



Gräßer • Hovermann • Botved

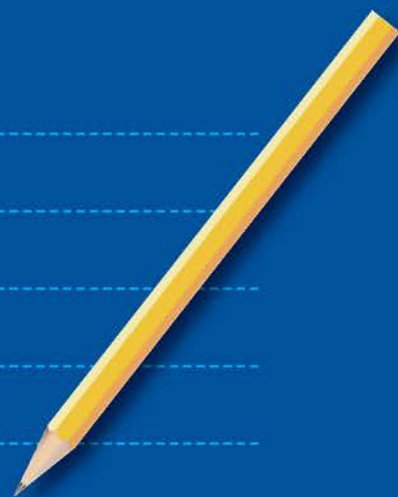
**THERAPIE-TOOLS**



# Therapeutisches Malen mit Kindern und Jugendlichen



MALVORLAGEN



**BELTZ**

Melanie Gräßer • Eike Hovermann jun. • Annika Botved

# **Therapie-Tools**

# **Therapeutisches Malen mit**

# **Kindern und Jugendlichen**

Mit E-Book inside und Malvorlagen

**BELTZ**

*Anschrift der Autoren:*

Dipl.-Psych. Melanie Gräßer  
Psychotherapeutische Praxis  
Barbarossastraße 64  
59555 Lippstadt  
E-Mail: m.graesser@therapie-lippstadt.de

Eike Hovermann jun.  
Akademie für die Deutsche Wirtschaft GmbH  
Wiedenbrücker Straße 12  
59555 Lippstadt  
E-Mail: eike.hovermann@akadsek.de

Annika Botved  
Brandensteinstraße 47  
30519 Hannover  
E-Mail: annika@penimals.de

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme.



Dieses Buch ist erhältlich als:  
ISBN 978-3-621-28655-8 Print  
ISBN 978-3-621-28656-5 E-Book (PDF)

1. Auflage 2018

© 2018 Programm PVU Psychologie Verlags Union  
in der Verlagsgruppe Beltz • Weinheim Basel  
Werderstraße 10, 69469 Weinheim  
Alle Rechte vorbehalten

Lektorat: Karin Ohms  
Umschlaggestaltung: Lina Marie Oberdorfer  
Herstellung: Lelia Rehm  
Satz: Markus Schmitz, Altenberge  
Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza  
Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autor\_innen und Titeln finden Sie unter: [www.beltz.de](http://www.beltz.de)

# Inhaltsverzeichnis

|                                        |            |
|----------------------------------------|------------|
| Geleitwort                             | 6          |
| Vorwort                                | 7          |
| <b>Einführung</b>                      | <b>8</b>   |
| <b>1 Hallo, das bin ich!</b>           | <b>18</b>  |
| <b>2 Hallo, das ist meine Familie!</b> | <b>41</b>  |
| <b>3 Meine Freunde</b>                 | <b>50</b>  |
| <b>4 Das ist bei mir los</b>           | <b>57</b>  |
| <b>5 Eingruppierungen</b>              | <b>93</b>  |
| <b>6 Szenen</b>                        | <b>106</b> |
| <b>7 Projektives</b>                   | <b>122</b> |
| <b>8 Skalen und »Wege«</b>             | <b>134</b> |
| <b>9 Schreiben</b>                     | <b>145</b> |
| <b>10 Comicstrips</b>                  | <b>158</b> |
| <b>11 Spiele</b>                       | <b>161</b> |
| <b>12 Intervention</b>                 | <b>167</b> |
| <b>13 Mandalas</b>                     | <b>190</b> |
| Übersicht über die Arbeitsblätter      | 204        |
| Literatur                              | 209        |

# Geleitwort

Sehr häufig wird in der therapeutischen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen bei der Aufforderung, die Gefühle, Wahrnehmungen, Seelenzustände und Befindlichkeiten in Form und Farbe zu bringen, ab dem Grundschulalter der Satz als Antwort gegeben: »Ich kann nicht malen!« Sobald eine Bewertung und Vergleiche der gestalterischen Arbeiten einsetzen, verlieren die Kinder den ursprünglichen Zugang zu diesem tiefen, individuellen Ausdrucksmittel. Die »Angst vor dem leeren weißen Blatt« setzt sich fort, Blockaden entstehen und verhindern den so wichtigen intuitiven Zugang zu den eigenen Kräften und Ressourcen, aber auch zu den Themen, die die Kinder und Jugendlichen in die Behandlung bringen. Eine Zeichnung kann ungleich mehr als Worte aussagen und ist dennoch intim und loyal.

Dieses »Malbuch« ist auch eine schöne Hilfestellung und Anregung für Psychotherapeuten, die durch ihre Ausbildung bisher die verbale Ausdrucksweise bevorzugt haben, aber auch einen zusätzlichen Zugang zu kreativen, kindgerechten Kommunikationsformen wie Spiel und Malen entdecken möchten.

Nun liegt hier ein überaus reichhaltiges Therapie-Tool vor, das eine große Auswahl an Themen vorbereitet hat, die mit Malanlässen, Malideen und begonnenen Bildern die Kinder und Jugendlichen anregen und vor allem ihnen und den Therapeuten Mut machen, sich in das Abenteuer von Form und Farbe, Ausdruck und Fantasie zu begeben. Es ist eine Schatzkiste nicht nur für die Einzeltherapie mit Kindern und Jugendlichen, sondern auch eine Anregung für die Erwachsenentherapie. Viele Mal- und Spielideen sind zudem gut in der Arbeit mit Gruppen einsetzbar. Die schlichten Bilder setzen die Kinder nicht unter Druck, sondern holen sie in ihrer Lebens- und Gestaltungswelt ab.

Das kreative Trio der Autoren bringt theoretisches Fachwissen, therapeutische Erfahrungen und künstlerische Vielfalt zusammen, sodass dieser vorliegende Band als Materialfundus für die Kindertherapie äußerst wertvoll ist.

Köln, April 2018

*Gabriele Meyer-Enders*

# Vorwort

»Die Kunst ist eine Vermittlerin des Unaussprechlichen.«

Johann Wolfgang von Goethe

Wenn Sie mit Kindern und Jugendlichen arbeiten und auch schon kreative Techniken einsetzen, dann werden Sie dieses Goethe-Zitat sehr gut verstehen und nachvollziehen können.

Als Therapeut stehen Sie immer wieder vor großen Herausforderungen und schwierigen Situationen, die sich manchmal gar nicht in Worte fassen lassen ...

Die *Therapie-Tools Therapeutisches Malen mit Kindern und Jugendlichen* sollen eine konkrete Hilfe für Ihre therapeutische Arbeit mit Kindern und Jugendlichen sein. Die Mal- und Zeichenvorlagen sollen Ihnen und Ihren Patienten Wege eröffnen, die Sie vielleicht nur mit Gesprächen nicht hätten gehen können. Die zahlreichen praxisorientierten Arbeitsblätter sind eine hilfreiche Ergänzung in Ihrem therapeutischen Repertoire und Sie werden sicher auch manchmal positiv überrascht sein über die kreativen Ergebnisse Ihrer kleinen und großen Patienten.

Sie werden bei der Arbeit mit diesem Buch aber auch feststellen, dass es kein Rezeptbuch ist und nicht jedes Arbeitsblatt bei jedem Patienten gleich gut funktioniert. Lassen Sie Ihr therapeutisches Gespür entscheiden, wann Sie welches der Arbeitsblätter nutzen. Manchmal sind die Arbeitsblätter »nur« ein »Türöffner« oder eine Hausaufgabe, aber manchmal können Sie auch der »Retter in der Not« sein, der entscheidende Wendepunkt oder der »krönende Abschluss«. Und wenn mancher Ihrer Patienten durch die eigene kreative Beschäftigung mit einem Thema ein paar Minuten der Entspannung, Ablenkung oder echte Freude empfindet, dann haben Sie auch schon viel erreicht.

Hauptaufgabe dieses Tools-Buches und gleichzeitig unser größtes Anliegen ist es, Sie bei der kreativen Arbeit mit Ihren kleinen und großen Patienten zu unterstützen und mit »Papier und Stiften« möglichst vielen Kindern, Jugendlichen und (jungen) Erwachsenen zu helfen.

Wir wünschen Ihnen ganz viel Freude und Erfolg bei der Arbeit mit Ihren Patienten!

## Danksagung

Unser Dank gilt zunächst einmal allen Menschen, die sich bei der Auswahl, der Testung und dem Ausmalen der zahlreichen Malvorlagen mit Rat und Tat beteiligt haben. Insbesondere möchten wir erwähnen: Barbara und Eike Hovermann, Heide und Manfred Nietsch, Ilka Bahr, Patrick Dressel, Josephine Nitzschke, Clara Meynen, Nora, Jana und Mia Meynen, Katja Werth, Alma Werth, Elke Gimm, Roswitha Lesch, Kristin Leonhardt, Sarah Löckener, Kristina Focali, Anja Everwand und Verena Krüger. Darüber hinaus gilt unser besonderer Dank Dana Martinschledde für ihre wichtigen inhaltlichen Anregungen und Hinweise. Ebenfalls bedanken wir uns bei: Clara, Dana, Kimberley, Lily, Luisa, Maja, Pia und Wiebke, Frau M., Frau B., Frau S. und Frau Z.

Unser besonderer Dank gilt dem Berliner Architekten und Künstler Christian Romed Holthaus für seine wunderschönen Mandalavorlagen. Unser Dank gilt auch den Mitarbeitern des Beltz-Verlags, die uns die Möglichkeit gegeben haben, dieses wichtige Thema in einem Praxisbuch speziell für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen zu erstellen. Eine wahre Hilfe war uns dabei Frau Karin Ohms, die durch ihre inhaltlichen Kommentare, ihr Fachwissen und ihre nette Art eine echte Unterstützung bei diesem Werk war.

Wir hoffen, dass dieses Tools-Buch mit seinem Hintergrundwissen, den vielen Praxistipps und den zahlreichen Vorlagen ein wichtiger Beitrag für alle Kolleginnen und Kollegen ist, die im Rahmen ihrer Tätigkeiten mit Kindern und Jugendlichen arbeiten und kreativen Wegen aufgeschlossen sind und so auch die Freude in der Therapie fördern und gleichzeitig helfen.

Lippstadt und Hannover, im Frühjahr 2018

Melanie Gräßer, Eike Hovermann jun., Annika Botved

# Einführung

## Malen und Zeichnen in der Therapie?!

»Ich habe keine Lust zu reden ...!«

»Ich weiß auch nicht ...!«

»Alles Okay!«

Vielleicht kennen Sie diese Aussagen auch von einigen Ihrer Patienten. Bereits Watzlawik sagte, dass die psychotherapeutische Arbeit mit Erwachsenen sich überwiegend auf die verbale Kommunikation verlassen würde, obwohl sprachliche Austauschprozesse nicht zwangsläufig die wirksamste Kommunikationsform in der Psychotherapie seien (Watzlawik, 1977). Und gerade bei Kindern und Jugendlichen können andere Zugangsmodalitäten genutzt werden, die deren Interessen, Ausdrucksformen oder Talenten oft gerechter werden. Hier steht Ihnen vom Spiel über die Aktion oder den Einsatz von Musik bis hin zum künstlerischen Gestalten, Malen und Zeichnen eine Vielzahl an Möglichkeiten zur Verfügung. Sie können verschiedene Methoden und Techniken zielführend einsetzen und die Kommunikation auf eine Ebene verlegen, die an der natürlichen kindlichen Vorliebe für das Zeichnen anknüpft und auch Erwachsenen die Chance gibt, schöpferisch tätig zu werden.

Bieten Sie Ihren Patienten neben der Sprache alternative Ausdrucksmöglichkeiten an, mit denen sie ihr Befinden, ihre Wünsche, Ängste, Sorgen und Bedürfnisse einfacher und auch ohne viele Worte ausdrücken können. Zeichnungen, Malvorlagen, Bildergeschichten, Cartoons oder andere gestalterische Aufgaben sind nur ein Teil der breit gefächerten Auswahl von Methoden, die Sie verwenden können. Setzen Sie Ihrer therapeutischen Arbeit und Ihren Patienten keine Grenzen durch die Einschränkung der Medien oder die Art der Kommunikation.

Viele kindertherapeutische und gestaltungstherapeutische Techniken werden heute therapieschulenübergreifend genutzt und sind Allgemeingut geworden (Oaklander, 1969; Schaefer & Cangelose, 1993; v. Gontard & Lehmkuhl, 2003).

## Zugänge gestalten und erleichtern

Gerade für Kinder und auch Jugendliche ist das Malen ein vertrautes Medium, das zumeist keine besonderen Einstiegskompetenzen erfordert und daher oft einen niederschweligen und schnellen Zugang zu ihren Emotionen und den sie beschäftigenden Themen ermöglicht.

Insbesondere der Erstkontakt in einer Therapiesituation ist oft mit einer natürlichen Skepsis und Scheu verbunden, sodass sich die Situation häufig schon durch ein einfaches weißes Blatt Papier und ein paar Stifte entspannt und der Weg in ein positives Miteinander geebnet ist.

Für Sie als Therapeut bieten sowohl der Einsatz von Malen und Zeichnen als auch andere gestalterische Arbeiten viele Vorteile. Oftmals ermöglicht nicht nur das Produkt, sondern auch der Prozess des Gestaltens einen ersten therapeutischen Einblick in die Symptomatik Ihres Patienten und kann Sie auf diese Weise ganz leicht zu ersten diagnostischen Einschätzungen führen.

## Hinweise auf Tabus, Geheimnisse oder Traumata

Bilder können Ihnen auch Hinweise auf Themen oder Sachverhalte geben, über die Ihr Patient zunächst nicht von sich aus berichten möchte. So können sich beispielsweise tabuisierte Themen, Geheimnisse und/oder traumatische Erfahrungen in Kinderzeichnungen widerspiegeln (vgl. Gil, 1991; Tonge, 1982).

Oft ist auch der Blick auf die Interaktion der Eltern sehr spannend und interessant. Rückschlüsse auf die Familienkonstellation, -kommunikation, -interaktion oder das Klima innerhalb der Familie lassen sich sehr leicht über entsprechende Zeichnungen gewinnen. Des Weiteren können sich häufig auch familiäre Konflikte oder Probleme in Bildern und Zeichnungen »verstecken«, derer sich Kinder zum Teil gar nicht bewusst sind.

Auch unter anderen diagnostischen Gesichtspunkten kann eine Zeichnung sehr aufschlussreich sein. Insbesondere die Beobachtung des Gestaltungsprozesses kann Ihnen beispielsweise einen Hinweis darauf geben, welche Händigkeit das Kind aufweist und wie seine Grob- und Feinmotorik ausgebildet ist. Darüber hinaus lassen sich auch Rückschlüsse auf die Konzentrationsfähigkeit, die Ausdauer, die Frustrationstoleranz und viele andere Kompetenzen und Eigenschaften des Kindes ziehen.

## **Erfahrungen, Wünsche und Träume**

Zeichnungen, Malereien und gestalterische Arbeiten sind oft ein Spiegel der bisherigen Erfahrungen, Wünsche und Träume. Mithilfe von Stiften und Papier ermöglichen Sie vielen Kindern und Jugendlichen eine kreative Darstellungsweise von Ereignissen. So kann zum Beispiel mithilfe eines Comics und einer Zeitachse sehr gut dargestellt werden, wie in der Familie mit einem bestimmten Ereignis umgegangen wurde, zum Beispiel vor oder nach einer Erkrankung, einem Unfall oder einer Trennung. Und genau mit diesen bildhaften und narrativen Elementen kann dann auch ein Wunschbild für die Zukunft entworfen werden. Das Kind/der Jugendliche kann sich so beispielsweise als »mächtiger Zauberer«, als »glückliches Kind« im Kreise der Familie oder »großes Monster« gegen den »Feind« darstellen und fühlen.

## **Ressourcen erkennen und aktivieren**

Als Therapeut können Ihnen die Zeichnungen dabei helfen, die eigenen Ressourcen Ihres Patienten zu erkennen und diese im Verlauf der Therapie zu aktivieren und weiter zu fördern. Auch dieser Prozess kann wieder durch zeichnerische Elemente – wie beispielsweise das Zeichnen von Schützern oder magischen Helfern – unterstützt werden.

## **Nicht nur bei Kindern**

Nicht nur Kinder und Jugendliche malen gerne: Sehr häufig funktioniert dieser Prozess auch analog bei Erwachsenen. Einige erwachsene Patienten bringen bereits eine Vorliebe für kreatives Gestalten mit, an die Sie zielführend anknüpfen können. Bei Patienten, die bereit sind, sich auf dieses Medium der Kommunikation einzulassen, können Sie mithilfe der verschiedenen Übungen und Methoden oftmals die Freude am Gestalten (wieder-)erwecken. Besonders das Ausmalen von Mandalas ist bei erwachsenen Patienten beliebt, da es spannend und beruhigend wirkt, die Aufmerksamkeit fokussiert und eine intensive Auseinandersetzung mit den eigenen Gedanken und der inneren Gefühlswelt ermöglichen kann. Ein ähnlicher Effekt zeigte sich in einer Studie von Kaimal et al. (2016), in der 39 Erwachsene gebeten wurden, sich 45 Minuten lang künstlerisch zu betätigen (malen oder mit Modelliermasse arbeiten). Bei 75 Prozent dieser Personen verringerte sich der Cortisol-Spiegel während dieser Zeit signifikant. Es spielte hierbei keine Rolle, wie »künstlerisch begabt« die Teilnehmer waren. Im Anschluss berichten die Teilnehmer, dass sie die künstlerische Betätigung entspannend fanden und genossen haben.

Scheuen Sie sich also nicht, die verschiedenen gestalterischen Techniken sowohl Ihren jugendlichen als auch Ihren erwachsenen Patienten näherzubringen. Malen und Zeichnen können nicht nur als freudvolle und entspannte Unterbrechung, sondern auch als Unterstützung des oft sprachlastigen Therapiegesprächs fungieren. Darüber hinaus ergibt sich auch bei Erwachsenen die Möglichkeit, mithilfe der Beobachtung des Gestaltungsprozesses diagnostische Einschätzungen zu treffen oder das Malen und Zeichnen einzusetzen, um Therapieinhalte zu vertiefen und Ressourcen zu aktivieren. Skeptische Patienten sind ggf. durch die eben zitierte Studie leichter zu motivieren.

## Wie treffe ich die richtige Vorlagenauswahl?

Sobald Sie festgestellt haben, ob sich Ihr Patient vorstellen kann, gestalterisch tätig zu werden, liegt es in Ihrer Hand, wie Sie ihm die verschiedenen Malvorlagen näherbringen möchten. Sie können ihm die Entscheidung für eine bestimmte Vorlage überlassen oder selbst eine Vorauswahl treffen.

Zunächst steht Ihnen natürlich die Möglichkeit offen, gemeinsam mit Ihrem Patienten das vorliegende Buch durchzublättern und einen Blick auf die einzelnen Abbildungen zu werfen. Auf diese Weise erhält Ihr Patient die Chance, sich einen Überblick über die verschiedenen Vorlagen zu verschaffen, und er kann selbst eine Auswahl von Arbeitsblättern treffen, die ihm besonders gut gefallen. Manchmal lässt bereits die Entscheidung des Patienten für spezielle Abbildungen erste Rückschlüsse auf seine Persönlichkeit, seine Eigenschaften und Vorlieben zu.

Wenn Sie als Therapeut das Gefühl haben, dass die große Auswahl Ihren Patienten überfordern würde, wenn Sie zu wenig Zeit oder bereits eine konkrete Fragestellung im Kopf haben, der Sie mithilfe einer Vorlage nachgehen möchten, können Sie eine Vorauswahl treffen. Es bietet sich an, Ihrem Patienten die Vorlagen, für die Sie sich entschieden haben, in Form ausgedruckter Arbeitsblätter vorzulegen. Auf diese Weise erkennt Ihr Patient schnell, zwischen welchen Vorlagen er wählen kann, und kann nach seiner Entscheidung gewissermaßen »sofort« mit dem Gestalten loslegen.

Selbstverständlich besteht auch die Möglichkeit, Ihrem Patienten die Vorlagen oder eine Auswahl bestimmter Abbildungen ganz ohne Papier auf einem Computerbildschirm zu präsentieren. Gegebenenfalls kann Ihr Patient die verschiedenen Vorlagen dann sogar beispielsweise auf einem Tablet mit Zeichnungen, Farben und Worten befüllen und ergänzen, wenn er möchte. Besonders für Kinder und Jugendliche, die sich für den Umgang mit Computern interessieren und Spaß daran haben, kann dies eine interessante alternative Methode sein.

## Einsatz und Wirksamkeit in der Psychotherapie

Große Studien zur therapeutischen Wirksamkeit von Malübungen und Ausmalbildern gibt es leider bisher nicht. Trotzdem wird das Medium Malen in fast allen therapeutischen und pädagogischen Bereichen genutzt und von vielen Therapeuten und Pädagogen erfolgreich eingesetzt.

Von der reinen Entspannungstechnik bis zur Externalisierung von Problemen, zum Beispiel im traumatherapeutischen Bereich, dem projektiven Einsatz mit der Schaffung ganzer (Zukunfts-)Szenarien oder dem systemischen Ansatz mit seinen vielfältigen Lösungsgeschichten wird das Malen sehr vielfältig und förderlich eingesetzt.

Studienergebnisse aus dem kunsttherapeutischen Bereich zeigen zum Beispiel eine signifikante Verbesserung der Stimmung und eine Reduktion körperlicher Beschwerden (Plecity et al., 2009; Oster et al., 2014, 2016). Das vorliegende Tools-Buch soll und kann keine Kunsttherapie ersetzen, weshalb die Studienergebnisse sich nicht eins zu eins übertragen lassen. Nichtsdestotrotz werden Sie beim Einsatz der einen oder anderen Malvorlage feststellen, dass es zu positiven therapeutischen Effekten und oft mehr Freude und Spaß in der therapeutischen Arbeit kommen kann.

### »Lebens-/Ich-Bücher«

Wahrscheinlich kennen Sie »Lebensbücher« oder »Ich-Bücher«, in denen Patienten im Laufe ihrer Therapie oder Pflegekinder im Laufe der Betreuung ein individuelles Buch über ihre eigene Person erstellen. Die Lebensbuchidee stammt aus der Kinder- und Jugendhilfe, dort wird sie als Methode im Rahmen der Biografiearbeit eingesetzt, um Pflege- und Adoptivkindern bei der Bewältigung schwieriger Lebensübergänge zu helfen (Latt-schar & Wiemann, 2011; Morgenstern, 2011; Ryan & Walker, 2004). Positive Effekte sind u. a.:

- ▶ Stärkung des Selbstwertgefühls
- ▶ Erhöhung der Selbstreflexionsfähigkeit
- ▶ Förderung von Kreativität und Lebensfreude
- ▶ Bewusstmachen von Gestaltungsmöglichkeiten im aktuellen Lebensumfeld
- ▶ Schaffung positiver Beziehungsgestaltung
- ▶ Stabilisierung von Kindern und Jugendlichen bei entwicklungsbedingten Übergängen

Nutzen Sie die Zeichnungen und Vorlagen aus dem vorliegenden Tools-Buch zur Erstellung eines solchen »Ich-Buches« oder »Lebensbuches«.

**Gestaltung eines eigenen Buches/»Ich-Buch«/»Lebensbuch«.** Wenn Sie sich ein solches »Ich-Buch« für Ihren Patienten vorstellen können, bitten Sie ihn, sich ein Buch, Ringordner oder schönes Heft zu besorgen oder halten Sie selbiges vorrätig. Gestalten Sie gemeinsam das Buch Ihres Patienten. Dies ist in der Regel keine Aufgabe, die innerhalb nur einer einzigen Therapiestunde zu realisieren ist, sondern wird sich in der Regel über einen längeren Zeitraum ziehen und kann sehr gut begleitend in den einzelnen Therapiesitzungen erfolgen und sich so wie ein »roter Faden« durch die Therapie ziehen.

Sie können Ihrem Patienten auch vorschlagen, eigene Texte, Gedichte, Geschichten und/oder die erstellten Zeichnungen in sein Buch zu kleben. Wenn Sie Ihrem Patienten das Buch mit nach Hause geben, beachten Sie, dass Sie eine Kopie der Bilder für Ihre Akte behalten.

**Themen.** Für die thematische Auswahl können Sie sich sehr gut an den einzelnen Kapiteln aus diesem Tools-Buch orientieren. Themen für das »Lebensbuch« könnten sein:

- ▶ Woher komme ich?
- ▶ Meine Geburtsurkunde
- ▶ Mein Stammbaum
- ▶ Meine (Herkunfts-)Familie, ggf. auch Infos zum Herkunftsland
- ▶ Meine (neue/aktuelle) Familie bzw. Wohngruppe, o. Ä.
- ▶ Meine Geschichte
- ▶ Meine eigene Landkarte
- ▶ Meine Lebensgrafik
- ▶ Meine Vergangenheit
- ▶ Ich im Hier und Jetzt!
- ▶ Ich in der Zukunft
- ▶ Fotografien von mir
- ▶ usw.

## Biografie-Arbeit mit Zeichnungen/Lebenslinien

Sie können neben der Nutzung der zahlreichen Mal- und Gestaltungsvorlagen im Rahmen der Biografiearbeit Ihren Patienten auch sehr gut völlig frei malen und zeichnen lassen. Dieses bietet sich gerade auch bei der Erarbeitung der Lebenslinie Ihres Patienten an.

Genauso können Sie die unterschiedlichen Abschnitte/Themenpunkte der Lebenslinie Ihres Patienten auch mithilfe von Vorlagen (z. B. im Kindergarten, meine Freunde usw.) erarbeiten und gestalten. So kann Ihr Patient seinen bisherigen Lebensweg mit Zeichnungen und Bildern ergänzen, diese können sowohl für belastende, schwierige Erfahrungen, beispielsweise unterhalb einer Linie oder im unteren Skalenbereich und für positive/gute Momente, oberhalb bzw. im oberen Skalenbereich eingezeichnet werden. Gleiches kann für ein Bild/Bilder für zukünftige Wünsche/Szenarien erfolgen.

Sie können solche Bilderserien im Zeitverlauf für ganz unterschiedliche Fragestellungen bei Ihren Patienten einsetzen, egal ob es um traumatische Erfahrungen geht oder beispielsweise den Verlauf von chronischen körperlichen Erkrankungen oder den Gewichtsverlauf, die schulische Leistung usw.

## Alternativen zum Malen und Zeichnen

Wann immer Sie das Gefühl haben, dass Zeichnungen alleine noch nicht zum Ziel führen oder Ihr Patient sehr viel Freude an kreativen Techniken hat, können Sie die Zeichenvorlagen auch als Grundlage für weitere Arbeiten nehmen.

**Collagen.** So können Sie zum Beispiel die Körperumrisse nicht nur ausmalen lassen, sondern diese als Collage mit Essen und Trinken füllen, mit Kleidung »anziehen« oder auch mittels entsprechender Fotos oder Zeitungs-ausschnitte in eine Wohnung oder Umgebung »versetzen«. Es besteht auch die Möglichkeit, die Themen der

einzelnen Malvorlagen als Inspiration für eine neue Collage auf einem weißen Blatt zu verwenden. Dies bietet sich beispielsweise an, wenn es um die Stärken und Talente, die Träume und Wünsche Ihres Patienten oder um Dinge geht, die er gerne unternimmt.

**Basteln.** Die Malvorlagen können auch den Ausgangspunkt für verschiedene Bastelarbeiten bilden. Sie können Ihren Patienten mithilfe der entsprechenden Zeichenvorlage beispielsweise ein Haus in einem Schuhkarton basteln lassen. Die Körperumrisse können als Vorlage auf Holz geklebt und mit einer Laubsäge ausgesägt werden. Sie können alle Materialien verwenden, die Sie für geeignet halten: Glatte Steine, die beschriftet oder beklebt werden, können beispielsweise die Dinge darstellen, die Ihren Patienten belasten.

**Alles ist erlaubt!** Wenn Sie das Thema »Flugangst« mit einem Ihrer Patienten erarbeiten möchten, dann ist es zum Beispiel auch »erlaubt«, aus dem Arbeitsblatt 1 oder 2 *Das bin ich* einen Papierflieger zu bauen. Auch ein »Superhelden-Mobile« kann aus vielen kleinen Zeichnungen gebastelt werden und die Ressourcen Ihres Patienten in einem kreativen Gestaltungsobjekt vereinen.

Vielleicht dienen manche Arbeitsblätter auch »nur« als Denkanstoß oder als Anregung für eine eigene Interpretation des Themas. Oder Ihr Patient versucht, mit seinem Handy das Bild nachzustellen oder, oder, oder ...

Aus den Arbeitsblättern können Sie auch konkrete Aufgaben ableiten. Zum Beispiel beim Arbeitsblatt 51 *Das denke ich, dass die anderen über mich denken*. Hier kann Ihr Patient beispielsweise auch Personen befragen und die Aussagen dann in der Zeichnung dokumentieren.

Wahrscheinlich werden Sie aber in der Praxis auf die besten, kreativsten und für Ihre Patienten am »gewinnbringendsten« Ideen und Möglichkeiten kommen. Lassen Sie Ihrer Fantasie freien Lauf und fragen Sie unbedingt Ihre Patienten!

## Malen nur in der Therapiestunde?

Sie finden in diesem Tools-Buch eine große Auswahl an Zeichenvorlagen, Ausmalbildern oder auch Zeichenaufgaben. Nicht alle Bilder und Zeichnungen müssen oder können in der Therapiestunde genutzt werden. Manchmal reicht die Zeit auch nicht, um eine Zeichnung zu beenden.

**Zeichnen als Hausaufgabe.** Nicht alle Themen und Arbeitsblätter sind als Hausaufgabe geeignet. Immer dann, wenn es um Arbeitsblätter geht, in denen möglicherweise belastende Momente eine Rolle spielen könnten, sollten Sie genau abwägen, ob diese alleine oder ohne therapeutische Begleitung bearbeitet werden sollten.

Beispiele für Zeichnungen und Aufgaben, die Ihr Patient eher im geschützten Raum erledigen sollte, sind zum Beispiel:

- ▶ AB 41 *Das denke ich, wenn ich Angst habe*
- ▶ AB 45 *Was alles unter meinem Bett wohnt*
- ▶ AB 125 *Bildergeschichte*
- ▶ AB 126 *Comic*

Gleichzeitig kann es für manche Patienten auch gerade hilfreich sein, diese zu Hause in Ruhe zu bearbeiten und dadurch vielleicht auch mehr von sich preiszugeben als während der Therapiesitzung.

Lassen Sie hierbei Ihr therapeutisches Gespür entscheiden, welche Variante Sie für Ihren Patienten am geeignetsten finden.

Wichtig ist auf jeden Fall die Nachbesprechung jeder Hausaufgabe! Lassen Sie Ihren Patienten niemals eine Aufgabe zu Hause erledigen, ohne sich die Ergebnisse mit ausreichend Zeit anzuschauen, diese entsprechend zu würdigen und dann weiter damit zu arbeiten.

## Zusammen mit den Eltern?!

Wenn Sie Arbeitsblätter aus diesem Tools-Buch als Hausaufgabe mit nach Hause geben, bedenken Sie, dass es möglich ist, dass die Eltern oder Bezugspersonen aktiv oder passiv Einfluss auf die Zeichnungen oder Ergebnisse nehmen können.

Lassen Sie auch hierbei Ihr therapeutisches Gespür entscheiden, wann Sie Hausaufgaben mit nach Hause geben.

## Malen mit Jugendlichen und Erwachsenen?

Malbücher sind nicht nur etwas für Kinder. Die psychologische Wirkung des Malens, zum Beispiel zur Stressreduktion durch das Ausmalen von Mandalas, hilft auch Erwachsenen. Viele Erwachsene nutzen Malen und Zeichnen mit dem Wissen um seine positiven Effekte.

Malbücher fördern Wahrnehmung und Konzentrationsvermögen und ermöglichen eine Auseinandersetzung mit unseren Gefühlen. Die oft faszinierenden und schönen Zeichnungen laden Erwachsene dazu ein, Erfahrungen aus ihrer Kindheit wiederzuentdecken.

Eine gern verwandte Technik ist das Malen eines Bildes mit der Überschrift: »Ich in meiner Familie zur Kinderzeit«, bei der ein erwachsener Patient am besten mithilfe von Wachsmalstiften ein Bild malen soll, welches Sie dann gemeinsam besprechen können. Lassen Sie sich überraschen, welche spannenden Erkenntnisse Sie bei der gemeinsamen Bildbetrachtung und -besprechung herausfinden.

Setzen Sie hierbei ganz bewusst Wachsmalstifte ein, weil mit diesen nicht »schön« gemalt werden kann und automatisch der »Kind-Modus« (wieder) aktiviert wird.

Lassen Sie auch Ihre erwachsenen Patienten erfahren, warum das Malen so heilend wie ein Spaziergang wirken kann.

Sprechen Sie bei Jugendlichen und Erwachsenen eher von einer Art »Training für das Gehirn, deren Resultate uns in der Bewältigung von Alltagsproblemen zum Vorteil sein werden«. Sie werden feststellen, dass die Akzeptanz alleine beim »Verkaufen« der Maltechnik größer sein wird.

Und wenn die ersten Schritte mit dem Mal- und Zeichenstift geschafft sind, fällt es vielen Patienten auch leichter, über diese zu sprechen oder auch andere Sachverhalte zu zeichnen oder zu skizzieren.

## »Kinderkram«/Alternativen

Wenn Sie aber das Gefühl haben, dass die Malerei als »Kinderkram« abgetan wird, versuchen Sie doch mal eine der folgenden kreativen Techniken.

**Die dominate/nichtdominate Hand.** Wenn Sie Patienten haben, die nicht gerne malen oder zeichnen möchten, da sie mit ihren eigenen Ansprüchen an ihre Zeichnungen hadern, können Sie das folgende einmal ausprobieren:

Die Technik »Mal dein Bild mit deiner ›anderen‹ Hand!« bremst automatisch den Anspruch, genau, schön oder korrekt zu zeichnen. Gerade bei der Eltern-Kind-Kombination nähern Sie beide Zeichner mit diesem kleinen Trick an. Sie haben sozusagen jetzt zwei gleich gute Zeichner. Nebenbei haben in der Regel beide Seiten Spaß dabei zu sehen, wie schwierig das ist. Spaß ohne Perfektion und Druck!

**Kritzelnbilder: eine Alternative, wenn Sie ohne Vorlage arbeiten möchten.** Kennen Sie Kritzelnbilder? Hierbei wird tatsächlich auf einem weißen Blatt Papier einfach »herumgekritzelt«. Bitten Sie beispielsweise Ihren Patienten und ein Elternteil, je ein »Kritzelnbild« anzufertigen. Danach tauschen beide ihre Kritzelnbilder und nehmen das getauschte Bild als Grundlage für ihr neues Bild. Im Idealfall arbeiten beide mit einem andersfarbigen Stift weiter, so ist noch deutlicher erkennbar, welche Teile von wem stammen.

## Einsatz in Gruppen und oder Familien/Bezugssystemen

Auch in Gruppen, Familien-/Bezugssystemen können Sie sehr gut mit Malen und Zeichnen arbeiten. Hier einige Anregungen.

**Gemeinsame (Familien-/)Gruppenbilder.** Eine sehr schöne Technik und gute Alternative zu sprachlichen Interventionen, die gerade jüngere Kinder oft als sehr langweilig empfinden, ist das gemeinsame Malen von Bildern durch alle Familien-/Gruppenmitglieder.

Durch das gemeinsame Malen erhalten Sie als Therapeut einen direkten Einblick in die Interaktion und familiären/Gruppenregeln. Beobachten Sie, wie gut die Familie/Gruppe kooperiert, übernimmt jemand die Führung, wie wird mit Konflikten umgegangen?

Die einfachste Form ist das freie Malen, also einfach das zu malen, was immer allen in den Sinn kommt, alternativ geben Sie ein Thema vor. Genauso gut können Sie aber auch eine der Vorlagen wählen und zum Beispiel die Familie/Gruppe bitten, sich beispielsweise in eine der Szenarien (Boot, Theater ...) einzusortieren und aufzumalen. Dies kann jeder Teilnehmer auf seiner eigenen Vorlage machen, sodass im Anschluss verglichen werden kann, oder alle Teilnehmer sprechen gemeinsam über die einzelnen Rollenverteilungen und malen dann alle gemeinsam das Ergebnis in die Vorlage.

Das Eingruppieren eignet sich ebenfalls sehr gut z. B. in Selbsterfahrungs- oder anderen Gruppen.

**Kettenbilder.** Sie können auch ein »Kettenbild« in Auftrag geben. Hierbei können z. B. Ihr Patient und Sie oder Ihr Patient und eine Bezugsperson oder auch eine ganze Gruppe abwechselnd malen. Sobald einer den Stift wechselt, wechselt auch der Zeichner. Das Bild wird so häufig gewechselt, bis sich alle Beteiligten darüber einig sind, dass es fertig ist. In einer Gruppe können so auch mehrere Bilder entstehen, indem ein Bild von jedem Teilnehmer angefangen und dann im Kreis herum weiter gegeben wird, bis jeder Teilnehmer sein Startbild wieder bei sich hat. Dies kann auch mit einem Thema geschehen, z. B. einer positiven Rückmeldung für den jeweiligen »Bildbesitzer«.

## Gemeinsames Malen – Therapeut und Patient

Das gemeinsame Malen mit Ihnen als Therapeut kann die therapeutische Beziehung intensivieren. Das gemeinsame Malen kann der Festigung der therapeutischen Beziehung dienen, gleichzeitig haben Sie die Möglichkeit, die kreativen Fähigkeiten Ihres Patienten zu »testen«.

Eine Möglichkeit ist die des »Kritzeln«. Sicher kennen Sie die von Winnicott (1971) entwickelte Squiggle-technik, was auf Deutsch so viel wie kritzeln heißt. Beim »Kritzeln« oder »Schnörkelbildzeichnen« malen Sie als Therapeut einen oder mehrere Kritzeln auf ein Blatt Papier und bitten dann Ihren Patienten, was immer er möchte daraus zu malen. Anschließend können Sie die Reihenfolge ändern und Ihr Patient beginnt mit einem Schnörkel, aus dem Sie dann etwas malen sollen.

## Das Setting

**Der Raum.** Wenn Sie in Ihrer Praxis die Möglichkeit haben, ein eigenes Spiel- oder Malzimmer einzurichten, dann ist das mit Sicherheit eine gute Sache. Viele Familientherapeuten empfehlen die Einrichtung einer Spielecke mit Spielsachen, Malutensilien, Schreibtafel und Materialien für Bau- und Steckspiele (Cierpka, 2008; Keith & Whitaker, 1981; Zilbach, 1986; Zilbach et al., 1972).

Wenn dieses nicht möglich ist, kann sich der Spielbereich auch räumlich etwas von der eigentlichen Gesprächszone abgrenzen. Achten Sie bei der Einrichtung darauf, Material zur Verfügung zu stellen, das Kinder und Eltern als einladend empfinden und auch ein echtes Malen (Arbeiten) ermöglicht. Sie signalisieren alleine schon durch die Ausstattung und Präsentation des Mal- und Zeichenthemas die Meta-Botschaft, dass Kinder in dieser Praxis ernst genommen werden. Dieses wird übrigens nicht nur von den Kindern so empfunden, sondern gleichermaßen auch von den Eltern oder Bezugspersonen.

Sie schaffen durch die professionelle Aufbereitung des Themas (auch durch die richtige Auswahl der Zeichenvorlagen aus diesem Buch) eine Ernsthaftigkeit und gleichzeitig gute Bedingungen, dass niemand auf die Idee kommt oder auch nur denken würde: »In der Praxis malen die ja nur ... – ob das wirklich Therapie ist?!«

**Die Ausstattung.** Neben einem geeigneten Ort für das Malen und Zeichnen ist eine professionelle Ausstattung ebenfalls hilfreich. Zur Grundausrüstung gehören:

- ▶ Wachsmalstifte
- ▶ Buntstifte
- ▶ Filzstifte
- ▶ Bleistifte
- ▶ Radiergummi
- ▶ Schere
- ▶ DIN-A3-Papier

- DIN-A4-Papier
- Tonpapier
- Klarsichthüllen für den sicheren Transport nach Hause
- Laminiergerät und Laminierhüllen

Wenn Sie keinen eigenen Mal- und Zeichentisch haben, dann ist eine große Schreibtischunterlage sicherlich hilfreich.

## Die richtige Einstellung: auf jeden Fall (aus-)probieren

Nur wenn Sie wirklich Freude an kreativen Techniken und den damit verbundenen »Zeichnungen oder Basteleien« haben, werden Sie die kreativen Techniken und Vorlagen aus diesem Tools-Buch glaubhaft und effektiv einsetzen können. Aber auch wenn Sie so gar keine Lust am Malen und Zeichnen haben, möchten wir Sie ermuntern und ermutigen, vielleicht die eine oder andere neue Zeichenvorlage doch einmal mit Ihrem Patienten auszuprobieren.

Ein Kollege, der sich auf einem Seminar zunächst ganz entrüstet zeigte, weil er ein Bild mit Wachsmalstiften malen sollte, setzt diese seither regelmäßig und begeistert in seiner Arbeit mit seinen Patienten ein. Probieren Sie es einfach mal aus.

Unser Tipp: Tauschen Sie sich mit Kollegen aus, zum Beispiel im Rahmen Ihrer Intervisionsgruppe oder Qualitätszirkel. Schlagen Sie doch einmal vor, über die Zeichnungen Ihrer Patienten zu sprechen, oder tauschen Sie sich darüber aus, wer welche Dinge zeichnen lässt bzw. wer wie an welche Themen »zeichnerisch« herangeht.

Vielleicht haben Sie auch Lust sich zu einem Zeichenkurs anzumelden.

Lassen Sie malen und zeichnen!

Testen Sie!

Seien Sie kreativ und lassen Sie Ihre Patienten kreativ arbeiten!

## Umgang mit den Zeichnungen

**Kopie für Ihre Akten.** Als Therapeut entscheiden Sie, was mit den Zeichnungen geschehen soll, die Ihre Patienten in der Therapie malen, zeichnen und basteln. Da Zeichnungen sowohl eine diagnostische als auch eine interventionstechnische Bedeutung haben, sollten Sie immer eine Kopie für Ihre Akten machen.

**Mit nach Hause geben?** Zeichnungen von Kindern und Jugendlichen werden meistens zur Externalisierung von Problemen und zur »Internalisierung« von Ressourcen und Lösungsvisionen genutzt. Die Zeichnungen können Ihren Patienten aber auch helfen, einmal die Sichtweise zu verändern. Dieses »von außen schauen« kann auch zu Hause hilfreich sein. Deshalb kann es in vielen Fällen Sinn ergeben, die Zeichnungen mit nach Hause zu geben, damit diese dort eine »Depotwirkung« entfalten können. Ein Bild von einem sicherer Ort oder einer positiven Fähigkeit oder einem helfenden Team können zu Hause an einem gut sichtbaren Ort (z. B. auf dem Schreibtisch, Nachttisch, am Spiegel usw.) oder in einem Hefter oder Block oder verkleinert (und laminiert) in einem Etui oder Mäppchen gute Dienste tun. Ein Bild kann auch Teil eines Rituals werden, indem zum Beispiel bei einem Gute-Nacht-Ritual in einen gemalten Tresor vor dem Schlafengehen negative Gedanken eingesperrt werden oder ein gemalter Helfer so noch besser imaginiert werden kann.

## Zeitlicher Einsatz und Evaluation

Beim zeitlichen Einsatz müssen Sie Ihr therapeutisches Gespür entscheiden lassen. Sie haben hier alle Möglichkeiten von Anfang bis Ende der Therapie.

Die Möglichkeit der Evaluation mit ein und demselben Zeichenthema ist eine schöne Technik, um Ihrem Patienten seine Therapiefortschritte zu verdeutlichen: Geeignet wäre hierzu zum Beispiel Arbeitsblatt 1 oder 2 *Das bin ich*, das Ihr Patient zum Beginn, in der Mitte und zum Ende der Therapie ausmalen kann. Oder Sie

nutzen eines der Skalierungsbilder (s. Kap. 8), je nach Geschmack Ihres Patienten lassen Sie ihn seine jeweiligen Therapiefortschritte immer wieder in dem Bild eintragen.

## **Die Bedeutung von Kinderzeichnungen**

Der Umgang mit Stiften, Malen und Zeichnen gehört zur normalen Entwicklung eines jeden Kindes. Ab dem beginnenden zweiten Lebensjahr ist das normal entwickelte Kind in der Lage, Papier und Stifte zu gebrauchen und seine eigenen Spuren zu hinterlassen. Kinder können ihre Zeichnungen als eigene Sprache nutzen, mit der sie ihre Gedanken und Bilder ausdrücken können, bevor sie diese in Worte fassen können. Kinderzeichnungen können auch eine Art »Geheimsprache« sein, weshalb sie manchmal auch als direkter Weg zur Psyche eines Kindes bezeichnet werden. Sie haben sicherlich auch schon oft festgestellt, dass ein Kind in einem Bild ausdrückt, was es beschäftigt. Auch wenn die Darstellungsart oft eine ganz eigene Art und Weise ist, so stellt es auf seine eigene Art dar, wie es seine Lebenssituation wahrnimmt. Das Kind malt seine Eindrücke, nicht seine visuellen Beobachtungen (DiLeo, 1970).

Fast alle Kinder lieben das Malen, da es eine Aktivität ist, die frei von inhaltlichen Einschränkungen oder Begrenzungen der Umwelt ist. Kinderzeichnungen können deshalb sowohl diagnostisch als auch therapeutisch von großem Wert sein. In diagnostischer Hinsicht ist die Bedeutung von Kinderzeichnungen jedoch nicht unumstritten (Jolley & Vulic-Prtoric, 2001).

## **Die Deutung von Kinderbildern: umstritten und nicht immer eindeutig!**

Wie Sie wissen, ist die diagnostische Bedeutung von Kinderzeichnungen wissenschaftlich nicht unumstritten. Die häufige Übergeneralisierung und einseitige Deutungen im Bereich der Diagnostik von kindlichen Missbrauchserfahrungen haben sicherlich dazu beigetragen, dass Kinderzeichnungen als eindeutiges diagnostisches Instrument nicht anerkannt, sondern sogar etwas in Verruf geraten sind.

Billmann-Mahecha (1994) fordert einen behutsamen Umgang in der Anwendung des vorhandenen Wissens in Bezug auf die Interpretation von Einzelzeichnungen. Selbst statistische Häufigkeiten sind kein Hinweis auf eine eindeutige Interpretation oder Deutung einer Zeichnung. Ein durchgestrichenes Gesicht oder ein rotes Bein könnten auch ein misslungener Ausmalversuch oder die falsche Farbwahl sein. »Normale« Kinder können Bilder malen, die wie Ereignisse traumatisierter Kinder aussehen, und auch traumatisierte Kinder können schöne und unverfänglich aussehende Bilder malen.

## **Aber hilfreich!**

Kinderzeichnungen sind in der Praxis hilfreich, da diese einen Zugang zum Erleben des Kindes ermöglichen können. Die Zeichnungen sollten aber immer hinterfragt werden. Die Befragung des Kindes ist hier in vielen Fällen sicher hilfreicher als eine vorschnelle Interpretation.

Vertrauen Sie auf Ihr therapeutisches Gespür und ziehen Sie im Zweifelsfall weitere Fachleute zu Rate.

## 10 Gründe für den Einsatz von Mal- und Zeichenvorlagen in der Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen

- (1) schnellerer und leichter Einstieg in die Therapie und auch zu Emotionen
- (2) bessere Verankerung der Therapieinhalte durch aktive kreative Vertiefung und Verarbeitung
- (3) Reduktion des sprachlichen Übergewichtes in der Therapie: »Nicht immer nur reden ...!«
- (4) Erweiterung der Repertoires durch nicht-sprachliche Methoden auf der nonverbalen Ebene
- (5) Nutzung zusätzlicher Sinneskanäle
- (6) Mobilisierung von therapeutischem Wissen durch die implizite Förderung von Kreativität
- (7) Hürdenabbau durch die sprachlich geringeren intellektuellen Ansprüche an den Patienten
- (8) Förderung von Leichtigkeit, Freude, Kreativität und positiver Kommunikation und Entspannung in der Therapiesituation
- (9) Herstellen einer besseren Verbindung zwischen Körper und Geist
- (10) leichteres Verstehen von Gedanken und Gefühlen und dem daraus folgenden Verhalten durch die eigene Visualisierung

### Gestaltung und Einsatz der Arbeitsblätter

Die Arbeitsblätter und Materialien sollen Ihnen im täglichen Praxisalltag eine konkrete Hilfestellung sein. Um sich in diesem Tools-Buch direkt und schnell zurechtzufinden, ist dieses Buch mit verschiedenen Icons ausgestattet. Mit Hilfe dieser Icons sind Sie schnell in der Lage zu erfassen, welche Informationen Ihrer besonderen Aufmerksamkeit bedürfen oder welche Arbeitsblätter für welche Patienten geeignet sind. Die folgenden Icons werden Ihnen innerhalb des Buches begegnen.



**Therapeut:** Dieses Icon verdeutlicht, dass das Arbeitsblatt von den Therapeuten selbst verwendet werden soll.



**Kind:** Dieses Icon zeigt an, dass das Arbeitsblatt von den Kindern selbst verwendet werden soll.



**Jugendliche:** Diese Arbeitsblätter enthalten Aufgaben, die für Jugendliche spezifische Anforderungen und Kompetenzen berücksichtigen.



**Hier passiert was:** An diesen Stellen werden Handlungsanweisungen vergeben.



**Wie sag ich's?** Dieses Icon signalisiert, dass der Therapeut dem Patienten etwas vorliest.

### Gleichstellung

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit des Textes wurde, sofern es sich nicht um Zitate handelt, auf die Schreibweise »-er/Innen« verzichtet. Generell wurden stattdessen die Begriffe stets in der kürzeren, männlichen Schreibweise (z. B. Psychotherapeut) verwendet.

# 1 Hallo, das bin ich!

Manchmal ist es gerade in der ersten Stunde nicht so einfach, Kinder zu motivieren, von sich zu erzählen.

## Zum »Aufwärmen«

Als Warming-up können Sie als Therapeut Ihren Patienten bitten, etwas von sich, aus seiner Lebenswelt zu zeichnen, beispielsweise seine Familie, das Zuhause, oder Sie fordern ihn auf zu malen, wer zu seiner Familie dazugehört (Vogt-Hillmann, 1999; Zilbach et al., 1972; Zilbach, 1986).

Mithilfe von Zeichnungen können Sie Ihren kleinen und großen Patienten einen einfachen Einstieg in viele Themen ermöglichen und gerade die Kennenlernphase erleichtern, auch dann, wenn die Patienten nicht (gerne) reden möchten.

Eine gute Eröffnung sind Steckbriefe, die zusammen mit dem Kind erstellt werden können oder auf einem vorgedruckten Blatt ergänzt werden: den eigenen Namen in farbigen Buchstaben, Alter, Lieblingsessen, Lieblingsfarbe, Lieblingstier, Lieblingsfernsehsendung, Lieblingsbeschäftigung, etwas, das es gut kann oder erreicht hat.

In diesem Kapitel finden Sie eine Auswahl an Zeichenvorlagen, die Ihnen helfen, Ihren Patienten besser kennenzulernen und erste diagnostische Erkenntnisse zu gewinnen.

Geben Sie Ihrem Patienten so wenig wie möglich vor. Ermutigen Sie ihn, kreativ zu sein und sich an keine Grenzen zu halten. Fragen Sie ihn ruhig, ob er neben den Stiften eventuell Bastelmaterialien, Schere oder Kleber oder mehr Papier benötigt, weil er vielleicht eine der Vorlagen zu den Seiten vergrößern möchte.

In diesem Kapitel finden Sie Malvorlagen zu den folgenden Themen:

| Thema            | Name                                                                      | Seite |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------|-------|
| Selbstbild       | AB 1 <i>Das bin ich</i> (Bilderrahmen) Mädchen                            | 20    |
|                  | AB 2 <i>Das bin ich</i> (Bilderrahmen) Junge                              | 21    |
| Name             | AB 3 <i>So heiße ich</i>                                                  | 22    |
|                  | AB 4 <i>Mein Name und was die einzelnen Buchstaben über mich verraten</i> | 23    |
| Essen/Ernährung  | AB 5 <i>Das esse ich gerne</i>                                            | 24    |
|                  | AB 6 <i>Das esse ich gar nicht gerne!</i>                                 | 25    |
| Hobbys           | AB 7 <i>Meine Hobbys</i>                                                  | 26    |
| Sport/Bewegung   | AB 8 <i>Sport und Bewegung: Was ich gerne mache</i>                       | 27    |
| Computer und Co. | AB 9 <i>So sieht es auf meinem Smartphone aus</i>                         | 28    |
|                  | AB 10 <i>So sieht es auf meinem Computer/Laptop/Tablet aus</i>            | 29    |
| Ressourcen/Ziele | AB 11 <i>Das kann ich besonders gut</i>                                   | 30    |
|                  | AB 12 <i>Das möchte ich gerne lernen</i>                                  | 31    |
|                  | AB 13 <i>Davon hätte ich gerne mehr oder weniger</i>                      | 32    |
| Glaube/Religion  | AB 14 <i>Daran glaube ich</i>                                             | 33    |

| <b>Thema</b>  | <b>Name</b>                                     | <b>Seite</b> |
|---------------|-------------------------------------------------|--------------|
| Tagesstruktur | AB 15 <i>Mein Tag im Kindergarten</i>           | 34           |
|               | AB 16 <i>Mein Schultag</i>                      | 35           |
|               | AB 17 <i>Meine Woche und mein Wochenende</i>    | 36           |
| Zu Hause      | AB 18 <i>Hier wohne ich</i>                     | 37           |
|               | AB 19 <i>Wenn ich aus meinem Fenster schaue</i> | 38           |
|               | AB 20 <i>So sieht mein Zimmer aus</i>           | 39           |
|               | AB 21 <i>In meinem Schrank</i>                  | 40           |

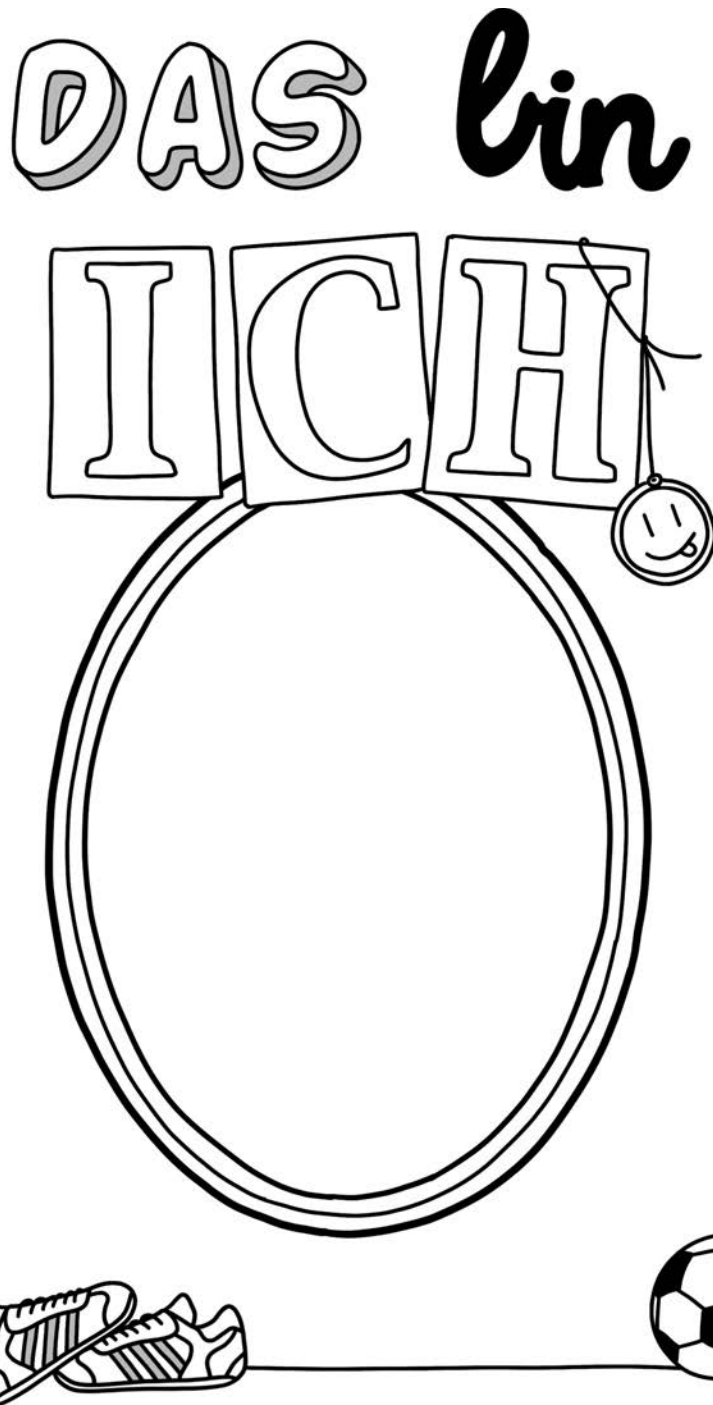


Zeichne dein Gesicht oder dich als ganze Person in diesen Bilderrahmen. Du hast alle Möglichkeiten und darfst dich genauso darstellen, wie du es möchtest!





Zeichne dein Gesicht oder dich als ganze Person in diesen Bilderrahmen. Du hast alle Möglichkeiten und darfst dich genauso darstellen, wie du es möchtest!





Schreibe deinen Namen auf die Tafel. Wenn du magst, kannst du das restliche Bild auch gerne noch verschönern! Was fällt dir alles zu deinem Namen ein? Weißt du, was dein Name bedeutet? ...

