Methodische Kreativität in der Beratungspraxis mit kognitiv beeinträchtigten Menschen

Claudia Chodzinski

Frauennotruf Hannover e.V.

Ursula Enders • Dorothee Wolters
Gefühle Quartett
Pädagogisch-therapeutisches Spielmaterial
wir
du
WIEVIEL ENERGIE HABE ICH?
Gisela Braun
Dorothee Wolters
Das große und
das kleine
NEIN!

Themen des Workshops

- Eigene Erfahrungen – Unsicherheiten – Unklarheiten – Fragen – Bedenken – Überraschungen und Erkenntnisse
- Haltung – Grundsätzliches – Spiegelneurone
- Was braucht die Beratungspraxis:
  - Präventiv?
  - In Akutsituationen und Krisen?
  - Begleitend?
- *Kreativkiste* der Methoden
- Zusammenfassung und Verankerung

Haltung

- Habe ich eine eigene Haltung zum Thema sexualisierte Gewalt an Frauen und Mädchen mit Behinderungen?
- Habe ich Vorurteile/Behauptungen zum Thema reflektiert?
- Fragen zu Menschenbild, Eigenmotivation, Verhältnis zu Macht und Machtbedürfnis, eigene Werte und Normen, eigenes Rollenverständnis, Selbstbewusstsein, Resilienz uvm.
- Ziele formulieren („Verhaltensänderung“, Leidensminderung…)
- Welche Voraussetzungen habe ich persönlich und meine Institution, um mit Frauen und Mädchen, die sexualisierte Gewalt erfahren haben, zu arbeiten?
- Wo sind die, meine, unsere Grenzen meiner Möglichkeiten?
- Wie ist unser örtliches Netzwerk ausgebaut?
- Woran merke ich eigentlich, dass sich jemand für mich interessiert?
- Wie zeige ich Anderen, dass ich mich für sie interessiere?

Sieben Grundregeln der Prävention

nach E. Fey

1. Dein Körper gehört Dir!

2. Vertraue Deinem Gefühl!

3. Schöne und unangenehme Berührungen.

4. „Nein“ sagen ist erlaubt!

5. Gute und schlechte Geheimnisse.

6. Erzähle und suche Hilfe, wenn Du sie brauchst!

7. Du bist nicht schuld!

Grundsätze der Beratung

- Parteilichkeit – Erfahrungen, Erlebnisse, Gefühle, Ängste usw., dürfen ohne Bewertungen angesprochen werden!

- Gleichberechtigung – Beratung auf „Augenhöhe“. Die Klientin bestimmt worum es in der Beratung geht, was sie erzählen will, womit und wie sie arbeiten will und was das Ziel sein soll. Das wahrnehmen und äußern, eigener individueller Bedürfnisse der Klientin wird ge – und verstärkt!

Grundsätze der Beratung

- Vertraulichkeit – Alles was passiert, wird mit der Klientin abgesprochen! Wir ermöglichen grundsätzlich vertrauliche Einzelgespräche, bzw. vergewissern uns, dass eine Begleitperson oder anders Anwesende, gewollt sind. Wir unterliegen der Schweigepflicht (Ausnahmen regelt u.a. der § 34 Rechtfertigender Notstand § Strafgesetzbuch (StGB)).

- Hilfe zur Selbsthilfe – Die Klientinnen verfügen über Ressourcen, Fähigkeiten und Fertigkeiten, mit denen sie schon Probleme in Ihrem Leben gelöst haben. Wir unterstützen die Klientin darin, diese wieder zu re-aktivieren und achten auf möglichst viel Autonomie seitens der Klientin (Vorsicht vor der „Helfer- und Retterfalle“ !).

Grundsätze der Beratung

- Hilfe zur Selbsthilfe und Ganzheitlichkeit – Die Klientinnen verfügen über Ressourcen, Fähigkeiten und Fertigkeiten, mit denen sie schon Probleme in Ihrem Leben gelöst haben. Wir unterstützen die Klientin darin, diese wieder zu re-aktivieren und achten auf möglichst viel Autonomie seitens der Klientin (Vorsicht vor der „Helfer- und Retterfalle“ !).

  Wir „reduzieren“ Klientinnen nicht auf die erlittene Gewalt, sondern sehen Krisen und psychische Schwierigkeiten auch als Überlebens – und Bewältigungsstrategien.

  Wir erklären den Klientinnen, dass ihre Bewältigungsversuche „normale Reaktionen auf unnormale Erlebnisse“ sind und betrachten auch die gesellschaftlichen und konkreten Lebenssituationen von Frauen und Mädchen als Ganzes und orientieren uns daran!

Grundsätze der Beratung

- Aufsuchende Beratung – kann als ergänzendes Angebot sehr sinnvoll sein, besonders wenn die Klientin nicht in die Beratung kommen kann. Hier sehen und erfahren wir auch, wie das Milieu der Einrichtung, der Werkstatt, dem Zuhause der Klientin ist.

  Hierbei ist es wichtig, schon vorher einen ungestörten Raum (möglichst nicht das Zimmer der Klientin!), eine weitere Bezugsperson zwecks Absprachen zwischen Beraterin und Klientin zu benennen und auf Diskretion hinzuweisen (Beraterin muss sich nicht als „eine vom Frauennotruf“ outen, so dass alle anderen Bewohner oder Kollegen, Bescheid wissen!).

Beratungserfahrungen - Fragen

- Größerer Zeitaufwand
- Abhängigkeiten (Fahrdienst, Begleitung, Räume...)
- Barrierefreiheit
- Grenzen öffnen aber auch setzen...(Bindungs - Beziehungswünsche der Klienteninnen)
- Hilfestellungen anbieten und ausführen (Jacke aus – anziehen etc.)
- Breites Fachwissen zum Thema „Behinderungen“, körperliche und seelische Diagnosen, sowie deren Symptome (z.B. Epilepsie, Psychosen usw.)
- Strukturen in Einrichtungen (er-)kennen
- Umgang mit Bezugsperson (Systemische Aspekte)
- Umgang mit Betreuern, auch rechtliche Betreuer

Beratungserfahrungen - Fragen

- Kontakt – und Kommunikationsgestaltung abklären
- Wer wünscht Beratung und mit welchem Ziel?
- Vertrauen – Bindung – Beziehung – Stabilisierung
- Problembewusstsein und Leidensdruck – wenn kein Leidensdruck benannt oder erkennbar, dann Beratung?
- Therapiefähigkeit – Beziehungsfähigkeit klären
- Thema Behinderung: Ist mir das passiert, weil ich behindert bin?
- Die passenden Methoden und Materialien gemeinsam herausfinden
- Oft überhöhte Erwartungen an Beraterin: „Die macht alles wieder gut…“.
- Oft hohe Ansprüche an sich selbst: „Ich falle anderen schon zur Last, jetzt damit nicht auch noch!“

Beratungserfahrungen - Fragen

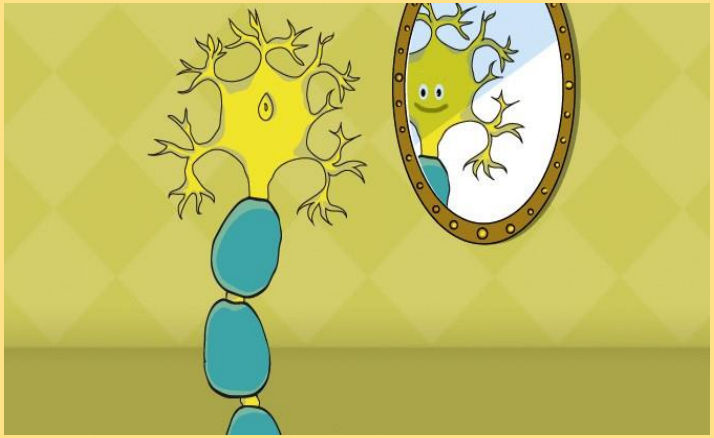
Das eigene Netzwerk erkunden –

was gibt es wo und für wen?

- Therapeuten aller Fachrichtungen und Methoden und andere Verfahren (Kunst – Körpertherapien, Tiergestützte Therapie, Musiktherapie usw.)
- Arbeitskreise – „runde Tische“
- Supervision – Kollegiale Beratung
- Kliniken
- Strukturen innerhalb der Einrichtungen
- …

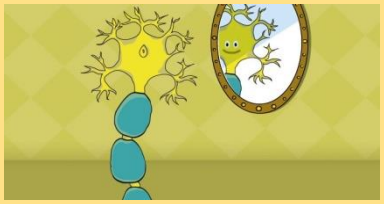
Spiegelneurone

Zwischenmenschliches Miteinander läuft im Gehirn auf mehreren Ebenen ab. Eine davon besetzen die Spiegelneuronen, indem sie eine beobachtete Handlung als solche registrieren und Aktionen anderer nachvollziehbar machen. So legen sie den Grundstein für ein soziales Miteinander.



Copyright: Meike Ufer

Spiegelneurone



Beispiel:

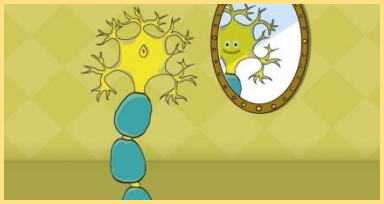
Ich sehe im Gesicht einer anderen Person, dass sie sich ekelt oder fürchtet.

Das erkenne ich vor allem an der Mimik – das heißt, an Gesichts-Bewegungen. Meine „Spiegelneuronen“ vollziehen diese Mimik innerlich nach und ich bekomme häufig unbewusst einen ähnlichen Gesichtsausdruck oder eine ähnliche Gestik oder Körperhaltung.

Doch das allein muss noch nicht dazu führen, dass sich das Gefühl auf mich überträgt.

Gleiches gilt für positive Gefühle, wie Optimismus, Sicherheit, Vertrauen, was wir ausstrahlen, wenn wir einander ansehen!

Spiegelneurone



Was tun bei Menschen, die unser Gesicht nicht sehen können, weil sie Einschränkungen beim Sehen haben, blind sind oder ähnliches?

Vergewissern sie sich, ob andere Sinneseindrücke oder Motorik eine Vertrauensvolle und wertschätzende Grundhaltung ausdrücken / deutlich machen können, wie z.B. Stimme, Körperhaltung, Bewegung im Raum etc.

Klären und verabreden sie möglichst zuerst eine „Ja“ / „Nein“ Absprache (Symbolik), sowie „angenehm“ / „unangenehm“ / „ok“ usw.

Ziel: Sichere, stabile Bindung und tragfähige therapeutische Beziehung!

Kreativkiste der Beratung

- Ich biete meinen Klientinnen an, sich ihre eigene Kiste zu besorgen und in meinem Büro stehen zu lassen. So können sie eigene Dinge, die ihnen gut tun (oder aber, die verwahrt werden sollen oder Sorge bereiten), in dieser Kiste deponieren. Auch Materialien, die sie mögen oder mit denen wir aktuell arbeiten. Somit ist diese Kiste sowohl eine Skillskiste, als manchmal auch ein Tresor.

- Weniger ist oft mehr: Materialien und Methoden sind nur als eine mögliche Ergänzung zu „echtem Interesse“, Raum- und zeitgebender Haltung zu nutzen. Es macht Sinn, Materialien und Methoden eher intuitiv, situativ und flexibel zu nutzen, z.B. um etwas zu verdeutlichen, zu verankern oder Kontakt mit Gefühlen, Gedanken oder Körperempfindungen herzustellen. Auch wenn die Beratung stockt, können sie sehr hilfreich sein.

Kreativkiste der Beratung

- Keine Angst vor „Fettnäpfchen“: Wir können oft nicht wissen, was unsere Klientinnen brauchen, aber wir können fragen. Wir können auch nicht immer genau wissen, wie es ist „behindert“ oder „benachteiligt“ oder „beeinträchtigt“ zu sein, aber wir können das authentisch sagen und unsere Klientinnen einladen, uns davon zu erzählen, was es für sie bedeutet! = Professionelle Aufrichtigkeit!

- Alle Materialien und Methoden sollen der Klientin helfen, sich im „hier und jetzt“ selbst zu erfahren, ihre Wahrnehmung zu und über sich selbst zu ver-stärken und anzuerkennen!

- Materialien und Methoden können dann greifen wenn Sprache und Kommunikation nicht ausreichen!

- Gerade kognitiv beeinträchtigte Klientinnen sind häufig im „du und Außen“, statt im „ich und Innen“!

Kreativkiste der Beratung

- „Spielzeug“
- Stofftiere und Stoffpuppen
- Matrjoschkas
- Energieuhr
- Emotionskarten
- Malzeug - Knete
- Seile
- Tücher
- Massagebälle
- Muscheln
- Systemisches Brett (Figuren)
- (Bilder-)Bücher

Kreativkiste der Beratung

Materialien der „Persönlichen Zukunftsplanung“

Persönliche Zukunftsplanung ist ein individueller Ansatz, mit dem Menschen über sich, ihre Lebenssituation und die Zukunft nachdenken können. Es geht darum, eine Vorstellung von einer guten Zukunft zu entwickeln, Ziele zu setzen und diese mit anderen Menschen in gangbare Schritte umzusetzen.

Kreativkiste der Beratung

- Fingerpuppen
- Schleichtiere
- Fabel – Märchenwesen
- Kleinere Musikinstrumente (Trommel…)
- „Der rote Faden…“
- Fotos zur Verankerung mit Polaroid
- Geruchsfläschchen (angenehme / unangenehme Gerüche)
- Brausepulver und andere prägnante Geschmacksstoffe (angenehme / unangenehme Geschmäcker)
- Bewegung, Sport, Wackelbrett, draußen sein…

… den Körper mitnehmen und die bilaterale

Stimulation zur psychischen Stabilisierung nutzen!

Kreativkiste der Beratung

- Sandspieltherapie wurde von Dora M. Kalff (Schweizer Therapeutin) begründet und ist eine Methode, die nonverbale therapeutische Zugänge in einer Psychotherapie ermöglicht.

- „Es handelt sich beim Sandspiel um eine non-verbale Therapieform, die sich als sehr kindgerecht anbietet. Wir nutzen ein urtümliches Bedürfnis des Kindes, sich in Sand und Wasser auszudrücken, stellen ihm also Material zur Verfügung, das es ohnehin bevorzugt. Das Sandspiel eignet sich aber auch für Erwachsene, und zwar in Therapien sogenannter Frühstörungen." (Walter 1996, 460)

„Sandspiel2" von Kristina Walter (Mit herzlichem Dank an Sabine Beckmann im Ste
Therapiematerial zur Verfügung stellte.)

Zusammenfassung und Verankerung

Was nehme ich Heute aus dem Workshop

für mich und meine Arbeit mit?

- Allgemein?
- Konkret?
- ...

Literatur und Quellenhinweise

- EMDR in Aktion: Die neue Kurzzeit-Therapie in der Praxis Taschenbuch – 1. Januar 2007
  von Francine Shapiro (Autor), Margot Silk Forrest (Autor),

- http://www.persoenliche-zukunftsplanung.de/neuigkeiten.html
  Walter, Joachim: Sexualität und geistige Behinderung. Hrsg. von Joachim Walter. Mit Beitr. von I. Achilles...- 4., erw, Auflg. - Heidelberg: Winter, Programm Ed. Schindele 1996

- Zemp, Aiha, Pirchner, Erika: Sexuelle Gewalt gegen behinderte Menschen und das Recht.
  Opferschutz und Gewaltprävention zwischen Behindertenhilfe und Strafjustiz. Verlag Leske&Budrich, 2003.

- http://de.wikipedia.org/wiki/Sandspieltherapie

- http://www.sandspiel.de/

- Stahl, Sabine: So und So, Beratung für Erwachsene mit so genannter geistiger Behinderung, Bundesvereinigung Lebenshilfe, Marburg 2012

Claudia Chodzinski

Diplom Sozialpädagogin / Dipl. Sozialarbeiterin (FH)

Psychotraumatologie Beratung und Pädagogik (ZptN)

Fachkraft für Sozialpsychiatrische Betreuung

Psychodrama – Soziometriepractitioner (IACC)

c.chodzinski@frauennotruf-hannover.de