Der Wolf und die Prinzessin in der Therapie

Stephanie Albrecht ist ausgebildete Figurenspieltherapeutin. In ihrem Atelier in Basel können Kinder, die mit Unsicherheit, Angst, sozialen Schwierigkeiten oder diversen anderen Themen zu kämpfen haben, sich auf spielerische Art mit ihren Problemen auseinandersetzen – durch das Medium des Puppenspiels.

Illustriert von Zoe Röllin

"Ich biete eigentlich immer eine Schnupperstunde an. Damit das Kind kommen kann, mich kennenlernt, das Atelier kennenlernt und schauen kann, ob es das möchte, ob es das anspricht.

Dafür richte ich eine Art Parcours ein, wo das Kind auf spielerische Art an verschiedene Orte gehen kann an denen es Sachen sieht, die man hier machen kann: Das Material für Figurenbau, mit Figuren spielen, oder Landschaften machen und sonst basteln, Musikinstrumente.

Klassischerweise sind die Kinder zwischen 4 und 12 Jahre alt.

Ich habe auch gelernt, Erwachsene zu behandeln. Ich selber habe es aber noch nie gemacht.

Figurenspieltherapie ist eine psychotherapeutisch orientierte Spiel- und Kunsttherapieform. In der Schweiz kann die Ausbildung zur Figurenspieltherapeutin an einer höheren Fachschule in Interlaken absolviert werden.

Gewisse sagen dann schon in der zweiten Stunde "Ich will meine eigene Figur machen" und ihnen ist das ganz wichtig. Dann machen sie vielleicht eine Identifikationsfigur. Ein Mädchen hat jetzt auch, eben in der zweiten Stunde, gesagt "ich will eine Figur machen." "Ja was für eine?" "Mich selber."

Gewisse Figuren nennen wir Wunschfiguren, z.B. ein König oder eine Prinzessin, andere Schutzfiguren, z.B. ein Polizist oder ein Engel.

Man kann nie ganz klar sagen "Das bedeutet das" Man muss das im ganzen Kontext anschauen. Vielleicht macht ein Kind auch einen Polizisten, weil sein Vater Polizist ist, oder weil es einfach gerne hat, wenn es klare Regeln gibt.

Man muss dann eigentlich vielmehr schauen, was das Kind mit der Figur spielt. Was gibt sie ihm?

Ein bisschen modifiziert wendet man die Therapie bei Erwachsenen an. Weil sie nicht mehr so frei spielen, meistens. Da kann es Hemmungen geben, wo man schauen muss, wie man um sie herumkommt oder sie überwindet.

Die älteren Kinder stellen auch mehr Fragen. Denen ist die Situation schon bewusst. Und kleine Kinder finden halt "Ja super, spielen."

Wenn das Spiel anfängt, macht das Kind immer einen Ton und wenn es fertig ist auch. Damit der Raum des Spiels definiert ist.

Mit den Eltern habe ich ein Anamnesegespräch, bevor die Therapie anfängt, um vom bisherigen Leben des Kindes zu erfahren und auch, um ein Therapieziel festzulegen.

Es gibt ein Therapieziel, die Kinder kommen nicht einfach hierhin zum Spielen.

Das Kind führt und sagt, was es möchte.

Ich hole ständig Regieanweisungen von ihm. Also spiele ich nicht meine eigenen Impulse. Ich spiele das, was das Kind der Figur zuteilt in dieser Geschichte.

Weil es eigentlich darum geht, dass es sein eigenes Inneres im Spiel ausdrücken kann, was Kinder ja weniger mit Worten machen. Das Spiel ist sein Medium.

Wenn uns Erwachsene etwas beschäftigt, reden wir häufig. Das macht das Kind nicht. Man kann ein Kind auch nicht einfach fragen "Wieso bist du jetzt traurig?" Manchmal kriegt man eine Antwort, aber oft auch nicht, weil das Kind gar nicht weiss, wieso es traurig ist, ob es jetzt traurig ist.

Aber es spielt, was es beschäftigt. Seien das Aggressionen, oder seine Figur ist traurig, oder es muss ihr geholfen werden."

Ja, es gibt Grenzen. Ich bin nicht Psychologin und nicht Ärztin. Alles, bei dem man eine Diagnose stellen muss, das kann ich nicht, dazu bin ich nicht ausgebildet. Dort kann die Therapie höchstens ergänzend stattfinden, zum Beispiel bei einem autistischen Kind, zur Stärkung seines Selbstwertgefühls.

Eine andere Grenze sind auch schwer traumatisierte Kinder. Weil ich keine Traumaausbildung habe. Und das wäre heikel, ein Kind so seine Sachen ausspielen zu lassen und es in Emotionen geraten zu lassen, wo man nicht weiss, wie kriege ich es da wieder heraus.

"In den letzten Jahren motivierte ich mehrere Familien mit ihren Problemkindern zu einer Figurenspieltherapie. [..] Die Rückmeldungen der Eltern waren durchwegs positiv. Das Therapieziel wurde in den meisten Fällen erreicht. Zumindest kam es in allen Fällen zu einer Minderung des ursprünglichen Leidens. Das häufigste Problem, welches zur Einschränkung der Anwendung der Figurenspieltherapie auftrat, war leider die Finanzierung derselben."

Dr. med. FMH Rudolf Christen, Spezialarzt für Kinder- und Jugendmedizin, https://www.figurenspieltherapie.ch/?p=27

"Das therapeutische Puppenspiel heute hat meinem Verständnis nach eine moderne, kognitive und emotionale behaviorale und systemische Ausrichtung und bezieht einige tiefenpsychologische Aspekte ein."

Hilarion G. Petzold, Psychologe, Begründer der Integrativen Therapie, Auszug aus einem Interview an der Europäischen Fachtagung für Puppenspieltherapie