

Andrea Lange

## Haltung als Basis

Gestalttherapeutische Gruppenarbeit mit Kindern mit  
hyperkinetisch-impulsiven Auffälligkeiten

IHP Manuskript 0706 G / HP 1/2007 S.108-119



# Haltung als Basis

## Gestalttherapeutische Gruppenarbeit mit Kindern mit hyperkinetisch-impulsiven Auffälligkeiten

### Gliederung

1. Einleitung
2. Haltung
3. Gruppenarbeit
  - 3.1. Rahmenbedingungen
  - 3.2. Ziele
  - 3.3. Regeln
  - 3.4. Struktur der Gruppenstunde
4. Erfahrungen und Resümee

### Literaturverzeichnis

## 1. Einleitung

Nach meinem Studium der Sozialpädagogik arbeitete ich mehrere Jahre lang im sozialen Brennpunkt mit benachteiligten und auffälligen Kindern und Jugendlichen in Form von sozialer Gruppenarbeit. Hier erfuhr ich Möglichkeiten und Grenzen des pädagogischen Arbeitens mit sogenannten „schwierigen“ Kindern und Jugendlichen. Meine Suche nach neuen Wegen führte mich 2001 in die Ausbildung in Systemischer Gestalttherapie beim IHP. Zur gleichen Zeit entwickelte sich eine freiberufliche Zusammenarbeit mit drei Kollegen. Gemeinsam bieten wir seitdem „Hilfen zur Erziehung“ nach §§ 27 ff KJHG an.

In den Jahren der Zusammenarbeit modifizierten wir vier unsere Arbeit und entwickelten sie beständig fort. Wir arbeiten zusammen als „Das pädagogisch-therapeutische Beratungsteam“, wobei wir abrechnungstechnisch selbständig sind. Inhaltlich sind wir an Teamvereinbarung, Konzeption und Supervision gebunden, ethisch an die Richtlinien des BVPPT.

In angemieteten Räumlichkeiten in Lindlar arbeiten wir mit unseren Klienten in Einzel- und Gruppenkontakten und in erlebnispädagogischen Projekten. Hierbei erlebe ich Gestalttherapie als wirksamen Ansatz und unersetzliche Basis meiner Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und deren Familien mit den verschiedensten Problematiken. Ein grundsätzlicher und entscheidender Moment ist dabei meines Erachtens die besondere Haltung, die diesem Ansatz zugrunde liegt und die ich im vorliegenden Beitrag herausstellen will.

Eine meiner persönlichen Vorlieben liegt in der Arbeit mit Kindern mit so genannten hyperkinetisch-impulsiven Auffälligkeiten. Diese Kinder, die oft in allen Lebensbereichen anecken und Schwierigkeiten haben, üben eine besondere Faszination auf mich aus. Zum einen sind es ihre Lebendigkeit und Energie, die mich berühren. Ich liebe die Dynamik einer Gruppe solcher Kinder und die pädagogische Herausforderung, sie zusammen zu halten und arbeitsfähig zu machen. Zum anderen reizt mich das unentdeckte Potential, das in diesen Kindern oft brach liegt und entdeckt und entfaltet werden will. Es ist detektivische und kleinschrittige Arbeit, aber wenn es gelingt, die Energie und das Potential dieser Kinder zu

kanalisieren und nutzbar zu machen, habe ich Teil an einem beeindruckenden Entwicklungsprozess.

Als wir aufgrund der Bedarfslage im Team entschieden, ein spezielles Gruppenangebot für diese Kinder einzurichten, war schnell klar, dass ich diese Gruppe konzeptionieren und leiten würde, unterstützt von einem männlichen Kollegen. Dieses Projekt habe ich ausgewählt, um die Wirkungsweise meines gestalttherapeutischen Ansatzes mit Focus auf der damit verbundenen Haltung darzustellen.

## **2. Haltung**

Eine der wesentlichsten Dinge, die ich in meiner gestalttherapeutischen Ausbildung gelernt habe, ist die Entwicklung einer besonderen Haltung, der Gestalt-Haltung. Diese zeichnet sich unter anderem aus durch (durch eigene Wahrnehmung, inneres Erleben und Berührenlassen gewonnene) Präsenz und Authentizität des Therapeuten, dessen Demut und Vertrauen in Ressourcen des Klienten, Lösungen selbst zu kennen oder zu finden. Als Gestalttherapeutin würdige und verstarke ich Ressourcen und eigene Lösungsversuche des Klienten und bringe ihn so in eine andere, mehr selbstbestimmte Rolle als er es oft bislang kennt und ermögliche ihm – im gestalttherapeutischen Sinne - das Erleben neuer Erfahrungen und Probieren anderer Verhaltensmuster.

Als Counselor der Fachrichtung Gestalttherapie betrachte ich meine Klienten als mündige, sprich selbstverantwortliche Wesen, und im Falle von noch nicht wirklich in Besitz genommener Mündigkeit handle ich nach dem Prinzip der „vorgeschossenen Mündigkeit“. Für meine Arbeit bedeutet das konkret, meine kind- und jugendlichen Klienten als mündige Gegenüber anzusprechen und als Experten hinsichtlich des eigenen Lebens und der Entwicklung eines eigenen Weges zu betrachten. Dies impliziert, unbedingt ein eigenes Arbeitsbündnis mit ihnen einzugehen, unabhängig von ursprünglichen „Auftraggebern“, die meist die Eltern sind. Indem ich mich im therapeutischen Prozess als Therapeutin zurückhalte und viel Raum gebe, eigene Lösungen zu suchen und auszuprobieren, ermögliche ich das Erleben von Selbstbestimmung und Selbstverantwortung. Die positiven Erfahrungen, die die Kinder damit machen, führen zum Aufbau von mehr Selbstbewusstsein und -vertrauen sowie dem wichtigen Gefühl von Selbstwirksamkeit und ermöglichen ihnen letztendlich eine Veränderung der eigenen Haltung sich selbst gegenüber sowie der Entwicklung von tatsächlicher Mündigkeit bzw. Selbstverantwortung. Hiermit ist dann zum einen ein wichtiges Ziel des therapeutischen Prozesses erreicht und zum anderen die Basis für weitere Veränderungen geschaffen.

## **3. Gruppenangebot**

### **3.1. Rahmenbedingungen**

Im Rahmen der ambulanten Angebote des Pädagogisch-Therapeutischen Beratungsteams gibt es zurzeit vier Gruppen, die sich jeweils einmal in der Woche für zwei Stunden treffen. Die Gruppen sind fortlaufend und sehen jederzeit Ein- und Ausstiege vor, d. h., der individuelle Entwicklungsprozess und die Ziele des Einzelnen stehen im Vordergrund. Hat ein Kind die gesetzten Ziele erreicht, verabschiedet es sich aus der Gruppe und macht Platz für ein neues Kind. Das neue Kind wird in eine bestehende Gruppe aufgenommen, was den Vorteil hat, dass es anhand einfachen Modelllernens schnell mitmachen und erfassen kann, wie hier gearbeitet wird. Durch die prompte Teilhabe am Gruppengeschehen und der Erfahrung von Wertschätzung der Gruppe durch die anderen Teilnehmer fällt es den meisten Kindern leicht,

Vertrauen zu fassen und sich einzulassen. Neben dem schnellen und leichten Einstieg für neue Kinder bietet dieses Vorgehen weitere Vorteile: Während durchaus neue Impulse und gruppendynamische Veränderungen mit Ein- und Ausstiegen verbunden sind, entfällt die zeit- und kraftintensive Orientierungsphase einer neuen Gruppe und es kann praktisch fortlaufend intensiv gearbeitet werden.

Wir entscheiden in jedem Einzelfall im Team, in welche Gruppe ein Kind am besten passt. Ein wichtiges Kriterium ist natürlich das Alter. Es hat sich gezeigt, dass es außerdem sinnvoll ist, Kinder mit bestimmten Problematiken in eine homogene Gruppe zusammenzufassen. Dies ist der Fall bei Kindern mit so genannten hyperkinetisch-impulsiven Auffälligkeiten, zum Teil als Aufmerksamkeitsdefizitstörung (ADS) bzw. Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) oder als hyperkinetische Störung diagnostiziert. Als Aufnahmekriterium in diese Gruppe gelten Auffälligkeiten, die diesem Störungsbild entsprechen, wie Aufmerksamkeitsschwäche, Impulsivität und körperliche Unruhe/Hyperaktivität. Viele der Kinder in dieser Gruppe zeigen zudem oppositionelle Auffälligkeiten. Das Alter der Kinder in dieser Gruppe, die aufgrund des Wochentages, an dem sie stattfindet, Dienstagsgruppe heißt, liegt zwischen 8 und 10 Jahren.

### **3.2. Inhalte und Ziele**

Wie beschrieben, steht in der Gruppe die Orientierung am Prozess (des Einzelnen und der Gruppe) im Vordergrund, das heißt, der Prozess ist gleichzeitig der Inhalt. Hierbei geht es besonders um die Entwicklung von Gewahrsein und um die Förderung von Kontaktfähigkeit. Beides ist sowohl der Weg im Therapieprozess als auch das Ziel. Gleichzeitig ist die Gruppe übungsorientiert hinsichtlich der Entwicklung sozialer Kompetenzen und der Überwindung gemeinsamer, für dieses Störungsbild typischer Schwierigkeiten.

#### **Individuelle Ziele:**

Jedes Kind verfolgt individuell vereinbarte Ziele. Neben von außen vorgegebenen Zielen („Ich soll in der Schule weniger stören.“) formuliert jedes Kind auch eigene („Ich will besser mit anderen Kindern auskommen.“). Diese sind Grundlage meines Arbeitsbündnisses mit jedem Kind und des Inhaltes der Gruppenstunden.

#### **Ziele der sozialen Kompetenz:**

Die Teilnahme an einer solchen Gruppe bietet insbesondere soziales Training in realen Situationen. Da sozialverträgliches Verhalten wie Einander zuhören oder gegenseitige Wertschätzung Grundlage jeder Gruppenerfahrung ist, werden die Kinder immer wieder an diesem Punkt gefordert. Durch unmittelbare Rückmeldung (Feedback) werden diese Verhaltensweisen entwickelt, ausprobiert, verstärkt und gefestigt. Die Teilnehmer können so ihren eigenen Lernerfolg (und den der anderen) beobachten und nachvollziehen. Ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung wird im sozialen Kontakt gefördert, und gleichzeitig wirken die Kinder gegenseitig als Lernmodelle.

Die Gruppe bietet durch ihren geschützten Rahmen jedem Gruppenmitglied die Möglichkeit, seine aktuellen Konflikte in der Gruppe zu thematisieren und zu bearbeiten und hier soziale Unterstützung zu erfahren. Durch das gemeinsame Entwickeln von Problemlösungsstrategien können Kinder diese leichter annehmen als durch Vorgabe von Erwachsenen. Gleichzeitig lernen alle Gruppenteilnehmer auch bei der Problembewältigung anderer und gewinnen hierdurch Empathievermögen: Indem sie innere Prozesse von anderen erleben und daran teilhaben dürfen, erleben die Kinder, dass Menschen (also sie selbst und andere) und deren Denken, Fühlen und Handeln „verstehbar“ sind und können hierfür das entsprechende Handwerkszeug und die innere Haltung entwickeln.

### **Gemeinsame Ziele:**

Aufgrund der ähnlichen Symptomatik der Gruppenteilnehmer habe ich folgende gemeinsame Ziele im Focus:

- Förderung der Aufmerksamkeit (nicht ablenken lassen, sich konzentrieren)
- Selbstkontrolle (Impulsivität kontrollieren, nicht dazwischenreden, abwarten)
- lernen, Reize zu filtern und zu erkennen, was jetzt gerade Vorrang hat
- Erhöhung der Frustrationstoleranz/sozialverträglicher Umgang mit Wut
- lernen sich zu strukturieren und organisieren bzw. Strukturen zu erkennen und zu nutzen
- Förderung der Wahrnehmung (Selbst- und Fremdwahrnehmung, Körper und Gefühle gewahrt werden, Gefühl für sich selbst entwickeln und erleben)
- Stärkung des Selbstwertgefühls und Entwicklung von Zutrauen in sich selbst
- eigene Urteilsfähigkeit schulen
- Strategien für Umgang mit körperlicher Unruhe finden

### **3.3. Regeln**

Kinder mit hyperkinetisch-impulsiven Auffälligkeiten sind umso besser in der Lage, ihr Verhalten zu steuern, wenn nur wenige und klare Regeln vorgegeben sind. Die Regeln der Dienstagsgruppe habe ich dementsprechend angepasst auf das Minimum, das für ein Miteinander nötig ist:

- Ich erzähle anderen Leuten nicht, was in der Gruppe gesagt wird oder passiert ist.
- Ich verhalte mich den anderen gegenüber anständig.
- Es spricht immer nur einer. Alle anderen schauen ihn an und hören ihm zu.
- Ich komme immer pünktlich und regelmäßig. Wenn ich krank oder verhindert bin, lasse ich mich vorher entschuldigen.
- Ich bringe immer mein Therapie-Heft mit.

Wenn ein neuer Teilnehmer in die Gruppe kommt, erhält er die Gruppenregeln in schriftlicher Form und die Gruppe erklärt sie ihm ausführlich (z. B. was genau heißt „anständig verhalten“).

### **3.4. Struktur und Inhalt der Gruppenstunden**

Für die Kinder in der Dienstagsgruppe ist es besonders wichtig, feste Strukturen und Rituale im Ablauf der Gruppenstunden zu haben. Mit einem ritualisierten und somit vorhersehbaren Sitzungsaufbau gebe ich ihnen die Orientierung und Sicherheit, die sie benötigen, um hier überhaupt handeln und arbeiten zu können. Die Struktur jeder Gruppensitzung sieht so aus:

1. Gefühlsrunde
2. Akute Runde
3. Übungen
4. Selbsteinschätzung
5. Imbiss
6. Schlussrunde

Lediglich der Teil „Übungen“ ist gestaltbar. Er wird entweder von mir vorbereitet bzw. spontan ausgefüllt oder mit den Kindern geplant. Hierbei orientiere ich mich am Prozess und der individuellen Bedürftigkeit und Entwicklung der teilnehmenden Kinder. Zwar habe ich an den Zielen meines Konzeptes orientierte grundsätzliche Ideen, was ich den Kindern anbieten

möchte, bereite aber keine Sitzung länger als ein oder zwei Wochen im Voraus vor und orientiere mich im gestalttherapeutischen Sinne an der Gegebenheit der Lage.

Bei aller Strukturiertheit halte ich es für wichtig, flexibel zu bleiben und in Ausnahmefällen diese Vorgaben zu verändern, wenn die Gegebenheit der Lage es erfordert (z. B. bei heftigen Gefühlsausbrüchen oder extremer Anspannung oder Unruhe von Kindern). Den Kindern erkläre ich dann die Notwendigkeit, so dass sie auch hier eine Form der Sicherheit erleben (nämlich dass sie und ihre Bedürfnisse im Vordergrund stehen und nicht eine vorgegebene Struktur, die mit aller Gewalt durchgezogen wird). Grundsätzlich gilt die TZI-Regel (nach Ruth Cohn) „Störungen haben Vorrang“.

Tim stört hartnäckig die „akute Runde“ und setzt die anderen permanent herab. Als ich merke, dass andere Bemühungen nicht fruchten, beschließe ich, die Struktur zu unterbrechen und mache – für alle Kinder sichtbar – einen Schnitt, indem ich feststelle, dass die Gruppe so nicht arbeiten kann und wir uns zunächst um Tims Schwierigkeiten kümmern müssen. Die anderen Kinder sind erleichtert und stimmen zu. Nach anfänglichem Widerstand verwickle ich Tim in einen Dialog, in dem wir versuchen herauszufinden, was ihn so aufbringt, während die anderen Kinder aufmerksam und still dabei sitzen. Nachdem er von dem Ärger, den er mit seiner Mutter hat, erzählt hat, ist er in der Lage, sich auf die Gruppe einzulassen.

Vor Beginn der Gruppenstunde warten die Kinder im Wartebereich und werden dort von mir und meinem Kollegen einzeln mit Handschlag begrüßt. Wenn die Kinder zur Gruppensitzung in den Raum kommen, nehmen sie sich alle einen Stuhl und bilden gemeinsam mit uns Therapeuten einen Stuhlkreis. Das Austarieren dieses Kreises und die Bestimmung, ob jeder gut sitzt, ist oft schon eine Aufgabe für sich, die sich mit der Zeit zu einem Ritual entwickelt hat.

Nach vorangegangenen Konflikten im Wartebereich gerät Markus während der Bildung des Kreises erneut in Streit mit Pascal. Bei der Klärung ist mir wichtig, sie spüren zu lassen, wo sie gut sitzen und die Anwesenheit des anderen aushalten können, ohne sich in weitere Konflikte zu verwickeln. Dies lasse ich sie so lange praktisch mit ihren Stühlen ausprobieren, bis es für alle passt.

## **1. Gefühlsrunde**

Wenn alle Kinder sitzen, lenke ich ihre Aufmerksamkeit ins Hier und Jetzt und beginne die Gruppenstunde mit der Frage, wie wir anfangen. Indem die Kinder den Anfangsritus erinnern und benennen, können sie endgültig ankommen. Dieser Ritus besteht aus der so genannten „Gefühlsrunde“, deren Bezeichnung aus einer Vereinfachung des Wortes „Befindlichkeitsrunde“ durch die Kinder selbst entstanden ist. Jedes Gruppenmitglied einschließlich uns Erwachsener teilt der Gruppe der Reihe nach seine momentane Befindlichkeit mit (Wie/mit welchen Gefühlen sitze ich jetzt hier?). Hierzu gehört in der Dienstagsgruppe meist die Mitteilung, ob man heute gerne oder ungern gekommen ist, bzw. was die Kinder lieber gemacht hätten. Für die Kinder ist es wichtig, ihren Unmut und Widerstand gegen das von den Erwachsenen aufgezwungene Nachmittagsprogramm zu äußern und zu erfahren, dass ihr dahingehendes Gefühl in Ordnung ist und von mir akzeptiert wird. Oft können sich so im Widerstand gefangene Kinder erst überhaupt einlassen. Das Aussprechen der eigenen Befindlichkeit ist grundsätzlich wichtig für die Entwicklung von Gewahrsein und lässt blockierende Aspekte vom Vordergrund in den Hintergrund rücken und so die Aufmerksamkeit für das Hier und Jetzt öffnen. Manchmal werden in der Gefühlsrunde bereits erste Hinweise auf aktuelle Vorkommnisse deutlich oder es werden eben erlebte Konflikte, die gerne im Wartebereich auftreten, angesprochen. Je nach Gegebenheit der Lage

und Dringlichkeit entscheide ich dann, diese im Anschluss direkt zu besprechen oder auf einen späteren Zeitpunkt festzulegen. Hiernach organisiert und strukturiert die Gruppe den Verlauf dieser Sitzung, wobei ein Kind am Flipchart die Tagespunkte numerisch auflistet.

Je nach Atmosphäre in der Gruppe und Anhaltspunkten nach der Gefühlsrunde entscheide ich spontan, ob ich vor der akuten Runde eine kurze Übung anbiete, die entweder dem Spannungsabbau oder dem Zentrieren dient. Zum Spannungsabbau gibt es viele Spiele, die sich flexibel einsetzen lassen, z. B. solche mit Wechsel von Bewegung und Stoppen. Bei aggressiv geladener Atmosphäre biete ich ein kurzes Spiel an, das zum Auslassen von Aggression einlädt, z. B. Bierdeckel- oder Kissenschlachten, Schimpfwortschlachten, Verwandlung in wilde Tiere oder ähnliches. Bei diesen Übungen ist mir wichtig, die Kinder gleichzeitig Begrenzung und Regeln erleben zu lassen, um sie arbeitsfähig zu halten bzw. machen. Am häufigsten setze ich kurze, unspektakuläre Übungen ein wie zweiminütiges „Abzappeln“ aller Körperteile im Stehen. Übungen zum Zentrieren bestehen aus kurzen Atemübungen, Imaginationen (z. B. der inneren Mitte oder eines ausstrahlenden Lichtballs über dem Kopf) oder kurzen Varianten von Progressiver Muskelentspannung (anspannen und entspannen einzelner Körperteile).

## **2. Akute Runde:**

Die „akute Runde“ ist der anstrengendste Teil der Sitzung. Jedes Kind hat der Reihe nach Gelegenheit, von sich und seinen akuten Themen zu sprechen. Um die Kinder zu unterstützen, frage ich nach guten und schlechten Erlebnissen in der letzten Woche, nach Fortschritten oder Rückschlägen, nach aktuellen Vorkommnissen zu Hause und in der Schule und versuche so, mir und der Gruppe ein Bild von der aktuellen Situation des Kindes zu machen. Im Vordergrund stehen stets die Wahrnehmung und die Gefühle, die das Kind selbst hat.

Als roter Faden dienen die Themen, die jedes Kind im Laufe der Zeit zusammen mit konkreten Zielsetzungen benannt hat. Wenn ein Kind z. B. das Ziel hat, mit seinen Mitschülern besser auszukommen, frage ich jedes Mal nach dem aktuellen Stand und eventuellen Fortschritten hierbei. Ich bemühe mich, die Kinder hierbei aufmerksam und in Kontakt miteinander zu halten, was heißt, dass alle Kinder demjenigen, der spricht, zuhören und aufeinander reagieren. Dabei ist meine eigene Präsenz gefordert: Es ist wichtig, alle Kinder im Blick zu haben und im Kontakt zu mir und der Gruppe zu halten, sie dabei (auch nonverbal) zu unterstützen und bestärken und ihnen so Orientierung und das Gefühl gesehen zu werden zu geben. Hierbei geben mein Kollege und ich viel Feedback und fordern beharrlich ihre Aufmerksamkeit. Wir sind ihnen behilflich, aus den verschiedenen Reizen den jetzt wichtigsten – nämlich das Kind, das gerade spricht - herauszufiltern. Durch diese Anstrengung aller Beteiligten schaffen es die Kinder auch einmal 60 Minuten zu sitzen und sich auf das Geschehen einzulassen und zu konzentrieren. Sie bewältigen so eine für sie sehr schwierige Situation (nämlich Stillsitzen und Zuhören) und erleben Dazugehörigkeit und Erfolg.

Natürlich dient die akute Runde vor allem auch dem Loswerden von aktuellen Problemen und der gemeinsamen Lösungssuche. Hierbei experimentiere ich gerne und setze z. B. Rollenspiele ein.

## **3. Übungen:**

Nach der akuten Runde, in der wir den Kindern tatsächlich viel zumuten (und zutrauen) und die für alle Beteiligten anstrengend ist, folgt ein Teil, in dem Spaß und (Ent-)Spannung im Vordergrund steht. Für die Kinder dient das Wissen darum als Motivation, sich in der akuten Runde anzustrengen, nicht zuletzt, da dieser Teil ausfällt, wenn aufgrund vieler Störungen

und Diskussionen während der akuten Runde keine Zeit mehr bleibt... An dieser Stelle ist Raum für verschiedenste Übungen und Spiele, die z. B. das Gewahrsein schulen, den Kontakt oder Kooperation im Focus haben, Wahrnehmung und Ausdruck der Gefühle fördern, Identität und Selbstbewusstsein stärken, Selbst- bzw. Impulskontrolle einüben und vieles mehr. Wichtig ist, dass dieser Teil entspannt und spaßbesetzt ist. Entscheidungsgrundlage für die Art der Übung ist für mich der aktuelle Stand der Gruppe und jedes einzelnen Kindes im Sinne von Orientierung an der Gegebenheit der Lage.

Im Konfliktgespräch zwischen Markus und Pascal wird deutlich, dass Pascal sich nicht zurückhalten kann, wenn er provoziert wird, und darum oft in Streitereien verwickelt ist. Ich weiß, dass dies auch einigen anderen Kindern schwer fällt, und nehme das Gespräch zum Anlass, den Kindern eine Übung hierzu anzubieten. Ich leite eine Phantasiereise an, in der jedes Kind sich einen Panzer erfindet, an dem alle Angriffe von außen abprallen. Diesen Panzer lasse ich malen, und die Kinder zeigen und beschreiben in einer anschließenden Runde ihre Werke und wir besprechen, was der Panzer alles abhalten kann (Beleidigungen, Kränkungen...). In weiteren Sitzungen lasse ich die Kinder durch den Raum gehen und auf Kommando ihren imaginären Panzer anziehen und erspüren, um Kontrolle darüber zu erlangen; ich mache Rollenspiele, in denen die Kinder sich gegenseitig versuchen zu provozieren und ihren Panzer einzusetzen, und schließlich, wenn sie genug „im Trockenen“ geübt haben, nehmen die Kinder ihn mit in ihren Alltag und versuchen ihn dort einzusetzen.

#### **4. Selbsteinschätzung:**

Etwa eine Viertelstunde vor Ende der Sitzung beenden wir unser Tun, räumen die Stühle weg und setzen uns im Kreis auf den Boden. Jedes Kind erhält einen Fragebogen, auf dem es - jeder für sich - Einschätzungen zu eigenem Verhalten und dem jedes anderen Gruppenmitgliedes gibt. Die Kriterien richten sich nach Themen in der Gesamtgruppe und sind z. B. „Konzentrieren“ und „Andere nicht ärgern“. In einer folgenden Runde trägt jedes Kind seine Beobachtungen vor und bekommt Feedback von allen anderen. Die Kinder trainieren so ihre Wahrnehmung und Achtsamkeit und erleben regelmäßig, wie sehr sich die Selbst- von der Fremdwahrnehmung unterscheiden kann. Gleichzeitig üben sie sich in Impulskontrolle und Erweiterung ihrer Frustrationstoleranz, da sie regelmäßig auch unangenehme Dinge hören müssen. Mir ist hierbei wichtig, den Focus auf Dinge zu richten, die gut gelaufen sind und ich nutze die Gelegenheit, jedes Kind ausgiebig für das, was es heute geschafft hat, zu loben.

#### **5. Imbiss und 6. Schlussrunde:**

In den letzten Minuten gibt es einen kleinen Imbiss zum gemütlichen Ausklang der Stunde, den wir auf dem Boden einnehmen. Währenddessen machen wir zwanglos eine Schlussrunde, in der jeder sagen kann, wie es ihm jetzt geht und was er noch loswerden möchte, und mein Kollege und ich nutzen die Gelegenheit, den Verlauf der Sitzung mit den Kindern zu reflektieren, positive Aspekte zu betonen und nochmals viel Lob zu verteilen. Meistens sind die Kinder nun guter Dinge und sehr stolz auf ihre Leistungen.

## **4. Erfahrungen und Resümee**

Wie beschrieben, erlebe ich konsequente, detaillierte **Strukturen** und überschaubare, den Möglichkeiten der Kinder angepasste **Regeln** als wichtige Mittel, ADHS-Kindern die **Sicherheit** und **Orientierung** zu bieten, die sie benötigen, um sich auf eine Situation einlassen und gut mitarbeiten zu können. Ein ebenso entscheidender Punkt in meiner Arbeit ist, wie mir mit dem Schreiben dieser Arbeit besonders deutlich wird, die Haltung, die ich als



Therapeutin den Kindern entgegen bringe. Kinder mit hyperkinetisch-impulsiven Auffälligkeiten erleben besonders häufige Ermahnungen und Kritik durch erwachsene Bezugspersonen, weshalb sie auf diesem Ohr besonders empfindlich sind. Als Basis für eine vertrauensvolle Zusammenarbeit mit ihnen erlebe ich eine **wertschätzende, stärkenorientierte Haltung der Akzeptanz und Ermutigung** und ein deutliches Annehmen der Kinder jenseits ihres Wohlverhaltens als wertvoll.

Im obigen Beispiel hörte Tim nicht auf zu stören. Erst das Gefühl, dass er und seine Nöte von mir gesehen und ernst genommen wurden und er trotz provokanten Verhaltens Annahme und Interesse an seiner Person erlebte, berührte ihn und gab ihm die Sicherheit, sich zu öffnen.

Mir ist wichtig, das Positive an jedem Kind wahrzunehmen, seine Eigenheiten und Besonderheiten hervorzuheben und ihm zu zeigen, dass es als ganze, einzigartige Person gesehen und nicht auf seine Auffälligkeiten reduziert wird. Kinder wollen gesehen werden, wie sie sind, und nicht wie sie sein sollten! Ich helfe ihnen, wenn ich ihnen Verständnis entgegen bringe insbesondere dafür, dass die an sie gestellten Anforderungen für sie schwer zu erfüllen sind. Daher halte ich es für wichtig, ihre Anstrengungsbereitschaft hinsichtlich Verhaltensänderungen zu sehen und zu loben (und nicht erst Erfolge), um ihre Motivation und Vertrauen in eigene Fähigkeiten zu fördern.

Gleichermaßen ist die oben beschriebene Gestalt-Haltung der **vorgeschossenen Mündigkeit** für diese Kinder, die sich noch häufiger als andere Kinder fremdbestimmt und wertlos fühlen, eine wichtige Basis, um ihr **Selbstwert- und Selbstwirksamkeitsgefühl** zu stärken. Indem ich meine kindlichen Klienten als „Experten“ für ihr eigenes Leben betrachte und behandle, sie frage, was sie fühlen und brauchen, fördere ich ihre **Selbstwahrnehmung, Bewusstheit und Selbstverantwortung**. Außerdem erhalten sie hierdurch Gelegenheit zum Erleben und Einüben von Urteilsfähigkeit und Entscheidungsprozessen, was wiederum **Selbstvertrauen und Selbstverantwortung** stärkt.

Tim wird in der Auseinandersetzung mit mir bewusst, dass er Wut auf seine Mutter mit sich herumträgt und an anderen – an uns – auslässt. Hierdurch schule ich zum einen seine Wahrnehmung und Bewusstheit („Was läuft in mir ab?“). Zum anderen gebe ich ihm die (Selbst-)Verantwortung dafür, was er mit seiner Wut macht (nämlich sie an anderen auslassen), unabhängig davon, wer Schuld hat (in seinen Augen seine Mutter). Unter Einbeziehung der anderen Kinder (allesamt Experten!) sammeln wir Ideen, wie er zukünftig anders mit seiner Wut umgehen kann. Im Anschluss lasse ich Tim hiervon die Vorschläge aussuchen, die er hilfreich findet. Er findet die Idee gut, seine Wut an einem Kissen auszulassen, und nimmt sich vor, dies in der nächsten Woche zu probieren.

Für den Aufbau von Selbstwertgefühl ist natürlich auch meine eigene Achtsamkeit, jedes Kind immer wieder eigene Stärken erleben und bewusst werden zu lassen, wichtig. Um jedes einzelne Kind im Blick zu haben (und zu „sehen“) und im Kontakt mit der Gruppe zu halten, ist eine ständige **Präsenz** und wache Aufmerksamkeit bzw. **Gewahrsein von mir als Therapeutin** notwendig. Mit Blickkontakt und viel auch nonverbalem Feedback unterstütze und bestärke ich und gebe Sicherheit und Orientierung durch **Kontakt**.

Kinder mit hyperkinetisch-impulsiven Auffälligkeiten haben meist große Schwächen hinsichtlich ihrer Selbstwahrnehmung. Sie vermeiden, bei sich und ihren Gefühlen zu bleiben, besonders wenn diese unangenehm sind, und unterdrücken sie. Aufgrund der mangelnden Selbstwahrnehmung und häufiger negativer Rückmeldungen ihres Umfeldes entwickeln viele dieser Kinder Unsicherheiten, ein negatives Selbstbild und geringes Selbstbewusstsein. Hier setze ich mit Nachhaltigkeit im alltäglichen Gruppengeschehen und mit vielfältigen Übungen an: Indem ich die Kinder so häufig und vielfältig wie möglich sich selbst spüren und in

**Kontakt zu sich selbst** kommen lasse, fördere ich ihre Gerichtetheit nach Innen und ermögliche ihnen durch Introspektion stärkere Orientierung am Selbst. Dies kann helfen, ihre starke Außenorientierung zu vermindern. Ein sicheres Gefühl für sich selbst verbunden mit der Selbstsicherheit, bei sich bleiben zu können, führt wiederum zu besserer innerer Kontrolle. Genauso wichtig ist für diese Kinder mit Defiziten im sozialen Miteinander die Wahrnehmung von anderen: Indem ich die Kinder in Kontakt mit sich selbst und mit den anderen bringe, fördere ich ihre **Kontaktfähigkeit** und die **Entwicklung von Gewahrsein** sowohl für sich selbst als auch für andere.

Im Kern bemühe ich mich, den Kindern zu ermöglichen, neue Erfahrungen zu machen und bewusst zu erleben, einzuüben und zu integrieren und schließlich auf andere Situationen zu transferieren. Im Vordergrund steht hierbei das soziale Miteinander und diesbezügliche Erfahrungen hinsichtlich Wahrnehmung, Kontakt, Bewusstheit und Ausdruck. Diese Erfahrungen werden sowohl laufend im lebendigen Gruppenprozess (alltäglich und alltagsnah) als auch punktuell und gezielt in speziellen Übungen ermöglicht und sind sowohl Inhalt als auch Ziel des pädagogisch-therapeutischen Prozesses.

#### **Literatur**

- BAULIG, Ingeborg und BAULIG, Volkmar: Praxis der Kindergestalttherapie, Bergisch Gladbach (EHP) 2002  
BLANKERTZ, Stefan und DOUBRAWA, Erhard: Lexikon der Gestalttherapie, Wuppertal (Peter Hammer Verlag) 2005  
DÖPFNER, M., SCHÜRMAN, S., FRÖLICH, J.: Therapieprogramm für Kinder mit hyperkinetischem und oppositionellem Problemverhalten THOP, Weinheim (Verlagsgruppe Beltz) 2002  
FRANCK, Johannes: Gestalt-Gruppentherapie mit Kindern, Freiamt (Arbor Verlag) 1997  
OAKLANDER, Violet: Gestalttherapie mit Kindern und Jugendlichen, Stuttgart (Klett-Cotta) 1996  
PETERMANN, Franz: Kinderverhaltenstherapie, Baltmannsweiler (Schneider Verlag) 2003  
PORTMANN, Rosemarie: ADS und Hyperaktivität, München 2003 (Don Bosco Verlag)  
RAHM, Dorothea: Integrative Gruppentherapie mit Kindern, Paderborn (Junfermann Verlag) 2004

**Andrea Lange**

Haltung als Basis

Gestalttherapeutische Gruppenarbeit mit Kindern mit hyperkinetisch-impulsiven Auffälligkeiten

IHP Manuskript 0706

**Zusammenfassung**

Die Gestalttherapie ist durch eine besondere Haltung gekennzeichnet. Hierzu gehört unter anderem das Vertrauen des Therapeuten in Ressourcen des Klienten und die Betrachtung seiner Klienten als mündige, selbstverantwortliche Wesen. In der Arbeit mit Kindern ermöglicht dies das Prinzip der „vorgeschossenen Mündigkeit“. Der folgende Beitrag stellt einen auf dieser Haltung basierenden pädagogisch-therapeutischen Ansatz vor. Am Beispiel eines Gruppenangebotes für Kinder mit hyperkinetisch-impulsiven Auffälligkeiten wird die Umsetzung und Wirkungsweise dieses Ansatzes mit Focus auf der Bedeutung der Haltung verdeutlicht.

**Biographische Notiz**

Andrea Lange

Engelbertstrasse 39

50674 Köln

Dipl.-Soz.Päd. und Pädagogisch-Therapeutische Beraterin BVPPT/Counselor grad. IHP, Weiterbildung in Systemischer Gestalttherapie

Freiberufliche Tätigkeit in Pädagogisch-Therapeutischem Beratungsteam, Angebote im Rahmen von „Hilfen zur Erziehung“ für verschiedene Jugendämter im Oberbergischen Kreis

Lehrtherapie bei: Paul Timmermans

Fall & Projektsupervision bei: Hans-Dieter Kolb

Lehrtrainer der Weiterbildung: Annegret Kern und Hermann Maaß