

Arbeitsanleitungen für Therapiekoffer

Wilfried Schneider

Ahrensburg – 2. Auflage 2009

Inhalt

Einführung

Seite 2

Arbeitsanleitung allgemein

Seite 4

Symbolkiste und Strassen

Straßen meines Lebens - Stunden-, Tages-, Wochen-, Jahres-, Lebensstraße und
Konfliktstraße oder Woher komme ich? Wo bin ich? Wo will ich hin?

Seite 5

Botschaft – Weg - Ziel

Seite 13

Dornen, Federn, Gold, Sand, Scheiße, Steine, Watte im Holzkoffer oder

"Innere Bilder nach außen kehren"

Seite 16

Inseln der Gefühle, Eigenschaften, Ziele

Seite 17

Gefühlstern

Seite 20

Beziehungsdreieck

oder "Wo ist mein Platz?" - Geschlossene Familiensysteme und Lösungen

Seite 22

Dramadreieck

Retter · Opfer · Verfolger

Seite 24

„Ich bin dran...“ Stab

Seite 26

Workshops, Biographie, Texte + Materialien

Seite 27

Anhang

Seite 30

Therapiekartenset „Zwei in Eins“

Ausdrücke – Eindrücke

Programmänderung - Lösen aus alten Mustern

Die Therapiekoffer sind Teil einer Reihe von Therapiematerialien. Dem Handwerkszeug liegt die Erfahrung zu Grunde, dass die Arbeit mit Symbolen das Unbewusste direkter, schneller und umfassender erreicht als Sprache.

Sprache ist in der Lage, sich einem einzigen Gedanken hinzugeben. Symbole drücken die verschiedensten Schichten in oft unendlich vielen Kontexten aus - bis hin zu archetypischen Erklärungen. Wo Sprache nicht zur Klärung reicht, beginnt die Arbeit mit Symbolen.

Stehen Symbole als begreifbare Gegenstände zur Verfügung, öffnen sich die Türen der Seele schneller.

Die Materialien werden für therapeutische Interventionen in der Einzel- und Gruppenarbeit genutzt. Sie eignen sich auch für anamnestiche und diagnostische Arbeiten.

Einsatz finden sie auch in der Supervision und Präventionsarbeit.

Der Einsatz ist altersunabhängig.

Wir können Menschen durch Symbole eine Sprache geben, wenn ihnen die Worte fehlen. Symbole können zum Dolmetscher werden.

Einführung

„Die Welt ist wie ein Wald voller Zeichen, die gedeutet werden wollen.“ Umberto Ecco, 1932

Die Symbolkiste und die Straßen sind Teil einer Reihe von Therapiematerialien. Diesem Handwerkszeug liegt die Erfahrung zu Grunde, dass die Arbeit mit Symbolen das Unbewusste direkter, schneller und umfassender erreicht als Sprache.

Sprache ist in der Lage, sich einem einzigen Gedanken hinzugeben. Symbole drücken die verschiedensten Schichten in oft unendlich vielen Kontexten aus - bis hin zu archetypischen Erklärungen.

Wo Sprache nicht mehr zur Klärung reicht, beginnt die Arbeit mit Symbolen.

Stehen Symbole als begreifbare Gegenstände zur Verfügung, öffnen sich die Türen der Seele schneller.

Seit 1992 beschäftige ich mich mit Lösungen für Situationen in Anamnese, Diagnose, Beratung und Therapie, in denen Sprache zur Klärung und Lösung nicht reicht. Das sind in der Regel folgende Situationen:

- wo uns (Klient, Therapeut, Angehörige) die Worte fehlen, Sprache nicht reicht
- emotionales Black out
- wo Sprache benutzt wird, um auf Nebenkriegschauplätze zu führen, Nebelbomben und andere Techniken der Ablenkung eingesetzt werden (sich verhalten wie Bodenbrüter)
- destruktive Diskussionen, die nicht zu Erkenntnissen und Lösungen führen. Zum Beispiel: Wer hat Schuld? Das sind Diskussionen, die in der Vergangenheit stecken bleiben
- wo Worte der Tat nicht nah sind. Es werden beispielsweise großartige Ankündigungen gemacht, dass es „Morgen endlich und endgültig losgeht (Luftballonauto). „Mich interessiert nicht, was Du sagst und ankündigst. Mich interessiert ausschließlich, was Du tust oder unterlässt.“

Erich Kästner schreibt in seinem Buch „Als ich ein kleiner Junge war (Atrium 1957) ”Mit Worten kann man nicht einmal einen Stuhl so genau beschreiben, dass ihn der Tischlermeister Kunze in seiner Werkstatt nachbauen könnte”.

Oder anders gesagt, "Die Sprache ist ein unvollkommenes Werkzeug. Die Probleme des Lebens sprengen alle Formulierungen"(Saint-Exupery).

Ebenfalls um Alternativen zur Sprache geht es da, wo Sprache zur Verschleierung benutzt wird.

Beispiele:

- Die beste Möglichkeit nichts zu sagen, ist die Sprache. Wenn etwas verborgen bleiben soll, dann rede möglichst viel.
- Worte sind der Tat nicht nah.
- Sprache ist oft eine Veranstaltung zur wechselseitigen oder gegenseitigen Behinderung.
- "Die Sprache ist die Quelle der Missverständnisse" oder „Die Sprache ist ein unvollkommenes Werkzeug. Die Probleme des Lebens sprengen alle Formulierungen“. (Saint-Exupery)
- Was Du sagst ist richtig. Das Gegenteil auch.
- Sprache wird benutzt, um auf Nebenkriegsschauplätze zu führen. So werden unbewusste Inhalte und damit verbundene Informationen aufrecht erhalten, die nur der sprachlichen Gewandtheit des Klienten dienen.
- Sprache ist Futter, Peitsche oder der Honigquast für den Therapeuten.

Alles was wir tun, tun wir, weil wir etwas davon haben. Was haben Therapeut und Klient davon, wenn sie in der Therapie viel reden? Nicht selten gehen sie einen unausgesprochenen Vertrag ein. Beim Therapeut bleibt die in der Situation fehlende Kompetenz verborgen. Der Klient wird nicht an ihr kratzen, wenn er durch viel reden auf einem Nebenkriegsschauplatz bleiben kann. Diesen wird der Therapeut wiederum nicht als solchen entlarven. Und so bleibt alles beim alten, der Status Quo erhalten

Bei der Lösung schwieriger Lebenssituationen beginnt alles mit den Fragen:

- Was ist das Problem?
- Was soll anders sein?
- Wie soll es sein?
- Wie komme ich dorthin?

Wer kann das in Krisen schon so genau benennen? Damit verbundene Gefühle spüren, akzeptieren, ordnen? Das scheint den Betroffenen oft schwer, unmöglich. Insbesondere dann, wenn

- auslösende Ereignisse weit zurückliegen (z. B. frühe Störungen),
- Erlebnisse traumatisiert sind (z. B. Missbrauch, Schock),
- Ereignisse nicht in den Zusammenhang mit der Störung gestellt werden können oder dürfen (zum Beispiel seit Geburt an problematische Familienverhältnisse),
- eine Summe von auslösenden Faktoren vorliegt, die nicht in Zusammenhang gebracht werden können.

Auf der Suche nach Lösungen, nach Alternativen ist therapeutisches Handwerkszeug entstanden, das wir im doppelten Sinne begreifen können. Ich nenne dieses Handwerkszeug Symbole der Hoffnung - Interventionstechniken in der Therapie und Beratung oder Es ist alles schon da. Du musst es nur finden. Bis heute sind rund 300 solcher Interventionen entwickelt worden.

Selbstverständlich kommen wir nicht ohne Sprache aus. Wo Sprache jedoch zu verbergen versucht, können die therapeutischen Etappenziele wie folgt beschrieben werden: „Das wichtigste, das ich tue oder das ich mir einbilde zu tun, besteht darin, den Nebel oder Schleier von der Sprache zu entfernen“ (Berkeley).

Ich setzte Symbole unterschiedlichster Art ein. Es sind Gegenstände die ich auf Floh- und Baumärkten, in Spielzeuggeschäften, im Haushalt finde, aber auch Materialien aus der Natur und schließlich von mir entwickelte, in sich geschlossene Interventionsmöglichkeiten wie „Inseln der Gefühle, Eigenschaften, Ziele“, den „Gefühlstern“, das Materialien - Set „Dornen, Gold, Federn, Sand, Scheiße, Steine, Watte“, „Botschaft – Weg - Ziel“..

Ich habe vieles selbst entwickelt, anderes geklaut und in Begreifbares umgesetzt.

Je nach Situation sind sie eher meditativ, archaisch, provokativ.

Allen gemeinsam aus der Symbolik ist, möglichst schnell auf den Punkt zu kommen ohne emotional zu überfordern. Und trotzdem geben sie dem Klienten die Möglichkeit, das Tempo in der Beratung und Therapie zu bestimmen.

Die nachfolgenden Beschreibungen können nur Anregungen und Hinweise liefern, nicht die Fülle der Möglichkeiten darstellen. Wollte man alle denkbaren Möglichkeiten und gemachten Erfahrungen hier wiedergeben, dann hätten wir es mit einem sehr dicken Buch zu tun.

Da wir es in jeder Arbeit mit einem anderen Menschen zu tun haben, ist ohnehin keine Arbeit mit einer anderen identisch, höchstens in Teilen vergleichbar.

Machen Sie also Ihre Erfahrungen in praktischer Arbeit.

Bevor Sie Materialien bei Klienten einsetzen, testen Sie alles an sich selbst und mit sich selbst. So haben Sie dann eine Vorstellung, wie sich Ihr Gegenüber während der Arbeit fühlt.

Arbeitsanleitung:

Für die Arbeit mit Symbolen und Straßen, Botschaft-Weg-Ziel, Set „Dornen, Federn, Gold, Sand, Scheiße, Steine, Watte“ sowie Inseln der Gefühle, Eigenschaften, Ziele gelten folgenden Arbeitsschritte.

Wo sitzt der Therapeut?: Entweder er fragt den Klienten, wohin er sich setzen soll oder er sitzt gegenüber oder an seiner Seite. Auch hier immer nach seinem Einverständnis fragen, seine Antwort nicht diskutieren.

Der Therapeuten erklärt dem Klienten und der Gruppe die Arbeitsschritte und Regeln:

- Die Klienten legen die Symbole in einer vorher vereinbarten oder vorgegebenen Zeit. Sie sollen das ohne Beteiligung des Therapeuten und einer Gruppe tun.
- Die Zeiten sollen knapp bemessen sein. In der Regel genügen 15 Minuten. Für das legen einer Lebensstrasse ist das vom Alter anhängig: Bis zum 30. Lebensjahr genügen in der Regel 15 bis 20 Minuten, nachdem er sich mit den Materialien vertraut gemacht hat. Ist ein Klient älter als 30 Jahre, dann soll entsprechend längere Zeit vereinbart festgelegt sein. Aber auch hier gilt, die Zeit eher knapp als großzügig bemessen sein.
- Der oder die Klienten erklären die Symbole, alle anderen hören zu und sollen den oder die Klienten möglichst genau wahrnehmen.
- Danach können Sachfragen gestellt werden. Der Therapeut muss genau darauf achten, dass es tatsächlich Sachfragen und kein Interpretationen sind. Diese gehören in keinem Fall in diese Phase.
- Die Gruppe schildert ihre Wahrnehmung (Mimik, Gestik und so weiter). Hier soll insbesondere einer Gruppe (auch Therapeuten), die in Wahrnehmung nicht gut er-

fahren ist, viel Zeit gelassen werden. Klienten nehmen sich oft nicht oder nur sehr rudimentär in ihrer Aufgeregtheit war und brauchen daher die Gruppe als Spiegel.

- Danach wird anhand der Informationen gefragt und geantwortet: Was fällt uns auf? Fragen, die in dieser Phase möglich sind, sollen auch geklärt werden.
- Welche Themen werden aus der Arbeit sichtbar? Sie sollen mit dem Klienten möglichst klar definiert werden. Daraus werden die nächsten Schritte für eine Klärungen bestimmt.
- Sitzplatzwechsel der Gruppe anregen. Jeder setzt sich an einen eindeutig anderen Platz. Das ergibt neuen Blickwinkel, neue Sichtweisen, neue Wahrnehmung.
- Platzwechsel des Klienten - Zum Beispiel in der Arbeit einer Kollegin: Die Situation nach der Trennung vom Mann ist dargestellt. Probleme, Konflikte gegenüber dem Mann werden deutlich. Alles ist schwer, sie selbst in einer passiven Haltung. Der Platzwechsel erlaubt plötzlich die Sicht des Bildes als Gesicht des Mannes. Der Sand wird zum Kinn, die Watte zum Rauschebart, die beiden Goldstücke werden Augen. Die gefährliche Kugel (Stein, rund) wird zur Knollnase, der Stacheldraht ist wirres Haar, die Steine Sturheit im Kopf. Ein Paradigmawechsel gelingt.
- Werden während der Bearbeitung Gegenstände verschoben, so ist darauf zu achten, dass sie immer an ihren ursprünglichen Ort zurück gelegt werden.
- Größere Unterbrechungen (Stunde(n), Tage) sollen nur in außergewöhnlichen Situationen erlaubt werden.

An dieser Stelle kann eine Sitzung enden. Wichtig ist in diesem Fall, dass die nächsten Schritte für die folgende Sitzung klar vereinbart sind.

Bei umfangreichen Arbeiten mit der Lebensstraße (Rückblick) kann es sinnvoll sein, wenn bei der Erläuterung durch den Klienten ein Tonband mitläuft oder von einem Dritten ein stichwortartiges Protokoll angefertigt wird. Das entbindet den Klienten jedoch nicht von einer eigenen Protokollierung. Das heißt, im Anschluss an eine Arbeit wird ein Protokoll angefertigt.

Lebensstraße und andere Straßen: Es wird notiert, welche Symbole auf welchem Altersfeld stehen. Sinnvoll ist es zu vermerken, bei welchen Symbolen es sich um eigene Erinnerungen handelt und was vom „hören und sagen“ (und von wem) bekannt ist.

Nach der Arbeit mit den anderen Therapiematerialien wird eine Skizze angefertigt, in der die Lage und Bedeutung der Materialien deutlich ist.

Symbolkiste und Straßen

Was ich nicht sagen kann, das kann ich zeigen. Symbole helfen erinnern.
Handwerkszeug für Interventionen

Einsatzmöglichkeiten

Die Materialien

- werden für therapeutische Interventionen in der Einzel- und Gruppenarbeit genutzt.
- Sie eignen sich auch für anamnestische und diagnostische Arbeiten.
- Einsatz finden sie auch in der Supervision, Begleitung von Teams und Präventionsarbeit.

Der Einsatz ist altersunabhängig.

Symbolkoffer und Straßen - Was ich nicht sagen kann, das kann ich zeigen.

Im Laufe der Zeit hat es immer wieder Anfragen nach dem Symbolkoffer und den Straßen gegeben. Wir sind sehr häufig aufgefordert worden, dieses Therapiematerial möglichst bald zum Kauf anzubieten.

Gezögert haben wir, weil uns klar war, dass wir die Vielzahl der Symbole in der nötigen Menge nicht zu einem erschwinglichen Preis hätten liefern können. Als Alternative hatten wir unter anderem geplant, die Gegenstände im Original schwarz-weiß zu fotografieren und in Form von Memorykarten anzubieten. Dagegen sprach und spricht, dass das Begreifbare der einzelnen Symbole verloren geht. Auch die optische Wirkung wäre in diesem Fall nicht optimal.

Wir haben uns nun zu folgender Lösung entschlossen.

Der Koffer wird mit den fertigen Straßen (Lebensstraße, Monatsstraße/Wochenstraße, Tagesstraße und Stundenstraße) angeboten. Für die Symbole gibt es ein Startset von circa 20 Gegenständen. So ist ein erschwinglicher Preis von € 212,- möglich.

Außer der Anleitung liegt bei:

- eine Aufzählung der Gegenstände, die sich in dem Koffer befinden, mit dem Wilfried Schneider arbeitet. Diese Aufzählung soll als Orientierung für Ihre Sammlung gelten.
- eine Übersicht mit Tipps, wo Sie die Symbole finden.
- spezielle Arbeitsanregungen für die verschiedenen Straßen

Symbolkiste - Inhalt

Arbeitsfähig ist man ab 80 Symbolen. Ich habe über viele Jahre mit 120 Symbolen gearbeitet. Das war insbesondere bei langen Lebensstrassen vorteilhaft. Inzwischen haben sich rund 240 Symbole angesammelt. Das bietet weitere Vorteile in der Arbeit. Mehr sollen es aber nicht werden, da sonst die schnelle Übersicht für den Klienten nicht mehr möglich ist.

Bei den rund 300 Symbolen handelt es sich um:

Alkoholflaschen, Ambos, Anglergewicht, Anker, Armbanduhren, Auge, Ausrufezeichen (Magnet), @ Zeichen (Magnet).

Bär, Bäume, Babypuppen (krabbeln, sitzen usw.), Babypuppe schwarz, Bananen, Batterie, Besteck, Benzinkanister, Beil, Bierglas, Bierkorken, Blasebalg, Blechkästchen, Bleistift, Blitz, Blume, Bottich (Holz), Brief (Magnet), Briefkasten, Bügeleisen, Buch, Buch klein, Burg, butten god, you're ugly.

Che Guevara (butten).

„Dafür!“ und „Dagegen!“ (zwei butten), Delphin, DM-Scheine, Doppelte Wasserwaage, Doppeltes Herz, Dusche.

Eheringe, Engel, Einkaufen (Magnet), Einkaufswagen, Eisensäge, Enten, Esel, Euro-Scheine, € Zeichen (Magnet).

Fahrkarte(n), Felge, Fell, Feuerlöscher, Feuerwehrauto 112, Feuerwehrauto mit Leiter, Fingerring, Fisch, Flasche, Flaschenkasten, Flauschbällchen, Fledermaus, Flugzeug, ? (Magnet) Frosch, Frosch mit Krone Torte, „Für einen Kuss gibt es niemals ein Muss!“ (butten), Fußball.

Gabel, Geldstück (Ausland), Gespenst (klein und groß), Gießkanne, Gitter, Glascontainer, Globus, Glocke, Goldbarren, Glühbirne, Gold.

Hähnchen, Hand (2 x), Handschellen, Handy, Haarspange, Harlekin, Häuser, Haus mit Turm, Herzen, Hexe, Hexe auf Besen, Hölzchen, Holzperle, Holzmännchen, Holzring (rot, gelb), Hufeisen, Hubschrauber, Hund.

Kette mit Kugel, Kegel (spitz), Kettenglieder (zwei), Kinderwagen, Klavier, Knopf, Kompass, Knochen, Kochtopf, Kondom, Kreisel, Kreuz, Krone, Krug, Kuh, Küken und Ei.

Leuchtturm, Lippenstift, Litfasssäule, Löffel.

Mann (weiß von Playmobil), Maus, Mausefalle, Messer, Mädchen, Motorrad, Mundharmonika, Muscheln (blau), Muscheln.

Nähmaschine, Nest mit Küken und Ei, „Nichts sagen, nichts sehen, nichts hören“, Niete (Los), Nonne, Notenschlüssel, Nudelholz.

Obstkorb, Pkw's, Omnibus.

Paket, Parfümflaschen, Pfanne, PC/Tastatur, Pfeife, Pferd, Pilz, Pistole, Pistolenkugeln, Pluszeichen, Pokal.

Radiergummi, Radio, Rechentafel, Rettungsring, Ringe, Ritter, Roboter, Rucksack.

Säge, Sanduhr, Sarg, Sirene, Sonnenbrille, Skatebord, Skelett, Smiley, Sonne, Sonne mit Gesicht, Spiegel, Spielautomat, Spielfiguren (natur), Spritzen, Süßigkeitenautomat.

Schachtel rund mit Deckel, Schaf, Schaukel, Schaukelstuhl, Schelle, Schere, Schiffe, Schlange, Schlitten, Schlüssel, Schlüssel klein, Schmetterling, Schraube mit Mutter, Schraubenschlüssel, Schnuller, Schuh, Schulranzen, schwarzes Schaf, Schwein.

Steine, Stein mit Loch, Sterne, Steuerrad (Schiff), Stiefel, Stinkefinger, Stöpsel, Streichholzschachtel, Strichcode.

Tannen, Taschenlampe, Taube, Teufel, Thermoskanne, Tiger, Toaster, Toilette, Totenkopf, Trichter, Trompete.

Uhr.

Vogel.

Waage, Wärmeflasche (Metall), Wäscheklammer (klein und groß), Waschtisch mit Spiegel, Wasserkessel, Wasserträger, Wecker, Weihnachtsmann, Weinglas, Werkzeugkasten, Weinflaschen, Wespe, Wichtig (Magnet), Würfel.

Zahnräder, Zeigefinger, Zu Erledigen (Magnet).

Wo habe ich die Symbole gefunden:

- Ebay und andere ähnliche Versteigerungsseiten: unter anderem Dachbodenfunde, Miniaturen, Kleinkram oder Setzkastenfiguren eingeben oder gezielt einzelne Gegenstände suchen.
- 1,- Euro-Läden
- Souvenirläden
- Flohmärkte
- Spielwarengeschäfte
- Baumärkte
- Wald, Natur, Strand....
- Kreativläden
- Puppenstubenartikel
- Bastelabteilungen
- Hersteller wie beispielsweise. Knorr Hobby, Postfach 1240, D-96202 Lichtenfels <http://www.creative-hobbies.de/>, Rayher Hobby, GmbH, Postfach 1462, 88464 Laupheim, <http://www.rayher.de/> <http://www.rayher-hobby.de/>

- Internetübersicht über Creativ-Seiten:
<http://www.creativ-seiten.de/shops/hersteller.html>
- <http://stores.ebay.de/Sandys-Ideen-Shop> (Sehr schöne Sachen!!!)
- Modellbau
- Geschäfte wie Pappnase (www.pappnase.de)
- Feuerzeuge
- Schlüsselanhänger
- Magnete mit Motiven
- Tischtuchbommeln
- Mitsammler suchen (Kollegen, Teams, Freunde, Verwandte....)

Einige Grundsätze für die Auswahl der Symbole

1. Die Größenverhältnisse (Proportionen) müssen stimmen. Trotzdem kann die Dusch so groß sein wie der Leuchtturm. Keine Figur sollte auffällig über die Größe der anderen Figuren herausragen. Anhaltspunkt kann die Setzkastengröße sein, wobei es auch ein wenig mehr oder weniger sein darf.
2. Auf menschliche Figuren verzichten außer: Hexe (Märchen), Hexe Besen, Mädchen, Mann (weiße Figur von Playmobil, die zum Gespenst gehört), Nonne, Ritter, diverse Babypuppen
3. Große Bedeutung hat, dass Symbole gewählt werden, die vom Klienten vielseitig, vielschichtig interpretierbar sind. Menschliche Figuren legen leicht fest und haben in der Deutung wenig Tiefe.

Straßen meines Lebens

Stunden-, Tages-, Wochen-, -Jahres- und Lebensstraße oder Woher komme ich? Wo bin ich?
Wo will ich hin?

Zur Entstehung und Absicht

Der Anfang wurde mit der Lebensstraße gemacht. Bei der Auseinandersetzung mit den Störungen war oft ein Blick auf die Lebensgeschichte notwendig. Dabei zeigten sich immer wieder große Erinnerungslücken, die es so weit wie möglich zu schließen galt.

Über Sprache gelang das in nur sehr seltenen Fällen beziehungsweise war ein großer Zeitraum notwendig.

Mit Hilfe der Lebensstraße und dem dazugehörigen Symbolkoffer ist die Erinnerungsarbeit erheblich leichter und weniger angstbesetzt. Dadurch verkürzt sich auch der Zeitraum.

Aus diesen Erfahrungen entstanden auch die anderen Straßen.

Jede Straße ist für

- einen Rückblick,
- eine Standortbestimmung und
- eine Vorausschau (Lebensziele, Visionen) geeignet.

Es empfiehlt sich zu entscheiden, ob kurz-, mittel- oder langfristige Lebensziele bearbeitet werden sollen. Dabei ist es wichtig, mit dem Klienten oder der Gruppe genau zu bestimmen, wie die Zeiträume zu verstehen sind. Die Arbeit mit der Lebensstraße ist auch hilfreich bei Erhebung einer Anamnese und Diagnose sowie für die Therapieplanung.

Farben auf der Lebensstraße und die Einteilung (Entwicklungspsychologie)

Diese Einteilung wurde vorgenommen, um eine Orientierung zwischen "normaler" und individueller Entwicklung zu ermöglichen. Orientiert ist sie am psychoanalytischen Modell.

Diese Straße ist wie folgt unterteilt:

- **Pränatal** (Schwangerschaft): 0 - 9. Monat - eine schwarze Karte. Es steht eine Karte in Regenbogenfarben zur Verfügung, die auf Wunsch auf die schwarze Karte aufgelegt werden kann. Dies habe ich auf Anregung einer Hebamme eingeführt, da ich den Einwurf, diese Phase könne durchaus in bunten Farben betrachtet werden, gerechtfertigt finde. Diese Information soll der Klient zu Beginn erhalten.
- **Partus** (Geburt): - eine gelbe Karte
- **Oral**: bis 24. Monat - zwei weiße Karten.
- **Anal**: bis 36. Monat - eine graue Karte.
- **Phallisch-Ödipal**: bis 72. Monat - drei grüne Karten
- Latenz: 6. bis 12. Lebensjahr - vier beige Karten
- **Pubertät**: bis 18. Lebensjahr - sechs rote Karten.
- Zwei rote Karten mit den Altersangaben 11 und 12 liegen bei. Je nach Jahrgang kann die Pubertät bei 13 Jahren oder bei 11 Jahren beginnen. Im letzteren Fall werden die beiden Karten auf die andersfarbigen Karten aufgelegt.
- **Genitalität** (Zeit nach der Pubertät): acht blaue Karten.

Weitere Karten bis 80 stehen zur Verfügung.

Die Auswahl der Farben kann sich ändern, ohne das damit etwas am Inhalt geändert ist.

Es sind insgesamt 85 Karten (für Schwangerschaft der Mutter und Geburt je eine Karte, 1 Regenbogenkarte als Alternative für die schwarze Karte Schwangerschaft, von 1 bis 80 je eine und für Pubertätsbeginn bei 11 Jahren 2 Karten) vorhanden.

Einteilung der anderen Straßen

Jahresstraße: Diese Straße besteht aus 12 Karten und ist von 1 bis 12 beschriftet. Sie dient vor allem der Vorschau (z. B. Ziele in den nächsten Monaten, im nächsten Jahr) und einer Rückschau.

Diese Straße kann bei Konflikten zum Beispiel von Eheleuten gleichzeitig genutzt werden. Haben sie auch gemeinsame Symbole? Im selben Jahr mit gleichen oder mit verschiedenen Bedeutungen? Genau so gut kann sie von drei Personen (z. B. ein Kind dazu) genutzt werden. Die Jahreskarten können für Vorschau, Planungen, Ziele auch als Monats-, Wochen-, Tages- oder Stundenkarten benutzt werden.

Abschnitte des Lebens können betrachtet werden. Zum Beispiel schaut sich eine Klientin die Zeit von der Geburt des 1. Kindes bis zum 30. Lebensjahr an.

Monatsstraße: Fünf Sätze von je fünf roten Einzelkarten, jeweils beschriftet Mo., Di., Mi., Do., Fr. Vier Sätze von je zwei grünen Einzelkarten, jeweils beschriftet Sa. und So., So kann die Straße in der jeweiligen Monateinteilung zusammengesetzt werden.

Da die Verteilung der Werk- und Wochenendtage von Monat zu Monat verschieden ist, sind für alle Fälle ausreichend Karten für die Werk- und Sonntage vorhanden. In der Regel werden ja reale Monate betrachtet. Konflikte in Familien/Ehen z. B. werden nicht selten am Wochenende deutlich. Daher gibt es eine unterschiedliche Kennzeichnung von Werk- und Wochenendtagen. Das gilt auch für Feiertage. Dafür liegen zusätzlich drei Blankokarten bereit. Ferien- und Urlaubstage müssen Sie selbst kennzeichnen.

Wochenstraße: Es werden die Karten aus der Monatsstraße verwendet. Der Einsatz ist zu handhaben wie z. B. bei der Monatsstraße. Als Eignung kommt hier besonders hinzu, dass aktuelle Konflikte besser deutlich gemacht werden können.

Monats- und Wochenstraße: Es sind insgesamt 36 Karten (5 mal 5 Karten für Werkstage, 4 mal 2 Karten für Wochenenden, 3 Blankokarten für Feiertage) vorhanden.

Tagesstraße: Diese Straße beginnt mit einer weißen Karte (Schlaf, Traum und Aufwachen). Ihr folgen 12 Karten, und sie endet mit einer weißen Karte (Einschlafen, Schlaf und Traum). Die Verwendung der Tagesstraße eignet sich für eine Vorschau, für die Bearbeitung von Tagesereignissen und - bei einer Rückschau - besonders gut für die Arbeit über konfliktreiche (siehe auch Konfliktstraße) Ereignisse. Der Wachzustand am Tage beträgt in der Regel mehr als 12 Stunden. Es sind also jeweils die Stundenphasen zu betrachten, die des Verstehens oder der Klärung bedürfen.

Stundenstraße Sie wird wie die Tagesstraße verwendet und sollte bei brandaktuellen Ereignissen (Konflikten, Lösungen...) eingesetzt werden. Sie hat eine 5-Minuten Aufteilung.

Tages- und Stundenstraße: Es sind 14 Karten (je eine für Schlaf und Aufwachen, 12 für Stunden beziehungsweise 5-Minuten-Blöcke) vorhanden.

Anmerkung: Die Farbzusammenstellung der Straßen kann bei der Zusammenstellung der Koffer leicht variieren.

Straßen zur Planung und Bestandsaufnahme-Neuorientierung

Für eine Planung der Zukunft können die Jahreskarten auch zu Monats-, Wochen-, Tages oder Stundenkarten werden. So wird nach einer Bestandsaufnahme auch eine Planung und Neuorientierung möglich.

Solche Planungen oder Visionen können aber auch mit jeder der Karten gemacht werden.

Wo beginnen Erinnerungen?

Vor dem 4. Lebensjahr sind Erinnerungen eher selten. Mit dem Klienten ist zu besprechen, dass beim legen der Lebensstraße auch Informationen aus Erzählungen der Eltern, Großeltern und so weiter verwendet werden sollen. Im durcharbeiten ist jedoch deutlich zu machen, was eigene Erinnerungen sind und was aus Erzählungen Dritter stammt.

Protokoll

Ist die Arbeit beendet oder wird sie länger unterbrochen, fertigt der Klient ein Protokoll an. Der Klient zeichnet die Straße mit den Symbolen ab und beschriftet sie entsprechend (Alterskarte, Symbole, Bedeutung). Hilfreich kann es auch sein, die Straße und/oder Ausschnitte mit der Digitalkamera zu fotografieren.

Werden später Erinnerungen wach, so sind diese im Protokoll nachzutragen und als solche zu kennzeichnen.

Anregungen für die Arbeit mit Straßen

Wo beginnen?

Der Klient besetzt die Alterskarten in beliebiger Reihenfolge, also da Erinnerungen vorhanden sind. Er kann hin und her springen. Es kommt also nicht darauf an, dass er bei schwarz beginnt und bei der letzten Karte endet. Die Erklärung der Symbole beginnt er jedoch beim ersten Symbol auf der Straße und endet beim letzten Symbol.

Fragen

Bei Fragen an den Klienten, an die Gruppe Warum-Fragen vermeiden. Lieber nach Wer, Was, Wann, Wo, Wie fragen

Nicht besetzte Karten

Besonderer Beachtung bedürfen die nicht besetzten Karten, wenn angenommen werden kann, dass Erinnerungen dort grundsätzlich möglich sind. Dabei kann es sich um "schwarze Löcher" (Verdrängung, Vergessen, Trauma....) handeln, die es im Laufe der Arbeit aufzuhellen gilt. Sie sollten jedoch nicht den Ehrgeiz entwickeln zu meinen, es müsse in jedem Fall etwas dahinter stecken. So ist oft die Phase der Latenz mit sehr wenigen Symbolen besetzt. Nicht selten hat es in dieser Zeit Ereignisse gegeben, die verdrängt werden, es ist aber auch die Entwicklungsphase, in der sich in der Erinnerung nicht viel ereignet hat.

Karten fehlen - Beispiele

Isa, 30 Jahre (Österreich, 2000). Das 13. Lebensjahr ist nach innen geklappt, Isa fällt das bei der Schilderung der einzelnen Symbole nicht auf. Erst nach einigen Nachfragen sieht sie das selbst, erschreckt sich und berichtet nach längerer Pause von grenzüberschreitendem Verhalten des Vaters ihr gegenüber.

Marcel, 15 Jahre (Hamburg 2005) hat die Felder wie folgt belegt oder leer gelassen. Schwarz: Leer, Gelb: Smily, 1. Jahr: Puppe (ältere Schwester), Blitz (Vater verlässt die Familie), 2. Jahr: Teufel (gewalttätiger Freund der Mutter), 3. und 4. Jahr: Fehlen, sind umgeklappt. Marcel fällt bei ersten durcharbeiten dieses nicht auf. Erst auf Nachfrage einiger Klienten bemerkt er die fehlenden Jahre. Seine Erklärung, habe wohl nicht auf all die schmerzlichen Erinnerungen sehen wollen. Dabei meint er die Gewalt durch den Freund der Mutter an ihm, teils auch an seiner Mutter und das nicht sehen wollen, dass die Mutter ihn nicht davor geschützt habe.

Vater und Mutter

Jeder hat eine Mutter und einen Vater, unabhängig davon, ob er sie kennt. Fehlen Symbole zu der einen oder anderen Person, dann nachfragen.

Was fehlt?

Bei der Durcharbeitung auch den Blick für das haben, was sonst noch fehlt und nachfragen. Wo sind zum Beispiel die Symbole für Freunde?

Kurven bei längeren Straßen

Je nach Größe des Raumes, in dem die Straße gelegt wird oder/und nach dem Umfang der Straße werden Kurven gelegt. Welches Symbol liegt auf der Karte oder den Karten, die die Kurve bilden. Wenn Sie davon ausgehen, dass es keine Zufälle gibt, dann fragen Sie nach. Das gilt auch, wenn die Straße von einem Raum in einen anderen übergeht. Welche Symbole liegen auf den Karten, in denen die Straße von dem einen in den anderen Raum übergeht?

Symbole zusammenbringen

Toilette und ein Herz in der geöffneten Toilette sind kombiniert. Die Klientin stellt damit das Ende einer Beziehung dar.

Im Kreis stellen und fragen: Über was wird gesprochen?

Gelegentlich ist es sinnvoll, mehrere Symbole im Kreis zu versammeln und die Frage zu stellen, über was reden? Wer sagt zu wem was? Was wird nicht besprochen. Wann schweigen sie? Und so weiter.

Veränderungen – Rausstellen und Zurückstellen

Wenn der Therapeut oder Mitglieder der Gruppe etwas verändern wollen, dann müssen sie den Klienten vorher um Erlaubnis fragen. Willigt er ein, sollen die Symbole jedoch anschließend wieder an den ursprünglichen Platz zurückgestellt werden.

Ein Klient stellt ein Pferd mit einem Ritter darauf auf ein Altersfeld. Er wollte der Starke, der Held sein, war jedoch das Gegenteil. Er versucht sich die Phase schön zu reden. Ich frage, ob ich was verändern darf. Er stimmt zu. Den Ritter auf dem Pferd ersetze ich durch eine Baby-Puppe. Das ermöglicht es dem Klienten, seine reale Situation zu schildern und einen Bogen zur Gegenwart schlagen zu können. Das heißt, er versucht immer noch den Ritter, den Helden zu spielen. Die Wirklichkeit ist jedoch das Gegenteil.

Wiederholungen im Leben

Das heißt, die Straße durchsehen nach Wiederholungen wie Trennungen, neue Beziehungen, Krisen und ähnlichem mehr. Wiederholungen sind Klienten sehr oft nicht bewußt. In der Lebensstraße können sie deutlich werden. Es stellt sich ja vielleicht die Frage, ob er die Wiederholungen beenden will. Das kann Thema weiterer Arbeiten aus dieser Arbeit werden. Nicht selten werden in der Anordnung der Symbole zu diesem Thema Ursachen deutlich.

Jedes Symbol kann viele Bedeutungen haben

Anna, 16 Jahre, hat eine Bratpfanne auf das 11. Lebensjahr gestellt. Ihr fällt zuerst kein Grund ein, warum sie diese dahin gestellt hat. Da wir wissen, dass sie viele, auch jüngere Geschwister hat, nehmen wir an, sie wollte damit darstellen, dass sie für ihre Geschwister gekocht hat, sie versorgt hat, sich Generationsgrenzen verwischt haben, weil sie teilweise die Mutter ersetzte.

Anna verneint. Sie meint jedoch ganz entschlossen, die Pfanne gehöre dahin. Schließlich fällt es ihr ein. Sie wird erst unruhig, dann sehr still. Dann sagt sie: „Mein Vater war wie oft sehr betrunken, setzte mich auf die Platte eines Elektroherdes und sagte: „Wenn Du dich nicht ficken lässt, dann verbrenne ich dich.“

Die Zeit vergeht schnell

Eine Klientin legt die Karten 31 bis 39 so, dass sie sich etwa zur Hälfte überlappen und erklärt, dass das bedeute für sie, dass die Zeit in dieser Lebensphase sehr schnell vergangen sei.

Das erste Gefühl

Das erste Gefühl. Welches Symbol liegt auf der ersten besetzten Karte? Welches Gefühl verbinde ich damit? Es erleichtert die Arbeit, wenn man den Gefühlstern hinzu nimmt.

Aus welcher Sicht betrachte ich mein Leben am liebsten?

Die Augen als Kamera. Der Klient stellt sich vor die Straße und fährt mit den Augen wie mit einer Kamera von der ersten bis zur letzten Karte seiner Straße. Danach wird der Vorgang in umgekehrter Reihenfolge wiederholt. Was ist angenehmer? Was schwerer? Wo hält die Kamera an? Und so weiter.

Die gelbe Karte - Geburt

Lebensstraße von Manfred L., 49 Jahre am 22.9.2007 (Hamburg)

Manfred L. erklärt die Symbole auf der gelben Karte wie folgt: „In diese Situation wurde ich hinein geboren. Also die schwarz weiße Figur ist die Oma mütterlicherseits, die Nähmaschine ist die Großmutter väterlicherseits, die Kuh* ist das Symbol für meine Mutter, der Werkzeugkasten steht für meinen Vater und das Mädchen ist meine große Schwester.“

* Die nährende Mutter

Gummiring als Symbol

Daniela B, 28 Jahre am 29.9. 2007 (Korntal bei Stuttgart)

Auf der Karte 28 liegt als einziges Symbol ein normaler Gummiring. Erklärung: „ Ich denke, ich kann meine Grenzen nun ausdehnen, ohne dass ich daran zerbreche.“

Variationen Lebensstrasse

Nach der Wende arbeitete ich öfters mit Klienten, die die Karten bis zur Wende als Jahreskarten und die nach der Wende als Monatskarten nutzen. So ließ sich der Umbruch für sie besser darstellen und besser verstehen.

Als Berufsbiografie

Zum Beispiel von der Berufsfindung über die Berufsentscheidung, zur Berufsausbildung und die gesamten Berufsjahre. Jedes Jahr wird wie beschreiben mit Symbolen besetzt.

Sich in eine andere Rolle begeben

Wenn angebracht, dann kann man z.B. in die Rolle des Klienten gehen oder in die des Partners, des Arbeitskollegen und so weiter und die Lebensstraße oder einen sinnvollen Teil davon legen. Das kann zu Korrekturen einer Meinung beitragen, es ermöglicht emotionale Befindlichkeiten zu verstehen und vieles andere mehr.

Beispiel Konfliktbearbeitung mit der Stundenstraße:

Die Straße kann genutzt werden, um zu verstehen, wie der Konflikt, an dem man beteiligt ist, entstand und wie man daran beteiligt ist. Dabei wird deutlich, dass es sich nicht um eine einseitige Sache handelt, sondern jeder auf seine Art und Weise zum Entstehen und nicht Klären des Konfliktes beigetragen hat. Arbeitet man diese Straße, wie nachfolgend beschrieben durch, wird auch deutlich, wer wo und wie den Konflikt nicht hätte eskalieren lassen müssen. Oft werden diese Momente und Zusammenhänge nicht bewußt (oder gewollt) wahrgenommen. Wird dies erkannt und gelernt, dann können daraus erstaunlich leicht andere Verhaltensweisen eingeübt werden.

Die weißen Teile werden in diesem Fall nicht gebraucht. Die Straße ist in jeweils 5 Minuten aufgeteilt und stellt insgesamt eine Stunde dar.

Beispiel der Nutzung. Zwei Personen, die einen Konflikt haben und diesen klären wollen oder sollen, sitzen sich gegenüber, also jeder auf einer Seite der Straße. Sie benutzen gemeinsam die Gegenstände aus dem Symbolkoffer, die vorher auf den Boden gekippt worden sind. Jeder legt, ohne dass das Gegenüber die Bedeutung kennt, die Symbole auf die einzelnen 5 Minuten-Felder, von denen er meint, sie würden den Konflikt, beziehungsweise die Entstehung des Konfliktes darstellen. Dabei legt jeder seine Symbole auf seine Seite der Straße.

Sie sollen nur dann miteinander reden, wenn beide dasselbe Symbol brauchen. Das heißt, sie müssen sich einigen, wer es schließlich benutzt.

Gearbeitet wird nach einer Zeitvorgabe, zum Beispiel 10 Minuten.

Die Straße wird mit Symbolen besetzt, begonnen wird mit dem Sechzigminutenfeld, dann Fünfundfünfzigminutenfeld bis zum Fünfminutenfeld.

Ist die Konfliktstraße fertig gelegt, dann erklären sie sich gegenseitig die Bedeutung der Symbole. Dabei wird beim Fünfminutenfeld begonnen, dann die Symbole auf den Zehnminutenfeld und so weiter bis zum Schluss. Es soll in dieser Phase nicht unterbrochen, also auch nicht nachgefragt werden. Jeder hat den Auftrag, „nur“ zuzuhören.

Danach dürfen Sachfragen von allen an der Arbeit Beteiligten gestellt werden.

Im Anschluss dran soll, sofern eine beobachtende Gruppe beteiligt ist, von deren Mitgliedern ihre Wahrnehmung wiedergegeben werden.

Danach soll, immer bezogen auf die Symbole, gesehen werden, wie der Konflikt entstand, wer wo dazu beigetragen hat und wo der Konflikt hätte vermieden oder die Sache hätte anders geregelt werden können.

Symbole als Zuordnungen von Personen, Problemen, Themen und Situationen

Genogramm

Die auf großflächigem Papier dargestellte Familienrekonstruktion wird durch Symbole ergänzt. Das heißt, den Personen wird ein Symbol (in Ausnahmen bis drei) zugeordnet, von dem/denen der Klient meint, es sei zutreffend. Die Bedeutung wird anschließend dem Therapeuten und der Gruppe erklärt und damit neu weitergearbeitet.

Soziogramme

Die Personen werden durch die Symbole dargestellt.

Übertragung und Gegenübertragung

Der oder den beteiligten Person(en), auch abwesenden, wird ein Symbol, nach vorheriger Vereinbarung mehrere Symbole zugeordnet. Diese Arbeit kann zwischen zwei Personen (Klient - Therapeut, Therapeut - Klient, Klient - Klient usw.) oder mehreren bzw. der ganzen Gruppe durchgeführt werden. Nach der Zuordnung wird eine kurze Erläuterung gegeben. Rückfragen sind nicht erlaubt. Geantwortet wird wieder mit einem Symbol. Die Arbeit wird bald zu einem schnellen Wechselspiel. Jeder Klient soll sich die ihm zugeordneten Symbole notieren. Nach vereinbarter Zeit ist die Arbeit beendet. Jetzt darf jeder die Beteiligten genauer befragen.

Botschaft - Weg - Ziel

Absicht

Über Symbole herausfinden, welche individuellen Schwierigkeiten beim Transport von Botschaften bestehen oder was den Transport verhindert. Botschaft und Ziel (Person, Personen) sind in der Regel klar, der Weg dagegen unklar. Sehen, dass verschlüsselte Botschaften nicht verstanden oder falsch entschlüsselt werden und dies zu neuen Konflikten führt.

Materialien

A (Sender) will B (Empfänger) etwas sagen. Er benutzt dazu die unten aufgeführten Transportmittel, von dem er meint, das sei für die Situation typisch.

Hindernisse:

Dickicht, Sumpf, Dunkelheit, keine Wegkenntnis und so weiter. Diese Hindernisse verlängern den Weg des Transportes oder A gibt unterwegs auf.

Ebenso Ampel, Parkuhr, Umleitungsschild, Stoppschild und ähnliches mehr.

Die Ampel lässt sich bei Lösungsversuchen recht gut in den Mittelpunkt rücken. Bei besprochenen Ideen fragen wir immer, wie sie beispielsweise von rot oder gelb auf grün gestellt werden kann.

Eigenschaften: blind, lahm, stumm, taub

Gefühle: Angst, Ärger, Befürchtung, Depression, Einsamkeit, Freude, Furcht, Glück, Kummer, Liebe, Lust, Macht, Neid, Panik, Phobie, Schuld, Sorge, Stolz, Scham, Schmerz, Sehnsucht, Trauer, Wut, Zorn, Zufriedenheit.

Die Transportmittel: Kleines Spielzeugauto, Briefträger, Brieftaube, Bulldozer, Floß, Fahrrad, Flaschenpost, Flugzeug, Hubschrauber, Lokomotive, Mensch mit Stein und Kette, Kreisel, Omnibus, Pferd mit Wagen, Pferd, Schnecke, Schiffe, Telefon, Telegramm, Leuchtturm.

Jedes Transportmittel hat bestimmte Eigenschaften (Flugzeug ist schnell, braucht eine große Landebahn, A kann mitfliegen, Schiff kann sinken, muss dem Verlauf des Flusses folgen, A kann mitfahren, Telegramm erreicht den Empfänger schnell, A muss dem Empfänger aber nicht gegenüber treten und so weiter). Für den Weg vom Sender zum Empfänger werden noch (verbal) Situationen gefunden, von denen der Klient meint, dass sie zu den Hindernissen gehören. Diese werden, falls Symbole dafür fehlen, auf Zettel geschrieben und entsprechend in die Arbeit eingebaut.

Weiter gehören als Empfänger zwei kleine Rohpuppen dazu.

Die Klienten legen zu einem festgelegten Thema die Inseln so, wie sie meinen, dass es ihre Situation, ihr Thema bildlich wiedergibt. Personen (Figuren) und das Schiff können einbezogen werden.

Schritte

Das Material wird erklärt und die Möglichkeiten der Arbeit dargestellt.

Während der Arbeit soll der Klient ohne Einfluss anderer sein Bild legen. In dieser Phase wird nicht analysiert oder gedeutet, da sonst schnell intellektuell reagiert, die emotionale Einlassung und kreative Aktivität blockiert wird.

Der Klient soll während der Entstehung des Bildes nicht sprechen. Angemessen ist es, wenn der Therapeut sich in der Rolle des Unwissenden befindet.

Der Therapeut erklärt dem oder den Klienten und der Gruppe die Arbeitsschritte und Regeln:

> Der oder die Klient/en legt die gewählten Materialien in einer vorher vereinbarten oder vorgegebenen Zeit. Er wählt die Materialien, von denen er meint, dass er damit sein Thema darstellen kann. Er soll das ohne Beteiligung des Therapeuten und einer Gruppe tun.

> Die Zeiten sollen knapp bemessen sein. In der Regel genügen 15 Minuten für das legen einer Straße. Will ein Klient unbedingt mehr Zeit haben, sollte man es trotzdem bei 15 Minuten belassen und die Vereinbarung treffen, nach dieser Zeit erneut zu besprechen, ob beispielsweise 5 Minuten hinzu gegeben werden.

Wo sitzt der Therapeut?: Entweder frage ich den Klienten, wohin ich mich setzen soll oder ich sitze gegenüber oder an seiner Seite. Auch hier immer nach seinem Einverständnis fragen, seine Antwort nicht diskutieren.

Erklärung des Therapeuten an Klient(en) und Gruppe, Schritte der Arbeit erklären:

- > Der oder die Klienten legen die Inseln in einer vorher vereinbarten oder vorgegebenen Zeit. Sie sollen das ohne Beteiligung des Therapeuten und einer Gruppe tun.
 - > Der oder die Klient/en erklärt das Bild, alle anderen hören zu und sollen den oder die Klienten möglichst genau wahrnehmen.
 - > Danach können Sachfragen gestellt werden. Der Therapeut muss genau drauf achten, dass es tatsächlich Sachfragen und keine Interpretationen sind. Diese gehören in keinem Fall in diese Phase.
 - > Die Gruppe schildert ihre Wahrnehmung (Mimik, Gestik und so weiter). Hier soll insbesondere bei einer Gruppe (und Therapeuten), die in Wahrnehmung nicht gut erfahren ist, viel Zeit gelassen werden. Klienten nehmen sich oft nicht oder nur sehr rudimentär in ihrer Aufregtheit wahr und brauchen daher die Gruppe als Spiegel.
 - > Danach wird anhand der Informationen gefragt und beantwortet: Was fällt uns auf? Klärungen, die in dieser Phase möglich sind, sollen auch geklärt werden.
 - > Welche Themen werden aus der Arbeit sichtbar? Sie sollen mit dem Klienten möglichst klar definiert werden. Daraus werden die nächsten Schritte und Klärungen bestimmt.
- An dieser Stelle kann eine Sitzung enden. Wichtig ist in diesem Fall, dass die nächsten Schritte für die folgende Sitzung klar vereinbart sind.

Beispiel

Im Tagesablauf des Klienten zeigt sich sehr häufig die Schwierigkeit, eine Botschaft (Zeit, Ort, Tonfall, Gestik, Mimik) zu vermitteln. Der Klient, der dies für sich klären möchte, oder andere Klienten, die „etwas ahnen“, bringen dies als Thema in die Therapiesitzung ein. Wir spielen die Situation mit den Materialien durch, sehen, ob dies ein typisches Verhalten ist, und erörtern alternative Wege, die wir dann im Rollenspiel durchspielen.

In Abständen wird nachgefragt, wie sich der Klient im Alltag neu (oder auch nicht) verhalten hat. In der Regel wird ein solches Spiel oft wiederholt, da dem Klienten die Übernahme nur langsam gelingt. Das Verhalten ist typisch, aus ihren Familien und dem späteren sozialen Umfeld (z. B. Szene) mitgebracht. Etwas „nicht“ oder auf Umwegen zu sagen, dabei missverstanden zu werden und dies nicht mit dem eigenen Verhalten in Verbindung zu bringen, ist noch lange Alltag der meisten Klienten.

Arbeits Hintergründe

Hat der Therapeut entsprechende Kenntnisse, dann kann mit diesem Koffer gut auf dem Hintergrund von

- Symbol, Symptom (neurotisches) und Appell (Karl Bühler)
- Inhalts- und Beziehungsaspekt
- Metakommunikation
- „Es ist unmöglich nicht zu kommunizieren“ (alle Paul Watzlawick)
- Die vier Ohren Beziehung, Selbstoffenbarung, Appell, Sachinhalt (Friedemann Schulz von Thun)

gearbeitet werden.

Gut lässt sich am fertigen „Bild“ der Zusammenhang von Erfahrung – Ereignis - Wahrnehmung feststellen. Wir spielen die Situation mit den Materialien durch, sehen, ob dies ein typisches Verhalten ist, und erörtern alternative Wege, die wir dann im Rollenspiel durchspielen.

In Abständen wird nachgefragt, wie sich der Klient im Alltag neu (oder auch nicht) verhalten hat. In der Regel wird ein solches Spiel oft wiederholt, da dem Klienten die Übernahme nur langsam gelingt. Das Verhalten ist typisch, aus ihren Familien und dem späteren sozialen Umfeld (z. B. Szene) mitgebracht. Etwas „nicht“ oder auf Umwegen zu sagen, dabei missverstanden zu werden und dies nicht mit dem eigenen Verhalten in Verbindung zu bringen, ist noch lange Alltag der meisten Klienten.

Wahrnehmung - Bewertung – Gefühl -Handlung untersuchen um zu erfahren, wie sich durch eine andere Bewertung Veränderungen herstellen lassen.

Dazu gehört auch der Aspekt der Realitätsprüfung und, wenn sinnvoll, das sichtbar machen von vorweg genommener Bewertung, vorweg genommenem Gefühl und vermeidender Bewertung.

Immer ist das Ziel das bewusst machen der Realität, die Anerkennung der eigenen Beteiligung am Problem und die Entwicklung von Lösungen.

Dornen, Federn, Gold, Sand, Scheiße, Steine, Watte im Holzkoffer oder "Innere Bilder nach außen kehren"

Bedeutung der Materialien

Dornen* stehen für unangenehme Gefühle wie Angst, Schuld, Trauer etc.. Auch Schmerz, Verletzung u. a. m. können die Dornen darstellen. Federn symbolisieren angenehme Gefühle wie Glück, Liebe und so weiter. Sie stehen z. B. auch für Geborgenheit, Wärme, Zärtlichkeit.

Gold: Alles, was mir wertvoll ist oder was ich mir wünsche.

Sand wird im Sinne von "Was mir durch die Finger rinnt, ich nicht festhalten kann" verwendet. Aber auch Weg, Strand und ähnliches wird damit dargestellt.

Scheiße**: Spricht für sich.

Steine stellen Härte, Kälte u. ä. m. dar. Sie sind auch Symbol für Schutz, Mauer, "mauern" und so weiter.

Watte: Nebel, was ich nicht greifen, nicht begreifen kann. "Da ist was, aber ich kann es nicht sehen, nicht spüren" ist ein Satz aus der Arbeit.

Achtung! Watte als Nebel kann auch benutzt werden, um den oben genannten Satz vorzutäuschen. Es hängt vom Therapeuten ab, wie weit er dies in der Phase der Deutung aufdecken kann.

Diese Bedeutungen werden dem Klienten genannt. Auf weitere Erklärungen soll verzichtet werden. Der Klient darf die Bedeutungen im Sinne von Erweiterungen verändern. In der Regel nimmt er das so an.

Arbeitsfläche

Es soll möglichst auf dem Fußboden oder an einem möglichst niedrigen Tisch gearbeitet werden. Als Unterlage werden ausreichend viele weiße Papiere (DIN A 4) verwendet. So lassen sich die Materialien später problemlos vom Papier in die Stoffbeutel zurückbefördern.

Am Anfang liegen die weit geöffneten Stoffbeutel nebeneinander auf der Arbeitsfläche. Die Reihenfolge hat keine Bedeutung.

Achten Sie auch darauf, wie die Arbeitsfläche (Papier) gestaltet ist. Ist zum Beispiel eine große weiße, nicht mit Material belegte Fläche vorhanden, dann auch deren Bedeutung prüfen.

Immer daran denken, es gibt keine Zufälle

Zum Verlauf

Bevor das Bild vom Klienten gelegt wird, muss mit Hilfe des Therapeuten genau benannt sein, über welches Thema gearbeitet werden soll. Am besten wird eine Überschrift ("Schlagzeile") formuliert

Es soll entschieden sein, ob mit oder ohne Zeitbegrenzung gearbeitet wird. Erfahrungsgemäß ist eine Zeitvereinbarung von rund 20 Minuten sinnvoll. Letztlich muss aber der Verlauf zeigen, wie viel Zeit tatsächlich benötigt wird.

Wer diese Arbeit für sich alleine oder ohne therapeutische Begleitung tun will, der geht genau so vor.

Während der Arbeit soll der Klient ohne Einfluss anderer sein Bild legen. In dieser Phase wird nicht analysiert oder gedeutet, da sonst schnell intellektuell reagiert, die emotionale Einlassung und kreative Aktivität blockiert wird.

Der Klient soll während der Entstehung des Bildes nicht sprechen. Angemessen ist es, wenn der Therapeut sich in der Rolle des Unwissenden befindet. Hat der Klient das Bild fertig gelegt, so soll er das klar und deutlich aussprechen. Er erläutert nun dem Therapeuten (und der Gruppe) seine Arbeit. Danach sollen dem Klienten die Wahrnehmungen der Mitklienten und/oder des Therapeuten geschildert werden. Erst jetzt soll das gemeinsame Gespräch, die Deutung und Analyse beginnen. Dabei muss das Bild immer im Mittelpunkt stehen.

Werden während dieses Prozesses Veränderungen am Bild vorgenommen, so soll das Bild doch immer wieder in seinen ursprünglichen Zustand zurückgebracht werden.

Das Protokoll

Bevor die Arbeit vorübergehend oder vollständig beendet ist, wird ein Protokoll des Bildes angefertigt. Entweder zeichnet der Klient das Bild ab und beschriftet die einzelnen Materialien und ihre Bedeutung oder es wird ein Foto angefertigt und die Bedeutung der Materialien zusätzlich notiert.

Das Material in der Gruppenarbeit

Im beschriebenen Sinne können auch zwei, drei Personen oder eine Gruppe ein Bild zu einem vereinbarten Thema legen und entsprechend bearbeiten.

Genogramm und Straßen

Ist eine ausreichend große Genogrammskizze vorhanden, dann kann den darauf verzeichneten Personen entsprechendes Material zugeordnet werden.

* Etwa 5 cm lange Stücke von Rosen, Brombeeren oder Stacheldraht. Brombeeren müssen nach einiger Zeit ersetzt werden, da sie austrocknen.

** Biologisches Katzenstreu

Inseln der Gefühle, Eigenschaften

Das Material

Ein Stück blauer Jeansstoff von etwa 150 mal 150 cm stellt die Wasserfläche dar. 22 Sperrholzteile bilden die Inseln. Folgende Inseln stehen zur Verfügung:

Angst, Ärger, Befürchtung, Depression, Einsamkeit, Freude, Furcht, Gelassenheit, Glück, Kummer, Liebe, Lust, Macht, Neid, Schuld, Sorge, Stolz, Scham, Schmerz, Sehnsucht, Trauer, Wut .

Die Rückseiten sind mit schwarzer Schiefertafelfarbe gestrichen. Diese Seiten können zur Ergänzung von Gefühlen oder für die Arbeit Eigenschaften und Lebensziele verwendet werden, indem man sie mit Kreide beschriftet.

Bei manchen Anfertigungen ist das Holz auf beiden Seiten grün beschichtet. Auch hier kann auf der nicht beschrifteten Seite mit Kreide geschrieben werden.

Weiter gehört dazu ein kleines Holzschiff mit Segel, 10 naturfarbene Spielfiguren, Kreide und eine Boje mit einer gelben und einer schwarzen Seite. Die gelbe Seite steht für angenehme, die schwarze Seite für unangenehme Gefühle. Die Spielfiguren werden für Personen verwendet. Das Schiff dient dem Transport.

Arbeitsweise

Die Klienten legen zu einem festgelegten Thema die Inseln so, wie sie meinen, dass es ihre Situation, ihr Thema bildlich wiedergibt. Personen (Figuren) und das Schiff können einbezogen werden.

Schritte.

Das Material wird erklärt und die Möglichkeiten der Arbeit dargestellt.

Während der Arbeit soll der Klient ohne Einfluss anderer sein Bild legen. In dieser Phase wird nicht analysiert oder gedeutet, da sonst schnell intellektuell reagiert, die emotionale Einlassung und kreative Aktivität blockiert wird.

Der Klient soll während der Entstehung des Bildes nicht sprechen. Angemessen ist es, wenn der Therapeut sich in der Rolle des Unwissenden befindet.

Der Therapeuten erklärt dem oder den Klienten und der Gruppe die Arbeitsschritte und Regeln:

> Der oder die Klient/en legt die Inseln in einer vorher vereinbarten oder vorgegebenen Zeit. Sie sollen das ohne Beteiligung des Therapeuten und einer Gruppe tun.

> Die Zeiten sollen knapp bemessen sein. In der Regel genügen 15 Minuten für das legen einer Straße. Will ein Klient unbedingt mehr Zeit haben, sollte man es trotzdem bei 15 Minuten belassen und die Vereinbarung treffen, nach dieser Zeit erneut zu besprechen, ob beispielsweise 5 Minuten hinzu gegeben werden.

Wo sitzt der Therapeut?: Entweder frage ich den Klienten, wohin ich mich setzen soll oder ich sitze gegenüber oder an seiner Seite. Auch hier immer nach seinem Einverständnis fragen, seine Antwort nicht diskutieren.

Erklärung des Therapeuten an Klient(en) und Gruppe, Schritte der Arbeit erklären:

> Der oder die Klienten legen die Inseln in einer vorher vereinbarten oder vorgegebenen Zeit. Sie sollen das ohne Beteiligung des Therapeuten und einer Gruppe tun.

> Der oder die Klienten erklären das Bild, alle anderen hören zu und sollen den oder die Klienten möglichst genau wahrnehmen.

- > Danach können Sachfragen gestellt werden. Der Therapeut muss genau drauf achten, dass es tatsächlich Sachfragen und keine Interpretationen sind. Diese gehören in keinem Fall in diese Phase.
 - > Die Gruppe schildert ihre Wahrnehmung (Mimik, Gestik und so weiter). Hier soll insbesondere bei einer Gruppe (und Therapeuten), die in Wahrnehmung nicht gut erfahren ist, viel Zeit gelassen werden. Klienten nehmen sich oft nicht oder nur sehr rudimentär in ihrer Aufregtheit wahr und brauchen daher die Gruppe als Spiegel.
 - > Danach wird anhand der Informationen gefragt und beantwortet: Was fällt uns auf? Klärungen, die in dieser Phase möglich sind, sollen auch geklärt werden.
 - > Welche Themen werden aus der Arbeit sichtbar? Sie sollen mit dem Klienten möglichst klar definiert werden. Daraus werden die nächsten Schritte und Klärungen bestimmt.
- An dieser Stelle kann eine Sitzung enden. Wichtig ist in diesem Fall, dass die nächsten Schritte für die folgende Sitzung klar vereinbart sind.

Verwirrung der Gefühle klären Ein Beispiel

Absicht: Über Gefühle reden ist eines der heikelsten Themen in der ersten Zeit der Therapie. Was löst bei mir welche Gefühle aus? Welche Gefühle löse ich bei anderen aus? Lasse ich Gefühle zu? Wann drücke ich Gefühle weg? Welche Rolle spielen/spielten Gefühle in meiner Familie? Wie erlebe ich Gefühle? Diese und eine Reihe weiterer Fragen sollen Thema werden. Dies verbal darzustellen, ist den Klienten lange Zeit nicht möglich.

Aus einem Sitzungsprotokoll

Julia (seit 4 Mon. in Therapie, 14 Jahre) und Sven (seit 5 Mon. in Therapie, 20 Jahre). Sie haben eine Beziehung miteinander, die von einer Reihe von Konflikten begleitet ist. Beide machen den aktuellen Stand der Beziehung zum Thema in dieser Sitzung.

Julia auf meine Frage, was genau ihr Thema sei: "Ich blicke nicht mehr durch. Ich weiß nicht mehr, welches Gefühl ich habe. Bin verwirrt. Können wir mit den Inseln der Gefühle arbeiten?" Ich beantworte die Frage mit ja, will jedoch vorher noch hören, was Sven zu der Situation sagt und ob er auch mit diesen Materialien arbeiten will bzw. ob sie das gemeinsam tun wollen. Sven berichtet ähnlich wie Julia.

Wir einigen uns nun auf folgende Vorgehensweise. Jeder sucht sich die Inseln heraus, von denen er meint, dass sie derzeit eine wesentliche Rolle spielen. Julia sucht folgende Inseln aus: Befürchtungen, Angst, Schmerz, Sorge, Trauer und Liebe. Sven entscheidet sich für die Inseln Einsamkeit, Glück, Schuld, Sehnsucht, Freude und Stolz. Im Anschluss sprechen wir jedes Gefühl durch und versuchen eventuelle Zusammenhänge aufzuspüren. In dieser Phase ist schon erheblich weniger Verwirrung vorhanden. Sichtbar wird, dass nicht alles, was auf die Beziehung geschoben wurde, auch direkt damit zu tun hat.

So arbeiten wir weiter, bis gut sortiert ist. Und weiter.

Danach besprechen wird noch einmal alle Inseln unter der neuen Betrachtungsweise durch. Dabei sitzen Julia und Sven so vor einem Standspiegel, dass sie sich anschauen können. Jeder erzählt dem anderen die Bedeutung der Gefühlsinseln aus der jetzigen Sicht. So werden die Zusammenhänge noch deutlicher.

Und weiter. Julia und Sven haben die Aufgabe, ihre unangenehmen Gefühle auf die schwarze Seite der Boje und die angenehmen auf die gelbe Seite der Boje zu ordnen. Was auf den ersten Blick auf die gelbe Seite gehört (z. B. Liebe, Glück) können sie dieser Seite nicht zuordnen .

Sie liegen in der Mitte. Ich frage: "Was ist mit den Inseln in der Mitte?" Julia: "Ich weiß nicht. Ich dachte, das sei einfach."

Frage: "Bleiben wir bei Liebe. Ist das Wunsch oder Wirklichkeit?"

Julia: "Mehr Wunsch als Wirklichkeit." Frage: "Auf welche Seite gehört die Insel dann?" Julia: "Auf die schwarze Seite." Und so weiter. So werden die Inseln, die in der Mitte liegen, und die schon zugeordneten noch einmal geprüft. Schließlich sind beide der Meinung, so liegen sie nun richtig. Wir zählen die Inseln auf beiden Seiten getrennt. Sowohl Julia als auch Sven haben auf der schwarzen Seite erheblich mehr Gefühlsinseln liegen als auf der gelben Seite. Diese Situation wird neues Therapiethema.

Anregungen

- Eine Teilnehmerin legt das blaue Tuch so, dass Wellen vorhanden sind.
- Frage, wenn das Schiff verwendet wurde: Von wo weht der Wind?
- Herausfinden: Welche Inseln bieten Ressourcen?
- Nicht übersehen: Wo sind die Nebenkriegsschauplätze auf dem Bild
- Wenn eine Rückseite benutzt wird, was steht auf der Rückseite?
- Sitzplatzwechsel der Gruppe und/oder des Klienten anregen. Zum Beispiel setzt sich jeder an einen eindeutig anderen Platz. Ergibt neuen Blickwinkel, neue Sichtweise, neue Wahrnehmung.

Boje: Zum Schluss werden die verwendeten Gefühle sortiert. Unangenehme Gefühle werden auf die schwarze Seite, angenehme Gefühle auf die rechte Seite der Boje gelegt. Stellt man sich nun eine Waage vor, wie sind die Gefühle verteilt. Dann soll noch mal jedes Gefühl daraufhin überprüft werden, ob es an seinem Platz bleibt oder die Seite wechselt. Beispiel: Liebe liegt auf der gelben Seite (angenehme Gefühle) und im zweiten Durchgang auf der schwarzen Seite (unangenehme Gefühle). Es ist die ersehnte und nicht die vorhandene Liebe.

Das Protokoll (Fotos mit der Digitalkamera anfertigen)

Bevor die Arbeit vorübergehend oder vollständig beendet ist, wird ein Protokoll der Arbeit angefertigt. Entweder zeichnet der Klient das Bild ab und beschriftet die einzelnen Materialien und notiert ihre Bedeutung, oder es wird ein Foto angefertigt und die Bedeutung der Materialien zusätzlich notiert.

Bei der Verwendung der Materialien mit **Eigenschaften und Zielen** wird ähnlich verfahren. Dafür werden die Rückseiten der Inseln benutzt (Schiefertafelfarbe).

Gefühlstern

Entstehung und Absicht

Gefühle und Emotionen sind in allen therapeutischen Begegnungen ein zentraler Punkt und gleichzeitig Basis für Missverständnisse.

Oft fehlt eine gemeinsame Sprache. Ich benutze in meiner Arbeit den Gefühlstern sehr häufig, um auch mich zu vergewissern, in welcher emotionalen Situation sich der Klient befindet.

Am Anfang versucht der Klient oft zu vermeiden, das Wort Gefühl überhaupt in den Mund zu nehmen. Dem folgt häufig eine Phase der Verwirrung der Gefühle.

Zu Missverständnissen trägt insbesondere bei, wenn Gedanken, Einschätzungen (z. B. Einsamkeit, Unsicherheit), Körpergefühle (z. B. Druck, Müdigkeit) oder physiologische Symptome (z. B. Erröten, Zittern) als Gefühle benannt werden.

Auf Grundlage vieler therapeutischer Begegnungen ist ein Stern entstanden, auf dem zehn Gefühle dargestellt sind. Damit wird kein Anspruch auf eine endgültige Definition erhoben.

Erfahrungen:

- Eine gemeinsame Sprache wird überraschend schnell möglich.
- Der Gefühlstern eignet sich für Gruppen- und Einzelarbeit.
- Der Gebrauch ist altersunabhängig.

Der erste Gefühlstern entstand in der Arbeit mit drogenkranken Kindern und Jugendlichen im *Come In* (Hamburg). In dieser Fachklinik befinden sich die Klienten in 2jähriger stationärer Therapie.

Gestaltung und Absicht

Auf einem kreisförmigen Holz (\varnothing 40 cm) ist ein Stern mit zehn verschiedenfarbigen Spitzen aufgeklebt. Folgende Begriffe sind darauf zu finden:

Angst - Ärger - Depression - Gelassenheit - Glück - Liebe - Scham - Schuld - Trauer - Wut.

Für einige *Gefühle* steht eine Unterteilung und eine kurze Arbeitsanregung zur Verfügung, die neben die entsprechende Spitze des Sterns gesteckt wird.

So beispielsweise bei Angst: (Sorge > Furcht > Panik > Phobie): "Vor Verlust? Vor Angriff? Vor Verwirrung?"

Die Gefühle sind alphabetisch angeordnet. Das wird auch dem Klienten mitgeteilt. Immer werden alle Gefühle von A (Angst) bis W (Wut) abgefragt, dabei der Stern langsam so gedreht, dass die jeweilige Spitze auf den Klienten zeigt. Es versteht sich von selbst, dass es sich dabei immer um einen Fragesatz durch den Therapeuten/Berater handelt. Sonst interpretiert der Klient die vom Therapeuten getroffene Auswahl als die wichtigen Gefühle, die nicht gefragten als die weniger wichtigen Gefühle.

So ist auch am besten sichergestellt, dass der Klient die Erfahrung macht, dass in der Regel zu einem Thema mehrere Gefühle wahrgenommen werden.

In der Mitte des Sterns befinden zusätzlich die Begriffe *Schlaraffenland* und *Hölle* mit einer kurzen Beschreibung.

Zweck: Nicht selten neigen Klienten dazu, entweder ganz oben oder ganz unten sein zu "müssen". Dass sich das Leben dazwischen abspielt, darf nicht wahrgenommen werden.

Dieser Teil dient der Auseinandersetzung darüber, dass eine Entscheidung für das *Schlaraffenland* oder die *Hölle* letztlich dazu gebraucht wird, nichts verändern zu müssen.

Abdecken der Mitte: In der Mitte befindet sich ein 7 mm Loch. Bei Bedarf kann eine Scheibe geschnitten werden, die auf ein 7 mm Rundholz (nicht mit geliefert) gesteckt wird und den vorgegebenen Text abdeckt. Kolleginnen und Kollegen haben um diese Möglichkeit gebeten, da sie gelegentlich einen anderen, eigenen Text nutzen. Die Gefühlsterne, die seit Januar 2009 auf dem Markt sind, besitzen diese Vorrichtung.

Zum Gebrauch

1. Immer dann, wenn sich Missverständnisse, Unklarheiten und Verwirrungen andeuten, kann der Stern zur Hilfe genommen werden. Diese Situationen entstehen vor allem dann, wenn Gedanken und Einschätzungen, Körpergefühle oder physiologische Symptome als Gefühl benannt werden. Hier muss erst einmal eine Klärung herbeigeführt werden.

Dabei wird der Stern so lange benutzt, bis die gemeinsame Sprache hergestellt ist.

3. Mit Hilfe des Gefühlsterns gelingt das erstaunlich schnell. Ziel ist dabei immer, sagen und unterscheiden zu können:

Ich fühle ...

Ich denke ...

Ich spüre ...

Ich bewerte...

2. Das gilt nicht nur für den Beginn therapeutischer Auseinandersetzungen. Die Situation, wie sie oben beschrieben ist, wird in Abständen immer wieder auf der Tagesordnung stehen.

4. Zur *Verwirrung der Gefühle*: Oft entstehen dann Schwierigkeiten, wenn *Gefühle* "verwechselt" werden.

So wird z. B. *Wut* genannt, wenn *Ärger* gemeint ist oder es wird *Schuld* gesagt, aber *Scham* ist gemeint.

Wird in dieser Arbeitsphase zu wenig Geduld für eine Klärung aufgebracht, befinden sich Therapeut und Klient schnell auf der falschen Spur.

Dazu zählen auch die Missverständnisse, die durch unterschiedliche Einordnung von Gedanken und Einschätzungen, Körpergefühlen, physiologischen Symptomen und Gefühlen auftreten.

5. Die den einzelnen *Gefühlen* zugeordneten Unterteilungen und Arbeitsanregungen sollen für weitere Differenzierungen benutzt werden.

Beispiel bei *Ärger* und *Angst*:

Geht es um *Ärger*, dann ist zu klären, ob es sich um "*Ärger über sich selbst*" oder "*Ärger über andere*" handelt. Erfahrungsgemäß wird häufig "*Ärger über andere*" gesagt, wenn es um "*Ärger über sich selbst*" geht.

Das *Gefühl Angst* hat immer mit der Fantasie zu tun, was sein könnte. Hilfreich ist es zu klären, ob es *Angst vor Verlust, vor Angriff* oder *vor Verwirrung* ist. Erst wenn dies geklärt ist, kann über konkrete Dinge gearbeitet werden.

Die neun Zeilen zum Text *Depression* werden selten so aufmerksam oder vollständige gelesen, dass der eingebaute Fehler (7. und 8. Zeile) vom Klienten nicht gefunden oder wahrgenommen wird. Der Inhalt der letzten Zeile „z. B. diesen langen Text lesen.“ wird in diesem Falle bestätigt.

6. Bei starken Widerständen kann mit den Begriffen *Schlaraffenland* und *Hölle* und den dazugehörigen Definitionen gearbeitet werden.

Die Aufrechterhaltung der einen oder anderen Position dient der Möglichkeit, nichts verändern zu wollen, zu müssen. Allerdings muss das nicht immer der Hintergrund des Widerstandes sein.

7. Kombination mit "Dornen, Federn, Gold, Sand, Scheiße, Steine, Watte". In sehr schwierigen Phasen ist es hilfreich, wenn der Klient zusätzlich die genannten Materialien zur Klärungshilfe einzelnen Sternspitzen (*Gefühlen*) zu ordnet, bis es für ihn stimmig ist.

8. Siehe auch Therapiematerialien "Inseln der Gefühle, Eigenschaften und Lebensziele".

Anmerkung. In der ersten Auflage befand sich im Text beim Stern Depression ein eingebauter Fehler. Diesen haben wir nun entfernt. Der Hintergrund dafür ist, dass der damit verbundene Arbeitsschritt manchen Kolleginnen und Kollegen nur schwer zu vermitteln war. Der provokative Arbeitsschritt „depressive Menschen sind faul“ verliert dadurch jedoch nicht an seiner Berechtigung.

Beziehungsdreieck oder "Wo ist mein Platz?"

Geschlossene Familiensysteme

Viele Klienten haben von Kindheit an erlebt, wie sie und andere Familienmitglieder (auch über die Herkunftsfamilie hinaus) in Konfliktsituationen ausgeschlossen, als Trostpflaster benutzt oder in perverse Koalitionen einbezogen wurden. Die Betroffenen sitzen zwischen zwei Stühlen. Sie haben sich diese Art des Umgangs mit Konflikten zu eigen gemacht, handeln so, wie sie es in der Familie gelernt haben. Das bedeutet

- Flucht vor angemessenen Lösungsversuchen,
- Leben mit häufigen Grenzverletzungen und Missbrauch*,
- Wechselbäder zwischen geliebten Personen
- "Wie ich auch entscheide, es ist immer falsch."

Da diese Koalitionen so selbstverständlich, alltäglich geworden sind, werden sie nicht durchschaut und selbst in neuen Beziehungen gelebt.

Ähnlich verhält es sich in diesen Familien (oder Gruppen) mit der paradoxen Anwendung von Macht, in dem die Rollen "Retter-Verfolger-Opfer" in einem Dramadreieck (nach Karpman) ausgetragen werden (siehe Praxistipps Dramadreieck).

Mit dem entsprechenden Zubehör lässt sich dies auf dem Arbeitsbrett an erlebten Situationen durchschaubar machen.

Beide Verhaltensweisen finden auch im Umgang mit späteren sozialen Bezügen (Schule, Arbeit, Freizeit) Anwendung.

Gestaltung

Beziehungsdreieck: Auf einem Holzbrett befindet sich ein großes Dreieck. Zum Beziehungsdreieck gehören sieben Figuren (männliche und weibliche Erwachsene, sowie Kinder und ein Säugling).

Ferner gehört dazu: Eine Mauer als Symbol für Ausschluss, ein Symbol für Konflikt ("Blitz") und ein doppelseitiger Pfeil für Beziehungen.

Technik und Einsatz in der Therapie. Der Klient stellt erlebte Situationen nach, in dem er zuerst die beteiligten Personen aufstellt. Danach erfolgt die Aufstellung der Symbole.

"Blitz": Der Klient bringt den "Blitz" in Position und beschreibt den Konflikt und das Verhalten aller beteiligten Personen. Welche Rolle ist beispielsweise dem Kind zugeordnet worden?

Mauer: Als nächstes wird die Mauer aufgestellt. Welches Elternteil baute die Mauer zwischen Kind und dem anderen Elternteil? Der Klient stellt die Mauer an die entsprechende Stelle. Wie verhält sich der/die Ausgeschlossene?

Pfeil: Nun stellt der Klient den Pfeil zwischen die Personen. Zwischen welchen beiden Personen wird die Koalition geschlossen?

Wie wurde das ganz genau und praktisch vollzogen?

Wer machte was? Wer sagte was?

Oft ist es für den Klienten schwer, ein Beispiel relativ angstfrei aus seiner Geschichte darzustellen. Daher ist es in dieser Situation sinnvoll, ein oder mehrere Beispiele aus der jüngeren Vergangenheit zu wählen.

Werden diese Situationen mit Hilfe des Therapiematerials nachvollzogen und verstanden, dann lassen sie sich recht gut in Rollenspielen nachstellen. Neben diesem Verständnis ist es jedoch entscheidend, dass die Herkunft dieses Verhaltens deutlich wird. Daher sollen nach und nach Erlebnisse aus der Kindheit gefunden und wie beschrieben bearbeitet und mit dem Verhalten in der Gegenwart verglichen werden.

Es gilt zu sehen, dass mit dem Älterwerden des Klienten, je nach Situation alle Rollen des Dreiecks beherrscht werden. Das sind:

- Der Mächtige
- Der Missbrauchte*
- Der Ausgeschlossene

In der Regel gibt es zwei Einstiegsmöglichkeiten in die Arbeit.

- Der Klient verhält sich entsprechend in der Gegenwart, und sein Verhalten wird ihm durch die Arbeit mit dem Beziehungsdreieck deutlich.
- Der Klient will das Verhalten der Eltern verstehen. Ihm wird dies durch die Arbeit mit dem Beziehungsdreieck deutlich, und er kann seine Rolle in dem System erkennen.

Ein Beispiel aus der Praxis

Der Mann wird von seiner Frau als Schwächling dargestellt. Der Mann inszeniert einen Streit, in dem er der Frau dramatisch vor Augen hält, dass unter dem Streit letztlich das 2jährige Kind leide.

Für einen Moment ist die Frau dadurch auf dem Rückzug. Genau diesen Moment nutzt der Mann, um mit dem Kind eine Koalition gegen die Mutter einzugehen. Er schläft nun nicht mit seiner Frau in einem Bett, sondern mit dem Kind.

Die Frau will beide zurückgewinnen. Das ist in diesem System nur möglich, wenn sie sich unterwirft. Das Kind genießt in gewisser Weise die Zuwendung durch den Vater und erfährt gleichzeitig einen Missbrauch, da es lediglich Mittel zum Zweck ist.

Die Zuwendung ist in diesem System aber nur zu erhalten, wenn es mit dem Vater die Mutter ausschließt. Der Mann ist längerfristig nicht mit der Zuwendung durch das Kind zufrieden, muss es verstoßen, um die Zuwendung der Frau wieder herzustellen.

Eine Spirale ohne Ende, wenn man versucht sich vorzustellen, wie die Geschichte weitergeht. So wird das Kind nun eine Inszenierung machen, um der Mächtigen zu werden, um Zuwendung zu erhalten. Das ist nach dem gelernten System nur möglich, wenn es die Eltern spaltet. Und so weiter.

Witz

Lösung innerhalb des geschlossenen Systems: „Abend für Abend sitzen wir vor dem Fernseher, nie gibt es Abwechslung“, sagt die Frau zu ihrem Mann.

Er: "Du hast recht. Lass uns doch die Plätze tauschen."

*Missbrauch, der/die Missbrauchte: Hier ist nicht an erster Stelle oder ausschließlich sexueller Missbrauch gemeint.

Dramadreieck Retter · Opfer · Verfolger

Das Zubehör

Neben dem Arbeitsbrett gehören sieben Figuren (männliche und weibliche Erwachsene sowie Kinder und ein Säugling).

Je drei Symbole für folgende Ressourcen:

Herz: Liebe

↓ Krone: Macht (Status)

↓ Hand: Dienst

↓ Buch: Information

↓ Geldstück: Geld

↓ Supermarkt: Materielle Güter

Die Pfeile zeigen an, welche Ressource mehr und welche weniger personengebunden ist (Liebe am meisten, materielle Güter am wenigsten).

Die Rollen

Die mit Opfer, Retter, Verfolger beschrifteten Holzteile werden an den gekennzeichneten Seiten des Brettes eingesteckt.

Ähnlich wie beim Beziehungsdreieck (siehe Praxistipp Beziehungsdreieck) spielen sich die Vorgänge in der Wirklichkeit eines geschlossenen Familiensystems ab. Die Vorgänge sind einfach, fast simpel, wenn sie mit den Rollen durchschaut werden. Verwirrend wirken sie, solange deren Logik nicht nachvollzogen werden kann.

Allen gemeinsam ist, lebt eine Familie nach den Spielregeln des Systems, dass kein Mitglied ausbrechen kann. Veränderungen vollziehen sie lediglich durch einen Wechsel der Rollen. Das erleben sie als Dynamik. Das Ziel, ein Gleichgewicht zu erreichen, bleibt unverändert bestehen.

Sie können sich nicht konstruktiv verhalten.

Sie sind unfähig, ihr Bedürfnis nach Wandel und Wachstum zu erfüllen (in der Regel auch nicht ohne Hilfe zu erkennen oder zu benennen).

Je machtloser oder besitzloser sich ein Beteiligter fühlt, desto geringer ist einerseits die Angst und desto größer andererseits das Streben nach Macht und Besitz (Status und Liebe). Wird diese Intervention (Arbeit mit dem Dramadrieeck auf dem Arbeitsbrett) an realen Beispielen durchgearbeitet, so kommt erstaunlich schnell Licht in das Dunkel.

Was hat der Retter (oft die weibliche Rolle) von seiner Rolle?

Der Retter ist "Schlichter", "Familiendoktor", er ist selbstlos, großzügig.

- hilft anderen auf seine Kosten. Warum?
- Rettungsaktion kann für den Retter und Geretteten (Opfer) zugleich verletzend sein.
- Der Retter will sich in eine überlegene Position bringen und braucht dafür das unterlegene Opfer.
- Der Retter muss die andere Person in eine unterlegene Position manövrieren, oder sie muss sich auch aus eigener Sicht darin befinden.
- Warum will das Opfer möglicherweise in seiner Rolle bleiben und nicht gerettet werden? -
- Täuscht das Opfer vor, gerettet werden zu wollen, um so vom Retter Aufmerksamkeit und Zuwendung zu erhalten?

Fazit: Der Retter bezieht Liebe vom Opfer, das sich seinerseits selbst Liebe entzieht.

Was hat der Verfolger (oft die männliche Rolle) von seiner Rolle?

Der Verfolger ist "Zerstörer", "Schikanierer", "Familienrichter". Er übt ein Richteramt aus, in dem er bestimmt, was richtig - falsch, gut - böse, anständig - unanständig und so weiter ist.

- Er legt in dieser Rolle die Strafen für falsches, böses, unanständiges Verhalten fest.
- Persönlichkeitstyp "Schikanierer". Als Richter Bedürfnis nach Kontrolle. Oft rechtfertigt er seine Handlung, die ja richtig, gut, anständig ist.
- Die Verfolgerrolle ergibt sich oft aus einer misslungenen Retterrolle. Dem Retter misslingt die Rettungsaktion, es entsteht Ärger, auch Angst, er ist enttäuscht und wird zum Verfolger. Gedanken und Fragen: "Warum lässt Du dich nicht retten? Du bist doch schwach. Du nimmst mir meinen Status, den ich doch nur durch Dich erhalten oder verbessern kann. Wie kommst Du dazu, Dir diese Macht herauszunehmen?"

Wird das Opfer vom Retter gerettet, so erlebt es seine machtlose Position. Beim Opfer stellt sich Ärger ein, und es nimmt gegenüber dem Retter die Position des Verfolgers ein.

Fazit: Der Verfolger bezieht Status vom Opfer, das sich seinerseits Status entzieht.

Was hat das Opfer von seiner Rolle?

Das Opfer ist auch "Sündenbock", "Retter des Systems.

- Das Opfer steckt immer mit dem Retter oder Verfolger unter einer Decke. Das wird jedoch von allen Beteiligten nicht offen besprochen.
- Das Opfer (z. B. Kind) ist relativ machtlos (z. B. in der Familie). Die Opferrolle ist möglicherweise bequem. Entscheidungen überlässt man anderen, Verantwortung muss nicht übernommen werden.
- In der Machtlosigkeit steckt Macht. Das Opfer kann das System am besten manipulieren und den Gewinn für sich nehmen.
 - Auf diesem Weg kann es soviel Macht gewinnen, dass es in die Rolle des Verfolgers wechseln kann.
 -

- Die Macht kann sich auch in der Rolle Opfer - Sündenbock begründen, da diese Rolle zum Schutz, Überleben und zur Erhaltung des pathologischen Systems der Familie notwendig ist
Fazit: Das Opfer entzieht sich selbst Liebe und Status und bezieht damit seinerseits Liebe und Status vom Verfolger und Retter.

Arbeitsbeispiel mit Liebe und Macht

Ziel ist der Ausstieg aus einem geschlossenen System. Dazu ist nötig, dass das System verstanden wird. Liebe und Macht vermehren sich hier nicht. Die Ressourcen werden lediglich getauscht.

Wählen Sie mit dem Klienten ein reales Beispiel aus und lassen Sie es ihn auf dem Arbeitsbrett spielen. Retter, Verfolger, Opfer haben je ein Herz und eine Krone.

Dieses Beispiel dient dazu zu erleben, dass die beiden Ressourcen nicht vermehrt, sondern lediglich getauscht werden. Dabei wird auch deutlich, dass nach mehreren Tauschvorgängen immer wieder ein Gleichgewicht, jedoch keine Lösung erzielt wird. Das Spiel beginnt von vorne.

Der Retter (FRAU) will das Opfer (KIND) retten. Dafür wollen beide etwas haben. Der Retter bietet Herz (Liebe) an. Das Opfer tauscht das Herz gegen Krone (Macht) ein. Keiner ist zufrieden, jedem fehlt etwas. Zusätzlich mischt sich der Verfolger (MANN) ein. Er wird dem Retter jetzt ein Herz (Liebe), anbieten um dafür eine Krone (Macht) zu erhalten. Was macht das Opfer? Es wird Macht verlangen und diese vermutlich in dieser Phase nur vom Verfolger erhalten. Es wird auf geeignete Weise mit ihm in Beziehung treten, um eine Krone gegen ein Herz zu tauschen. Das der Familie eigene Gleichgewicht ist wieder hergestellt, eine konstruktive Lösung nicht gefunden. Sie werden von vorne beginnen, und erneut wird es wie vorher beschrieben enden.

Ist die Situation für den Klienten ausreichend geklärt, kann die Arbeit darüber beginnen, wie er aus dem System aussteigen kann.

Arbeitsbeispiel mit weiteren oder allen Symbolen

Um Möglichkeiten des Ausstieges aus dem System zu verstehen, werden zusätzlich Symbole (siehe Zubehör/Ressourcen) für Liebe und Macht benutzt. Letztlich kann hier, wenn auch erst einmal theoretisch, geübt werden, wie ein Ausstieg möglich ist. Am Beispiel des Opfers heißt das, die Rolle aufzugeben und eine Rolle zu finden, die weder die des Retters noch die des Verfolgers ist (auf Rollentausch verzichten).

Letztlich bedeutet das, dass ein neuer Schritt in der Arbeit beginnt, der verständlicherweise neue Interventionen braucht, in der Regel lange dauert und die Auseinandersetzung mit realen Personen nötig macht. Die größte Blockade dabei ist die Angst, die zum System gehörenden Personen zu verlieren.

Merke: Tausch ist systemerhaltend und destruktiv. Ressourcenvermehrung dient dem Prozess und der Veränderung - ist konstruktiv.

Der "Ich bin dran..." Stab

Regeln und Gestaltung

Der "Ich bin dran..." Stab hat eine ordnende, meditative und suggestive Kraft.

Der Stab hat seine Vorläufer. Nach indianischer Sitte verleiht der "Talking Stick" Kraft und Autorität. In W. Goldings Roman "Herr der Fliegen" erfüllt eine Muschel eine ähnliche Aufgabe. Um 1800 verwendeten in Norddeutschland die Zunftmeister in ihren Versammlungen das "Schafferholz". Bei der Schneiderzunft hatte er die Bezeichnung „Schaffensstab“ als Zeichen des Ordnungsamtes eines Meisters oder Altgesellen. In der hinduistischen Symbolik vereint er die drei Realitäten "Kontrolle des Gedankens, des Wortes und der Tat."

Die Vereinbarung ist einfach und klar. Wer den Stab in der Hand hält, der redet. Ist das Anliegen ausgesprochen, wird der Stab weitergegeben an ein Gruppenmitglied seiner Wahl oder an den, der um den Stab bittet. Grundsätzlich gilt: Nur wer den Stab noch nicht in der Hand hatte, darf ihn erhalten.

In jeder Gruppe finden wir den Mächtigen, den Vielredner, den, der gut formulieren kann, die "alten Hasen". Sie alle können sich gut durchsetzen, kommen zu Wort. Der Schüchterne, der Neue, der Überangepasste kommt oft nicht zu Wort, obwohl er ein Anliegen hat. Bei der Verwendung des Stabes werden auch sie reden.

Jeder Stab ist ein Unikat.

Je nach Ausführung ist er etwa 60 cm lang und hat einen Durchmesser zwischen 2 bis 4 cm. Oben befindet sich ein Federschmuck. Federn sind leicht, erinnern an den Flug der Vögel, sind wie eine zweite Haut und ziehen besondere Aufmerksamkeit auf sich.

Bei einem Stab sind Muster eingeschnitzt oder eingebrannt, in andere beispielsweise Zahnräder oder Federkiele eingearbeitet, wieder andere Stäbe sind durchbohrt oder besonders gewachsen. Die Kiele der am Holz befestigten Federn sind mit farbiger Wolle umwickelt.

Beispiele für den Gebrauch

Gruppe:

Gleich um welche Gruppe und um welche Probleme es sich in der Gruppe handelt, die Verwendung des Stabes hilft die Waage ins Gleichgewicht zu bringen, ohne Dynamik und Interaktion zu bremsen.

Zu Zweit, zu Dritt:

Auch bei Schwierigkeiten in kleinen Gruppen ist die Verwendung des Stabes äußerst hilfreich und leistet einen Beitrag zur Gleichberechtigung.

Dauerredner:

Wer den Stab in der Hand hält, der kann ihn natürlich auch missbrauchen, eine lange Rede führen. Dazu kann vereinbart werden, dass, wenn beispielsweise 50 Prozent der Stöckchen in der Mitte liegen, der Redner sofort seine Ausführungen beenden muss.

Wortmeldungen: Sie werden wie üblich per Hand angezeigt oder derjenige, der als nächster den Stab erhalten will, legt ein Holzstückchen vor sich.

Durchbohrte Stäbe:

Eine neue Klientin war auch mit Hilfe des Stabes nicht zum Reden bereit. Das Angebot, ihr Anliegen auf einen Zettel zu schreiben und diesen zusammengerollt in eines der Löcher des Stabes zu stecken, nahm sie an. Die Spannung in der Gruppe stieg beachtlich. Jeder wollte nun wissen, was die Klientin aufgeschrieben hatte. Sie konnte dem Interesse der Gruppe nachgeben und las vor, was auf dem Zettel stand.

Meditation, Besinnung, Konzentration:

In bequemer Lage (sitzen oder liegen) den Stab mit einer oder beiden Händen halten. Der Stab oder ein Detail wird betrachtet, alles herum wird unwichtig, ist immer weniger im Blickfeld. Gleichmäßig atmen und, wenn während des Betrachtens die Augen müde werden, die Augen schließen. Dabei wird der Stab bis zur "Rückkehr" gehalten.

Störungen:

Ein Holzstöckchen in der Mitte kann nach vorheriger Absprache als Anmeldung einer Störung verstanden werden. Wer sich so zu Wort gemeldet hat, erhält den Stab, um die Störung zu klären.

Jeder, der einen "Ich bin dran..." Stab verwendet, wird schnell die Erfahrung machen, dass in neuen Situationen neue Ideen und Lösungen gefunden werden.

Workshops

**Symbole als Interventionsstrategien in Beratung und Therapie
Symbole der Hoffnung oder Es ist alles schon da. Du musst es nur finden.**

Wilfried Schneider

**In der Regel findet im April in Hamburg und im Oktober in Korntal bei Stuttgart ein
3 Tageworkshop statt.**

**Andere öffentliche Workshops sind jeweils zu finden auf
www.schneider-therapiekoffer.de und dort unter Workshops.**

"Was ist das Problem?" "Was soll anders sein?" "Wie soll es sein?" "Wie komme ich dort hin?"

Schon an der ersten Frage scheitern Therapeut und Klient oft, wenn sie sich nur der Sprache bedienen, auch wenn viel geredet wird. Die Arbeit mit Symbolen ebnet den Weg. Vorbewußtes und strukturelle Bedingungen werden so direkter und umfassender erreicht. Unsere angebotenen und in Planung befindlichen Therapie-materialien sind aus und für Interventionen in therapeutischen Situationen entstanden, in denen Sprache allein nicht zur Findung und Klärung ausreichte. Bei unseren Materialien handelt es sich um Handwerkszeug, das der Betroffene im wörtlichen Sinne begreifen kann.

Unter anderem lassen sich diese Materialien erfolgreich in der Traumaaarbeit einsetzen.

Sie wollen dem Erfinder über die Schulter schauen? Sie wollen in die Handhabung fachkundig eingeführt werden? Sie sind neugierig, wie andere mit den Materialien arbeiten?

Als Seminarteilnehmer sollen Ihnen Techniken, Methoden und Erfahrungen mit den Therapiematerialien und aus einer Fülle von rund 300 Interventionen durch praktischen Umgang zugänglich gemacht werden.

Eine etwa 80seitige Workshop-Mappe wird zur Verfügung gestellt und ist im Teilnehmerbeitrag inbegriffen.

Das Lernen geschieht durch praktische Erfahrungen, ausprobieren, arbeiten - aktive Mitarbeit ist also nicht nur erwünscht, sondern erforderlich.

Die Teilnehmer der Workshops kamen bisher aus folgenden Arbeitsbereichen: Therapeuten aller Schulen und der Bereich der Aus- und Fortbildung/Weiterbildung, Supervision und Präventionsarbeit. Psychologen, ärztliche Psychotherapeuten, Sozialpädagogen, Sozialarbeiter, Kinder- und Jugendlichentherapeuten, Erzieher/Heimerzieher, Familientherapeuten, Sozial- und Suchttherapeuten, Heilpädagogen, Sonderpädagogen, Ergo-therapeuten, Lehrer, Gruppenleiter im Freizeitbereich, Fachleute in Erziehungsberatung/Familienberatung und Mitarbeiter in Beratungsstellen, Anleiter von Selbsthilfegruppen, in der Arbeit mit behinderten Menschen, Trainer, Coaches, Mediatoren, Hebamme, Kunsttherapeutinnen.

Die Teilnahme wird Ihnen aussagefähig bescheinigt.

Workshops und Veranstaltungen bisher in:

Ahrensburg, Berlin, I-Brunico, I-Bolzano, A-Bregenz, Bad Klosterlausnitz, Bad Köstritz, Bad Bevensen, Bad Rehbürg, Dannenberg, A-Feldkirch (Batschuns), Ganderkesee, Göttingen, Gera, A-Graz, Gottmadingen, Gjakova (Kosovo), Gransee/Seilershof, Hildesheim, Hamburg, Korntal/Stuttgart, Kiel, SLO-Koper, A-Lustenau, Lübeck, Landau, Loccum, München, Magdeburg, SLO-Nova Gorca, Obersulm/Heilbronn, SLO-Piran, Petersberg/Fulda, Regensburg, Rückersdorf, Römhild, A-Salzburg, Starndorf, Siegen, A-Semriach (Graz), Toster-glope, A-Thüringerberg, A-Villach (Oberaichwald), A-Vitorsberg, A-Wien, Weinsberg, Weibersbrunn

Informationen und Anmeldungen siehe Adresse am Schluss.

Biographie

Wilfried Schneider, Jahrgang 1946, geboren in Niederndorf, Kreis Siegen, lebt in Ahrensburg bei Hamburg. Modelltischler, später Besuch der Fachschule für Sozialpädagogik in Hamburg. Tätigkeit als Erzieher (Vorschulerziehung, Arbeit mit behinderten Menschen). Aufbau verschiedener Projekte im pädagogischen Bereich, darunter die Straßentheatergruppe "Nebelhörner" mit blinden und sehbehinderten Kindern und Jugendlichen. Freier Journalist, zahlreiche Veröffentlichungen in Hörfunk, Zeitungen, Büchern, darunter mit H. Mundzeck "Praktische Medienerziehung" (Beltz Verlag). 1982 bis 1997 Mitglied der Jury "Preis der deutschen Schallplattenkritik", 4 Jahre Mitglied der "Arbeitsgruppe Sesamstraße" beim NDR, Mitarbeit an Fernsehfilmen, diverse Lehraufträge und Referententätigkeit (Medienpädagogik, Sozialtherapie, Ökologie).

Ausbildung als Integrativer Sozialtherapeut am AISF, Göttingen und Hypnoseausbildung (Dr. Halama, Hamburg). Seit Nov. 92 Mitarbeiter im COME IN! – Hamburg -Therapiehilfe e.V. (2jährige stationäre Therapie mit drogenkranken Kindern und Jugendlichen). Entwicklung kreativer Therapiematerialien seit 1994. Arbeit an einem Handbuch über "Therapeutische Interventionen". Entwicklung und Herausgabe von Therapiekoffern für kreative und nonverbale Interventionen. Seit 2001 aktive Zusammenarbeit mit RRJETA e. V. (Ausbildung und Teambegleitung von Mitarbeitern/Mitarbeiterinnen, Eltern aus der Drogenarbeit in Slowenien, Bosnien-Herzegowina, Kosovo).

Zahlreiche Workshops, Teambegleitungen (Therapeutisches- und pädagogisches Handeln, Konfliktklärungen, Kommunikation und Streiten) Vorträge in Europa.

Aktuelle Arbeitsschwerpunkte: Therapie (Symbole als Interventionsstrategien), Therapie mit drogenkranken Kindern, Drogen, "Schnüffeln", Selbstverletzendes Verhalten, Grauzone Alkohol in Lebensmitteln, Süßigkeiten und Getränken, Selbsthilfe im Internet, Interview-Reihe mit Otto Kernberg, Hilariön Petzold, Martin Kirschenbaum, Ulrich Sachsse, Konstantin Wecker.....

Wenn Sie Fragen zu Ihrer aktuellen Arbeit mit den Therapiematerialien haben, dann wenden Sie sich bitte per Brief oder Mail an mich.

Wilfried Schneider

Kontakt - Informationen über weitere Therapiekoffer und Workshops:

Schneider-Therapiekoffer, Starweg 44,
D-22926 Ahrensburg, Fax 04102-604908

www.schneider-therapkoffer.de

info@schneider-therapiekooffer.de

Texte + Materialien von Wilfried Schneider

Gegen Briefmarken im Wert von jeweils € 2.50 (oder Verrechnungsscheck) und einem mit € 1.45* frankierten und an Sie beschrifteten DIN A 4 oder 5 Umschlag können Sie folgende Texte erhalten:

⇒ **Stationäre Therapieeinrichtungen für drogenkranke Kinder + Jugendliche in Deutschland .** Zur Zeit 19 Seiten mit über 100 Adressen und Hinweise auf Aufnahmealter, Plätze und so weiter. Erstmals liegt damit eine solche Übersicht vor. Jährlich überarbeitete Fassung. (€ 4.00)**. Erscheint jährlich neu. **Ab Januar 2009 auf der Seite www.dhs.de kostenlos ein zu sehen.**

⇒ **Schnüffeln oder eine oft übersehene Droge – Mit einer ausführlichen Alternativ – Produktliste.** Verbote von Produkten mit Alkohol und Lösungsmitteln sind eine oft notwendige Sache. Mit Recht wird dann nach Alternativprodukten gefragt. Unter anderem finden Sie in diesem Beitrag darauf praktische Antworten, 16 Seiten.

⇒ **„Schneiden, Schnippeln, Ritzen...“ – Selbstverletzendes Verhalten. Ein Gespräch zwischen Wilfried Schneider und Prof. Dr. Ulrich Sachsse (Göttingen).** In diesem Beitrag finden Sie auch eine Übersicht über die Problematik, Literaturhinweise und vor allem aktuelle Adressen für Beratung und Behandlung, 21 Seiten.

⇒ **Noch – Noch nicht – Nicht mehr – Arbeitsblätter für Verhaltenstraining und Selbstkontrolle.** Darstellung der Technik und Arbeitsblätter für die praktische Arbeit. Erstaunlich oft kann mit einfa-

chen Mitteln, werden sie konsequent durchgeführt, Verhaltensänderung erreicht, unterstützt oder stabilisiert werden.

⇒ **Ein Gespräch zwischen Wilfried Schneider + Prof. Dr. Hilarion Petzold** über Leib und Seele, über das Kreative in der Therapie und Methodenintegration, 15 Seiten.

⇒ **Selbstbild – Fremdbild in Gruppen, 23 verschiedene Arbeitsblätter.** 25 Seiten mit einer Anleitung.

⇒ **Ein Gespräch zwischen Wilfried Schneider und dem Familientherapeuten Martin Kirschenbaum (USA) und Schüler von Virginia Satir** über Sucht, neue Entwicklungen in der Familientherapie, seine Lehrerin Virginia Satir, politisches Verhalten von Therapeuten... 15 Seiten.

⇒ **Ein Gespräch zwischen Wilfried Schneider und Prof. Dr. Otto Kernberg (USA)** über die Borderlinerproblematik. Mit ausführlichen Literaturliste, 16 Seiten.

⇒ **Vor- und Nachteile von Hilfeseiten von Betroffenen im Internet. Am Beispiel Selbstverletzendem Verhaltens. Ein virtuelles Gespräch zwischen Wilfried Schneider und Fabienne, Sternenkinder, einem Vater, Gogo, Larona Lassan und Tina** - Mit sehr offenen, persönlichen und direkten Antworten der Betroffenen. 16 Seiten mit Hinweisen auf www Adressen und Literatur.

⇒ **Betrachtungen zur Rolle der Sprache in der Therapie - Verbale Halbherzigkeiten, rigide Wortwahl und andere Nichtantworten. Die Sprache der Süchtigen.** Ein Sammlung und anwendbare Beispiele für die Praxis, 11 Seiten.

⇒ **REISE IN DICH SELBST.** Ein Text für Entdeckungen und Therapie, Ruhe, Meditation und Hypnose, 11 Seiten.

⇒ **Grauzone Alkohol in Lebensmittel, Süßigkeiten und Getränken oder Der alltägliche Rückfall.** Ob Sie selbst Kinder haben oder mit Kindern und Jugendlichen arbeiten, Betroffener sind oder mit Betroffenen arbeiten - hier finden Sie ein Fülle von Informationen, Zahlen, Hinweisen und Adressen zur Orientierung. Der beschriebene Bereich ist unübersichtlich und unterliegt häufigen Veränderungen. Für eine sichere Wahl werden solide Daten benötigt. 14 Seiten.

Adresse: Wilfried Schneider, Starweg 44, D-22926 Ahrensburg

eMail: WilSchnei@aol.com - Siehe auch <http://www.schneider-therapiekoffer.de>

* Innerhalb Deutschlands.

**Deckt die Kosten. Jeweils aktueller PC – Ausdruck da, wo sich Adressen, Produkte u. a. verändern.



SCHNEIDER
Therapiekoffer

Ausdrücke-Eindrücke
Wahrnehmungsübungen

“Programmänderung”
Lösen aus alten Mustern

Weitere Therapiematerialien:

“Gefühlsstern” Drehteller aus Holz mit Text

Koffer 2 “Beziehungsdreieck, Dramadreieck, Innere Bilder nach außen kehren”

Koffer 3 “Inseln der Gefühle, Eigenschaften, Ziele”

Koffer 4 “Symbole und Stunden-, Tages-, Monats-, Lebensstraße”

Zudem werden jährliche Workshops angeboten: “Arbeit mit Symbolen als Methode der Intervention in Beratung und Begleitung von Teams”

Genauer finden Sie unter:
www.schneider-therapiekoffer.de

E-mail:
info@schneider-therapiekoffer.de

Therapiekartensets “Zwei in Eins”

Ausdrücke-Eindrücke - Wahrnehmungsübungen: Zu diesem Spiel gehören 36 Karten mit verschiedenen Gesichtsausdrücken. Sie beschreiben Haltung, Emotion, Befindlichkeiten. Sie können zum Dialog in Familie, Gruppe, Team eingesetzt werden.

Programmänderung - Lösen aus alten Mustern: Dieses Set besteht aus zehn Karten mit Begriffen, die Teile sich wiederholender Kettenreaktionen unseres Alltags darstellen. Anlass zur Arbeit mit diesen Karten wäre ein unangenehmes Gefühl, das uns stets begleitet. Arbeitsanleitungen werden mitgeliefert.

Euro 7,30 inkl. Mehrwertsteuer (bei Versand zuzüglich Verpackung/Porto).

Bestellschein *Bitte senden Sie mir Therapiekartenset “Zwei in Eins” zu oben genanntem Preis an folgende Adresse:*

Institution

Stückzahl

Nachname, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Land

Datum

Unterschrift

AGB: siehe Internetseite oder anfordern

Schneider-Therapiekoffer+Texte · Wilfried Schneider · Starweg 44 · D-22926 Ahrensburg
Fax 04102/ 604 908 · E-Mail: info@schneider-therapiekoffer.de · www.schneider-therapiekoffer.de