

Wenn Jugendliche fürs Leben proben – Dramatherapie mit Jugendlichen

In der Adoleszenz ist die Entwicklung der eigenen Identität eine fundamentale Herausforderung für Jugendliche. Das Experimentieren und Überschreiten von Grenzen und Normen kann zu unerwartet schwierigen Konsequenzen führen. In Fallbeispielen aus drei Arbeitsbereichen werden die Suche nach Identität und der dramatherapeutische Ansatz nachgezeichnet.

Von Brigitte Spörri Weilbach

Die Suche nach Autonomie, Selbstwirksamkeit und Anerkennung, das Bedürfnis, eine einmalige und unverwechselbare Person zu sein, sowohl als Individuum wie auch als Mitglied sozialer Gruppen, verursacht Verunsicherungen und Stress. Der Weg zur Autonomie in Abgrenzung zu Erwachsenen und die Suche nach Sinnhaftigkeit des Daseins können steinig und schmerzhaft sein.

Deliktorientierte Gruppenarbeit

Lea* blickt zurück

Lea hat vor 4 Jahren in der deliktorientierten Mädchengruppe teilgenommen. Sie war damals in Mädchen-Schlägereien involviert und wurde häufig von der Polizei aufgegriffen.

Anlässlich des hier vorliegenden Artikels bat die Autorin Lea um ein Treffen: Wäre sie bereit, einen Rückblick zu machen und ihre Zustimmung für die Veröffentlichung ihrer Sechsbilder-Geschichte zu geben?

Lea freute sich über die überraschende Einladung und dass wir sie in Erinnerung behalten haben. Sie fühlte sich geehrt, mit ihrer Geschichte einen Beitrag leisten zu können. Sie berichtete:

„Die Gruppe war etwas vom Besten für mich. Sie half mir runterzufahren, das Timeout durchzustehen und die Schule zu beenden. Ich hatte sogar die besten Noten der Klasse. Ich erinnere mich gut an die Sechsbilder-Geschichte

(siehe Abbildungen ab Seite 26). Da habe ich mir überlegt, was passiert ist. Ich habe den Ablauf gesehen: es war Langeweile, die Schlägerei war unnötig, da war kein richtiger Grund dafür. Ich war eine Katastrophe auf zwei Beinen! Heute bin ich gegen Kiffen und Alkohol. Ich bin älter und reifer. Obwohl ich doch vor dem Vorfall selbst drangekommen war, hatte ich keine Empathie. Das Wort habe ich in der Gruppe gelernt. Bis heute habe ich ein schlechtes Gewissen den Opfern von damals und meinen Eltern gegenüber. Im Altersheim putzen zu müssen, war schlimm für mich. Das war eine Strafe, die Gruppe nicht. Die ist mir in guter Erinnerung geblieben. Wir haben etwas Gescheites gemacht.“

Lea ist heute eine sehr zugewandte, kommunikative und attraktive junge Frau. Ihr Ziel ist nun nach verschiedenen Temporär-Jobs eine Lehre als Fachangestellte Betreuung oder Gesundheit zu absolvieren. Sie sagt mit Stolz: „Ich bin nicht mehr dieselbe wie damals!“

Vor welchem Hintergrund fand die Arbeit mit Lea statt?

In unserer Beratungspraxis cib (Center für Integration und Begegnung in St.Gallen) bieten wir seit rund 20 Jahren Gruppenarbeit für männliche und weibliche Jugendliche im Alter von 15 bis 18 Jahren an. Diese werden uns wegen

„Psychotherapie geschieht dort, wo zwei Bereiche des Spielens sich überschneiden: der des Patienten und der des Therapeuten. Psychotherapie hat mit zwei Menschen zu tun, die miteinander spielen. Hieraus folgt, dass die Arbeit des Therapeuten dort, wo Spiel nicht möglich ist, darauf ausgerichtet ist, den Patienten aus einem Zustand, in dem er nicht spielen kann, in einen Zustand zu bringen, in dem er zu spielen imstande ist.“

Winnicott 1971, S. 49

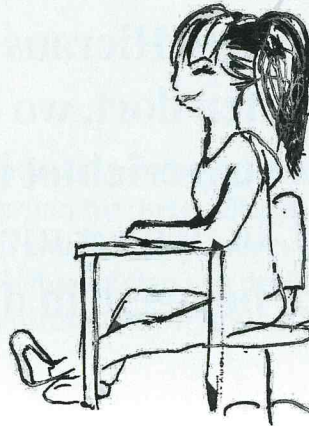
Gewalthandlungen oder anderen Delikten von der Jugendanwaltschaft überwiesen. Mädchen-Gruppen werden von einer weiblichen Leiterin, Jungen-Gruppen von einem männlichen Leiter geführt. Bei der Co-Leitung achten wir darauf, dass nach Möglichkeit auch das andere Geschlecht vertreten ist.

Methodisch sind die Gruppen auf kriminologischen und dramatherapeutischen Ansätzen sowie auf Elementen der kognitiven Verhaltenstherapie aufgebaut. Die Gruppenmitglieder stehen teils kurz vor dem Schulabschluss, sind in der Lehre oder oft „auf der Strasse“, weil sie die Schule nicht erfolgreich abgeschlossen haben. Die Teilnahme ist für die Jugendlichen verpflichtend.

Die deliktorientierten Gruppen mit 4 – 6 Teilnehmenden werden je nach Alter der Jugendlichen in 8 bis 12 Sitzungen von ca. drei Stunden durchgeführt. Der wesentliche Fokus in diesen Gruppen ist die Deliktbearbeitung. Anstelle eines Strafcharakters gehen wir vom Grundsatz aus, dass Jugendliche ein Recht darauf haben, aus ihrem Fehlverhalten lernen zu können. Sie werden darin begleitet, zu verstehen, welche Glaubenssätze, Motivationen, Auslöser zu Ihrem Verhalten geführt haben und wie sie sich provozieren liessen. Sie lernen, sich in die Opfer einzufühlen, das Ausmass des angerichteten Schadens am Opfer, im familiären und im weiteren sozialen Umfeld zu erkennen. Sie

lernen, Verantwortung zu übernehmen und die Konsequenzen für ihr Fehlverhalten zu tragen. Wir erarbeiten gemeinsam alternative, gewaltfreie Konfliktlösungen. Wir wenden spielerische Mittel der Dramatherapie an, die den Jugendlichen selbst Lust machen. Wir machen Vorschläge, Veränderungen auszuprobieren, und den eigenen Prozess partizipativ zu erleben. Projektivtechniken und Rollenspiele werden gezielt eingesetzt, z.B. in Form von einer Gerichtsverhandlung, in der sich die Jugendlichen als Richter, Staatsanwalt und Verteidiger erproben dürfen. Das Programm wird mit Spielen und Pausen inkl. Verpflegung aufgelockert.

Die deliktorientierte Gruppenarbeit wird mit einem Bericht abgeschlossen. Wir erarbeiten mit den Teilnehmenden Einschätzungen zur Mitwirkung, zum Gruppenverhalten und zur Delikteinsicht. Unsere prognostische Einschätzung basiert schlussendlich auf kriminologischen und psychologischen Faktoren und wird ebenfalls mit dem Jugendlichen besprochen. Die Teilnehmenden, die von sozialer Ausgrenzung bedroht sind, erlangen so einen Zugang zur Wichtigkeit der sozialen Einbindung. Sie erkennen die Bedeutung des Vertrauens in gesellschaftliche Normen und Werte, in die Einbindung in Schule, Lehre, Freizeitaktivitäten sowie in ein Engagement für einen sozialkonformen Lebensstil.



Psycho-educative Einzelarbeit

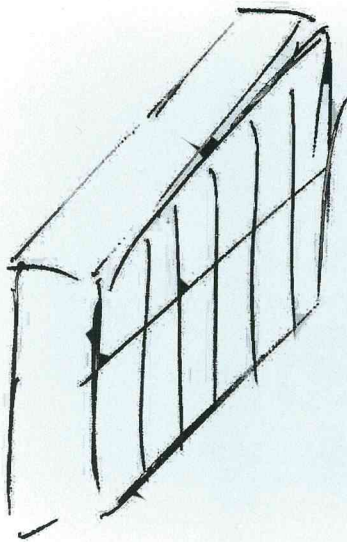
Nicht alle der uns überwiesenen Jugendlichen können an einer Gruppe teilnehmen. Wir begleiten Mädchen und Jungs deshalb auch im Einzelsetting. Diese ambulante, therapeutisch und pädagogisch orientierte Massnahme dient dem Abbau von konfliktvertiefendem, selbstschädigendem Verhalten oder der Entwicklungsförderung bei sozialen, schulischen oder gesundheitlichen Problemen. Wir wollen für sozial auffällige heranwachsende Adoleszente Voraussetzungen schaffen, ihr Risiko für Rückfälle in selbstschädigende und delinquente Verhaltensweisen zu senken oder entwicklungsbedingte Schwierigkeiten zu bewältigen. Es wird ein regelmässiges Wahrnehmen der vereinbarten Termine und ein Mindestmass an Bereitschaft vorausgesetzt resp. erarbeitet, um sich auf einen kreativen Prozess einzulassen. Wir rechnen mit 15 Sitzungen à 60 Minuten. Diese finden anfänglich wöchentlich statt. Je nach Verlauf kann der Rhythmus später angepasst werden. Absprachen mit Behörden, Schule, evtl. Eltern sowie eine allfällige Berichterstattung sind Teil dieses psycho-educativen Angebots.

Bei der Rekonstruktion von Konflikt- oder Gewaltsituationen berücksichtigen wir stets auch die Geschlechterzugehörigkeit. Wir hinterfragen mit den Mädchen und mit den Jungen

folgende Schwierigkeiten aus ihrer geschlechts-spezifischen Perspektive:

- Umgang mit Stress
- Umgang mit Grenzen, Selbstschutz
- Erkennen der Stärken (kreatives Denken, Kommunikation, Fühlen, Handeln)
- gewaltfreie konstruktive Konfliktlösungsmuster
- persönliche Erweiterung von verschiedenen Verhaltens- und Reaktionsweisen
- Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Sichtweisen, Werten und Normen
- sozial angemessenes Verhalten
- kognitive und emotionale Problemwahrnehmung
- Schulung von Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Selbstkritik
- Selbstverantwortung in der Sexualität
- Entwicklung positiver Selbstbehauptung, Selbstwirksamkeit, Autonomie
- Auseinandersetzung mit sozialen Realitäten (Kosten-Nutzen-Rechnung)
- aktuelle von den Jugendlichen eingebrachte Themen

Nicht alle diese Schwierigkeiten treffen auf eine Jugendliche, einen Jugendlichen zu. Werden aber wesentliche Bereiche identifiziert und bearbeitet, hilft dies den Betroffenen, etwas von sich und der Mitwelt neu zu entdecken.



Fallbeispiele ausserhalb der deliktorientierten Arbeit

Jana* überrascht sich und die Therapeutin

Die Jugendanwaltschaft überweist die 14jährige Jana nach Abschluss des Gruppenprogramms für weitere Einzelsitzungen. Nach einem Klassenwechsel wiederholt sie die zweite Oberstufe. Die Beiständin habe von der Schule eine Meldung bekommen, Jana wirke zurückgezogen und belastet, die Schulleistungen seien schwächer geworden. Jana soll in der Therapie in der Entwicklung ihrer Identität (Aufwachsen in zwei Kulturen), im Selbstwert und in ihrer Leistungsfähigkeit unterstützt werden.

Jana ist übergewichtig und wirkt aufgrund ihrer körperlichen Erscheinung älter als 14jährig. Ihr scheues, zurückhaltendes Auftreten ist noch sehr kindlich.

Im Erstgespräch ist Janas häufigste Antwort auf Fragen der Therapeutin: „keine Ahnung“ oder ein Achselzucken. Die klarste Antwort ist, dass sie gerne zeichne und sich gerne mit ihren Kolleginnen zum „Hängen“ treffe.

In der Abklärungsphase lässt die Therapeutin Jana ein Ressourcen-Diagramm erarbeiten (Projektivtechnik). Dieses besteht aus vier Feldern in einem Kreis und einem Innenkreis zu den folgenden Themen: Fähigkeiten (Wissen) – innere Künstlerin – Vulnerabilität – innere Führerin (Intuition) – Glaubenssystem.

Die Therapeutin übersetzt jeden Bereich in eine altersgerechte Sprache wie z.B.: Was kannst du gut, in der Schule oder daheim? Was machst du gerne in der Freizeit? Spiele oder kreative Aktivitäten? Wann hörst du auf dein Bauchgefühl? Wo oder/und wann wird es dir zu viel? Wobei brauchst du Hilfe? Was gibt dir Halt? Was ist das Wichtigste im Leben?

Auf Rückfragen der Therapeutin, ob sie die Aufgabe verstanden habe, nickt sie und wirkt immer noch unsicher.

Jana braucht mehrere Sitzungen, um die fünf Felder des Diagramms zu gestalten. Sie zeichnet sehr exakt. Immer wieder weiss sie nicht weiter, lässt sich jedoch zunehmend auf den Austausch mit der Therapeutin ein. Sie entdeckt zunehmend ihre Ressourcen, die sie in ihrem Diagramm dargestellt oder mit denen sie gespielt hat.

Jeder Übungseinheit gehen jeweils Ballspiele oder Geschicklichkeitsübungen (Embodiment) voraus. Die gezeichneten Inhalte werden in Statuen oder kurzem Rollenspiel vertieft. In allen Bereichen nimmt Jana aktiv teil, wiederholt jedoch, dass ihr das Zeichnen das Liebste sei.

Bei der Auswertung berichtet sie erstaunt, sie hätte niemals gedacht, dass sie so viele eigene Stärken finden würde! Sie fahre jetzt wieder regelmässig Velo.

In einer der nächsten Sitzungen steht die Jugendliche unter Druck. Sie berichtet, sie wäre



lieber nicht gekommen, denn sie müsse einen Vortrag in Französisch halten.

Die Therapeutin schlägt ihr vor, diesen Vortrag in der Therapiestunde zu proben, ähnlich wie in anderen Rollenspielen, die sie in den vergangenen Sitzungen gemacht hat. Wir vereinbaren, dass sie eine Referentin spielt und die Therapeutin das Publikum darstellt. Sie kann das Spiel jederzeit unterbrechen, wenn etwas unklar ist. Damit legt sie los und überrascht die Therapeutin in mehrfacher Hinsicht: Sie stellt sich vor das Flipchart und zeichnet einige Inhalte. Sie tritt selbstsicher auf, fragt die Therapeutin ganz selbstverständlich nach französischen Wörtern und Orthographie. Sie ist vertieft und interessiert ihre Aufgabe gut zu machen. Die Therapeutin gibt ihr daraufhin ein positives Feedback. Stolz berichtet sie in der nächsten Sitzung, dass sie die Note 6 bekommen habe.

Ihre Noten werden in den Folgemonaten besser, ihre Teilnahme am Unterricht aktiver, sie wirkt wieder fröhlicher und selbstsicherer. Ihre Veränderungen werden von den Eltern und der Schule wahrgenommen. Jana erfährt auf verschiedenen Ebenen Anerkennung und traut sich mehr zu.

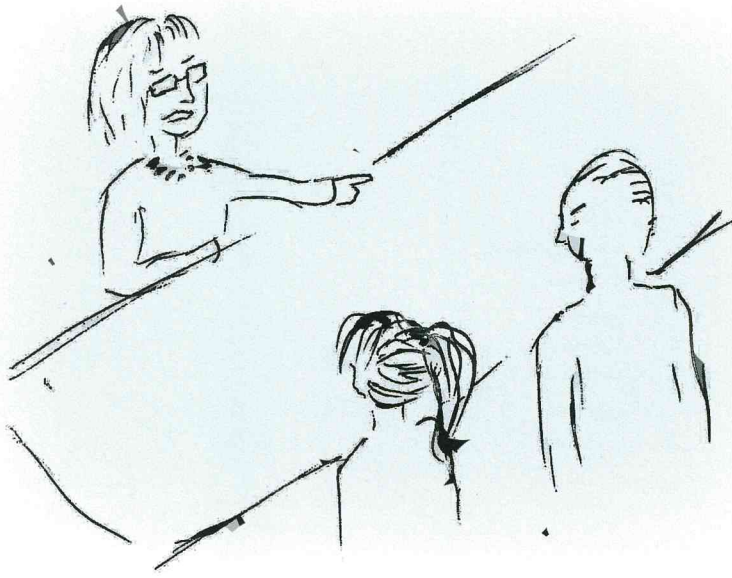
Tom* findet Worte

Tom ist ein 15-jähriger Junge, der bereits seit drei Jahren in die Dramatherapie kommt. Die

therapeutische Beziehung ist tragfähig etabliert. Ursprünglich standen als Indikation für die Dramatherapie seine Schulschwierigkeiten im Vordergrund. Tom war schlecht im Klassenverband integriert und erbrachte ungenügende Schulleistungen, die den Übertritt in die nächste Klasse gefährdeten. Eindrücklich für die Therapeutin war, dass Tom meist klare Vorstellungen hatte, was er in den Dramatherapiestunden arbeiten wollte. Oft brachte er Ideen für ein szenisches Spiel (Rolle) mit, in denen er seine Anliegen bearbeitete.

Während des Therapiezeitraums haben sich die Eltern getrennt. Die Familie konnte noch keinen für alle Beteiligten zufriedenstellenden Umgang mit dieser neuen Situation finden. Tom litt sehr unter der Trennung seiner Eltern.

Zu einer Sitzung erscheint Tom verschlossen und in sich gekehrt. „Alles ist gut!“, erklärt er und macht mit seiner Körpersprache klar, dass heute nicht mehr zu erfahren ist. Er hat kein Thema zur Bearbeitung mitgebracht, darum greift die Therapeutin auf Bewährtes zurück und schlägt ein szenisches Spiel vor. Tom lehnt ab. Daraufhin schlägt ihm die Therapeutin zwei verschiedene Projektivtechniken zur Auswahl vor. Tom entscheidet sich für die Arbeit mit Karten. Müheelos kreierte er aus sechs verdeckt gezogenen Karten eine Geschichte und ist bereit, diese der Therapeutin zu erzählen. Die Geschichte ist



sehr abstrakt und handelt vom Abschied nehmen. Nach dem Erzählen der Geschichte kann Tom benennen, dass auch er von seinem Vater habe Abschied nehmen müssen, als er die Familie verlassen habe. Endlich kann Tom die aktuelle Situation schildern und sich öffnen. Er spricht über die schwierigen Gefühle gegenüber seinem Vater und darüber, dass diese Gefühle schlechte Träume verursachen. Es entlastet Tom spürbar, dies alles auszusprechen, nachdem er seinem inneren Erleben mit Bildern einer Geschichte Ausdruck verliehen hat.

Theoriebezüge aus der Dramatherapie

Die dargestellten Fallbeispiele geben Einblick in die dramatherapeutische Arbeit mit spezifischen Techniken in Embodiment, Projektion und Rolle (EPR). In einem Artikel wie diesem ist es nur sehr begrenzt möglich, die Facetten und die Intensität dramatherapeutischer Arbeit, die professionelle Beziehungsfindung und den Zuwachs an Nähe zu sich selbst zu vermitteln. Die folgende Kurzbeschreibung der Dramatherapie gibt den Fallbeispielen einen theoretischen Bezug.

Das Wort Drama stammt aus dem Griechischen und bedeutet Handlung, Aktion. Grundlegende Aktivität der Dramatherapie ist das „dramatische Spiel“. Dieses ist jedem Menschen eigen, da jede/r als Kind so gespielt und gelernt hat. Der Mensch untersucht die reale

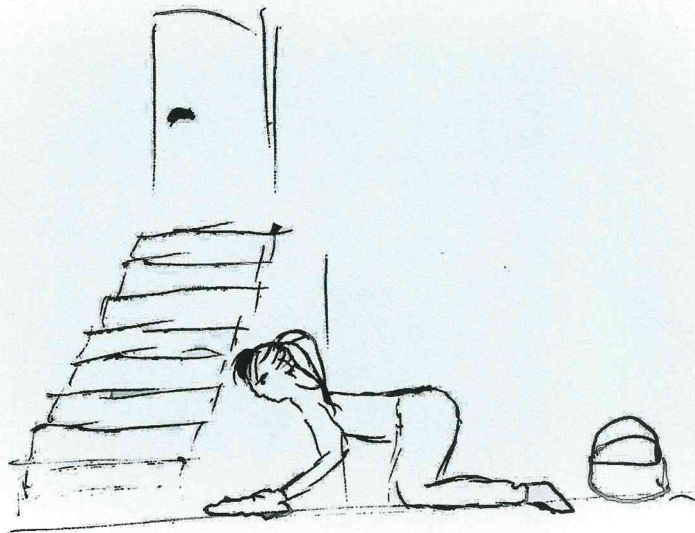
Welt durch die Imagination von der Welt. Das Spiel bildet eine Dialektik zwischen der tatsächlichen Alltagsrealität und der imaginativen Welt. Diesen Wechsel finden wir sowohl auf der Theaterbühne als auch im kindlichen Spiel des „So-tun-als-ob“.

In der dramatischen Realität (Pendzik 2012) kann die Klientin persönliche und familiäre Geschichten bearbeiten, Gefühle entdecken und ausdrücken, schwierige Verhaltensmuster auflösen, sich neue Ziele setzen und kathartische Erleichterung finden.

Erwachsene, Kinder sowie Menschen, deren sprachlicher Ausdruck eingeschränkt ist, können durch dramatherapeutische Methoden in „ihrer Sprache“ besser erreicht werden.

Je nach Klientel und Thema werden für die therapeutische Intervention Texte aus Märchen, Mythen oder Theaterstücken, Gedichte etc. als Ausgangslage und kreative Anregung eingesetzt. Das Gestalten eigener Geschichten, Gedichte, Bilder, Figuren etc. sind weitere Mittel. Diesen verschiedenen Vorgehensweisen ist die Auseinandersetzung im künstlerischen Medium „Drama“ gemeinsam.

Es beinhaltet stets das Arbeiten in der dramatischen Realität und erfolgt auf drei Ebenen nach dem EPR-Entwicklungsparadigma (Jennings 2012):



- Embodiment (Körperarbeit, Spiele zur Entspannung/Aktivierung für den Umgang mit Regeln, für Auflockerung und Spass)
- projektive Techniken (Geschichten erfinden, gestalten, erzählen, Arbeit mit Statuen, Malen, Gestalten mit verschiedenen Materialien, etc.)
- Rolle (Rollenspiel, Szenenarbeit)

Das Erfahren und Erproben ungewohnter Handlungen im Schutzraum einer symbolischen imaginativen Welt (der dramatischen Realität) ermöglicht aus neurologischer Perspektive neue Vernetzungen und die Bahnung der Hirnstrukturen, welche für die Ausbildung von Impulsen und Lernvorgängen von zentraler Bedeutung sind.

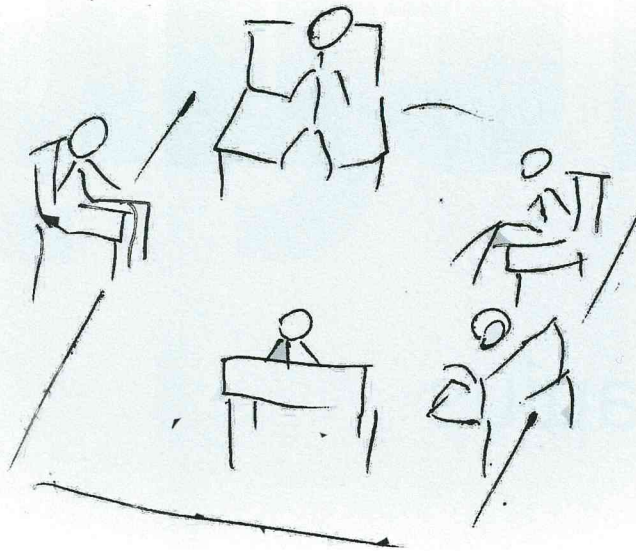
Gerald Hüther schreibt im Buch „Embodiment“ über die Wechselwirkung von Körper und Psyche (in Storch M. et al. 2006, S. 92): *„Nun zeigt uns aber die Hirnforschung, dass wir uns zu jedem Zeitpunkt unseres Lebens auch neu konstruieren können, indem wir irgendeines dieser alten motorischen, sensorischen oder affektiven Muster verlassen, also anders als bisher zu sehen, zu fühlen oder zu handeln beginnen. Und wenn es gelingt, auf einer dieser Ebenen ein neues Muster auszubilden, so werden alle anderen Ebenen davon gleichsam ‚mitgezogen‘.“* Im „So-tun-als-ob“ können sich Jugendliche freier und übend mit ihren Schwierigkeiten und

Fragen auseinandersetzen. Im freien Gestalten oder Spielen einer fiktiven Situation entsteht eine hilfreiche Distanz zu den Problemen im Alltag. Mögliche und „unmögliche“ Lösungen auszuprobieren macht Spass und aktiviert Kreativität und Ressourcen. Im Spiel erlebte Phantasiegeschichten zeigen dieselben Denk-, Fühl- und Verhaltensmuster, wie sie in alltäglichen Situationen entstehen. Die Erfahrung ist real. Der Transfer in den Alltag kann implizit oder explizit erfolgen.

Die Dramatherapeutin gestaltet einen sicheren und stimulierenden Rahmen. Die therapeutische Beziehung zwischen der – wie sie Pendzik nennt – Facilitator_in und der Klient_in ist von zentraler Bedeutung. Sie hat vier wesentliche Aufgaben (Pendzik, 2012):

- sie unterstützt den Übergang zwischen Alltagsrealität und dramatischer Realität,
- sie hilft bei der Gestaltung und Bereicherung der dramatischen Realität,
- sie interveniert in der dramatischen Realität und
- fördert die Integration des „entdeckten Materials“ ins Alltagsleben.

Für das Erschaffen der dramatischen Realität (künstlerischer Prozess) und für den therapeutischen Prozess wird die Dramatherapeutin die Mittel und EPR-Arbeitsebenen laufend



modulieren und mitunter auch „Mitspielerin“ sein. Sie übernimmt die Rolle ganz im Dienste der Klient_in und deren Prozesses. Sie behält die therapeutische Führung, indem sie „mit einem Auge“ in der Helikopterperspektive bleibt. Dramatherapeutische Abklärungsinstrumente wie das EPR- (Jennings 2012) und das 6-Schlüssel-Modell (Pendzik 2012) dienen ihr als Kompass im Prozess.

**Die Namen der Jugendlichen wurden geändert und Anonymisierungen vorgenommen.*

Brigitte Spörri Weilbach

Dipl. Kunsttherapeutin ED, Fachrichtung
Drama- und Sprachtherapie,
Dramatherapeutin DTI, Supervisorin, IBP
Körperpsychotherapie, Leiterin der Ausbildung
Dramatherapie, www.dramatherapie.ch

Andrea Scherrer

Dramatherapeutin DTI, MSc Soziale Arbeit
(Fallbeispiel Tom)
cib - Center für Integration und Begegnung,
Rosenbergstrasse 42b, 9000 St. Gallen
Telefon: 071 222 00 56 | info@dramatherapie.ch

Literatur

- Hüther G. (2006). Wie Embodiment neurobiologisch erklärt werden kann. In Storch, M. et al. Embodiment. Bern: Verlag Hans Huber.
- Jennings S. (2012). Drama Therapy Assessment through Embodiment-Projection-Role. In Johnson, D. R.; Pendzik, S.; Snow S. (Eds.). (2012). Assessment in Drama Therapy. Springfield: Charles C. Thomas.
- Pendzik, S. (2012). The Six Keys of Assessment in Drama Therapy. In Johnson, D. R.; Pendzik, S.; Snow S. (Eds.). (2012). Assessment in Drama Therapy. Springfield: Charles C. Thomas.