



Dies ist eine Leseprobe von Klett-Cotta. Dieses Buch und unser gesamtes Programm finden Sie unter www.klett-cotta.de

Violet Oaklander

**Gestalttherapie mit
Kindern und Jugendlichen**

Aus dem Amerikanischen
von Klaus Schomburg und
Sylvia M. Schomburg-Scherff

Klett-Cotta

Klett-Cotta

www.klett-cotta.de

Die Originalausgabe erschien unter dem Titel
„Windows to Our Children“

© 1978 by Real People Press, Boulder, Colorado
Für die deutsche Ausgabe

© 1981 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung
Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart
Alle deutschsprachigen Rechte vorbehalten

Printed in Germany

Umschlag: Philippa Walz, Stuttgart

Gesetzt in der 10 Punkt Century von Janß, Pfungstadt
Gedruckt auf säurefreiem und holzfreiem Werkdruckpapier
und gebunden von CPI – Clausen & Bosse, Leck

ISBN 978-3-608-95291-9

16. Auflage, 2013

Bibliographische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliographie; detaillierte bibliographische
Daten sind im Internet über <<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

Zur Erinnerung an meinen Sohn Michael

Inhalt

- Vorwort . . . 9
- Einleitung . . . 11
- 1 Phantasie . . . 13
- 2 Zeichnen und Phantasie . . . 35
Deine Welt — in Farben, Formen und
Linien 35 / Familienzeichnungen 41 / Der
Rosenbusch 49 / Kritzelbilder 55 / Wutbilder
61 / Meine Woche, mein Tag, mein Leben
62 / Schnörkelzeichnungen 63 / Farben,
Linien und Formen 63 / Kollektives Zeich-
nen 64 / Freies Zeichnen 66 / Malen mit
Farben 67 / Fingermalen 70 / Malen mit
den Füßen 71
- 3 Mein Arbeitsmodell . . . 73
Weitere Ideen zur Phantasie und zu Zeich-
nungen 86
- 4 Etwas herstellen . . . 91
Ton 91 / Andere Übungen mit Ton 101 /
Künstliche Modelliermasse 103 / Spielteig
104 / Wasser 105 / Skulpturen und plasti-
sches Gestalten 105 / Holz und Werkzeuge
107 / Collage 108 / Bilder 111 / Tarockkar-
ten 112
- 5 Geschichten erzählen, Gedichte und
Puppenspiel . . . 113
Geschichten erzählen 113 / Bücher 120 /
Schreiben 124 / Gedichte 128 / Kasperlepup-
pen 135 / Puppenspiele 137
- 6 Sensorische Erfahrungen . . . 142
Fühlen 143 / Sehen 144 / Hören 147 / Musik
149 / Schmecken 153 / Riechen 154 / Intui-
tion 155 / Gefühle 157 / Entspannung 159 /
Meditation 161 / Körperbewegung 163
- 7 In-Szene-Setzen . . . 174
Kreatives Theaterspielen 174 / Tasten 177 /

- Sehen 178 / Hören 178 / Riechen 178 /
 Schmecken 179 / Der Körper 179 / Situati-
 onen pantomimisch darstellen 180 / Charakte-
 risierung 180 / Improvisationen, bei denen
 gesprochen wird 181 / Träume 185 / Der
 leere Stuhl 192 / Widersprüche 200
- 8 Spieltherapie . . . 202
 Die Sandkiste 210 / Spiele 217 / Projektive
 Tests als therapeutische Technik 220
- 9 Der therapeutische Prozeß . . . 227
 Das Kind kommt in die Therapie 227 / Die
 erste Sitzung 232 / So sieht meine Praxis
 aus 240 / Der therapeutische Prozeß 241 /
 Widerstand 245 / Beendigung der Therapie
 249
- 10 Besondere Formen von Problemverhal-
 ten . . . 256
 Aggression 257 / Wut 260 / Das hyperaktive
 Kind 276 / Das introvertierte, in sich ge-
 kehrte Kind 287 / Ängste 296 / Besondere
 Streßsituationen oder traumatische Erleb-
 nisse 308 / Körperliche Symptome 314 /
 Unsicherheit, Anklammern, übertriebenes
 Gefallenwollen 323 / Einzelgänger 329 /
 Einsamkeit 333 / Kinder, die sich außerhalb
 der Realität befinden 336 / Autismus 339 /
 Schuldgefühle 343 / Selbstachtung, Selbst-
 konzept, Selbstbild 348
- 11 Weitere Überlegungen . . . 354
 Gruppen 354 / Jugendliche 360 / Erwachsene
 370 / Der ältere Mensch 371 / Geschwister
 372 / Sehr kleine Kinder 373 / Die Familie
 376 / Schulen, Lehrer und Lehrerausbildung
 384 / Sexismus 389
- 12 Persönliche Bemerkung . . . 391
 Über die Autorin . . . 398
 Bibliographie . . . 399

Vorwort

Als ich das Manuskript dieses Buches las, dachte ich: »Jeder muß sich dafür interessieren — jeder, der etwas mit Kindern zu tun hat«.

Ich bemerkte nicht, daß dieses »jeder« jemanden vergaß.

Als mir die Druckfahnen laut vorgelesen wurden, damit ich sie mit dem Manuskript vergleichen konnte, kam die achtjährige Summer herein und begann, mit Kreide zu malen. Sie machte kein Theater und zappelte nicht herum; sie fragte ihre Mutter auch nicht, wann sie nach Hause gingen. Sie war ganz still und hörte einfach zu, wie dieses Buch vorgelesen wurde. Später sagte sie, daß es ihr gefallen habe.

Ein wesentlicher Teil dieses Buches besteht darin, daß Kinder in aller Offenheit über sich selbst sprechen — eine Offenheit, die Violet Oaklander ihnen möglich macht. Wer sollte also größeres Interesse an einem solchen Buch haben als Kinder? Als ich mir jedoch zunächst überlegt hatte, wer sich für dieses Buch interessieren könnte, dachte ich nur an Erwachsene: Therapeuten, Lehrer, Eltern. Ich dachte nicht an diejenigen, von denen das Buch handelt. Violet zeigt, daß dies einer der Hauptgründe für viele der Schwierigkeiten ist, in die Kinder geraten. Wir Erwachsenen neigen oft dazu, ihnen Informationen und Ausdrucksmöglichkeiten vorzuenthalten, und überlassen sie so ihrer Verwirrung.

Halten Sie einen Augenblick inne und rufen Sie sich Ihre eigene Kindheit in Erinnerung. Ihre Anstrengungen, die Welt der Erwachsenen zu verstehen. . .

Violet erinnert sich sehr genau, und diese Erinnerung macht einen Großteil ihres Wissens und ihres Verständnisses für Kinder aus. Sie verfügt über alle erforderlichen Zeugnisse, bei weitem wichtiger sind aber ihre Erfahrungen mit Kindern und ihre Erinnerung an ihre eigene Kindheit. Hierauf gründet ihr ungewöhnliches Verständnis dafür, »wie sie sich selbst verloren haben«.

Manche Erwachsenen haben sich nie selbst gefunden. Für sie kann dieses Buch der Beginn sein, sich selbst zu entdecken, Teile ihrer selbst wiederzufinden, die sie in ihrer Kindheit zurückgelassen haben.

Violet sagt, sie habe keine der von ihr angewandten Methoden selbst erfunden. Die Art und Weise aber, *wie* sie diese Methoden verwendet, ist äußerst originell und kreativ, eine flexible lebendige Gestalt: »Ich lasse mich von meiner Beobachtung und Intuition leiten und nehme mir die Freiheit, jederzeit die Richtung zu ändern.« All ihre Sinne sind beteiligt, wenn sie mit den Kindern zusammen Schritt für Schritt deren eigene Erlebnisfähigkeit wiederentdeckt. Sie weiß, daß sie Fehler macht, erwähnt sie beiläufig und sagt: »Ich glaube, Fehler lassen sich vermeiden, wenn man den guten Willen dazu hat und sich der Interpretation und des Urteils enthält.« (Die meisten von uns haben zwar den guten Willen; aber nur wenige von uns enthalten sich eines Urteils oder bemerken gar, daß sie interpretieren.)

Violet spricht in einer einfachen und direkten Art mit Kindern — so, wie es den meisten von uns wahrscheinlich gefallen würde, aber wie wir es nur selten, auch nicht mit guten Freunden oder unseren Partnern, erleben.

»Ich setze zu einer weitschweifigen Erklärung an . . . und sage dann schließlich, ›Debby, im Grunde weiß ich das eigentlich nicht genau‹.«

»Wir sprachen eine Zeit lang über ihre Einsamkeit, und dann erzählte ich ihr von meiner eigenen Einsamkeit.«

Dieses Buch kann Ihnen helfen, das Kind, das in Ihnen lebt, wie auch die Kinder, mit denen Sie zusammenleben, zu entdecken.

Barry Stevens
Juni 1978

Einleitung

Debby (9 Jahre): »Wie machen Sie das, daß die Leute sich bei Ihnen besser fühlen?«

»Was meinst du damit?« (Offensichtlich weiche ich aus.)

Debby: »Wenn die Leute Sie sehen, fühlen sie sich besser. Was machen Sie, damit das geschieht? Ist das schwierig?«

»Das klingt so, als ob du dich besser fühlst.«

Debby (nickt heftig): »Ja! Jetzt fühle ich mich besser. Wie kommt das?«

Ich setze zu einer weitschweifigen Erklärung darüber an, wie ich die Menschen dazu bringe, über ihre Gefühle zu sprechen, wie ich das bei ihr gemacht habe, und sage dann schließlich: »Debby, im Grunde weiß ich das eigentlich auch nicht genau.«

Ich weiß, daß ein Bedarf an Büchern wie dem vorliegenden besteht, denn jedesmal, wenn ich in einen Buchladen ging, sah ich mich nach einem solchen Buch um. Eines Tages wurde mir dann klar, daß ich für meine eigenen Vorstellungen von Kindertherapie Bestätigung suchte — eine Bestätigung für das, worüber ich in Seminaren und Workshops sprach.

Aus meiner Arbeit mit Kindern habe ich sehr viel gelernt. Jedesmal, wenn mir ein Kind sein Herz öffnete und mich an seiner erstaunlichen, gewöhnlich aber verborgen gehaltenen Weisheit teilhaben ließ, fühlte ich Ehrfurcht. Die Kinder, mit denen ich gearbeitet habe, wissen es vielleicht nicht, aber sie haben mich vieles über mich selbst gelehrt.

Ich freue mich, daß es mir gelungen ist, wirkungsvolle Methoden zu finden, wie man Kindern helfen kann, leichter mit schwierigen Phasen in ihrem Leben fertigzuwerden. Ich habe dieses Buch geschrieben, um andere an meinen Erfahrungen teilhaben zu lassen, und ich hoffe, daß dadurch mehr Erwachsene Möglichkeiten finden werden, Kindern die Unterstützung zu geben, die sie brauchen, um ihre private oder öffentliche Welt zu meistern.

Dieses Buch wendet sich an alle, die mit Kindern zu tun haben: Psychologen und Therapeuten, die in ihrer Arbeit mit Kindern nach neuen Wegen suchen; Lehrer, die erkannt haben, daß die Gefühle eines Kindes eine wichtige Rolle beim Lernen spielen; Eltern, die

ihren Kindern näher kommen wollen und die vielleicht wissen möchten, was in der Beziehung zwischen dem Therapeuten und dem Kind geschieht; an alle, die im psychosozialen Bereich arbeiten, aber vor der Arbeit mit jungen Menschen zurückschrecken – nicht etwa, weil sie Kinder nicht mögen, sondern weil sie nicht so recht wissen, wie sie dabei vorgehen sollen. Dieses Buch ist auch für Erwachsene geschrieben, die vielleicht wieder ein Gefühl für ihre eigene Kindheit bekommen möchten, um sich heute, als Erwachsene, besser zu verstehen.

Ich hoffe, daß dieses Buch zum Ausdruck bringt, wie sehr mich meine Arbeit, meine Vorstellungen und meine jungen Klienten begeistern, und daß der Leser von dieser Begeisterung angesteckt wird.

1 Phantasie

»Gleich werde ich euch alle bitten, die Augen zu schließen, und euch auf eine Phantasiereise mitzunehmen. Wenn wir am Ende unserer Reise angekommen sind, werdet ihr eure Augen öffnen und das zeichnen, was ihr da seht. Nun möchte ich, daß ihr es euch so bequem wie möglich macht; schließt eure Augen und geht in euren Raum. Wenn ihr eure Augen schließt, befindet ihr euch in einem Raum; das nenne ich euren Raum. Ihr nehmt diesen Raum hier in diesem Zimmer ein und überall dort, wo ihr seid, ihr merkt das aber gewöhnlich gar nicht. Mit geschlossenen Augen könnt ihr ein Gespür für diesen Raum bekommen – wo euer Körper ist und die Luft, die euch umgibt. An diesem Ort fühlt ihr euch wohl, weil es euer Ort, euer Raum ist. Achtet darauf, was in eurem Körper vorgeht. Achtet darauf, ob ihr irgendwo angespannt seid. Versucht nicht, die Stellen, an denen ihr verkrampft und angespannt seid, zu entspannen. Nehmt sie einfach nur wahr. Spürt euren ganzen Körper, vom Kopf bis zu den Zehenspitzen, und nehmt alles wahr. Wie atmet ihr? Atmet ihr tief oder in kurzen, schnellen Atemzügen? Atmet jetzt ein paar Mal sehr tief ein. Atmet die Luft geräuschvoll aus. Haaaaaaah. Gut. Ich werde euch nun eine kleine Geschichte erzählen und euch auf eine Phantasiereise mitnehmen. Versucht mir zu folgen. Stellt euch das vor, was ich euch erzähle, und achtet dabei auf das, was ihr spürt. Achtet darauf, ob euch diese kleine Reise gefällt oder ob sie euch nicht gefällt. Wenn ihr an Stellen kommt, die euch nicht gefallen, müßt ihr mir nicht folgen. Hört einfach auf meine Stimme, folgt ihr, wenn ihr wollt, und dann wollen wir einmal sehen, was geschieht.

Stellt euch vor, ihr geht durch einen Wald. Überall sind Bäume, und die Vögel zwitschern. Sonnenstrahlen fallen durch die Bäume, und es ist schattig. Es ist ein sehr schönes Gefühl, durch diesen Wald zu gehen. Am Wegrand blühen kleine Blumen, wilde Blumen. Ihr geht einen Pfad entlang, der von Felsen gesäumt ist, und hin und wieder huscht ein kleines Tier davon, ein Kaninchen vielleicht. Ihr geht eine Weile den Weg entlang und bald merkt ihr, daß der Pfad ansteigt und ihr bergauf geht. Ihr wißt nun, daß ihr einen Berg hinaufklettert. Wenn ihr den Gipfel des Berges erreicht habt, setzt

ihr euch auf einen großen Felsen, um auszuruhen. Ihr seht euch um. Die Sonne scheint; Vögel fliegen in der Luft. Jenseits des Weges erhebt sich ein anderer Berg, dazwischen liegt ein Tal. Ihr könnt erkennen, daß sich auf jenem Berg eine Höhle befindet, und ihr wünscht euch, auf jenem Berg zu sein. Ihr seht, daß die Vögel ganz leicht dorthin fliegen können, und ihr wünscht euch jetzt, ebenfalls ein Vogel zu sein. Da in der Phantasie alles möglich ist, stellt ihr plötzlich fest, daß ihr euch in einen Vogel verwandelt habt. Ihr probiert eure Flügel aus, und – sieh da – ihr könnt fliegen. Ihr erhebt euch also in die Luft und fliegt ganz leicht zur anderen Seite hinüber. (Pause – um Zeit zum Fliegen zu lassen.)

Auf der anderen Seite angekommen, landet ihr auf einem Felsen und verwandelt euch sofort wieder in euch selbst. Ihr klettert um die Felsen herum, weil ihr nach einem Eingang zur Höhle sucht, und da seht ihr eine kleine Tür. Ihr kriecht hinunter, öffnet sie und betretet die Höhle. Sie ist so groß, daß ihr aufrecht stehen könnt. Ihr geht umher und untersucht die Wände der Höhle und bemerkt plötzlich einen Gang – einen Korridor. Ihr geht diesen Korridor entlang und seht bald viele Türen nebeneinander, auf denen jeweils ein Name steht. Plötzlich kommt ihr zu einer Tür, auf der *euer* Name steht. Ihr steht vor eurer Tür und überlegt. Ihr wißt, daß ihr die Tür gleich öffnen und durch sie hindurchgehen werdet. Ihr wißt, daß es euer Ort sein wird. Es könnte ein Ort sein, an den ihr euch erinnert, ein Ort, den ihr kennt, ein Ort, von dem ihr träumt, vielleicht ein Ort, der euch nicht gefällt, ein Ort, den ihr nie gesehen habt, ein Ort in einem Haus oder in der freien Natur. Ihr wißt es nicht, solange ihr die Tür nicht öffnet. Was immer dahinter auch sein mag, es wird euer Ort sein.

Ihr drückt also die Türklinke herunter und geht hinein. Seht euch um an eurem Ort! Seid ihr überrascht? Seht ihn euch genau an. Wenn ihr nichts seht, dann müßt ihr gleich einen Ort erfinden. Schaut euch an, was dort ist, wo dieser Ort ist, ob er sich innerhalb oder außerhalb eines Hauses befindet. Wer ist dort? Sind dort Menschen, Menschen, die ihr kennt oder die ihr nicht kennt? Gibt es dort Tiere? Oder ist dort niemand? Wie fühlt ihr euch an diesem Ort? Achtet darauf, wie ihr euch fühlt. Fühlt ihr euch wohl oder nicht so wohl? Seht euch um, geht herum. (Pause.)

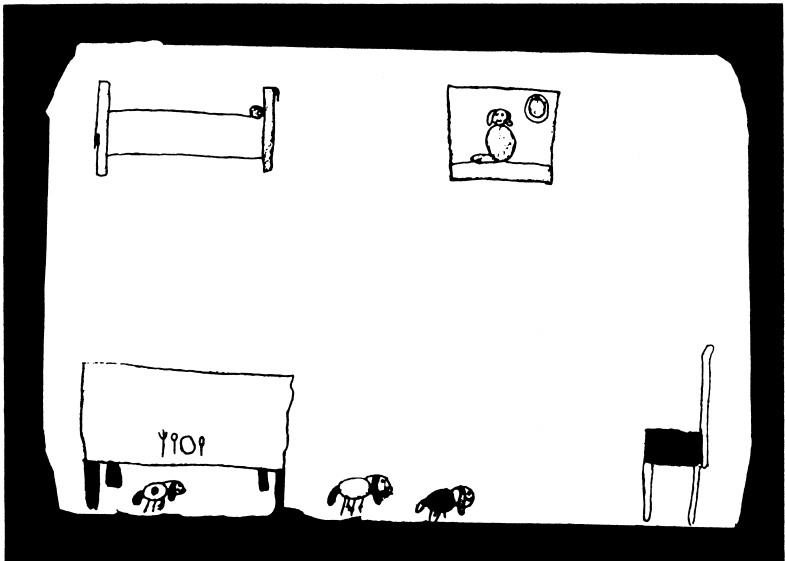
Wenn ihr fertig seid, dann könnt ihr eure Augen öffnen und euch wieder in diesem Zimmer befinden. Wenn ihr eure Augen wieder

geöffnet habt, nehmt euch Papier und Buntstifte, Filzstifte oder Pastellstifte und malt euren Ort. Bitte spricht nicht, während ihr malt. Wenn ihr etwas sagen müßt, flüstert bitte. Wenn ihr nicht die richtigen Farben für euren Ort habt, kommt leise her und holt euch, was ihr braucht, oder leihst euch Stifte von einem Nachbarn. Zeichnet euren Ort so gut ihr könnt. Wenn ihr wollt, könnt ihr auch die Gefühle, die ihr diesem Ort gegenüber empfindet, zeichnen und bloß Farben, Formen und Linien dabei verwenden. Überlegt euch, ob ihr euch selbst an diesem Ort zeichnen wollt und wo und wie – als Form, als Farbe oder als Symbol. Ich muß, wenn ich euer Bild ansehe, nicht sofort wissen, was es mit eurem Ort alles auf sich hat; ihr könnt es mir ja erklären. Vertraut dem, was ihr gesehen habt, als ihr die Tür geöffnet habt, auch wenn es euch nicht gefällt. Ihr habt ungefähr zehn Minuten Zeit. Sowie ihr glaubt, bereit zu sein, könnt ihr beginnen.«

Eine Phantasiegeschichte wie diese muß mit einer geheimnisvollen Stimme erzählt werden. Ich erzähle sie langsam, mit vielen Pausen, um den Kindern Gelegenheit zu geben, das zu »tun«, wozu ich sie auffordere. Häufig schließe ich meine Augen und erlebe die Phantasiegeschichte während des Erzählens selbst mit. Dieses Phantasiezeichnen habe ich sowohl mit einzelnen Kindern als auch mit Gruppen praktiziert, wobei die jüngsten Kinder ungefähr sieben Jahre alt und die ältesten bereits erwachsen waren. Hier sind ein paar Beispiele, welche Bilder dabei entstehen und wie ich mit ihnen arbeite.

Linda, dreizehn Jahre alt, zeichnete ein Schlafzimmer mit einem Bett, einem Tisch, einem Stuhl, drei Hunden auf dem Boden und einem Hundebild an der Wand. Das Bild war sehr sorgfältig gezeichnet und wies viel freien Raum auf. Linda beschrieb ihr Bild. Da sie in einer Gruppe am Phantasiezeichnen teilnahm, stellten ihr die anderen Kinder Fragen, zum Beispiel: »Was ist das?«, und sie antwortete darauf. Ich fragte Linda, was sie selbst in dem Bild gerne wäre. Sie wählte den Hund, der als Bild an der Wand hing. Nun bat ich sie, so zu tun, als ob sie der Hund sei, und zu beschreiben, wie sie aussehe und was sie gerade tue. Sie sagte von sich: »Ich bin ein Bild hier oben an der Wand.« Ich fragte sie, wie sie sich da oben an der Wand fühle.

Linda: Ich fühle mich einsam – ganz einsam. Es gefällt mir nicht, den anderen Hunden beim Spielen zusehen zu müssen.



Bei den hier abgebildeten Kinderzeichnungen handelt es sich um Originalzeichnungen. Zur besseren Reproduktion wurden bei einigen Bildern wichtige Einzelheiten mit Filzstift oder Kreide hervorgehoben.

Sprich zu den Hunden dort unten und sag ihnen das.

Linda: Ich mag nicht hier oben sein und euch beim Spielen zusehen. Ich würde gern von der Wand herunterkommen und mit euch auf dem Boden spielen.

Fühlst du dich, Linda, als Mädchen, manchmal so wie der Hund im Bild?

Linda: Ja! Dieser Hund, das bin eigentlich ich. Ich gehöre nie dazu.

Ich würde gerne wissen, ob du dich hier – in diesem Augenblick – auch so fühlst?

Linda: Ja, hier fühle ich mich auch so. Aber vielleicht im Augenblick nicht so sehr.

Was tust du hier, daß du dich jetzt nicht so ausgeschlossen fühlst?

Linda (mit sehr nachdenklicher Stimme): Nun, ich tue etwas. Ich sitze hier nicht einfach und tue nichts – wie der Hund an der Wand. Ich bat Linda, mir einen Satz zu sagen, den ich auf das Bild schreiben könnte und der den Inhalt des Bildes treffend zusammenfassen würde. »Ich würde gern von meiner Wand herunterkommen und mitmachen.«

Häufig bitte ich die Kinder, mir einen Satz zu sagen, den ich auf ihr Bild schreiben kann, und ihre Äußerungen fassen ihre eigene Lage oft sehr prägnant zusammen. Mein Ziel für Linda ist, ihr einen Weg zu zeigen, wie sie ihrer Stellung im Leben stärker gewahr werden und sich ihr Leben zu eigen machen kann. Besseres Gewahrsein schafft die Voraussetzung für Veränderung. In dieser Sitzung gab sie nicht nur ihrem Gefühl der Einsamkeit und Isolation Ausdruck, sie machte zugleich eine andere Erfahrung, nämlich die Erfahrung, beteiligt zu sein. Außerdem wurde ihr, glaube ich, klar, daß sie selbst Verantwortung für ihr Leben übernehmen und selbst etwas gegen ihre Einsamkeit tun kann.

Tommy, acht Jahre alt, zeichnete ein Bild vom Jesuskind, von Maria und den drei Weisen aus dem Morgenland, die Geschenke bringen. (Es war bald Weihnachten.) Nachdem er sein Bild beschrieben hatte, bat ich ihn, sich auf ein Kissen zu legen und selbst das Baby zu sein. Kichernd legte er sich hin. Ich sagte, die anderen Kinder seien die Weisen und ich sei die Mutter. Wir spielten nun alle zusammen eine kleine Szene: Wir brachten Geschenke und unterhielten uns über dieses wundervolle Baby. Mein eigenes begeistertes und etwas übertriebenes Spielen war für die Kinder ein gutes Vorbild, an dem sie sich orientieren konnten. Tommy wurde ganz still. Wie er da auf den Kissen lag, konnte man seinem entspannten Körper und seinem strahlenden Gesicht ansehen, wie sehr er diesen Augenblick genoß. Ich fragte ihn, wie es ihm gefalle, ein Baby zu sein.

Er sagte, daß ihm das sehr gefalle, weil er so viel Aufmerksamkeit erhalte.

Du hast das gern, wenn du Aufmerksamkeit bekommst.

Tommy: Ja!

Du würdest von den andern gern mehr Aufmerksamkeit erhalten.

Tommy: Ja, das stimmt!

Tommy bat mich, folgende Bemerkung auf sein Bild zu schreiben:
»Ich stehe gern im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit, bekomme gern Geschenke und bin dann glücklich.«

Wegen störenden Verhaltens hatte ich Tommy in früheren Sitzungen oft vor die Wahl stellen müssen, ob er weiter an der Gruppe teilnehmen oder lieber eine Zeitlang in ein anderes Zimmer gehen wollte. Er hatte sich häufig für das andere Zimmer entschieden, da er

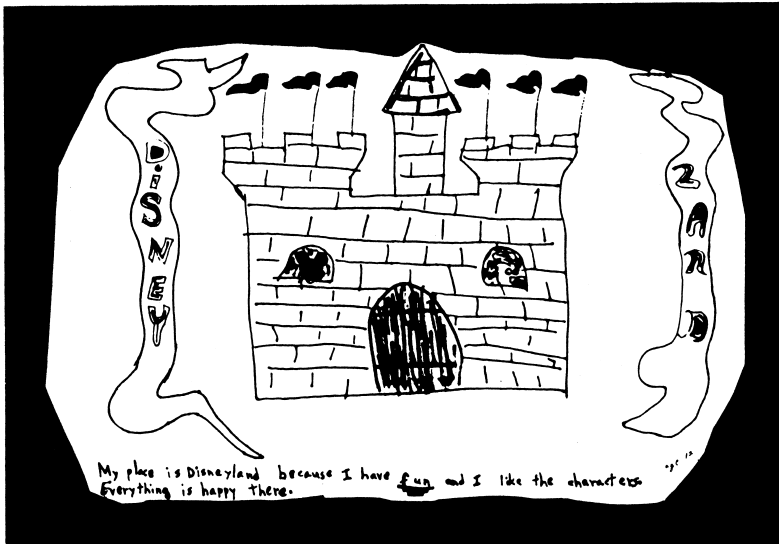


das Gefühl hatte, »sich nicht beherrschen zu können«. Diesmal nahm Tommy jedoch den Rest der Zeit aktiv am Gruppengeschehen teil, hörte den anderen Kindern aufmerksam zu und störte nicht mehr. Er war ruhig und entspannt (dieses Kind war als »hyperaktiv« diagnostiziert worden), und seine Fragen und Kommentare zu den Bildern der anderen Kinder zeugten von Feinfühligkeit und Scharfsinn. Irgendwie war es Tommy durch seine Störmanöver immer gelungen, Aufmerksamkeit zu erhalten. In dieser speziellen Sitzung machte er eine für ihn äußerst wichtige Erfahrung; von nun an nahm sein störendes Verhalten merklich ab, und er erhielt Aufmerksamkeit für die kindliche Weisheit, die er in unserer Gruppe immer wieder zeigte.

Der zwölfjährige Jeff zeichnete in einer Einzelsitzung eine Burg mit zwei Fenstern, aus denen die Gesichter von Donald Duck und Mickey Mouse herauschauten. Er nannte diesen Ort Disneyland. Er beschrieb mir diesen Ort und erzählte, wie sehr er Disneyland liebe. Ich bat ihn, sich einen Satz zu überlegen, der seine Gefühle diesem Ort gegenüber zusammenfasse und den ich auf sein Bild schreiben könnte. Er diktierte: »Mein Ort ist Disneyland, weil ich dort Spaß habe und ich die Disneyfiguren mag. Dort ist alles glücklich.«

Seine Betonung des Wörtchens Spaß und seine Äußerung »dort

ist alles glücklich« machten mich hellhörig. Wir sprachen eine Weile über Disneyland und die Figuren, die es dort gibt, und dann bat ich ihn, mir etwas von dem Teil seines Lebens zu erzählen, der nicht so viel Spaß mache. Das tat er nun auch bereitwillig, obwohl er es früher immer vermieden hatte, unerfreuliche Bereiche seines Lebens zur Sprache zu bringen.



Die dreizehnjährige Lisa zeichnete eine Wüstenszene (siehe folgende Seite), ein Thema, das immer wieder in ihren Zeichnungen und Sandszenen auftauchte. Lisa lebte in einer Pflegefamilie, von den Strafverfolgungsbehörden war ihr eine »kriminelle Neigung« attestiert worden, in der Schule fiel sie durch störendes Verhalten auf, sie hatte keine Freunde, kam mit den anderen Kindern ihrer Pflegefamilie nicht zurecht und gab durch die Art ihrer Sprache, ihres Verhaltens und ihrer Kleidung zu erkennen, daß sie für »hart« gehalten werden wollte. Nichts, so schien es, konnte sie aus der Fassung bringen. Diesmal zeichnete sie eine Wüste, eine Schlange und ein Loch. Nachdem sie ihr Bild beschrieben hatte, bat ich sie, die Schlange zu sein und ihr Leben als Schlange zu beschreiben.

Lisa: Ich bin eine Schlange, ich bin lang und dunkel und lebe hier in der Wüste. Ich suche draußen Nahrung und krieche dann in mein Loch zurück.

Ist das alles, was du tust? Was machst du zu deinem Vergnügen?

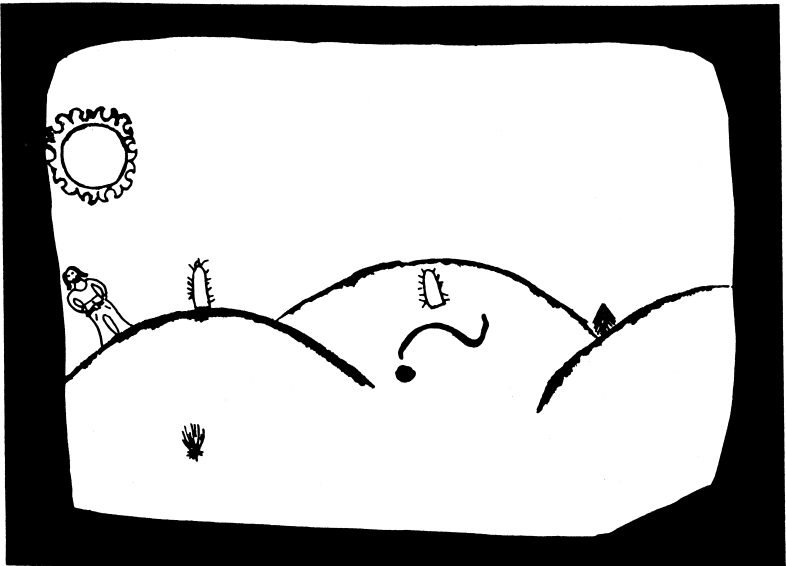
Lisa: Nichts. Es ist niemand da, mit dem ich spielen könnte. Wie fühlst du dich dabei?

Lisa: Sehr einsam.

Lisa, fühlst du dich manchmal wie diese Schlange?

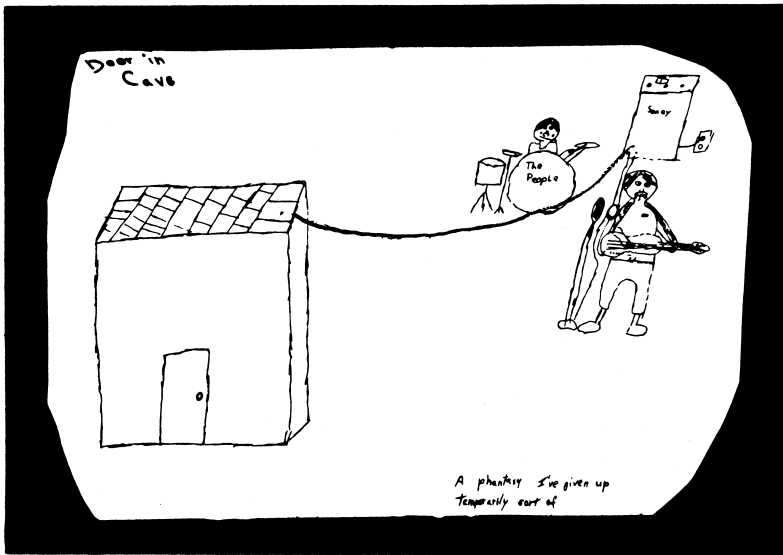
Lisa: Ja, ich bin einsam.

Da gab Lisa die Haltung des »harten Jungen« auf und weinte. Wir sprachen eine Weile über ihre Einsamkeit, und ich erzählte ihr von meiner eigenen Einsamkeit.



Glenn, ein vierzehnjähriger Junge, malte eine Rockmusik-Gruppe, der er den Namen »The People« gab. Seine Äußerung dazu: »Eine Phantasie, die ich irgendwie einstweilen aufgegeben habe.« Nach mehreren Wochen Therapie war dies das erste Mal, daß er imstande oder bereit war, zuzugeben, überhaupt an irgend etwas interessiert zu sein. Seine Formulierung »irgendwie einstweilen« ließ mich erkennen, daß er nun doch eine Möglichkeit sah, vielleicht im Leben etwas tun zu können. In den vorausgegangenen Sitzungen hatten wir uns mit seiner Verzweiflung beschäftigt; nun begannen wir, seine Hoffnungen zu erkunden.

Kinder zeichnen oft Orte und Plätze, die in krassem Gegensatz zu



dem stehen, was sie im Moment des Zeichnens empfinden. Sehr oft finden sich in ihren Phantasieszenen Burgen und Prinzessinnen, Ritter und wunderschöne Zufluchtsorte im Gebirge. Indem man den Kindern hilft, über die in ihren Bildern dargestellten Gefühle zu sprechen, gibt man ihnen die Möglichkeit, auch die entgegengesetzten Gefühle zum Ausdruck zu bringen. Manchmal bitte ich ein Kind: »Zeichne einen Ort, den du schön gefunden hast, als du noch kleiner warst, oder einen Ort, den du jetzt schön findest, ganz gleich, ob er wirklich existiert oder nur in deiner Vorstellung.« Wie bei der Phantasieübung mit der Höhle bitte ich die Kinder auch hier, ihre Augen zu schließen und sich in ihren Raum zu begeben.

Ein dreizehnjähriger Junge zeichnete eine Szene aus der Zeit, als er sieben Jahre alt war. Ich schrieb auf sein Bild folgende Sätze, die er mir diktierte: »Das war, als ich sieben Jahre alt war. Wir lebten in Ohio. Mein Papa war gerade aus Vietnam zurückgekommen. Ich war glücklich. Aber dann mußte ich ihm immer sagen, was ich vorhatte. Bei meiner Mutter durfte ich, als er weg war, einfach alles. Jetzt läßt er mich nicht in Ruhe. Meine Brüder klettern gerade den Baum hoch. Ich wünschte, sie fielen herunter und brächen sich den Arm. Ohio hat mir gefallen.« Dann begann er, mit ganz leiser Stimme von seinem Wunsch zu sprechen, »wenigstens bei kleinen Dingen« frei zu sein. Dieses Kind zappelte ständig herum und galt

als hyperaktiv. Tatsächlich konnte er nie sehr lange stillsitzen und lief in den Gruppensitzungen häufig umher. Als er aber aufgehört hatte zu sprechen, legte er sich hin und schlief tief und fest ein. In den folgenden Sitzungen sahen wir uns sein Bild und seine Äußerungen dazu wieder an, die ich einfach so aufgeschrieben hatte, wie er sie mir diktiert hatte – und sprachen über seine ambivalenten Gefühle, sein Hin- und Herpendeln zwischen dem »Damals« seiner Erinnerungen an Ohio und dem »Jetzt« seines gegenwärtigen Lebens.

Fast alles, worüber ich in diesem Buch schreibe, erfordert den Einsatz von Phantasie. Jedem, der noch nicht davon überzeugt ist, wie ungeheuer wichtig die Phantasie für das Wachstum und die Entwicklung von Kindern ist, kann ich nur empfehlen, Singers umfassendes Buch *The Child's World of Make-Believe* über Kinder und Phantasie zu lesen.* Er und andere Autoren haben zahlreiche Untersuchungen durchgeführt, die statistisch nachweisen, daß phantasiereiche Kinder einen höheren IQ haben und Probleme besser bewältigen können und daß man die Fähigkeit eines Kindes, zu lernen und Probleme zu meistern, verbessern kann, wenn man es zur Phantasie ermutigt.

Wenn wir uns der Phantasie bedienen, können wir großen Spaß an der Arbeit mit Kindern haben und dem auf die Spur kommen, was in einem Kind vorgeht. In der Regel entspricht der Phantasieprozeß (d. h., wie es sich in seiner Phantasie verhält und bewegt) seinem Lebensprozeß. Mit Hilfe der Phantasie können wir gleichsam in sein Inneres sehen. Wir können das, was das Kind verbirgt oder vermeidet, zum Vorschein bringen und aus seiner Perspektive erfahren, was in seinem Leben vor sich geht. Deshalb ermutigen wir zur Phantasie und bedienen uns der Phantasie als Mittel im therapeutischen Prozeß.

Indem ich darüber nachdenke, wie wertvoll die Phantasie für Kinder ist, fällt mir ein, wie sehr mir selbst einmal meine Phantasie geholfen hat. Als ich fünf Jahre alt war, erlitt ich schwere Verbrennungen und mußte mehrere Monate im Krankenhaus verbringen.

* Nur der kleinste Teil der von V. Oaklander benutzten Literatur ist bisher ins Deutsche übertragen; für den interessierten Leser werden jedoch alle von ihr genannten Aufsätze und Bücher aufgeführt. Nähere bibliographische Angaben finden sich am Ende des Buches, alphabetisch nach dem *Titel* geordnet. (Anm. des Übers.)

Da Penicillin damals noch nicht bekannt war, durfte ich wegen der Infektionsgefahr keinerlei Spielsachen benutzen. (Jetzt weiß ich das; damals hat mir das niemand erklärt.) Außerdem waren die Besuchszeiten ziemlich knapp bemessen, so daß ich stundenlang flach im Bett liegen mußte und niemanden hatte, mit dem ich hätte sprechen, und nichts, womit ich hätte spielen können. Ich überlebte dieses Martyrium, indem ich mich meiner Phantasie hingab. Ich lag da und erzählte mir endlose Geschichten, deren Handlung mich oft sehr fesselte.

Einige Eltern haben mich darauf aufmerksam gemacht, daß ich zwischen Phantasie und Lüge unterscheiden müsse. Andere befürchteten, ihre Kinder könnten sich in einer Phantasiewelt verlieren. Lügt ein Kind, so ist das ein Symptom dafür, daß in seinen Augen etwas nicht stimmt. Die Lüge ist eher eine Form des Verhaltens als eine Phantasie, obwohl sie sich manchmal vermischen. Kinder lügen, weil sie Angst davor haben, sich selbst gegenüber Stellung zu beziehen, sich mit der Realität, wie sie ist, auseinanderzusetzen. Häufig leiden sie unter Angst, Selbstzweifeln, einem schwachen Selbstbild oder Schuldgefühlen. Sie sind nicht in der Lage, mit der realen Welt, die sie umgibt, fertigzuwerden, und nehmen daher Zuflucht zu defensivem Verhalten, verhalten sich genau umgekehrt, als es ihren eigentlichen Gefühlen entspricht.

Oft werden Kinder von ihren Eltern zum Lügen gezwungen. Eltern können zu hart oder zu wankelmütig sein, sie können zuviel von ihrem Kind erwarten oder sind vielleicht nicht in der Lage, ihr Kind so, wie es nun einmal ist, zu akzeptieren. Dann ist das Kind, sozusagen aus Selbstschutz, zum Lügen gezwungen.

Wenn ein Kind lügt, glaubt es häufig an seine eigene Lüge. Es spinnt eine Phantasiegeschichte um das Verhalten, das ihm akzeptabel erscheint. Phantasie wird zu einem Mittel, die Dinge auszudrücken, die als Realität anzuerkennen das Kind Schwierigkeiten hat.

Ich nehme die Phantasie eines Kindes als Ausdruck seiner Gefühle ernst, denn im allgemeinen beachten, verstehen oder akzeptieren weder andere Menschen noch es selbst seine Gefühle. Das Kind akzeptiert sich selbst nicht, so muß es zur Phantasie und schließlich zur Lüge Zuflucht nehmen. Nochmals: Es ist notwendig, sich vor allem in die Gefühle des Kindes, weniger in sein Verhalten einzufühlen, das Kind wirklich kennenzulernen, ihm zuzuhören, es

zu verstehen und zu akzeptieren. Die Gefühle eines Kindes sind sein eigentlicher Kern. Spiegelt man ihm seine Gefühle wider, wird es selbst sie kennen- und akzeptieren lernen. Nur dann kann Lügen als das erkannt werden, was es wirklich ist: ein Verhalten, zu dem das Kind Zuflucht nimmt, um zu überleben.

Kinder bauen sich eine Phantasiewelt auf, weil sie es schwierig finden, in der realen Welt zurechtzukommen. Wenn ich mit einem solchen Kind arbeite, ermutige ich es, mir von seinen Phantasiebildern und -vorstellungen zu erzählen und sie zu beschreiben, damit es mir möglich wird, die innere Welt des Kindes zu verstehen.

Kinder erleben in der Phantasie oft Dinge, die in Wirklichkeit nie geschehen sind. Dennoch sind diese Dinge für die Kinder sehr real; oft werden sie im Inneren verborgen gehalten und verursachen dann manchmal die merkwürdigsten Verhaltensweisen. Diese als real erlebten Phantasien lösen häufig Furcht und Angst aus; sie müssen ans Licht gebracht werden, damit sie bewußt verarbeitet und abgeschlossen werden können.

Es gibt viele verschiedene Arten, die Phantasie einzusetzen. Phantasievoll spielen ist eine mögliche Ausdrucksform der Phantasie und kann bei älteren Kindern zum Beispiel zu improvisiertem Theaterspielen erweitert werden. Eine andere Ausdrucksform ist das Geschichtenerzählen, ganz gleich, ob die Geschichte nun erzählt, aufgeschrieben, in ein Puppenspiel umgesetzt oder auf der Stofftafel dargestellt wird. Es gibt gelenkte Phantasien und es gibt den Kindern selbst überlassene Phantasiegeschichten mit offenem Ausgang. Gelenkte Phantasien werden normalerweise mit geschlossenen Augen durchgeführt, es gibt aber auch solche, bei denen die Kinder ihre Augen offen lassen können.

Hin und wieder weigern sich Kinder, ihre Augen zu schließen. Manche bekommen Angst, wenn sie spüren, wie sie bei geschlossenen Augen die Kontrolle über sich verlieren. Wenn sie protestieren, sage ich gewöhnlich: »Versuch es einmal, du kannst jederzeit blinzeln, wenn es sein muß.« In der Regel sind Kinder aber bereit, ihre Augen zu schließen, wenn sie nach einigen Versuchen festgestellt haben, daß gar nichts Schreckliches passiert ist. Manchmal können sie der von mir erzählten Phantasiegeschichte auch besser folgen, wenn sie dabei auf dem Bauch liegen.

Es gibt Kinder, die nicht imstande oder nicht bereit sind, sich einer Phantasie hinzugeben, wenn sie dazu aufgefordert werden.

Manche wollen ganz einfach nicht, andere sind angespannt und verkrampft. Wieder andere denken zuerst, das sei albern.

Haben Kinder Schwierigkeiten, sich einer Phantasie »hinzugeben«, ist es sinnvoll, zunächst mit einer Phantasie zu beginnen, bei der sie ihre Augen offen lassen können.

Put Your Mother On the Ceiling von Richard de Mille enthält ein paar großartige, unwiderstehliche Phantasien, bei denen die Kinder mit offenen Augen mitmachen können. Zum Beispiel:

»Dieses Spiel heißt *Tiere*. Wir wollen mit einer kleinen Maus beginnen und mal sehen, was wir zustande bringen. Wir stellen uns vor, daß irgendwo hier im Zimmer eine kleine Maus ist. Wo wollt ihr sie haben?/ Gut, laßt sie sich aufrichten und euch zuwinken./ Nun soll sie grün werden./ Verändert ihre Farbe wieder./ Noch einmal./ Laßt sie auf ihren Händen stehen./ Laßt sie über die Wand laufen./ Laßt sie die Wand hinaufklettern./ Laßt sie mit dem Kopf nach unten an der Decke sitzen./ Dreht sie nach rechts und setzt sie in diese Ecke dort./ Setzt eine andere Maus in diese andere Ecke dort./ Setzt zwei weitere Mäuse in die beiden übriggebliebenen Ecken./ Setzt weitere Mäuse in die vier unteren Ecken./ Habt ihr sie alle am Platz?/ Dann macht sie alle gelb./ Laßt sie alle gleichzeitig ›Guten Tag‹ sagen./ Laßt sie alle ›Wie geht es dir?‹ sagen./ Laßt sie alle versprechen, daß sie in ihren Ecken bleiben und sich den Rest des Spiels ansehen« (S. 57—58).

Nachdem ich dieses Spiel mit einer Gruppe elf- und zwölfjähriger Kinder gespielt hatte, sagte ein Mädchen: »Ich kann nicht mehr in dieses Zimmer kommen, ohne nach meinen Mäusen zu sehen.«

Ein weiteres hilfreiches Verfahren, Kinder für Phantasien bereit zu machen, besteht darin, daß man sie bittet, ihre Augen zu schließen und sich vorzustellen, sie befänden sich zu Hause in ihrem Wohnzimmer (oder in irgendeinem anderen Raum). Nun fordert man sie auf, sich umzusehen. Wenn ihnen das gelingt, sage ich ihnen, daß ihnen Phantasien keine Schwierigkeiten machen werden. Auch die weiter unten beschriebene Kritzel-Technik kann Kindern helfen, so frei zu werden, daß sie zu Phantasiearbeit fähig werden. Wenn die Kinder bereits einige Erfahrungen mit Phantasien gemacht haben, bei denen sie die Augen offen lassen können, dann beginne ich gerne alle weiteren Phantasien mit einer meditativen

Übung bei geschlossenen Augen nach Art der eingangs beschriebenen Höhlengeschichte. Gelenkte Phantasien können sehr kurz sein. Marilyn Malek, eine Kollegin von mir, erfindet dazu eigene Geschichten. Sie hat eine Reihe sehr guter, kurzer, gelenkter Phantasien entworfen, von denen ich hier mit ihrer Erlaubnis eine wiedergeben möchte, die ich selbst bei meiner Arbeit mit Kindern verwendet habe:

»Tu einmal so, als ob du etwas Merkwürdiges auf deinem Rücken bemerken würdest. Du merkst ganz plötzlich, daß dir Flügel wachsen! Wie fühlen sich diese Flügel auf deinem Rücken an? . . . Versuch, die Flügel zu bewegen, was ist das für ein Gefühl? . . . Sieh nun in den Spiegel und schlag mit deinen Flügeln . . . Stell dir nun vor, du gehst mit diesen neuen Flügeln auf dem Rücken einen Hügel hinauf. Wenn du oben angekommen bist, öffnest du deine neuen Flügel und erhebst dich in die Lüfte . . . Was siehst du beim Fliegen? Was ist das für ein Gefühl, durch die Luft fliegen zu können? Siehst du andere Tiere oder Menschen? Nun stell dir vor, daß du gleich landen wirst. Wenn du landest, werden deine Flügel verschwinden und du wirst wieder in diesem Raum sein.«

Der sechsjährige John zeichnete ein Bild (siehe S. 27), auf dem er geradewegs auf einen schwarzen Felsen zuflog. Dazu sagte er: »Ich habe etwas gemacht. Ich habe eine Sonne und einen Felsen gemacht. Ich trage einen Sturzhelm. Dann halte ich meinen Kopf so, daß er an dem Felsen zerschmettern wird. Mir wird schlecht. Verschwinde, Superman!«

Würdest du gern fliegen können?

John: Oh nein, nein, nein.

Hast du das Gefühl, daß du in deinem Leben vieles kaputt machst?

John: Ja!

Seine Schwester (die auch im Zimmer war): Er gerät immer in Schwierigkeiten.

John: Ja.

Erzähl mir, wie du in Schwierigkeiten gerätst. (Nun begann John, mir ganz genau von seinen Schwierigkeiten zu erzählen.)

Die sechsjährige Jill sagte zu ihrem Bild: »Ich bin eine häßliche Person. Ich gehe den Berg rauf. Ich habe mir Vögelfüße gemacht.



Ich bin gerade dabei, vom Berg runterzufliegen. In meinen Träumen wünsche ich mir, daß ich ein großer Vogel wäre und die ganze Schule auf eine Reise mitnehmen könnte. Wir sind 150 Kinder in der Schule. Mein Name ist Jill. Wenn Wind kommt, bläst er mir meine Federn hoch.<

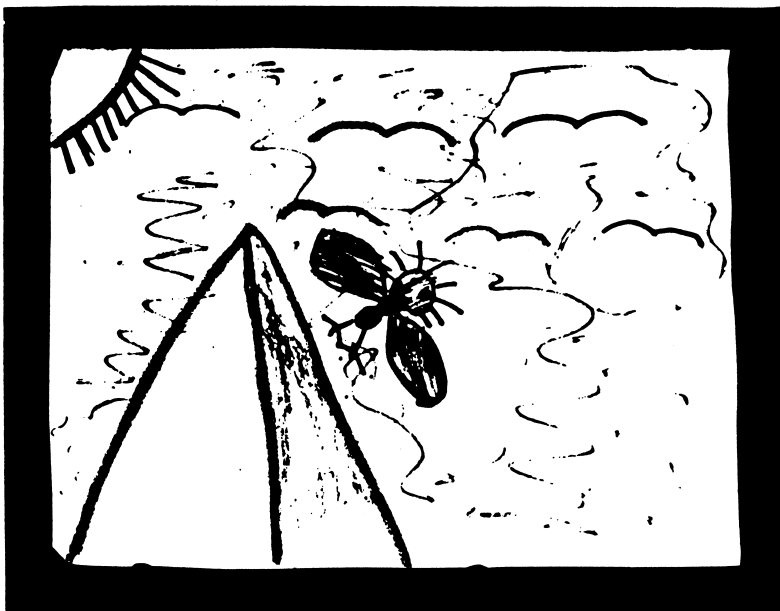
Hast du manchmal das Gefühl, häßlich zu sein, Jill?

Jill: Ja! Einige Jungen mögen mich nicht, weil sie meinen, ich sei häßlich. Das macht mich traurig.

Wünschst du dir manchmal, du könntest für jeden in deiner Schule etwas sehr Schönes tun, und alle Kinder hätten dich dann gern?

Jill: Ja, wie ich es mir in meiner Geschichte gewünscht habe.

Dann sprachen wir über Jills Gefühl, ausgeschlossen zu sein und von den andern Kindern in der Schule abgelehnt zu werden. Sie hatte keine Freunde, hatte diese Tatsache vorher aber nie zugegeben.



Die achtjährige Cindy bemerkte zu ihrem Bild: »Ich bin von dem Berg runtergefliegen und sehe mir die Blumen und das schöne grüne Gras an, und meine Flügel sind silbern. Ich möchte eine gute Hexe sein, dann müßte ich nicht laufen, sondern könnte fliegen.«

Erzähl mir etwas von Hexen.

Cindy: Nun ja, es gibt gute Hexen und böse Hexen. Böse Hexen machen böse Sachen. Gute Hexen sind lieb, und natürlich können Hexen auf einem Besenstiel fliegen.

Bist du manchmal eine böse Hexe?

Cindy: Meine Mutter denkt das!

Ist dein Leben immer voller Blumen und schöner Dinge?

Cindy: Nein! Nur manchmal.

Cindy und ich sprachen dann darüber, weshalb sie glaubte, daß ihre Mutter sie für böse hielt.

Die zwölfjährige Karen malte einen wunderschönen Schmetterling. Dazu sagte sie: »Meine Flügel sind sehr schön. Ich fliege mit den Vögeln über Wasser und Berge zu einem neuen strahlend grünen Planeten.« In der Ferne war ein kleiner, grüner, von gelben Linien umgebener Kreis zu erkennen, was den Eindruck erweckte, als ob Energie von dem Planeten ausginge.

Erzähl mir etwas mehr von deinem neuen Planeten.

Karen: Dort ist alles neu und grün, ohne böse Menschen.

Gibt es in deinem Leben böse Menschen?

Karen: Die Welt scheint voller böser Menschen zu sein.

Sie glaubte tatsächlich, das sei in ihrem Leben der Fall. Wir verglichen noch eine Zeitlang diese Welt mit ihrem Planeten, wobei Karen viele ihrer wirklichen Gefühle offenbarte.

Sehr gute Anregungen zu Phantasieübungen gibt die Buchreihe *Making it Strange*. In diesen Büchern, die zu kreativem Schreiben anregen sollen, finden sich großartige Ideen für Phantasien. Ich habe sie nicht für Übungen zu kreativem Schreiben verwendet, sondern sie für meine Phantasiearbeit zurechtgestutzt. Eine Geschichte, mit der ich gerne arbeite, heißt *Sich Wehren*:

»Schreib eine Geschichte über ein kleines Boot, das in einen heftigen Sturm geraten ist. Der Wind bläst wie verrückt, und die Wellen peitschen gegen das kleine Boot. Versuch dir vorzustellen, du seist das Boot, und beschreibe, wie du dich fühlst. Verwende in deiner Geschichte Vergleiche, um genau zum Ausdruck zu bringen, was das für ein Gefühl ist, ein kleines Boot in einem heftigen Sturm zu sein.

Der Wind heult und stöhnt bei seinem Versuch, das winzige Boot zu versenken. Das Boot wehrt sich. Überleg dir, welchen Kampf es in der Tierwelt gibt, der mit dieser Situation Boot-im-Sturm zu vergleichen wäre. Schreib es hier auf:

Beschreibe, warum dieser Tierkampf der Boot-im-Sturm-Situation ähnlich ist.

Stell dir vor, du seist das winzige Boot. Schreib auf, was die verschiedenen Teile deines Körpers tun müssen, um gegen den Sturm anzukämpfen.

Wie lassen es dich die verschiedenen Teile deines Körpers wissen, ob du den Kampf gewinnen oder verlieren wirst?

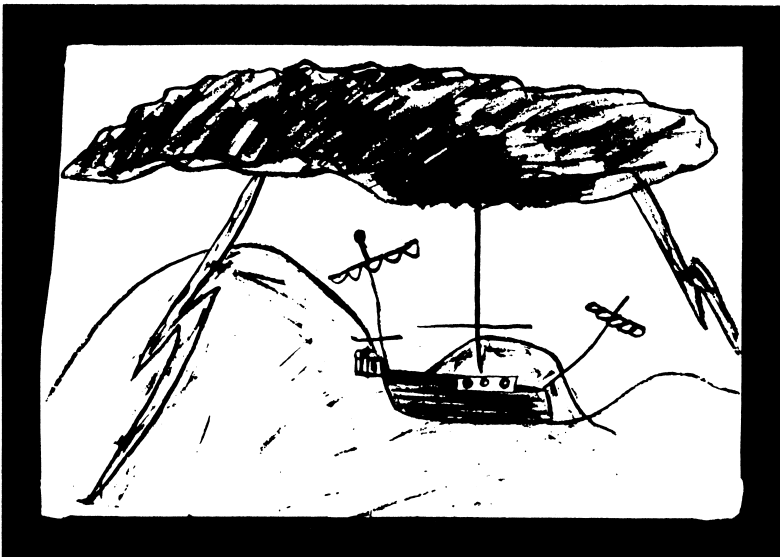
Plötzlich unternimmt der Wind einen letzten Angriff auf das kleine Boot; dann läßt der Wind nach. Das Boot hat gewonnen! Welche Erfahrungen hast du in deinem wirklichen Leben gemacht, die dem Nachlassen des Windes und dem Sieg des kleinen Bootes ähnlich sind?

Stell dir vor, du seist das kleine Boot, das gerade den Sturm besiegt hat. Was empfindest du dem Sturm gegenüber?

Stell dir vor, du seist der starke Sturm, der noch nicht einmal

ein kleines Boot versenken kann. Was empfindest du dem Boot gegenüber?» (Buch 4, S. 37—43).

Mit dieser Geschichte läßt sich auf vielfältige Weise arbeiten. Ich bitte das Kind zum Beispiel (nach einer kurzen Meditations-Atemübung), sich einfach bei geschlossenen Augen vorzustellen, es sei ein kleines Boot in einem heftigen Sturm. Ich sage etwas über die Wellen und den Wind und den Kampf. Ich fordere das Kind auf, sich vorzustellen, es sei das Boot, dessen gewahr zu sein, was es als dieses Boot empfindet, was jetzt und was danach geschieht. Dann bitte ich es, sich selbst als dieses Boot im Sturm zu zeichnen. Diese Bilder offenbaren immer wieder eine ganze Menge über die Situation eines Kindes und wie es mit äußeren Mächten fertig wird.



Eine andere Übung, welche dieser Buchreihe entnommen ist, dreht sich um eine Spinne. Neben einem schönen ganzseitigen Photo von einem Spinnennetz liest man die Aufforderung, sich vorzustellen, man sei eine Spinne, die an einem regnerischen, stürmischen Tag versucht, ihr Netz zu spinnen. Diese Idee benutzte ich in einer Kindergruppe für eine Fortsetzungsgeschichte. Ich begann: »Es war einmal eine Spinne, die an einem regnerischen, stürmischen Tag versuchte, ein Netz zu spinnen. Da . . .« Und jedes Kind fügte der Reihe nach etwas zu dieser Geschichte hinzu. Als die Geschichte zu Ende war, bat ich die Kinder, »ihre« Spinne zu zeichnen.

Ein neunjähriger Junge diktierte mir folgende Sätze, die ich auf die Rückseite seines Bildes schrieb: »Ich heiÙe Irving. Mein Netz hat wegen des Regens eine ganze Menge LÖcher, und der Regen gibt ihm viele verschiedene Farben. Weil die Leute bunte Kreide draufstreuen und auf das Haus auch. Das Netz wird blau. Es nimmt alle möglichen Farben an. Ich bin mit den Leuten zufrieden und habe sie gern, weil sie meinem Netz verschiedene Farben gegeben haben.« Im Laufe unserer gemeinsamen Arbeit an seinem Bild erzählte er uns, daß er sich in der letzten Zeit sehr glücklich fühle; alles entwickle sich sehr gut für ihn.



Ein elfjähriges Mädchen diktierte jedoch: »Ich bin sehr böse. Ich kann wegen dieses trüben und feuchten Wetters mein Netz nicht spinnen. Ich habe das Gefühl, daß ich mein Ziel einfach nicht erreichen kann. Ich komme mir wie ein richtiger Versager vor. Ganz gleich, wie sehr ich mich anstrenge, ich kann mein Netz nicht spinnen. Ich will aber auf keinen Fall aufgeben.« Sie bekannte sich bereitwillig zu ihrem Gefühl des Versagens und ließ uns alle in der Gruppe daran Anteil nehmen.

Jedes Bild und jede Geschichte waren einzigartig, aufschlußreich und bewegend. Einige Bemerkungen waren auch witzig. So sagte ein zehnjähriger Junge: »Wenn es nicht in ein paar Minuten aufhört

zu regnen, werde ich meine Netze nehmen und nach Hause gehen.«

In einer anderen Gruppe bat ich die Kinder, sich mit geschlossenen Augen vorzustellen, jedes von ihnen sei eine Spinne, und das, was sie als diese Spinne, die im Regen ihr Netz spinnt, erlebten, den anderen laut mitzuteilen.

»Ich bin eine Spinne. Ich wohne nirgendwo. Ich ziehe gern durch die Gegend. Ich habe viele Freunde, heute wollte ich aber allein sein und niemanden um mich herum haben.«

»Ich bin eine Spinne. Ich krabbele gern die Blumen hoch. Ich mag Blumen und Vögel anschauen. Ich fühle mich in diesem Regen nicht wohl.«

»Ich bin eine Schwarze Witwe und beiße gerade einen Jungen.«

»Ich machte gerade einen Spaziergang. Ich versuchte eine Blume hochzukrabbeln, schaffte es aber nicht bis ganz oben. Ich fiel runter.«

Bei einer anderen Übung, bei der es um einen wegfliegenden Luftballon ging, zeichnete ein Mädchen einen Ballon, der gerade über eine Stadt fliegt, und sagte dazu: »Mir gefällt es hier oben; es macht Spaß«. Dann fügte sie hinzu: »Meine Mutter nörgelt dauernd an mir herum, aber ich möchte doch nicht so frei sein wie ein Ballon.« Ein anderes Mädchen zeichnete ein ähnliches Bild und sagte: »Ich bin weit weg von zu Hause, und das ist mir ganz recht.«

Es gibt jede Menge Anregungen zu Phantasieübungen. Im Literaturverzeichnis werden viele Bücher aufgeführt, denen man Material für Phantasieübungen entnehmen kann. Seit dem neu entstandenen großen Interesse an humanistischer Erziehung, an der Vermittlung von Werten und Lerninhalten, die nicht mehr nur leistungsorientiert sind, ist eine Fülle von Büchern zu diesen Themen veröffentlicht worden, die viele sehr gute Ideen enthalten. In dem Buch *Toward Humanistic Education* werden zum Beispiel einige Phantasiegeschichten beschrieben, die sich besonders gut für die Arbeit mit Heranwachsenden eignen.

Hier eine Phantasie, die mir gut gefällt: »Du bist sehr lange gelaufen. Du bist sehr, sehr müde. Du legst dich hin, um dich ein wenig auszuruhen, und schläfst ein. Wenn du aufwachst, stellst du fest, daß du gefangen bist. Wie bist du gefangen worden? Wo bist du gefangen worden? Was tust du?« Das Buch *Fantasy Encounter Group* von Dr. Herbert Otto enthält zahlreiche solcher Vorschläge, die

man, wenn man sie etwas abändert, für verschiedene Altersstufen verwenden kann.

Manchmal fordere ich die Kinder auf, sich in ihrer Phantasie vorzustellen, sie seien ein Tier, und, je nach Alter, sich wie ein Tier zu bewegen und entsprechende Laute auszustößen. Ich bitte dann jedes Kind, dieses Tier zu sein und etwas von sich zu erzählen, vielleicht eine Geschichte über sich zu erzählen.

Beim Phantasiespiel verwende ich hin und wieder einen großen, alten Schlüssel, mit dem ich dann ein Kind »aufziehe«, damit es alles mögliche tut. Das Kind kann dasselbe aber auch mit mir tun.

Ein Zauberstab erfüllt den gleichen Zweck.

Viele künstlerische Techniken eignen sich ausgezeichnet für solche Phantasieübungen. So lassen sich beispielsweise auf Fadenbildern oder Schmetterlingsbildern interessante tintenklecksähnliche Gebilde erkennen. Ich bitte die Kinder, diesen Bildern Titel zu geben, mir zu erzählen, was sie in den Bildern sehen, und zu dem, was sie in dem Bild entdeckt haben, sei es nun eine Form oder ein Gegenstand, eine Geschichte zu erfinden. In Büchern zur Vorschulziehung findet man nicht nur Anleitungen zur Herstellung solcher Bilder, sondern auch viele andere gute Ideen. Es ist jammerschade, daß viele von uns schon so früh aufhören, sich kreativ zu betätigen.

Zu den künstlerischen Techniken, mit denen ich am erfolgreichsten arbeite, gehört das Herstellen von Bildern mit Autolackfarbe, die man in jedem Autozubehör- oder Farbengeschäft erhält. Und so gehen wir dabei vor: Zunächst brauchen wir einen Ort, an dem wir herumpanchen können. Dann legen wir den Boden gut mit Zeitungspapier aus. Zur Grundierung werden einige Löffel voll weißer Lackfarbe über eine ungefähr 15×25 cm große (oder auch größere) Preßplatte gekippt. Auf diese weiße Oberfläche läßt das Kind ein wenig andere Farbe tröpfeln, die es dann, indem es das Brett herumdreht, zu einem Muster verlaufen läßt. Dann wird dasselbe mit einer anderen Farbe gemacht, usw. Autolackfarbe trocknet sehr schnell und bildet eine runzlige Oberfläche, was ein Vorteil dieser Maltechnik ist. Die Farben vermischen sich nicht, wie das etwa bei Wasserfarben der Fall ist, und das Ergebnis sind strahlende, schöne, reine Bilder.

Wenn die Bilder fertig sind, stellen wir sie auf und treten zurück, um sie uns anzusehen. Die Kinder geben ihren wunderschönen

Werken dann Namen und erzählen mühelos irgendwelche phantasierten Geschichten über sie. Ein Bild sah zum Beispiel aus wie eine sehr schön farbig ausgemalte Höhle. Ich sagte zu dem Mädchen, das dieses Werk geschaffen hatte, es solle in seine Höhle hineingehen und uns erzählen, was es dort sehe und was dort geschehe. Diese Übung ist so befriedigend, daß sie selbst hyperaktiven oder »unkontrollierbaren« Kindern keinerlei Schwierigkeiten bereitet. Viele von ihnen haben niemals zuvor in ihrem Leben etwas so Schönes geschaffen und solche Befriedigung empfunden.