut an Sachen erinnern. Das kann ich auch. Sind aber nicht nur schöne Sachen, die ich nicht vergessen kann. Und so ein Schneckenhaus wäre super praktisch. Ich ziehe mich oft zurück, habe keine Freunde.«

Eigenschaften der ausgesuchten Tiere und Bild von Marc aus der 3. Einheit



Marc: »Das ist schwierig. Ich könnte den Bären nehmen. Der ist genauso faul wie ich. Oder den Tiger. Da sind auch giftige Tiere mit dabei. Die passen gut zu mir. Ich kann gefährlich sein.«

Counselor: »Such dir bitte erst mal ein Tier aus. Mit dem fangen wir dann mal an. Ganz spontan.«

Marc: »Dann nehme ich den Kaiserpinguin. Das ist das Lieblingstier von meinem Bruder.«

Counselor: »Okay, was weißt du denn über den Kaiserpinguin? Was kann er? wie ist er?«

Marc diktiert mir die Eigenschaften der verschiedenen Tiere, die er auswählt. Danach lese ich ihm alles noch mal vor und wir unterstreichen die Eigenschaften, die er auch hat oder haben möchte.

Marc braucht viel Ermutigung, mit dem Malen anzufangen. Er beschreibt mir seine Idee eines Phantasietieres, teilweise male ich es mit Bleistift vor. Er nutzt wieder nicht das gesamte Blatt, sondern beschränkt sich auf die linke obere Ecke.

Marc: »Mit dem Tremor geht das nicht. Ich kann nicht malen. Ich male lieber aus.«

Marc: »Das Bild passt gut. Das Tier hat jetzt viele meiner Eigenschaften. Ich kann kämpfen wie ein Tiger und meine Krallen ausfahren. Ich bin auch wild und unberechenbar. Außerdem aggressiv und gefährlich wie die Klapperschlange. Wie der Pinguin bin ich ein Familienmensch und gerne mit meinem Bruder zusammen. Wie der Hund lerne ich gerne, wenn ich mich für Sachen interessiere. Außerdem schmusche ich gerne und passe auf die Menschen in meinem Umfeld auf. Die Flügel vom Weißkopfseeadler hätte ich gerne. Er ist so königlich und wer möchte nicht fliegen können?«

3.4 Sei neugierig! - Die Kraft des Tuns

(vgl. Lumma et al. 2009, Seite 28f)

Was ich gerne tue – Collage

Auf dem Tisch stehen verschiedene Materialien (Wasserfarbe, Pinsel, Ölpastellkreiden, Kleber, Sand, Zeitschriften, etc.). Der Klient wird dazu aufgefordert, sich ein Blatt Größe A1 zu nehmen und darauf die Umrisse seiner Hände und Füße zu malen oder Abdrücke zu machen. Ich biete dabei meine Unterstützung an.

Auftrag: Gestalte ein Bild. Du darfst alles benutzen, was du auf dem Tisch findest. Thema des Bildes soll sein: Was ich gut kann. Wofür ich mich interessiere.

Zeitvorgabe: insgesamt 30 Minuten

Anschließendes Gespräch über das Gemalte.

Collage von Sarah aus der 4. Einheit

Sarah braucht eine Weile, um ins Tun zu kommen. Sie möchte erst nicht ausschneiden, weil sie es laut eigenem Empfinden nicht kann. Irgendwann macht sie es aber doch.

Sarah: »Das mit den Händen da drauf finde ich super. Das ist jetzt wie ein Teil von mir auf dem Bild.«

Als sie ihre Collage für fertig empfindet sagt sie: »Ich habe eine Idee. Darf ich was Anderes malen?«

Counselor: »Selbstverständlich, fang an.«

Sarah vermischt daraufhin auf zwei Papptellern weiße mit blauer Farbe und bittet mich: »Kannst du da mit der Pinselrückseite Delfine rein ritzen? Dann habe ich das Wasser gemalt und du den Delfin. Und jeder von uns darf einen der Teller als Andenken mitnehmen.«

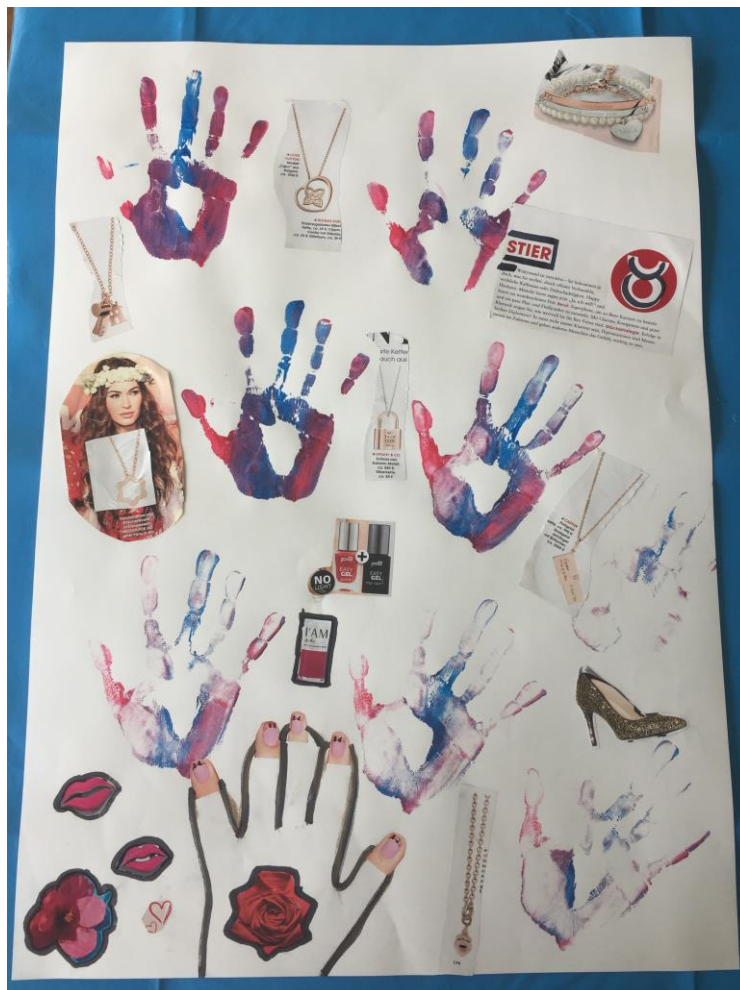


Bild von Marc aus der 4. Einheit

Marc ist wieder aufgebracht. Er wirkt so unter Strom und aggressiv, dass ich entscheide, ihn keine Collage zu seinen Interessen gestalten zu lassen. Getreu dem Motto „Störungen haben Vorrang“ (Cohn 2016¹⁸, Seite 122) gebe ich ihm den Auftrag, mit dem vorhandenen Material einen schönen Ort zu gestalten, an den er sich gerne zurückziehen möchte.

Marc: »Im Urlaub ging es mir so gut. Ich war viel ruhiger und nicht aggressiv. Seit ich wieder hier bin, erzählen ein paar Leute Lügen über mich. Das regt mich auf. Außerdem begegne ich hier ständig meiner Ex, die mit ihrem Neuen turtelt.« (...)

Beim Gestalten wird er sichtlich ruhiger.

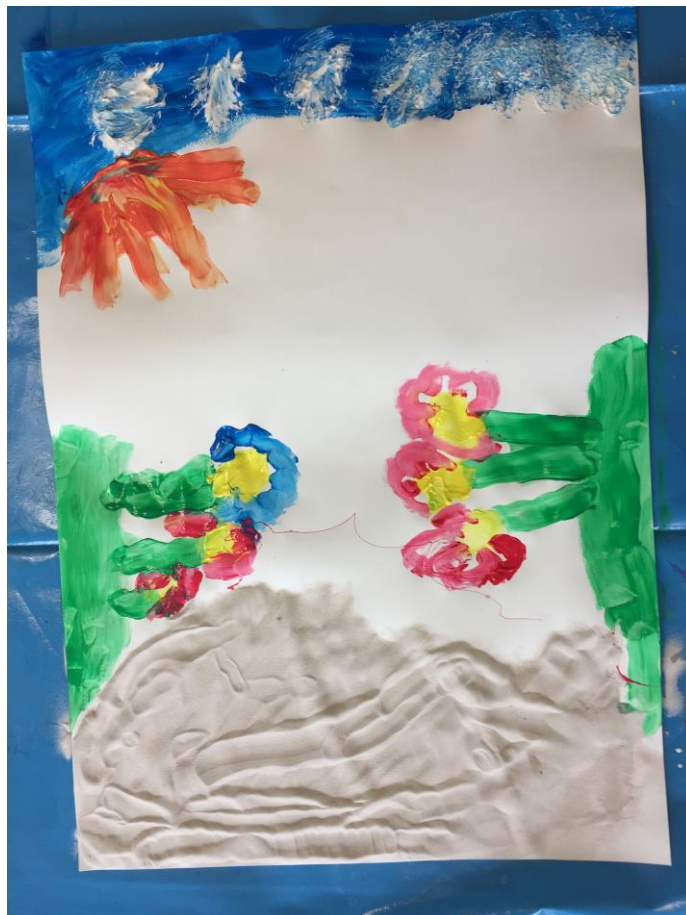
Marc: »Das beruhigt mich.«

Counselor: »Die Situation, also der Strand oder das Gestalten?«

Marc: »Beides. Das Verstreichen vom Sand ist toll. Auch das Malen und Tupfen beruhigt. Ich habe da eine Erinnerung an einen Strand in Holland. Ich erinnere mich gerne an den Strand, wenn ich sauer, verletzt oder aggressiv bin.«

Wir sprechen über weitere Methoden die Marc nutzt, um sich zu beruhigen. Er erzählt von Musik und der Natur. Die für ihn wichtigste Methode der Aggressionsbewältigung sei jedoch das Spielen von Videospiele auf der PlayStation™.

Marc: »Da kann ich so richtig abschalten und bin hochkonzentriert. Da darf mich auch keiner stören. Es tut gut im Spiel anderen Kreaturen weh zu tun. Es gibt so Stimmen in mir die mir oft sagen, ich soll das mal machen: Anderen wehtun. Da kommt die Aggression auch her. Diese Stimmen beruhige ich auch mit dem Spielen.«



Im folgenden Gespräch geht es um Marcs Strand, den Ort der Ruhe und Sicherheit. Gemeinsam finden wir Wege, wie er das Bild in seinen Alltag integrieren kann. Hinweis: Marc besucht wegen Depressionen schon seit längerem einen Therapeuten, der auch über die oben beschriebenen Stimmen in Marcs Innerem informiert ist. Es ist nicht Ziel der Counseling-Einheiten, dies zu bearbeiten, dennoch wird es immer wieder zum Thema.

Eigene Reflexion zur vierten Einheit mit Sarah und Marc



3.5 Verschnaufpause – Unser gemeinsamer Weg bis hierhin

Resonanzbild zu den eigenen Werken; Methode nach Lumma et. al. 2013, Seite 172f. Auf dem Tisch liegt Malpapier in DIN A3 sowie Ölpastellkreiden in verschiedenen Farben. Arbeitsauftrag: Schau dir deine Bilder der letzten Wochen genau an. Gibt es Bildteile, die dich besonders Ansprechen? Springt dir ein Symbol oder ein bestimmter Bildteil direkt ins Auge? Male wie es dir geht, wenn du die Werke der letzten Wochen anschaust. Anschließend wird über die Resonanz gesprochen. Zeitvorgabe: insgesamt 25 Minuten

Außerdem:

Absprachen zur achten Einheit: Du darfst zur achten Einheit drei Personen deiner Wahl (Freunde, Eltern, Oma, Mitarbeiter der WfbM, etc.) mitbringen. Ich werde außerdem deinen Gruppenleiter und den Sozialdienst einladen. Gemeinsam stellen wir den Anderen vor, was wir erarbeitet haben. Dafür können wir schon mal Einladungen schreiben, damit auch alle Zeit haben.

Einladungstext:

Lieber X, ich lade Dich/Sie am 17.10.2017 um 14:30/15:30 Uhr zu einer Ausstellung mit dem Titel Sarah/Marc ein.

Die Ausstellung findet im Kursraum der Erwachsenenbildung statt.

Ich freue mich auf Dich/Sie

Resonanzbild von Sarah aus der 5. Einheit

Sarah möchte erst gar nicht malen. Wir schreiben und gestalten die Einladungskarten und verteilen diese im Haus. Die Karte für ihre Eltern steckt Sarah ein.

Danach sprechen wir über die bisherigen Bilder. Sarah malt ihre Resonanz.

Sarah: »Das ist ein Rätsel. Die sollen raten ob das meine Hände sind oder zum Beispiel deine.«



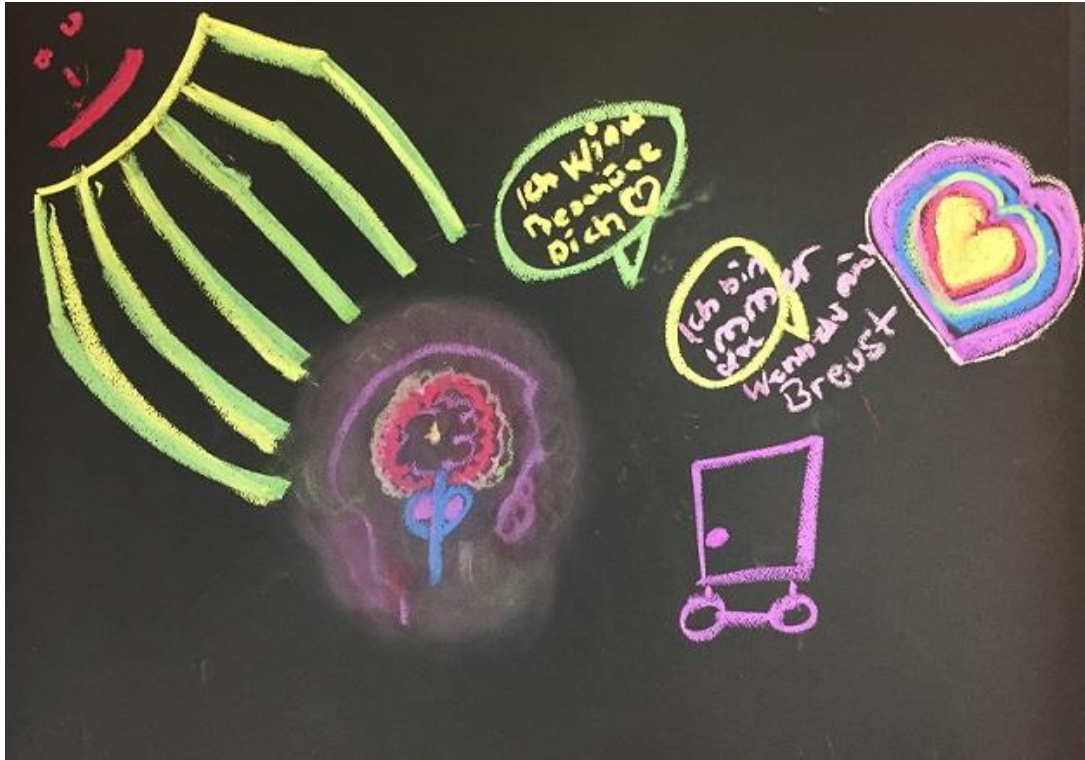
3.6 Wage Neues! – Die Kraft des Tuns

Arbeit mit Zuckerkreiden

Auf dem Tisch stehen Tafelkreiden die über Nacht in Zucker eingelegt waren (Zuckerkreiden) in verschiedenen Farben bereit. Außerdem ein 30x70 cm großer Bogen schwarzen Tonpapiers.

Arbeitsauftrag: Heute malen wir mit Kreiden auf schwarzem Papier. Probiere dich einfach aus, male drauf los und du wirst sehen, dass die Zuckerkreiden eine Besonderheit haben. Vielleicht denkst du beim Malen an einen schönen Ort, an dem du dich wohl fühlst.
Zeitvorgabe: insgesamt 40 Minuten

Zuckerkreidebild von Sarah aus der 6. Einheit



Nach anfänglichen Schwierigkeiten anzufangen malt Sarah zuerst das Herz und probiert durch das Umranden alle Kreidefarben aus. Sie ist begeistert vom Leuchten der Farben und probiert auch den Unterschied zu herkömmlicher Tafelkreide.

Sarah: »Die Blume bin ich. Da weht der Wind drum herum (verwischt die Kreide). Der will mir was sagen, aber ich verstehe den nicht, weil so viele Autos drum herum fahren.«

Counselor: »Was könnte dir denn helfen, den Wind zu verstehen?«

Sarah: »Die Sonne kommt raus. Die Strahlen der Sonne helfen mir den Wind zu verstehen. Der sagt `Ich, Wind beschütze dich` und dann sagt er noch `Ich bin immer da wenn du mich brauchst`« (schreibt die Sprechblasen).

Zum Ende der Einheit fragt Sarah, ob sie noch ein schwarzes Papier haben darf. Sie malt ein weiteres Bild mit den Zuckerkreiden, das sie mit nach Hause nehmen und in ihr Zimmer hängen möchte.

Zuckerkreidebild von Marc aus der 5. Einheit

In den letzten Wochen hatte Marc viel Ärger, was ihn aufwühlt und aggressiv macht. Er ist wieder kaum in der Lage, sich auf unsere Einheit einzulassen.

Wir nehmen das Gespräch aus der letzten Einheit wieder auf. Es geht um die Aggressivität. Wir sprechen über weitere Methoden, wie Marc seine Aggression besser kontrollieren und zur Ruhe kommen kann.



Counselor: »Sieh das Leben als eines deiner Videospiele. Ziel ist es, ruhig zu bleiben und sich nicht provozieren zu lassen. Das Spiel schickt dir immer neue Gegner und Herausforderungen.«

Marc: »Ja, so fühlt sich das wirklich manchmal an.«

Eigene Reflexion zur fünften Einheit mit Marc



3.7 Vorbereitung einer Ausstellung:

Arbeitsauftrag: Der Klient wird gebeten alle Bilder aus den letzten Wochen zu einer Ausstellung zu arrangieren; Name und Geburtsdatum werden als Überschrift ergänzt.

Gemeinsam schauen wir alle Bilder im Hinblick auf folgende Fragen an:

Finde ich mich in den Werken wieder?

Fehlt noch etwas? Wie geht es mir beim Anschauen der Werke?

Was möchte ich bei der Ausstellung zu meinen Werken sagen? Wo brauche ich Unterstützung vom Counselor?

Counselor: »Weißt du noch, was du da gemalt hast? Was der Auftrag war?«

Sarah: »Nicht wirklich. Irgendwie ist das alles weg. Ich will die meisten der Bilder auch gar nicht angucken.« (...)

Mit kleinen Hinweisen zu den jeweiligen Einheiten erinnert sich Sarah dann doch wieder und ist am Ende beeindruckt, was sie alles geschafft hat.

Sarah: »Darf ich die Bilder dann auch mit heim nehmen? Weil vielleicht meine Eltern nicht kommen können zur Ausstellung.«

Counselor: »Ja sicher. Du bist die Künstlerin. Es sind deine Werke.«

Sarah: »Dann mache ich zu Hause noch mal eine Ausstellung!«

Am Ende der Einheit möchte Sarah einen Stift und ein Blatt Papier haben. Sie schreibt einen ausführlichen Entschuldigungsbrief an ihren Gruppenleiter, weil sie sich in den letzten Tagen immer wieder der Arbeit entzogen und Ärger gemacht hat.

3.8 Schaut, wer ich bin!- Gruppen-Feedback

Methode nach Schottenloher 2008, Seite 89.

Arbeitsauftrag an den Klienten: Stelle den Anderen vor, was wir erarbeitet haben. Ich kann dich unterstützen, wenn du das möchtest.

Zeitvorgabe: 20 Minuten

Arbeitsauftrag an die anderen Anwesenden: Was möchte ich Sarah/Marc mitgeben? Was fällt mir auf? (Achtung: wertschätzend bleiben!)

Ausstellung „Sarah“



Zur Feier des Tages hat die WfbM Kaffee, Kakao und Kuchen bereitgestellt.

Sarah ist so beeindruckt, dass es ihr die Worte verschlägt.

Ich stelle mich den Anwesenden vor und erkläre, was ich mit Sarah in den letzten Wochen gemacht habe. Sie bittet mich die Bilder vorzustellen. Ich lade sie ein jederzeit dazwischen zu reden, wenn ihr noch etwas einfällt.

Der Mitarbeiter des Sozialdienstes und der Gruppenleiter sind beeindruckt von Sarahs Kreativität.

Counselor: »Du hast mich auch immer wieder gefragt, ob du noch was Anderes malen oder basteln darfst. Du hast viele Ideen und bist kreativ. Anfangs warst du etwas schüchterner, aber in den letzten Wochen hast du bei jedem Treffen mehrere Kunstwerke erschaffen.«

Sarah: »Außerdem tut mir das gut, hier bei dir zu sein. Ich male mittlerweile auch zu Hause.«

Gruppenleiter: »Du kannst auch bei uns malen, wenn dir das gut tut. Ich brauche dich zwar auch für die Arbeit, es ist ja immer viel zu tun, aber wir finden schon eine Möglichkeit, das in die Arbeitszeit zu verpacken.« (...)

Es wird vereinbart, dass eines der Bilder in der Gruppe aufgehängt wird. Sarah lässt den Gruppenleiter Eines aussuchen und freut sich über die zusätzliche Anerkennung.

Ausstellung „Marc“



Marc hat zwei Kolleginnen, darunter auch Sarah, sowie seine Gruppenleitung eingeladen. Sein Bruder sagt kurzfristig ab. Er kann die Enttäuschung und Verletzung darüber nicht verbergen, kann aber gut beruhigt werden.

Counselor: »Wir haben die Ausstellung ja nicht zusammen vorbereiten können. Möchtest du selbst etwas dazu sagen, wie die Bilder entstanden sind, oder soll ich erzählen?«

Marc: »Ich mache das schon. Mit welchem soll ich anfangen?«

Marc stellt die Bilder in der Reihenfolge vor, in der sie entstanden sind. Er erinnert sich genau an den jeweiligen Auftrag und erklärt, was er mit den Werken ausdrücken will.

Marc: »Ich komme gerne zu dir. Hier kann ich `mal Dampf ablassen, aber wir arbeiten auch daran, dass ich ruhiger werde. Das was du letztes Mal mit dem Spiel gesagt hast, dass die Provokationen nur Herausforderungen sind und ich sie besiegen kann, indem ich ruhig bleibe, das hilft mir. Ich hätte mich auch vor ein paar Wochen bestimmt nicht getraut, hier vor allen Leuten über meine Bilder zu sprechen. Da hat sich schon was getan bei mir.«

3.9 Absprachen treffen – Wie kann es weiter gehen?

Gemeinsam wird überlegt: Wie können wir weiterarbeiten? Haben sich Ziele verändert?
Der Vertrag wird gegebenenfalls angepasst.

Porträt; Methode nach Leutkart et. al., 2010, Seite 121

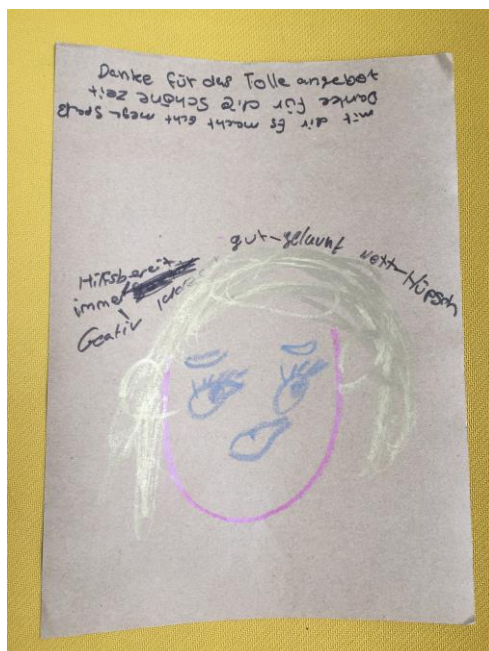
Bereit liegen Ölpastellkreiden und braunes Kraftpapier A4 oder weißes A3 Papier.

Arbeitsauftrag: Jeder malt ein „Porträt“ des Anderen:

So sehe ich dich. Das mag ich an dir.

Die Porträts werden mit ein paar Worten an den Anderen ausgetauscht.

Porträt gemalt von Sarah



Porträt für Sarah



Sarah: »Ich habe schon auch Ziele für mein Leben. Den Führerschein machen oder mit meinem Freund zusammenziehen. Nicht sofort, aber irgendwann. Aber meine Mutter sagt, ich schaffe das eh nicht. Mit meinem Kopf und so. Ich möchte es trotzdem probieren.«
Es wird vereinbart, in den nächsten Wochen gemeinsam Nahziele zu finden.

Sarah: »Ich kann nicht malen. Ich schreibe dir lieber, was ich gut an dir finde.
Nachdem Sarah sieht, wie ich zu malen beginne, nimmt auch sie sich Kreiden und malt.
Sarah: Wenn ich bei dir sehe, dass du malst, motiviert mich das irgendwie. Dann kriege ich auch Lust zu malen und ich kann ein bisschen bei dir abgucken.«

Zu dem von mir gemalten Porträt sagt Sarah: »Das sieht so schön aus. Richtig toll.«
Counselor: »Klar. Das bist ja auch du auf dem Bild.«

4. Fazit und Ausblick

Innerhalb der ersten Einheitsreihe zeigt sich, dass die erlernte Hilflosigkeit bei Sarah und Marc größer ist als erwartet. Die Einschärfungen und Glaubenssätze sitzen tief. Es fällt schwer konkrete Ziele zu formulieren. Zunächst ist es wichtig, dass Beide ihren Platz in der Gesellschaft finden und sich selbst wertschätzen können. Um das zu erreichen, arbeiten wir zunächst nur an den ersten beiden Cycles of Power nach Pamela Levin (vgl. Lumma et. al., 2009), dem Sein und dem Tun.

Sowohl Sarah als auch Marc lassen sich gut auf die kreativen Aufträge ein. Ich werde beide noch eine Weile auf ihrem Weg begleiten. Denn damit Menschen entscheiden können was sie sich für ihr berufliches oder privates Leben wünschen, brauchen sie die Fähigkeit, sich selbst trauen zu können. Negative Glaubenssätze wie „Ich kann das nicht“ oder „Ich bin wertlos“, behindern viele Menschen auf dem Weg zu Ressourcenaktivierung und einem selbstbestimmten Leben. Während der Einheiten mit Sarah und Marc ist deutlich klar geworden, dass Entwicklung und Wachstum Zeit brauchen. Einschärfungen und Glaubenssätze die wir seit Kindheitstagen mit uns tragen, verschwinden nicht von heute auf morgen. Zudem kann eine dauerhafte Veränderung nur eintreten, wenn sich auch das Umfeld, oder zumindest der Umgang damit, ändert. Nur, wer an sich selbst und seine Fähigkeiten glaubt, kann für seine Belange eintreten und sich gegen Widrigkeiten durchsetzen. Alte Muster werden dadurch aufgebrochen, dass sich Menschen ihrer Stärken bewusst werden und sich aus ihrer Komfort-Zone, dem Gewohnten, herauswagen.

Durch die fehlenden Bindungserfahrungen von Sarah und Marc sowie die negativen Vorbilder in ihrer Umgebung, dauerte der Beziehungsaufbau zu mir eine Weile. Ich glaube daher, dass die wirkliche Arbeit an alten Einschärfungen und Verhaltensmustern erst jetzt beginnt.

Richtig – Falsch | Schlau und Dumm
Schwarz-Weiß scheint unsere Welt
Zeig dich – Wisse – Sei nicht stumm
Dein Stempel ist schnell ausgewählt

Doch nimmst du den grauen Filter ab
ist die Welt ein Farbenmeer
Ideen – Ressourcen nicht zu knapp
Eigentlich ist´s nicht so schwer

Im Herzen sind wir alle gleich
nur Bewertung schafft Ungleichgewicht
Bunte Farben und Ideen machen uns reich
also sage ich: Vielfalt erfrischt!

Eva Mareike Veit

Literatur

- Ruth C. Cohn; Von der Psychoanalyse zur themenzentrierten Interaktion. Von der Behandlung einzelner zu einer Pädagogik für alle; J. G. Cotta'sche Buchhandlung 1975; Klett-Cotta 18. Auflage 2016.
- Christine Leutkart, Elke Wieland, Irmgard Wirtensohn-Baader (Hrsg.); Kunsttherapie aus der Praxis für die Praxis – Materialien, Methoden, Übungsverläufe; Verlag modernes lernen Dortmund 2003; 3. durchgesehene Auflage 2010.
- Klaus Lumma, Brigitte Michels, Dagmar Lumma; Quellen der Gestaltungskraft; Windmühle Verlag GmbH Hamburg; 1. Auflage 2009.
- Klaus Lumma, Brigitte Michels, Dagmar Lumma; Resilienz-Coaching Führungskräfte Handbuch; Windmühle Verlag GmbH Hamburg; 1. Auflage 2013.
- Gertrud Schottenloher; Kunst- und Gestaltungstherapie – Eine praktische Einführung; Kösel-Verlag München 1989; 7. Auflage 2008.

Zusammenfassung

Erlernte Hilflosigkeit und Einschärfungen führen bei Menschen mit Behinderung zu geringem Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen. Durch die in dieser Graduierungsarbeit dargestellten kunstpädagogischen Methoden in Einzelsettings, möchte ich die Menschen mit Behinderung aus ihren gewohnten Denkmustern befreien und ihnen zu mehr Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen verhelfen, um so ihren eigenen Weg gehen und Selbstbestimmung leben zu können.

Biographische Notiz

Eva Mareike Veit, geboren am 23.01.1986 in Bonn, wohnhaft in Koblenz

Diplom Pädagogin, Fachrichtungen Pädagogik der frühen Kindheit und Erwachsenenbildung

Hauptberuflich als pädagogische Fachkraft in der Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderungen des Landkreises Mayen-Koblenz tätig. Dort als Fallmanagerin mit dem Führen von Teilhabegesprächen und dem Erstellen von individuellen Teilhabeplänen betraut. Außerdem als Sozialplanerin für die Erstellung und die Koordinierung der Umsetzung eines kommunalen Aktionsplanes verantwortlich.

- Lehrcounselor:** Maria Amon
Manuel Rohde
- Lehrtrainer CBT:** Uta Stinshoff
Thomas Droege
- Lehrtrainer CT:** Alexandra von Miquel
- Lehrtrainer FM:** Brigitte Michels
Hella Janssen-Hack
Kristine Krzykala
Manuel Rohde



- Wahlwochen:** Träume in der Gestalt - Paul Timmermanns
Asco Mentalita – Dagmar Lumma und Dr. Klaus Lumma
Resilienz und Bindungserfahrung – Maria Amon und Rosina Pielarski-Potting

IHP Bücherdienst * Schubbenweg 4 * 52249 Eschweiler

Tel 02403 4726 * Fax 02403 20447 * eMail office@ihp.de

www.buecherdienst.ihp.de

IHP Manuskript 1708 G * ISSN 0721 7870

2017

