

Dagmar Schnitzler

Das Konzept der Erlebnisgestalt

Erlebnistherapeutisches Arbeiten mit Kindern und
Jugendlichen im Wald am Beispiel einer Tagesaktion

IHP Manuskript 0708 G / HP 1/2007 S.147-154



Das Konzept der Erlebnisgestalt

Erlebnistherapeutisches Arbeiten mit Kinder und Jugendlichen im Wald am Beispiel einer Tagesaktion

Gliederung

1. Einleitung
 - 1.1. "Widerstand" als Motivation
2. Das Team
 - 2.1. Selbstverständnis
3. Tagesaktion
 - 3.1. Tagesaktion im Wald: Totem bauen, Bogenschießen, Holz sammeln und Feuer machen
 - 3.1.1. Vorbereitung
 - 3.1.2. Durchführung
 - 3.1.3. Schluss
4. Resümee

1. Einleitung

1.1. Widerstand als Motivation

Seit 15 Jahren arbeite ich fast ausschließlich mit Jugendlichen. Schwerpunkt in diesem Bereich der sozialen Arbeit und eine besondere Herausforderung sind für mich 14 bis 18jährige Jungen, mit erheblichen Verweigerungsauffälligkeiten. Ich sehe darin ein besonderes Potential an Energie, die, richtig umgesetzt, viel positive Lebensgestaltung beinhalten kann. Im Rahmen dieser Arbeit äußern sich phänomenologisch vordergründig spezifische Auffälligkeiten wie Aggressivität, Provokation, Verweigerung, Widerstand, Gewaltbereitschaft, Drogen-/ Alkoholkonsum, Kriminalität aber auch in hohem Maß Orientierungslosigkeit und Resignation.

Diese Jugendlichen werden zudem meist von den Jugendämtern geschickt, das heißt, die Eltern oder Schulen werden aufgrund der Verhaltensauffälligkeiten aktiv und stellen Antrag auf Hilfe zur Erziehung. Sie kommen also nicht freiwillig und sind jetzt doppelt gefordert, ihre erlernten Abwehrmechanismen auch noch gegen die/den Therapeutin/en einzusetzen. Aus ihrer Sicht haben die Jugendlichen meist gar kein Problem, wenn sie zu uns geschickt werden. Das Problem haben die Eltern oder die Schule, die Umwelt. Der wichtige Schritt ist das Wahrnehmen der Selbstbehinderungen, das sich selbst im Weg stehen, das Wahr-/und Annehmen des Widerstandes und der eigenen Brüche.

„In der Psychoanalyse bezeichnet „Widerstand“ die Weigerung, in den therapeutischen Prozess einzusteigen. Die psychoanalytische Frage lautet, wie der Therapeut den Widerstand des Klienten brechen kann; die gestalttherapeutische Frage lautet, ob bzw. wann und unter welchen Bedingungen der Therapeut den Widerstand des Klienten überhaupt auflösen darf.“ (Doubrava/Blankertz 2000, S.82)

In der vorliegenden Arbeit möchte ich den in meiner Arbeit mit Kindern und Jugendlichen entwickelten Bogen zwischen Gestalttherapie und Erlebnispädagogik spannen – ich nenne dies „Erlebnisgestalt“. Schwerpunktmäßig bezieht sich das auf die Altersgruppe der 12 bis 18jährigen Jugendlichen, vorwiegend Jungen, da Mädchen in ihrer Symptomatik weniger auffällig werden und deshalb vom Jugendamt seltener zugewiesen werden.

Anhand der Erfahrungen meiner langjährigen Tätigkeit im Bereich der Jugendhilfe, im pädagogisch-therapeutischen Beratungsteam sowie der Erlebnispädagogik, habe ich, insbesondere aus dem „Widerstand“ der Jugendlichen, eine andere Form der Gestalttherapie entwickelt: Die Gestaltarbeit im Wald.

2. Das Team

Das Team besteht aus vier, sowohl sozialpädagogisch wie auch gestalttherapeutisch ausgebildeten, Fachkräften, die auf selbständiger Basis Einzelbegleitung und Gruppenangebote sowie erlebnistherapeutische Projekte anbieten. Wir nennen uns „*das pädagogisch-therapeutische Beratungsteam*“.

Die MitarbeiterInnen greifen auf langjährige Berufserfahrungen zurück, insbesondere im erlebnispädagogischen Bereich, in der Natur (Outdoor) und in der Arbeit mit besonderen psychosozialen Schwierigkeiten im Jugendlichenalter.

Die Zusammenarbeit im Team gewährleistet Professionalität und Austausch. Alle Stärken werden gemeinsam genutzt und aufgrund der verschiedenen Fachgebiete und Schwerpunkte jedes Einzelnen ist eine bestmögliche, individuelle Begleitung des Klienten durch die jeweils passende Fachkraft gegeben.

2.1. Selbstverständnis

Auf der Grundlage von Gestalttherapie arbeiten wir ressourcenorientiert. Anstatt Defizite zu beheben unterstützen wir bei der Entdeckung und Förderung der eigenen Möglichkeiten und Stärken, die dann bei der Bewältigung von Problemen und Schwierigkeiten einsetzbar sind. Wir arbeiten systemisch, unter Einbeziehung des gesamten Lebensumfeldes und der akut notwendigen lebenspraktischen Erfordernisse. Wir sind nicht ortsgebunden und entwickeln dort, wo es notwendig ist, persönlichkeitsstabilisierende Lösungsmöglichkeiten.

Ein wichtiger Bestandteil unserer therapeutischen Arbeit ist die körperliche Bewegung. Über Bewegung kann gelernt werden, Hindernisse zu überwinden und so Blockaden aufzulösen und Veränderung der Bewusstheit herbeigeführt werden. (s. 1.1.)

Wir betrachten den Menschen ganzheitlich, beziehen Körper, Seele und Geist gleichermaßen in unsere Arbeit ein. Wir vertrauen auf das Bestreben des Organismus zur Selbstregulierung und unterstützen die Mobilisierung der Selbstheilungskräfte.

Die Natur dient im Hier und Jetzt als Angebot für viele gestalttherapeutische Methoden. Wir nutzen diese Ressource, um Widerstände durch Grenzerfahrung oder Aggressionen und oppositionelle Verhaltensweisen durch Abarbeiten und Bewegung in den Fluss zu bringen und im Draußen-Sein die Selbst- und Fremdwahrnehmung zu erspüren. So werden zum Beispiel Holzhacken oder Trommeln genutzt, um den eigenen Rhythmus zu erleben, Bogenschießen zum Finden der eigenen Mitte, Totem bauen zur Symbolisierung des eigenen Weges und Zieles und Trial oder Kajak fahren, um die eigene Balance zu finden.

Das Erleben in der freien Natur, deren Selbstheilungskräfte, möchte ich am Beispiel einer Tagesaktion im Wald beschreiben.

3. Tagesaktionen

Warum dieses Projekt? Es zeigt in komprimierter Form alle Bestandteile der Bandbreite der entwicklungsbegleitenden, gestalttherapeutischen Arbeit mit Kinder- und Jugendlichen, die wir, das „Pädagogisch-Therapeutische Beratungsteam“, im Oberbergischen Raum anbieten. Tagesaktionen sind ein fester Baustein unserer Arbeit und werden von uns größtenteils in den Schulferien oder an Wochenenden und Feiertagen durchgeführt, da sie, wie der Name schon sagt, einen ganzen Tag dauern.

Aus meiner Vorbildung im erlebnispädagogischen Bereich im Rahmen der langjährigen Arbeit in der offenen Kinder- und Jugendhilfe und der eigenen Outdoor- und Sportbegeisterung, kann ich auf ein breites Spektrum von Möglichkeiten, zum Beispiel Klettern, Holzhacken, Feuer machen, Schutzhütten und Seilbrücken bauen, Kajak, Bogenschießen, etc., zurückgreifen. Durch das Medium der Bewegung, des Selbst-Erlebens, der Wahrnehmung im Hier und Jetzt, des meditativen Umgangs mit der Natur, der Erfahrung der eigenen Grenzen und der Möglichkeiten der Überwindung derselben, ist es möglich sich selbst neu zu definieren und die eigene Handlungsfähigkeit wird gestärkt.

Im folgendem möchte ich einen Überblick geben, welche Tagesaktionen wir im letzten Jahr 2006 durchgeführt haben:

- Aktionen im Wald
- Lindlar Rallye
- Totem bauen
- Fahrradtrialwettbewerb
- Seilbrücken/Brücken bauen
- Kochduell
- Nikolaustrial
- Klettern
- Sinnesparcours

3.1. Tagesaktion im Wald: Totem bauen, Bogenschießen und Holz und Feuer machen

3.1.1. Vorbereitung

Die nun folgende Beschreibung einer Tagesaktion soll sozusagen im „Miterleben“ den besonderen Focus des Konzeptes der Erlebnisgestalt deutlich machen.

Die konkreten Vorbereitungen und das Konzept werden von uns KollegInnen abgesprochen und das Material, wie Äxte, Sägen, Farben, Federn, Trommeln und ähnliches sowie die Nahrungsmittel genau abgestimmt und organisiert.

Wir geben eine präzise, festgelegte Struktur des Tagesablaufes vor, Zeit, Inhalte, die Gruppennorm und die Regeln betreffend. Neue Ideen und Denkmodelle seitens der Kinder und Jugendlichen sind gewünscht und werden gerne aufgenommen und diskutiert.

Holz, der Wald, die Natur, Erde, Steine, bieten alles, um sich Selbst, Spaß und Lebensfreude neu zu erfahren und Grenzen zu überwinden.

3.1.2. Durchführung

Wir treffen uns morgens an einem verabredeten Ort mit den Kindern und Jugendlichen und fahren dann mit ca. 18 TeilnehmerInnen in den Wald, an einen bestimmten Platz. Dieser Platz ist sozusagen unser Ort, wir haben mit dem Bauern ausgemacht, dass wir dort sein dürfen, unsere Tipis aufstellen und Feuer machen können. Als Gegenleistung nehmen wir den Müll mit, den die umliegenden Anwohner und Waldbesucher gerne dort abladen.

Dort angekommen machen wir eine Eingangs- und Befindlichkeitsrunderunde, wir stellen uns vor, jeder sagt, wie es ihm geht und was er/sie vom Tag erwartet. Wir sprechen über die Regeln, begrüßen den Wald und erkunden den Platz.

Dann besprechen wir, was wir heute machen wollen und stellen den Tagesablauf vor. Die Kinder und Jugendlichen werden in Gruppen eingeteilt, Große, Mittlere gemischt. Die Gruppen bewerten am Schluss selbst wie die Zusammenarbeit war, ob Kleinere auch was entscheiden durften, ob es Konflikte gab und wie diese gelöst wurden.

Nicht Wetteifern und Stress sind gefragt, sondern vor allem Spaß und das gemeinsame, soziale Miteinander.

Wir fangen mit Holz im weitesten Sinne an, da wir ja für unser gemeinsames Mittagessen Feuer brauchen. Für Feuer benötigt man kleines Holz (Zunder), mittleres Holz (Brennholz) und große Holzscheite, um es in Gang zu halten. Jede Gruppe soll innerhalb einer vorgegebenen Zeit einen entsprechenden Holzvorrat anlegen. Die drei Gruppen schwärmen aus in den Wald und suchen Bäume, Äste, alles was sie finden können. Lebende Bäume sind selbstverständlich verboten, nur Fallholz ist erlaubt. Sie suchen sich den geeigneten Platz und fangen an, das Holz zu bearbeiten: sie sägen, hacken, brechen, treten, kurz sie „arbeiten“ sich ab, finden ihren Rhythmus beim Hacken, Zweige brechen oder beim Sägen zu zweit. Später präsentieren sie uns und den jeweils anderen beiden Gruppen ihren angelegten Holzvorrat. Alle drei Gruppen zeigen stolz einen fein säuberlich nach Größe des Holzes geordneten Stapel.

Die Gruppen erzählen, wie dieses Erlebnis für sie gewesen ist, was funktioniert hat, wie die Gruppe zusammengearbeitet hat:

Jan, 16: Es hat Spaß gemacht, wir waren uns gleich einig, wer was macht. Julian wollte nicht so gerne hacken, weil er meint, dass er noch klein ist und ihm das Beil auf Dauer zu schwer, dann hat er lieber Zweige gebrochen. Wir haben uns gut vertragen und plötzlich war die Zeit um, ich hätte auf jeden Fall noch weiter hacken können.

Kevin, 15: Der Winter hätte kommen können.

Tobias, 10: Bei uns hat jeder alles gemacht, mit den Händen, gehackt und gesägt, weil jeder am liebsten hacken wollte und jede Gruppe ja nur eine Axt hatte.

****Bild 1****

Jeder der Kinder und Jugendlichen ist jeweils zu bestimmten Zeiten für etwas verantwortlich, in verschiedenen Bereichen tätig und in seiner Verantwortung ernst zu nehmen. Die Gemeinschaft präsentiert ihr im Miteinander geschaffenes Ergebnis, keiner kann sich wirklich entziehen ohne die Konsequenz der Gruppe zu spüren.

Die Kinder und Jugendlichen haben eine Verbundenheit zum Wald aufgebaut, Körper und Geist befinden sich mehrheitlich im Einklang, sie sind in der Lage, ihre Aufmerksamkeit nach innen lenken und ihr Gefühl im Hier und Jetzt darzustellen. Wir schließen diesen Teil ab und kommen am Feuerplatz zusammen, um uns dem nächsten Tagespunkt zu widmen.

Die Kinder und Jugendlichen sollen nun ein Totem bauen, als Symbol für den heutigen Tag und die Lebenssituation in der sie sich derzeit befinden. Jeder baut ein eigenes aus Elementen, die die Natur hier reichlich hergibt und Farben, die wir mitgebracht haben. Die Gruppen suchen hierfür einen Ort im Wald und helfen sich gegenseitig das Totem aufzustellen.

Die Totems stehen teilweise noch heute an ihren Plätzen, es ist ein mystisches Erlebnis gewesen. Als alle fertig waren, haben wir eine Vernissage im Wald gemacht, die Künstler haben, wenn sie wollten, etwas (manche wollten nichts sagen, aber es sprach auch für sich) zu ihrem Totem gesagt.

Marcel, 14: Das ist immer umgefallen, dann hab ich es ganz tief eingegraben und festgebunden, jetzt fällt das nie mehr um und bleibt hier ewig.

Jens, 16: Meins ist ganz schön groß geworden, bisschen zu groß, ich habe es gar nicht alleine aufstellen können.

****Bild 2****

Die Kinder und Jugendlichen sind sich bewusst geworden, dass sie einen Teil von sich dargestellt haben. Sie haben sich im Tun selbst erfahren. Jens ist klar geworden, dass das, was er anpackt, für ihn allein zu groß ist, so dass er sich entweder Unterstützung suchen sollte oder, wenn er es alleine angeht, das Ziel kleiner sein sollte. Sie sind in Kontakt mit ihrem Inneren gekommen und haben es nach außen transportiert und das Ergebnis erstaunt als einen Teil von ihnen wahrgenommen.

Bewusstwerdung (Awareness), das Erleben im Hier und Jetzt, das Überwinden des Widerstandes und das Finden der eigenen Mitte vereinen sich auch im nächsten Teil der Tagesaktion, dem instinktiven Bogenschießen.

Nach dem gemeinsamen Mittagessen, zubereitet auf dem Feuer, das wir mit dem dafür gemachten Holz entfacht haben, lösen wir die Kleingruppen auf und suchen uns einen Platz zum Bogenschießen.

Wer nicht schießt, setzt sich etwas abseits, um nicht zu stören und versucht ruhig zu werden, dem Wald zuzuhören. Ich erkläre die Technik und das Prinzip, dass wir ohne zu zielen schießen, dass wir loslassen von Ehrgeiz, Angst, Versagen und Sorge und gerade dann treffen werden. Nachdem jeder dreimal geschossen hat machen wir eine „Blindrunde“, in der wir mit geschlossenen Augen schießen und loslassen, wenn wir das Gefühl haben unsere innere Mitte gefunden zu haben. Ich erkläre das Prinzip des Zen-Bogenschießens, dass das Loslassen von Allem, die fruchtbare Leere, als Gleichnis der Wirklichkeit versteht, aus dem das Wachstum entsteht.

Alle schießen mit großer Begeisterung, manche haben große Mühe, den Bogen ruhig zu halten, von innerer Mitte noch keine Spur. Ich helfe ihnen, Ruhe zu finden, indem wir den Bogen oder Arm gemeinsam halten. Einige lassen den Pfeil nicht los, wir reden über oben genanntes Loslassen. Als wir zur Blindrunde kommen, regt sich Widerstand, das finden besonders die großen Jungs merkwürdig.

Kevin, 15: Wie soll das denn gehen, da seh ich ja nicht mal die Scheibe.

Nachdem der Kleinste blind geschossen hat und tatsächlich die Zielscheibe getroffen hat, legt sich schlagartig der Widerstand und Begeisterung kommt auf. Das Prinzip der inneren Mitte, dem Loslassen von unbedingt Treffen wollen und die Überwindung von Angst lassen die meisten ruhiger, gelassener und besser schießen. Einzelne haben wiederum sehr viel Angst davor und kein (Selbst-)Vertrauen, geschweige denn in andere, das bestimmt ihr Lebensskript, sie gehen in Widerstand.

Dennis, 8: Das mit der inneren Mitte hat, glaub ich, bei mir schon geklappt, weil ich hab ja blind getroffen.

Kevin, 15: Das ist Quatsch mit blind schießen und dem nicht zielen, ich hab vorher nicht getroffen und nachher auch nicht, ich find das blöd, ich mach das nicht mehr.

****Bild 3****

Im instinktiven Bogenschießen haben die Kinder und Jugendlichen noch mal im Besonderen die Erfahrung mit sich selbst, der inneren Wahrnehmung und dem Kontakt mit der Welt gemacht. Sie sind dem Ziel, sich bewusster zu werden, („was und wie du es gerade tust“ oder „welches ist dein gegenwärtiges Erleben?“ und „kannst du spüren, dass es deins ist?“) ein Stück näher gekommen. Sie sind auch mit ihren Ängsten, Abwehrmechanismen und ihrem inneren Blockaden in Berührung gekommen und haben diese bewusst gespürt, wahrgenommen und einen positiven Umgang mit diesen Gefühlen möglich gemacht. Der erste Schritt zur Veränderung durch Bewusstheit ist getan.

3.1.3. Schluss

Wir beenden diese Tagesaktion mit Aufräumen, den Wald säubern und einer Abschlussrunde, in der jeder den Tag reflektiert, was ihm/ihr gefallen hat und was nicht und was der/die Einzelne mitnimmt für sich und die nächste Zeit.

4. Resümee

Die kollektive Erfahrung des Erlebten und die positiven Nachwirkungen haben mir und meinen KollegInnen gezeigt, welch ein breites Spektrum die Natur uns bietet, neue erlebnis- und gestalttherapeutische Handlungsmöglichkeiten und Problemlösungsstrategien in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen zu entwickeln. Aufgrund der Begeisterung, nach der ersten erfolgreich durchgeführten Tagesaktion, habe ich das Konzept der Erlebnisgestalt immer weiter entwickelt und mich selbst durch Natur, in vielerlei Hinsicht, inspirieren lassen. Inzwischen haben wir viele verschiedene Ideen, wie Seil-/Brücken bauen, sich einen eigenen inneren Ort suchen, seinen Weg gehen und vieles mehr in der pädagogisch-therapeutischen Arbeit mit unserer Klientel umgesetzt. Die Erlebnisgestaltarbeit fördert insbesondere die Entwicklung „metakognitiver“ Fähigkeiten (Premack & Woodruff, 1978). Damit ist die Fähigkeit zur Wahrnehmung der inneren Befindlichkeit in einem selbst und in anderen Menschen gemeint. Den Kindern und Jugendlichen ermöglichen diese Fähigkeiten die Einstellungen, Gefühle, Gedanken, Absichten und Pläne bei sich und anderen wahrzunehmen und zu begreifen und darauf zu reagieren. Sie sind in der Lage, die Realität mit anderen Augen und unter anderen Voraussetzungen zu betrachten. Das wiederum ermöglicht die Entwicklung sozialer Kompetenzen und einer konstruktiven Lebensorientierung sowie die Veränderung von hindernden Verhaltensweisen.

Einer der wesentlichen Faktoren des Bogenschießens und jener anderen Künste, die in Japan und wahrscheinlich auch in anderen fernöstlichen Ländern ausgeführt werden, ist die Tatsache, dass sie keinem nützlichen Zweck dienen, auch nicht zum rein ästhetischen Vergnügen gedacht sind, sondern eine Schulung der Bewusstheit bedeuten und diese in Beziehung zur letzten Wirklichkeit bringen sollen. So wird Bogenschießen nicht allein geübt, um die Scheibe zu treffen, das Schwert nicht geschwungen, um den Gegner niederzuwerfen, der Tänzer tanzt nicht nur, um rhythmische Bewegungen des Körpers auszuführen, sondern vor allem soll das Bewusstsein dem Unbewussten harmonisch angeglichen werden. (D.T.Suzuki in Herrigel, 2004, S.7)

Literatur

De Roeck, Bruno: Gras unter meinen Füßen, Hamburg (rororo) 2004
Doubrava, E. & Blankertz, S.: Einladung zur Gestalttherapie, Köln (Peter Hammer Verlag) 2000
Herrigel, Eugen: Zen in der Kunst des Bogenschießens, Frankfurt (Fischer) 2004
Premack, D. & Woodruff, G.: Behaviour and Brain Sciences 4, 1978

Anhang



Bild 1

Anhang



****Bild 2****

Anhang



****Bild 3****

Dagmar Schnitzler

Das Konzept der Erlebnisgestalt

Erlebnistherapeutisches Arbeiten mit Kindern und Jugendlichen im Wald am Beispiel einer Tagesaktion

IHP Manuskript 0708

Zusammenfassung

Die vorliegende Arbeit spannt den Bogen zwischen Gestalttherapie und Erlebnispädagogik in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Die Erlebnisgestalt. Veranschaulicht wird dies anhand einer Tagesaktion in der Oberbergischen Wildnis: Totem bauen, Holz sammeln und Feuer machen, Instinktives Bogenschießen. Ein solches Projekt zeigt in komprimierter Form viele Bestandteile der entwicklungsbegleitenden, gestalttherapeutischen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen, die das Pädagogisch-Therapeutische Beratungsteam anbietet und besonders bei dieser Zielgruppe greifen.

Biographische Notiz

Dagmar Schnitzler

Antwerpenerstr. 9-11

50672 Köln

Diplom-Sozialarbeiterin und Pädagogisch-Therapeutische Beraterin BVPPT; Weiterbildung in Systemischer Gestalttherapie; Selbständig tätig im Pädagogisch-Therapeutischen Beratungsteam (Oberbergischer Kreis)

Lehrtherapie: Alexandra von Miquel

Fall- & Projektsupervision: Hans-Dieter Kolb

Lehrtrainer der Weiterbildung: Annegret Kern
Hermann Maaß