

Silke Scholven

Der gute Grund des Widerstandes

Kunsttherapie meets Traumapädagogik

IHP Manuskript 2213 G * ISSN 0721 7870



Der gute Grund des Widerstandes

Kunsttherapie meets Traumapädagogik

Counseling im Rahmen von Workshops an einer Berufsschule für
BerufspraktikanInnen aus dem Bereich staatlich anerkannter Erziehender

Gliederung:

1. Gang der Arbeit
2. Definition Widerstand
3. Der Auftrag
4. Konzept
5. Der Prozess
 - 5.1 Initial Bild Krise 1
 - 5.2 Vernetzung durch Resonanz
 - 5.3 Krise 2 Türschild
 - 5.4 Theorie in Kleingruppen
 - 5.5 Resilienz Bild Krise 3
 - 5.6 Theorie in Plenum
 - 5.7 Ressourcen Bild
6. Zwei gleich aufgebaute Workshops
7. Der gute Grund des Widerstandes
8. Meine Haltung als Counselor
Hinweis

1. Gang der Arbeit

Als Counselor bin ich immer wieder mit dem Thema Widerstand konfrontiert. Für meine Counselor Identität halte ich es für essenziell, Brücken zu bauen, um Zugänge zu ermöglichen und dadurch Widerstände für den Counseling Prozess wirkungsvoll zu nutzen. Dadurch können Erfahrungen geteilt und stärkende Gruppendynamiken nutzbar gemacht werden. Ebenso können Wahrnehmungen verfeinert werden, sodass KlientInnen, oder wie ich es in meiner Arbeit beschreibe, die teilnehmenden BerufspraktikantInnen, daran wachsen können. Zunächst erläutere ich den Ablauf zweier Workshops zum Thema „Kunsttherapie meets Traumapädagogik“. Anschließend gehe ich darauf ein, wie sich Widerstände im Prozess gezeigt haben und durch meine Intervention darunterliegende Ressourcen sichtbar wurden.

2. Definition Widerstand Gestalttherapie

Meine Orientierung der Definition Widerstand lehnt sich an die gestalttherapeutische Haltung an. Diese beinhaltet, dass das gezeigte Verhalten die möglichste Lösung im jetzigen Moment ist, oder in der Vergangenheit sich bewährt und als sinnvoll erwiesen hat. Ausgehend davon, ist es eine natürliche Reaktion, die es für den jetzigen Moment zu stärken gilt – mit der Annahme, dass die betroffene Person sich noch nicht anderen Möglichkeiten öffnen kann.

3. Der Auftrag

Meine CT-Leitung fragte mich an, ob ich Lust hätte, zum aktuellen Anlass der Flutkatastrophe 2021 ein Workshop in den Bereichen Traumapädagogik und Kunsttherapie anzubieten, da ich zusätzlich zu meiner kunsttherapeutischen Ausbildung gerade eine Fortbildung in Traumapädagogik absolviert hatte.

Sie vermittelte den Kontakt zum Berufskolleg, eine Fachschule für angehende Erziehende mit staatlicher Anerkennung. Die Arbeitsbereiche der angehenden Erziehenden sind unter anderem Kindergärten und offene Ganztagschulen. Dort arbeiten sie mit traumatisierten Familien, traumatisierten Kindern sowie auch Geflüchteten. Regelmäßig nehmen die BerufspraktikantInnen an internen Fortbildungen teil, die in das Ausbildungskonzept dieses Berufskolleg inkludiert sind.

Ich hatte die Möglichkeit, zwei Workshops zu gestalten, die sich über 2 Tage erstreckten, jeweils von 13.15 Uhr - 18.15 Uhr.

Die BerufspraktikantInnen konnten sich für die Workshops mit Erst-, Zweit- oder Drittwunsch einschreiben. Die max. Teilnehmerzahl betrug 25 Personen und es waren keine externen TeilnehmerInnen zugelassen.

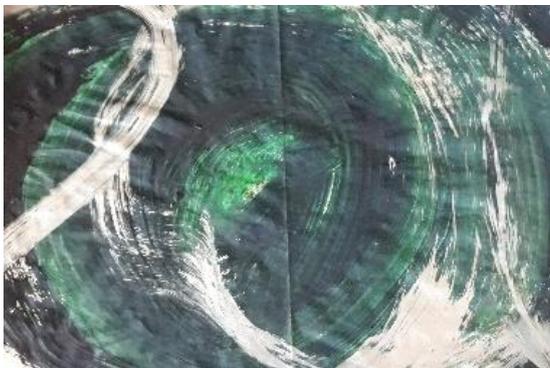
Meine Ansprechpartnerin an der Schule ließ mich wissen, dass Workshop 1 schnell ausgebucht war, Workshop 2 wurde mit Teilnehmenden aufgefüllt, die die Teilnahme als Zweit- oder Drittwunsch angegeben hatten.

Meine Ausschreibung und Planung zu den Workshops wurde rückkoppelnd von der Berufsschule genehmigt.

4. Konzept

Es entstand der Workshop „Kunsttherapie meets Traumapädagogik“.

„Dieser Workshop richtet sich an BerufspraktikantInnen die anhand von kunsttherapeutischen Methoden zum Thema Krise / Trauma und Traumafolgestörungen ihre Wahrnehmungen und ihr Wissen sensibilisieren möchten. Im Fokus stehen Selbsterfahrung, Verständnis für sich selbst und für Betroffene in ihrem beruflichen Kontext. Sie probieren sich methodisch aus, erfahren die Wirksamkeit dieser Methoden und gelangen dadurch zu einer größeren Bewusstheit für die eigenen Bedürfnisse und die ihrer Klienten.“



** Bild 1 **

Leitung: Silke Scholven, Heilpraktikerin Psychotherapie
Kunst- & Gestaltungstherapie
Posttrauma Counseling
info@praxis-scholven.de

Termine: 1. Workshop: 4. + 5. Oktober 2021 2. Workshop: 6. + 7.
Oktober 2021 jeweils 13.15 Uhr - 18.15 Uhr

“Tipp: Mal-Hemd oder Schürze zum Schutz der Kleidung bitte nicht vergessen.“

Organisatorisch sowie inhaltlich holte ich mir bei der Planung Unterstützung von meinem Lehrcounselor. Ich orientierte mich an dem Krisenmodell von Kurt Lewin¹, sowie an dem Entwicklungszyklus nach Pamela Levin².

Aus dem Post Trauma Seminar³ entnahm ich die gruppendynamisch fördernde Methode „Vernetzung durch Resonanz“ und habe ergänzend mein Wissen aus der Traumapädagogik⁴ einfließen lassen. Gleichermäßen habe ich mich mit meinen Workshops konzeptionell an dem Berufskolleg orientiert, denn Trauma und Traumafolgestörungen werden dort laut Lehrplan unterrichtet.

Grundvoraussetzung an diesem Berufskolleg ist ein gewisses Maß an Reflektiertheit, welches für den Beruf eines staatlich anerkannten Erziehenden benötigt wird.

5. Der Prozess



** Bild 2 **

Zu Beginn gab es eine Kennenlernrunde und zum Abschluss eine Befindlichkeitsrunde. Dazu nutzte ich Dixit⁵ Spielkarten und auch Resilienz Karten, die ich in meiner Fachwoche „Post Trauma und Resilienz“ selbst mitgestaltet hatte und von mir gerne für diese Stimmungsbilder eingesetzt werden. Um keine zu große Schwere aufkommen zu lassen, gab es zwischendurch Warm Up’s, welche für Lockerheit und Entspannung sorgten und die Teilnehmer erheiterten.

¹ Die Krisenphasen nach Kurt Lewin: 1. Schock, 2. Verneinung, 3. Einsicht, 4. Erkennen der Emotion, 5. Emotionale Akzeptanz, 6. Ausprobieren, 7. Erkenntnis / Integration

² Pamela Levin: Entwicklungszyklen (Cycle of Power), Transaktionsanalyse

³ Post Trauma und Resilienz Entwicklung, Dr. Klaus Lumma, Brigitte Michels

⁴ Traumapädagogik: Universitätsklinikum Ulm E- Learnig Verbundprojekt Ecqat E- Learning-Curriculum zur ergänzenden Qualifikation in Traumapädagogik, Traumatherapie und Entwicklung von Schutzkonzepten und Analyse von Gefährdungsrisiken in Institutionen.

⁵ Dixit ist ein einfaches Ratespiel mit hohem Kommunikationspotenzial. Autor ist der frnzösische Kindertherapeut Jean-Louis Roubira.

5.1 Einstieg Initialbild Krise Teil 1

In einer kurzen Einleitung lud ich die Teilnehmenden ein, zum Einstieg ein Bild zum Thema „Krise“ zu malen. Sie wurden dabei angeregt, das was sich ihnen spontan zeigt, im Bild auszudrücken. Die Teilnehmenden gingen sofort mit den zur Verfügung stehenden Acrylfarben ans Werk.



**** Bild 3 ****



**** Bild 4 ****



**** Bild 5 ****



**** Bild 6 ****



**** Bild 7 ****

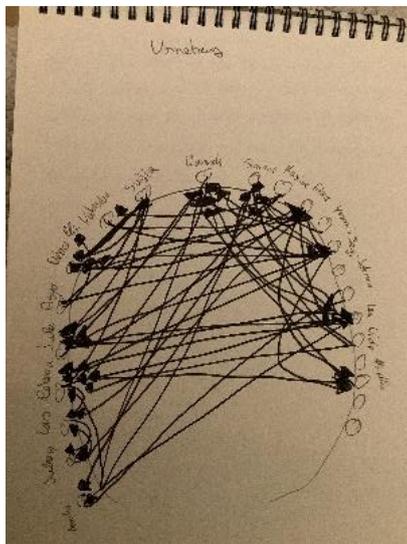


**** Bild 8 ****

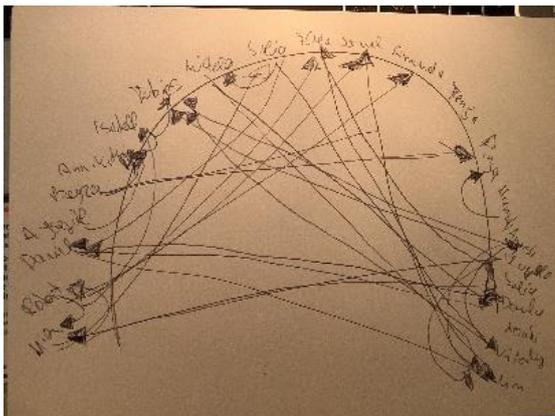
Anschließend wurden die Bilder im Plenum vorgestellt.

5.2 Vernetzung durch Resonanz

Pfeilbilder:



**** Bild 9 ****



**** Bild 10 ****

Die Teilnehmenden sollten sich in Bild, Schrift oder in Wort auf das Initialbild eines anderen Teilnehmenden beziehen. Es durfte sich auch auf mehrere Bilder bezogen werden. In einer Teilrunde begründeten sie ihre Resonanz auf das (*die*) jeweilige(n) Bild(er). In einer Art Pfeildiagramm veranschaulichte ich die Verbindungen in der Gruppe. Diese Methode ist insofern hilfreich, da es immer mal wieder vorkommt, dass Klienten berichten, von anderen nicht gesehen oder gehört zu werden. Mit diesem Pfeildiagramm kann diese Wahrnehmung sanft widerlegt werden.

5.3 Krise Teil 2 Türschild

Nachdem die Krise im Bild nun dargestellt war, ging es um die Akzeptanz der Situation. Nun sollten die Teilnehmenden ein Türschild kreieren, um die Krise willkommen zu heißen. Zur Verfügung standen hierfür selbsthärtende Modelliermasse und Acrylfarben. Als Einleitung spielte ich von Max Raabe den Song „Krise“.



**** Bild 11 ****



**** Bild 12 ****



**** Bild 13 ****



**** Bild 14 ****



**** Bild 15 ****



**** Bild 16 ****

5.4 Theorie in Kleingruppen

Am Folgetag starteten wir mit Murmelgruppen.

Die BerufspraktikantInnen berichteten in der Begrüßungsrunde über ihre Erkenntnis nach dem ersten Tag des Workshops, nicht sehr viel über die Thematik Krisen, Trauma und Traumafolgestörungen zu wissen. Spontan baute ich in den Workshop zwei Theorie-Einheiten ein, um mehr Informationen zur Verfügung zu stellen.

Ausgearbeitet wurden die Fragen: Was ist Krise/ Trauma und Traumafolgestörungen?
Die Aufgabe war: „Sammelt alles, was ihr darüber wisst. Erzählt euch von Situationen, die euch dazu einfallen.“

Gebildet wurden vier Murmelgruppen mit jeweils einem gewählten Sprecher und einem Zeitwächter. Die Teilnehmenden durften sich im Gebäude und auf dem Gelände einen ruhigen Ort suchen und ich besuchte sie in ihren Gruppen.
Die Ergebnisse wurden erst einmal hintenangestellt und wir machten mit dem praktischen Teil weiter.

5.5 Resilienz Bild / Krise Teil 3 Türschild

Nachdem die Türschilder über Nacht getrocknet waren, ging es um die Aufgabe, die „Krise“ loszulassen. Ich spielte noch einmal den Song von Max Raabe⁶ mit dem Hinweis, besonders auf den Teil zu hören, in dem die Krise auszieht. Sie sollten das Türschild zerkleinern und Trümmerteile, die sie noch nicht loslassen wollten in einem neuen Bild zu platzieren. Die Zwischenräume wurden farblich mit fließenden Aquarellfarben auf Aquarellpapier gestaltet. Eine „Nass in Nass Methode“ mit schönen Farbverläufen.



**** Bild 17 ****



**** Bild 18 ****



**** Bild 19 ****

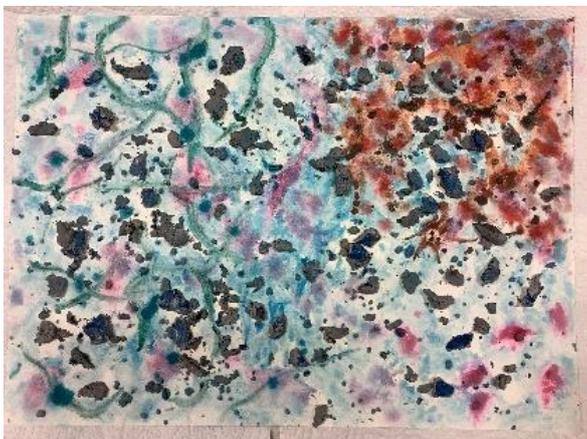
⁶ Max Raabe, Album: „Küssen kann man nicht alleine“ (2011)



**** Bild 20 ****



**** Bild 21 ****



**** Bild 22 ****

Diese Bilder brauchten Trocknungszeit durch die „Nass-in-Nass Methode“, sodass mit der zweiten Theorie- Einheit weitergemacht werden konnte.

5.6 Theorie im Plenum

Die gewählten Gruppensprecher berichteten im Plenum von dem Wissen und den Erfahrungen in ihrer Gruppe über das Thema Trauma und Traumafolgestörungen. Manch einer erzählte von eigenen Erfahrungen, andere von Erlebnissen anderer, die ihnen näherstanden.

Aufgrund offener und interessierter Fragen der Teilnehmenden, bin ich auf einige Bereiche konkreter eingegangen. Ich gab den Teilnehmenden Informationen über Definition von Trauma und Traumafolgestörungen sowie Symptomen und Krankheitsbilder, die den Symptomen von Trauma und Traumafolgestörungen ähneln und oft zur Verwechslung führen können.

Somit konnte fälschliches oder verwirrendes Wissen sortiert werden. Das Interesse an den Details war sehr groß.

5.7 Ressourcenarbeit in Kleingruppen

Die Teilnehmenden fanden sich in ihren Kleingruppen ein und sollten die Resilienz-Bilder aufrecht bewegen. Es lösten sich einige Trümmerteile, und es entstanden Leerräume, die es zu füllen galt. Aufgabe war, sich auf eigene Ressourcen zu beziehen und dieses in einem positiven Wort oder Satz zu bündeln.



**** Bild 23 ****

Dazu durften die Teilnehmenden wieder das gesamte Gebäude und auch das Gelände nutzen. Auch dieses Mal besuchte ich sie in ihren Gruppen. Das Resultat wurde dann im Plenum kurz vorgestellt.

Workshop Ende

6. Zwei gleich aufgebaute Workshops

Es war ein Workshop-Konzept, dass ich auf zwei Workshops und mit unterschiedlichen Teilnehmenden anwendete. Schon aufgrund der Diversität der Teilnehmenden haben sich die Abläufe der Workshops erheblich voneinander unterschieden. Es war mir wichtig, offen zu sein, und mich in meiner Arbeitsweise flexibel und spontan der Dynamik des Kurses anzupassen, ohne den Inhalt des Settings aus dem Auge zu verlieren. Gute Planung beinhaltet also nicht, Abweichungen und Umwege zu vermeiden. Kurzum, Umwege erweitern die Ortskenntnisse.

7. Der gute Grund des Widerstandes

Die Teilnehmenden fanden sich gut in Ihren Aufgaben ein, öffneten sich den anderen Teilnehmenden und konnten von einer positiven Gruppendynamik profitieren. Anfängliche Zurückhaltung löste sich schnell auf, und die Gruppe erlangte innerhalb dieses Gruppenkontextes ein hohes Maß an Empathie füreinander und erteilte sich gegenseitig Wertschätzungen.

Besonders hilfreich hierbei waren die Kleingruppenarbeiten. Sie schafften Vertrauen unter den Teilnehmenden. Das vermittelte Wissen über Trauma und Traumafolgestörungen wurde begierig aufgenommen und auch im Plenum rege diskutiert. Der zweite Workshop unterschied sich bereits dadurch, dass die Zahl der Teilnehmenden höher war, und viele Teilnehmende den Workshop nicht als Erstwunsch ausgewählt hatten.

Ein Teilnehmender teilte bereits beim Initialbild mit, dass er sich zu seinem Bild innerhalb der Gruppe nicht äußern möchte, da es ihm zu persönlich sei. Eine gewisse Überforderung war spürbar.

Das konnte ich gut so stehen lassen und setzte die Gruppenrunde fort, um dann im Anschluss aber noch einmal darauf zurückzukommen.

Drei weitere Teilnehmende schlossen sich ihm an und fanden es ebenfalls nicht angemessen, sich inhaltlich zu ihrem Bild zu äußern. Trotz der Angaben in der Ausschreibung, sei es ihnen nicht klar gewesen, dass es um Eigenreflektion ginge. Alle anderen folgten jedoch der Einladung und stellten ihre Bilder vor. Ich akzeptierte den Wunsch der Teilnehmenden, die ihr Bild nicht vorstellen wollten. Hintergrund war, dass das Wohlbefinden der Teilnehmenden im Zentrum des Workshops stand und jeder Teilnehmende seine Autonomie bewahren sollte. Bei Cycle 3, der „Kraft des Denkens“ gemäß Pamela Levin´s Konzept, geht es auch darum, sich von anderen zu unterscheiden, eigene Positionen zu entwickeln, zu rebellieren und „Nein, ich will nicht!“ sagen zu dürfen. Die unterstützenden Botschaften dazu sind unter anderem:

„Du kannst Dir über Deine Bedürfnisse im Klaren sein“.

„Du brauchst Dir keine Sorgen um mich machen, wenn Du denkst“.

„Es ist in Ordnung, wenn Du Grenzen ausprobierst“.

Nachdem die Plenumsrunde vorbei war, ging ich noch mal auf die einzelnen Teilnehmenden ein und fragte nach, ob sie sich vorstellen könnten, ihr Bild der Gruppe nur zu zeigen. Darauf haben sie sich gut eingelassen.

In meiner Ausbildung zum Counselor für Kunst und Gestaltungstherapie gab es auch eine Situation, in der ich mein gestaltetes Bild auch nicht sofort der Ausbildungsgruppe erläutern wollte. Diese Erfahrung stellte ich den Teilnehmenden als Brücke zur Verfügung. In der humanistischen Psychologie gilt es als wesentlich, dieses als gegeben anzunehmen und darauf zu vertrauen, dass sich alles zur rechten Zeit zeigt.

Ich verdeutlichte den Teilnehmenden, dass sie das gut auf ihre Arbeit in ihrem Feld übertragen können. Denn in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen muss ebenfalls flexibel auf deren Bedürfnisse und Möglichkeiten reagiert werden. Wichtig ist dabei, an den guten Grund zu Glauben und dem Betroffenen nicht das Gefühl zu geben, dass das Verhalten jetzt falsch ist.

Bei einer anderen Teilnehmerin stellte sich bei der theoretischen Auseinandersetzung über Krisen, Trauma und Traumafolgestörung eine deutliche Erregung ein. Sie erlitt eine Panikattacke mit Hyperventilationstetanie und musste den Raum verlassen. Ich bat die restliche Gruppe, an ihren Plätzen zu bleiben und ging zur betroffenen Teilnehmerin hinaus.

Meine Intervention in Form von Atem- und Körperübung brachte Ruhe und Stabilität. Die Teilnehmende wünschte sich eine Fortsetzung des Workshops, hatte sich aber eine Auszeit von 15 Minuten erbeten.

Währenddessen ging ich zurück in die Gruppe und erklärte, dass der Workshop nach der Rückkehr der Teilnehmenden fortgesetzt werden könne. Daraufhin warf eine andere Teilnehmende ein, dass ich so jetzt den Workshop nicht weiter machen könnte. Dies nahm ich zum Anlass mit der Gruppe zu erarbeiten, wie diese Situation übertragen in ihren Arbeitsbereich aussehen würde. Auch im Kindergarten oder der OGS wird die Betreuung im Fall einer Krise weiter fortgesetzt. Vor diesem Hintergrund führte ich die Gruppe weiter durch den Workshop und alle Teilnehmenden konnten sich gut bis zum Ende beteiligen.

Hinter jedem Verhalten verbirgt sich ein guter Grund. Nicht immer ist die Möglichkeit gegeben, herauszufinden, worum es dabei konkret geht. In diesem Fall war der Auftrag des Berufskollegs auch nicht das psychotherapeutische, sondern das beraterisch/pädagogische Setting. In diesem Kontext hatte ich die Gelegenheit zu demonstrieren, wie man einen solchen Widerstand wertschätzend halten kann, ohne einen Teilnehmenden zu überfordern.

Ein Teilnehmender, der jetzt noch keine Bereitschaft hat, sich oder sein Innerstes zu offenbaren, lehnt sich nicht auf, sondern benötigt etwas mehr Unterstützung. Erfahrungsgemäß gibt es für diejenigen, die sich im Widerstand befinden, nichts Schlimmeres, als in dieser Situation nicht ernst genommen zu werden. Oft werden sie als schwierig oder nicht umgänglich bezeichnet. Sie erlebten höchst wahrscheinlich in der Vergangenheit oft Ablehnung von doch sehr wichtigen Bezugspersonen.

Ich möchte betonen, dass zum Widerstand auch eine gehörige Portion Mut erforderlich ist. Innerhalb einer Gruppe eventuell der/die Einzige zu sein, dem/der etwas schwerfällt oder ihm nicht entspricht, ist nicht so leicht auszuhalten. Immer wieder wird davon gesprochen, wie wichtig der äußere, sichere Ort ist, an dem man sich aufhalten kann, wenn es für einen Betroffenen schwierig wird oder ihm/ihr Angst bereitet. Vergessen wird dabei jedoch oft der innere sichere Ort. Was nützt jemandem ein „Fort Knox“, wenn es an Warmherzigkeit fehlt.

Widerstand ist für mich daher nicht als schwierig einzustufen, sondern eher prozessfördernd. Leider wird dem noch immer zu viel Ablehnung entgegengebracht. Den Druck herauszunehmen und dem Widerstand Raum zu geben, erwies sich als wegweisend. Feinfühlig und wertschätzend zu verdeutlichen, dass Widerstand nichts Schlimmes ist und dass es tägliches Brot in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen ist, insbesondere wenn Traumatisierungen vorliegen.

Es war wichtig, in den Dialog zu treten und wenn möglich, Ursachen auch zu erforschen. Zuletzt war es hilfreich, gemeinsame Absprachen zu treffen und das Vorgehen neu festzulegen.

8. Meine Haltung als Counselor

An den guten Grund eines Jeden zu glauben, das ist meine tiefe Überzeugung und meine klare Haltung. Gutes und positives Verständnis für dieses Verhalten und auch brückenbauende Beispiele von mir als Counselor sind hier sehr hilfreich und fördernd gewesen.

Es hilft Vertrauen aufzubauen, und ein mögliches Umdenken und Handeln kann dadurch stattfinden. So konnten Bedenken und Ängste abgelegt werden und Zugänge wurden möglich.

Es war wichtig, in den Dialog zu treten und wenn möglich, Ursachen auch zu erforschen. Zuletzt war es hilfreich, gemeinsame Absprachen zu treffen und das Vorgehen neu festzulegen.

Als Counselor habe ich die Möglichkeit genutzt, den Teilnehmenden zu zeigen, wie man sich derartige Situationen beruflich nutzbar machen kann. In beiden Workshops gaben die Teilnehmenden die Rückmeldung, dass sie praxisnahe Handlungsmöglichkeiten erlebt haben. Und diese künftig im Arbeitsalltag helfen werden, sich besser auf veränderte Situationen einlassen zu können.

Hinweis

Ich rate an, dieses Konzept, nicht ohne die entsprechende Ausbildung zu übernehmen und zu transportieren. Es ist sinnvoll, dieses nur von qualifizierten Kräften aus der Traumapädagogik und Traumatherapie durchführen zu lassen. Für zukünftige Workshops ähnlichen Inhaltes achte ich vermehrt darauf, dass nur Teilnehmende mit „Erstwunsch“ gelistet werden. Hinweise auf kunsttherapeutische Arbeit mit eigenen Bildern und Selbstreflexion werde ich noch deutlicher kennzeichnen.

Zusammenfassung

In dieser Arbeit wird das Counseling der Kunst- und Gestaltungstherapie innerhalb einer beruflichen Weiterbildung beschrieben. Ein Konzept, angewendet auf zwei Workshops zum Thema Kunsttherapie meets Traumapädagogik, werden erläutert. Der Umgang mit den auftretenden Widerständen im Prozess wurde in den Vordergrund gestellt. Es wurde praxisnah aufgezeigt, dass Widerstand positiv genutzt werden kann.

Biografische Notiz

Name: Silke Scholven

Wohnort: Köln

Berufsbezeichnung: Heilpraktikerin Psychotherapie

Fachrichtung: Kunst- & Gestaltungstherapie

LehrCounselor: Brigitte Michels, Irene Treutlein

LehrTrainer: Anke Kaulen, Uta Stinshoff



IHP Bücherdienst * Schubbenweg 4 * 52249 Eschweiler
Tel.: 02403 4726 * Fax: 02403 20447 * eMail: office@ihp.de
www.buecherdienst.ihp.de
IHP Manuskript 2213 G * ISSN 0721 7870
2022

