

Das Bild der gemeinsamen Handlung

Das Bild der gemeinschaftlichen Handlung stammt von dem norwegischen Psychologen und Entdecker der Kinderorientierten Familientherapie Martin Soltvedt aus Lier. Seine Frau Berit Dahl Soltvedt hat es künstlerisch ausgestaltet. Die Symbole an der Seite sind von einem Kind geschaffen worden, als es verschiedene Weisen, mit der Familie zusammen zu sein, beschrieb. Diese Symbole waren der Ausgangspunkt für Berits Bild. Mit dem Bild erhalten wir ein Bild der Grammatik der gemeinschaftlichen Handlung. Wir sehen, wie das Zusammenspiel zwischen Eltern und Kind sich zwischen verschiedenen Ebenen oder Feldern/Farben bewegen kann.

Es ist eigentlich ein ganz einfaches Bild, das verdeutlichen kann, wie gute Grenzsetzung und gute gemeinschaftliche Handlung aussehen kann. Gerade in der Einfachheit liegt der Reiz für viele Eltern, die es oft sehr einleuchtend und hilfreich finden.

Das gelbgrüne Feld symbolisiert gute und funktionierende gemeinschaftliche Handlung. Der grüne Teil meint alltägliches Zusammenspiel zwischen Eltern und Kindern, z. B. wenn man isst, gemeinsam einkaufen geht, zur Schule geht etc. Der gelbe Teil steht für das Spiel. Dieser Teil ist absichtlich etwas größer als der grüne, weil Martin Soltvedt darauf hinweisen möchte, dass Eltern und Kinder ruhig etwas mehr miteinander spielen können und sollen. Es ist in diesem Feld, in dem wir uns am liebsten aufhalten. Das Bild zeigt am linken Rand einen Erwachsenen und ein Kind, die mit einem sonnengelben Ball spielen.

In allen Familien kommt es jedoch zu Situationen, in denen dieses Feld nicht ausreicht. Das Kind muss bestimmte Dinge tun, vor Gefahren geschützt werden etc. In solchen Situationen können wir nicht einfach nur lächeln und mit freundlicher Stimme sprechen, sondern müssen deutlicher werden. Z. B. wenn Kinder ins Bett müssen, die Zähne putzen sollen, nicht auf die Straße laufen sollen oder nicht mit der Steckdose spielen sollen...

Damit das Kind versteht, dass wir es ernst meinen, müssen wir bestimmte Signale verwenden, um zu zeigen, dass wir „hinauf“ in das blaue Feld gehen. Wir haben einen bestimmten Gesichtsausdruck, sprechen mit tieferer, lauterer Stimme, sehen das Kind streng an und berühren es vielleicht sogar, um seine Aufmerksamkeit zu erlangen. Das wird im Bild von einem Zeigefinger illustriert. Hier sind wir deutlich und autoritativ. Wir zeigen, was gilt und stehen fest zu dem, was wir entschieden haben. Für manche „leichterziehbare“ Kinder reicht es, wenn die Eltern einmal kurz in das blaue Feld gehen – die Kinder gehorchen. Für andere Kinder, störrischere oder trotzigere, müssen die Eltern recht hoch in das blaue Feld gehen und dort länger verbleiben, bis das Kind verstanden hat, was gilt. Erst dann kann man wieder in das grüngelbe Feld zurückkehren.

Verschiedene Kinder haben eben verschiedene Bedürfnisse im Zusammenspiel mit ihren Eltern. Ein großes Geschwister hat vielleicht nur kurze Anweisungen benötigt. Die Eltern fühlen sich ohnmächtig, wenn das gleiche Verhalten bei dem kleinen Geschwister nicht mehr funktioniert. Hier kann das Bild nützlich sein, um zu erläutern, was gerade dieses Kind benötigt, dass die Eltern vielleicht mehr Deutlichkeit im blauen Feld der Grenzsetzung zeigen sollten. Ansonsten sind Eltern vielleicht überwältigt und gehen in das rote Feld, weit schlimmer als die Ansage im blauen Feld, die das Kind benötigt hätte.

Es gibt Eltern, die nett und nicht streng zu ihrem Kind sein wollen. Manche von ihnen versuchen, bloß nicht in das blaue Feld zu gelangen und springen dann plötzlich wütend in das rote Feld der Aggression. Dieses ist mit Blitzen illustriert. Hier reagieren die Eltern über mit physischer oder psychischer Gewalt. Die Grenze zum roten Feld sollte nicht überschritten werden. Jedes Elternteil weiß, wenn es soweit ist. Hoch im blauen Feld zu sein, bedeutet, verantwortlich zu kontrollieren, nicht über die Grenze zu schreiten. Im roten Feld haben die Eltern die Kontrolle verloren und reagieren ihre Wut und ihre Frustration ab. Weder Eltern noch Kindern tut dies gut.

Die meisten Eltern, die in das rote Feld hinauf gegangen sind, sehen schnell ein, was sie falsch gemacht haben und fallen daraufhin in das schwarze Feld der Depression, voller Schuld und Verzweiflung. Dieses Feld wird mit einem traurigen Gesicht symbolisiert. In diesem „Schuld Keller“ bereuen Eltern ihr Verhalten und wollen alles wieder gut machen, sie umarmen ihr Kind, überschütten es mit Freundlichkeit und Süßigkeiten etc. als Kompensation für ihren Ausbruch. Dieses Wiedergutmachen nimmt der ursprünglich vernünftigen Absicht der Grenzsetzung die Kraft und Eltern verlieren ihre Autorität als Erziehende.

Kinder mit Eltern, die zwischen rotem und schwarzem Feld hin und her „switchen“, erhalten eine sehr unruhige Erziehung und zu wenig gemeinschaftliche Handlung. Auch Kinder, die zwischen diesen Feldern hin und her pendeln, benötigen Hilfe, weder in das rote Feld der Aggression noch in das schwarze Feld der Depression zu gelangen.

Hierin liegt eins der Hauptanliegen der Kinderorientierten Familientherapie: Dass Eltern und Kinder im Feld der gemeinschaftlichen Handlung oder der Grenzsetzung bleiben.

In einer guten Eltern-Kind-Beziehung bewegt sich die meiste gemeinsame Zeit in diesen beiden Feldern. Die Eltern können ihre Wut kontrollieren und gelangen nicht in das rote Feld, erleben keine Schuldgefühle und brauchen daher auch nicht in Depression zu verfallen.

Das Bild wird bei Gesprächen mit Eltern und Familien angewendet, um ihr Zusammenspiel zu verdeutlichen und die Gefühle der Eltern in bestimmten Situationen mit ihrem Kind zu visualisieren. Man kann vergleichen, wie die Eltern mit einem Geschwisterkind umgehen oder wie Eltern selbst als Kinder waren. Wenn man Figuren auf dem Bild hin und herrückt, kann ein Überblick geschaffen werden, wie die einzelnen Familienmitglieder einander beeinflussen, z. B. wie die Eltern sich gegenseitig stützen in einer Grenzsetzung. Das Bild kann so in einem Gespräch über alltägliche Situationen oder über ein KOF-Spiel, bzw. ein Spielgespräch angewendet werden.

Viele Eltern haben es als große Hilfe erlebt. Manche nehmen ein kleines Bild mit nach Hause, um sich und die Familie daran zu erinnern, in den gewünschten Feldern zu verbleiben.

Text von Barbro Sjölin-Nilsson – frei übersetzt von Bernd Reiners
Ausführlicher in Reiners, 2013.