



Esther Fischinger

In der Erinnerung ankern

Die Trauer von Kindern
und Jugendlichen
mit Memory Books begleiten



Esther Fischinger

In der Erinnerung anker

Die Trauer von Kindern und Jugendlichen mit Memory Books begleiten

Vandenhoeck & Ruprecht

Mit 34 Abbildungen

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-647-40471-4

Weitere Ausgaben und Online-Angebote sind erhältlich unter: www.v-r.de

Umschlagabbildung: Merle

© 2017, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen / Vandenhoeck & Ruprecht LLC, Bristol, CT, U.S.A.

www.v-r.de

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt.

Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Satz und Umschlaggestaltung: SchwabScantech, Göttingen

*Es gibt selbst im Leben des Kindes einen Ernst,
der das Eigentliche vom Uneigentlichen trennt.
Das Eigentliche verbindet sich dem Überleben.*

Roger Willemsen

Inhalt

Vorwort von Merle	9
1 Einführung	11
1.1 Afrika inspiriert – eine Projektidee entsteht	11
1.2 Transfer	12
1.3 Methodische Einordnung und »Passung«	14
1.4 Rundgang durchs Buch	15
2 Begleitung trauernder Kinder und Jugendlicher	17
2.1 Grundlagenwissen zur Kindertrauer – einige kritische Betrachtungen am Rande	17
2.2 Entwicklungspsychologische Aspekte der Vorstellung vom Tod und altersadäquat unterschiedlicher Reaktionen auf existenzielle Verluste	18
2.2.1 Säuglings- und Kleinstkinderzeit	18
2.2.2 Kindergartenalter und Vorschulalter	19
2.2.3 Grundschulalter und Übergangszeit	19
2.2.4 Pubertät und Jugendalter	19
2.2.5 Zusammenfassung	20
2.3 Schützende Beziehung und stützende Bezogenheit	20
2.4 Veränderungen in Terminologie und Konzeptualisierung von Trauerbewältigung: Das Duale Prozessmodell	22
2.5 Der systemische Blick auf das trauernde Kind	24
2.6 Begleitung von Kindern nach Suizid einer Bindungsperson	26
3 Erinnerung als Selbst-Verankerung	31
3.1 Wenn aus Erfahrung Erinnerung wird: Vom impliziten zum expliziten Wissen und wieder zurück	31
3.2 Erinnern ist auch nicht mehr das, was es einmal war: Vom neuen Verständnis des Unaufhörlichen	33
3.3 Suchbewegungen und Suchbegegnungen: Vom äußeren Objekt zur inneren Repräsentanz	34
3.4 Beziehung und Erinnerung: Vom bindungsorientierten Erleben zur bindungsaktiven Erinnerung	36
3.5 Tätiges Erinnern: Vom Aufspüren und Sammeln, vom Verbergen und Zeigen der Schätze	37
4 Sprache und ihre Bilder	39
4.1 Sprache und Bewusstsein: In Worten denken	39
4.2 Metaphern und Symbole: In Gestalten denken	40
4.3 Rituale und Symbole als Sprache der Therapie	42
4.4 Das Kunstwerk der narrativen Selbstentwürfe	43
5 Poesietherapeutische und bibliotherapeutische Ansätze in der Trauerbegleitung	45
5.1 Befreiende Schreibimpulse	45
5.2 Autobiographisches Schreiben	47
5.3 Schreibprojekte in der Adoleszenz	48
5.3.1 Erinnerung in Zeiten des Aufbruchs	48
5.3.2 Schreibwerkstätten mit Jugendlichen	51

5.4 Die Welt erzählen – ausgewählte Beispiele einer spezifischen Intervention	52
5.4.1 Trauma-Erzählgeschichten	53
5.4.2 Trauer-Modellgeschichten in der Kinderliteratur	55
Merles Memory Books: Authentisches Text- und Bildmaterial	1
Kindertagebuch	3
Memory Book I	7
Abschiedsbuch für die Therapeutin	45
Memory Book II	49
6 Merles Trauerentwicklungsweg: Kinderpsychologischer Kommentar	59
6.1 Begegnung mit Merle	59
6.2 Das Kindertagebuch	61
6.3 Erinnerungsbuch im Alter von sechs bis sieben Jahren (Memory Book I)	64
6.4 Ein – vorläufiges – Abschiedsbuch für die Therapeutin	77
6.5 Erinnerungsbuch im Alter von 12 bis 13 Jahren (Memory Book II)	78
6.6 Merles Korrespondenz mit ihrem Vater	82
7 Rahmenbedingungen für die Arbeit an Erinnerungsbüchern mit trauernden Kindern und Jugendlichen	84
7.1 Bewusste Positionierung des Begleiters	84
7.2 Haltung	85
7.3 Therapeutisches Bündnis	86
8 Erinnerungsbücher achtsam anregen und gestalten	89
8.1 Eine Methode der (Aus-)Wahl	89
8.2 Ausführung	90
8.3 Ausschlusskriterien	91
8.4 Was sich betroffene Kinder wünschen	92
8.5 Abschied vom Abschiednehmen	93
9 Merles Mutter und ihr Therapeut gewähren Einblick	95
Rückschau einer betroffenen Mutter	95
Beobachtungen des begleitenden Therapeuten	97
Epilog	99
Danksagung	100
Literatur	101
Verwendete Literatur	101
Literaturempfehlungen – Bücher für Kinder und Jugendliche, die Verluste erleiden und um eine Bezugsperson trauern	104
Ausgewählte Bücher zum Thema Geschwisterverlust	105
Ausgewählte Bücher zum Thema Suizid	106
Ausgewählte Bücher für den Bereich der Pediatric Palliative Care (schwerkranke Kinder und Jugendliche)	106
Weiterführende Literatur zu Tod und Trauer im Kindes- und Jugendalter	107

VORWORT VON MERLE

Ich habe noch nie ein Vorwort geschrieben, doch ich weiß, dass es persönlich sein soll und über die Beweggründe, die ein Autor/eine Autorin hat, das Buch zu verfassen, informieren soll. Ich denke, dass dieses Buch von meiner Seite nicht persönlicher sein könnte, denn es handelt von meinem Leben. Zumindest handelt es von einem Teil meines Lebens, der mich für immer prägen wird. Als ich ein kleines Mädchen war, hat sich mein Vater umgebracht. Diese trockenen Wörter beschreiben die harte Realität ... und den Umstand, unter dem sich mein Leben komplett verändert hat. Die Tatsache, dass ich zu diesem Zeitpunkt erst fünf Jahre alt war, führte dazu, dass dies schon ziemlich früh passierte. Und genau deswegen denke ich, ist meine Art der Trauer noch mal eine andere. Denn ein Kind kann so etwas nicht auf einen Schlag verarbeiten, wohl niemand kann das. Es heißt ja, die Zeit heile alle Wunden, doch wie soll die Zeit meine Wunden heilen, wenn der Auslöser meiner Wunden immer noch da ist? Kurz gesagt, mein Vater ist immer noch tot. Was absolut gar nichts daran ändert, dass ich meinen Vater liebe, und auch immer lieben werde. Und genau das ist es, was die Trauer so unerträglich macht. Die Tatsache, dass ich jemanden liebe und diese Person nicht bei mir sein kann, bereitet mir Schmerzen, die man nicht nachvollziehen kann, wenn man sie nicht selber erlebt hat. Wobei ich zugeben muss, dass diese Tatsache im Alltag ab und zu in den Hintergrund gerät; doch es kommt alles immer wieder hoch und immer wieder versuche ich, das, was gerade wichtig für mich ist, zu verstehen – es ist gut, dass es in vielen kleinen Schritten passiert, weil es sonst irgendwann zu viel für eine einzelne Person wäre und man aufgeben würde.

Eins habe ich nämlich gelernt: Wir sind Spezialisten im Nichtaufgeben. Und da kommen dann auch andere Menschen ins Spiel. Dies sind die Personen, die mir immer wieder helfen, mit diesen Wellen der Trauer irgendwie klarzukommen; es sind gleichzeitig auch diejenigen, denen ich in diesem Vorwort danken möchte. An erster Stelle meiner Familie, die genauso wie ich trauert und mir vielleicht genau deswegen am besten helfen kann und die mir gleichzeitig immer wieder die schönen Seiten des Lebens vor Augen hält. Dann natürlich meiner Therapeutin, ohne die dieses Buch nicht in dieser Form entstanden wäre. Wir kennen uns seit mittlerweile neun Jahren, und immer wieder steht sie mir zur Seite und gibt mir Auszeiten, die ich im Alltag brauche, um mal von allem wegzukommen und um mich einfach um mich selbst zu kümmern. Dann meinen Freunden, mit denen ich so viel erleben kann und die mir immer wieder zum Glücklichen verhelfen. Ich kann von mir behaupten, dass ich ein glücklicher Mensch bin. Natürlich vermisse ich meinen Vater, und oft bin ich auch sehr traurig, doch ich denke, dass ich gerade deswegen die vielen glücklichen Tage wirklich schätzen kann. Und dieses Buch ist ein weiterer Punkt, der zu meiner Liste von Dingen, die mich reicher machen, gehört. Daher möchte ich mich beim Verlag bedanken, denn er gibt mir mit diesem ungewöhnlichen Projekt die Gelegenheit, etwas von mir zu erzählen. Die Erfahrungen auf dem Weg der Entstehung dieses Buches gehören nun auch zu mir und sind ein eigener Schatz von Erinnerungen geworden.

Ich bin Merle. Seit neun Jahren lebe ich mit einem Gefühl der Trauer, aber ich lebe.

1 EINFÜHRUNG

1.1 Afrika inspiriert – eine Projektidee entsteht

Vor einigen Jahren fand mich ein Buch des Schriftstellers Henning Mankell mit dem Titel: »Ich sterbe, aber die Erinnerung lebt«. Ja, wirklich, es gingen ganz ungewöhnlich aktive Impulse aus von diesem Buch, es ließ sich ein auf intensive Zwiegespräche, lag bei vielen meiner Vorträge ganz vorn auf dem Literaturempfehlungstisch und sprach für sich.

Darin schildert Mankell seine Erfahrungen mit sogenannten »Memory Books«, die von Sozialarbeitern in Uganda eingesetzt wurden, um aidskranken Eltern bzw. Großeltern die Möglichkeit zu eröffnen, schriftliche und anders gestaltete Nachlässe für ihre Kinder zu verfassen. In sehr berührender Weise entstanden auch in nichtalphabetisierten afrikanischen Familien Vermächtnisse, die tröstvoll und identitätsstiftend wirkten in der Trauerbegleitung der oft zahlreichen minderjährigen Angehörigen. Um den durch die geradezu epidemische Ausrottung junger Mütter und Väter unterbrochenen Fluss der mündlichen Erzähltradition wieder transgenerational fruchtbar zu machen, riefen die Verantwortlichen von »Plan International« neben ihrer medizinischen und juristischen Unterstützung für die Aidsfamilien auch das Projekt der »Erinnerungsbücher« ins Leben. Die psychologische und sozialtherapeutische Aufgabe, sich wertschätzend der Abschiedskultur und Trauerverarbeitung eines Landes mit damals circa zwei Millionen Waisenkindern zu widmen, ließ Dokumente von besonderer Art entstehen: Natürlich waren Worte der Königsweg der

Vermittlung, aber darüber hinaus suchte man gemeinsam nach unmittelbaren und alltagsverbundenen Objekten als Beziehungs-»Träger« und fand Mittel und Material, um nichtsprachliche Testamente zu erstellen. Sandkörner wurden eingeklebt, Samen und Blätter gepresst, das Nachkochen eines Süßkartoffelrezepts mit Zeichnungen angeregt.

Mankell besuchte die betroffenen Familien, ließ sich respektvoll ein auf das mit der Arbeit am Memory Book einhergehenden Nähe-Erleben, er hörte und lernte von den afrikanischen Lösungswegen im Umgang mit der kollektiven Todesbedrohung, er sah, verstand und ertrug die Trauer der Kinder, wagte sich an die Übersetzung des Unaussprechlichen und begriff die antipodische Bedeutung einer versteckten Mangopflanze als lebensprinzipielle Symbolik. Blitzlichter einer Verbundenheit über den Tod hinaus und die machtvolle liebende Anwesenheit der Abwesenden fanden einen würdigen Rahmen in den vielen kleinen Heften. »Die Erinnerungsbilder handeln davon: dass die Kinder Augenkontakt mit ihren verstorbenen Eltern haben können. Erinnerungen an Hände, die man tief in seinem Innersten bewahrt, Worte und Stimmen, an die man sich nur vage erinnern kann, wie an etwas Fernes aus einem Traum« (Mankell, 2004, S. 36).

Danach beschäftigte mich lange der Gedanke, wie wirksam wohl auch eine umgekehrte Zuwidmung sein würde, ein erinnerndes Buch des Lebens, geschrie-

ben als Hommage von Kindern oder Jugendlichen an eine verstorbene Bezugsperson. Könnte man diese Methodik einsetzen, um der Herausforderung mit »haptischer« Biographiearbeit und Entwicklung eines altersangemessenen Narrativs zu begegnen, die Kost-

barkeiten der gemeinsamen Erfahrungen zu bündeln, dem Mitteilbaren über den unzeitgemäßen Verlust Ausdruck und Form zu verleihen und das innere Bildern der Suchbewegung nach der seelischen Repräsentanz des Vermissten zu fördern?

1.2 Transfer

Der Zeit der Experimente folgte ein zunehmend systematischer Einsatz dieser Variante der Memory Books. In meiner auf die Beratung und Unterstützung bei existenziellen Verlusten spezialisierten kinder- und jugendtherapeutischen Praxis entstanden nun neben den Schatztruhen mit aufzubewahrenden Erinnerungsstücken, den einzelnen Mal- und Bastelarbeiten und Sandbilderserien auch unterschiedlich umfangreiche Unikate kindlicher Trauerkulturleistungen in Wort und Bild. Ob erworbene Blanko-Alben, deren Seiten dann ausgestaltet wurden, in selbst gebastelte Einbände eingeklebte, eingebundene Blätter oder eine lose Papiersammlung, die wir später einfach zusammenhefteten – es entstand ein jeweils zutiefst persönliches Dokument, das einfiel, was trauernde Kinder bewegte und was sie sich als Erinnerungspool erhalten wollten. Dabei zeigte sich immer deutlicher der Wert dieser »Buchprojekte«; sie können zu einem späteren Zeitpunkt Zeugnis ablegen von der Unmittelbarkeit der Geschehnisse aus der Kinderperspektive und sie fungieren darüber hinaus als einspeisende Quelle sonst möglicherweise verschollener Erinnerungsschätze. Ein weiterer Aspekt ist von Bedeutung: Der in biographischen Übergangs- und Schwellensituationen stets reaktivierte Verlust erfährt über die Jahre eine sich sequenziell verändernde Konnotation. Die Wahrnehmung dieser Entwicklungsschritte, die Metamorphose der Trauer und ihre Integration werden durch das vorhandene Material der lebensbegleitenden Memory Books gestützt und erleichtert.

Als die damals sechsjährige Merle von ihrer aufmerksamen Mutter zur Trauerbegleitung nach Suizid des Vaters bei mir angemeldet wurde, entschieden wir gemeinsam, auch diesen besonders erschwerten Abschiedsprozess durch ein dem Vater gewidmetes Erinnerungsbuch anzureichern. Wie in einer Schlossbegehung öffnete Merle in jeder neuen Sitzung eine Tür nach der anderen zu ihrer reichen Vorstellungswelt und ließ mich teilhaben an ihren widersprüchlichen Gefühlen, an ihren not-gereiften Gedanken – mitunter in der Qualität eines philosophischen Erkenntniswe-

ges –, an der Bewältigung von Verlustängsten und an Selbsttröstungen. Sie durchschiffte ihr Trauermeer, indem sie auf Erinnerunginseln vor Anker ging, Rituale des Alltags adaptierte und versuchte, das aktivierte Bindungsverhalten auszurichten auf ihren »inneren Vater«, den sie sich als Liebesobjekt trotz seines gewaltsamen Todes in seiner überlebenden »seelischen Repräsentanz« unversehrt erhalten konnte.

Merles Memory Book zu veröffentlichen, ist ein ungewöhnliches Projekt. Als ich darüber nachzudenken begann, überraschte mich Merle mit ihrer Begeisterung für meine damals noch wenig ausdifferenzierten Phantasmen. Es ist nun etwa drei Jahre her, seit die Idee unter Geburtshilfe von Monika Müller (psychotherapeutische Kollegin, persönliche Mentorin und Grande Dame im Fachbereich Trauerbegleitung, Hospizarbeit und Palliative Care) ein umsetzbares Vorhaben zu werden schien und ich anfänglich ein wenig ungläubig ihrem Vorschlag lauschte, dieses beim Verlag Vandenhoeck & Ruprecht in Göttingen vorzustellen. Günter Presting, im Verlag Bereichsleiter für Psychologie, teilte unsere Hochachtung für die schöpferischen Selbstheilungskräfte der kleinen Merle und übernahm die »Patenschaft« für die Realisierung. Die jeden involvierende Freude an diesem Vorhaben, die Flexibilität, mit der alle gemeinsam auf prozessimmanente Veränderungen reagierten, die liebevolle Wertschätzung, die der wohl jüngsten Mitautorin des Verlagshauses entgegengebracht wurde, ließen mich immer mutiger und zuversichtlicher werden. Schwierige ethische Abwägungen begleiteten die aufgrund der gewünschten Authentizität der Dokumente nicht vollständig zu anonymisierende Publikation – schließlich geben wir eine familiäre Tragödie der öffentlichen Einsichtnahme preis und darüber hinaus, in der Darstellung der kindlichen Bewältigungsversuche, die besonders schützenswerten Selbstoffenbarungen einer Minderjährigen. Trotz aller vorhandenen Zustimmungen und gemeinsam getragenen Entscheidungen liegt die Pflicht zur Antizipation möglicher zukünftiger Belastungen, liegt die Verantwortung für diesen unkon-

ventionellen Schritt vielleicht nicht im engeren juristischen Sinne, aber meiner persönlichen Einschätzung nach eben doch bei mir als Merles Therapeutin. Ich bin deshalb besonders dankbar dafür, dass Merle über all die vielen Monate hinweg keinen Zweifel daran ließ, wie sehr sie unsere Arbeit am Memory Book als Würdigung ihres Vaters, als eine achtsame Entsprechung eines Vermächtnisses empfand und als Fortsetzung eines hermeneutischen Versuches, seinen Tod als Teil ihres Lebens anzuverstehen.

Wir kennen als Therapeuten, Pädagogen, Berater, Begleiter, als Lehrer, Erzieher und Eltern den Blick »aufs Kind«, wir schildern unsere Eindrücke »über das Kind«, manchmal tauschen wir uns aus und erklären einander unsere Sicht »vom Kind«, und wenn wir unsere Gespräche führen, dann im besten Fall auf Augenhöhe »mit dem Kind«. In diesem Buch wird der Leser, die Leserin nun immer wieder die Umkehr der gewohnten Verhältnisse empfinden, denn ich bemühte mich strikt, »one step behind« Merle zu bleiben und meine Initiativen zu minimieren. Ähnlich der nondirektiven Haltung wurde so sparsam wie möglich angeleitet und der »Fluss der Aufmerksamkeit« richtete sich auf das intuitive und autoregulative Wissen des kleinen Mädchens um seine Wiederherstellungskräfte. Erst in zweiter Linie beschäftigte uns das »Handwerk« der Verarbeitung von trauerspezifischen Inhalten. Aus spontan in die Therapie eingebrachten Objekten entstanden Bilderbögen, Inseln der Verbundenheit mit dem Vater; ihre bedeutungsgenerierende Anordnung verhalf Merle dazu, die Geschichte ihrer kindlichen Lebenserinnerungen nachzuerzählen und dabei sich selbst immer wieder neu zu entwerfen. Das Memory Book diente, gleichzeitig Ziel und Methode, der Herstellung eines erinnerungsaffinen Milieus und bildete den Nährboden für freischwebendes assoziatives Denken nicht nur an Merles verstorbenen Vater, sondern zugrundeliegend an die überdauernd existente väterlich-töchterliche Beziehung und damit an eine unverehrte Liebesgeschichte.

Die Entscheidung, dieses so besondere Material einigen daran Interessierten weiterzugeben, ist auch eine Respektbezeugung für das wunderbare Wagnis, das Irvin Yalom und Ginny Elkins (Analytiker und Patientin) in »Jeden Tag ein bißchen näher« mit der Veröffentlichung ihrer unabhängig voneinander geführten Aufzeichnungen über den Fortgang ihrer gemeinsamen Arbeit eingingen, um uns den therapeutischen Entwicklungsweg und ihre wechselseitige inspirative menschliche Verbundenheit einfühlbar zu machen. Neben einer theoretischen Rahmung werden

auch in diesem Buch die eigenen flankierenden Gedanken und Gefühle der Kinderpsychologin in die Darstellung einfließen, so dass – in unserem Fall allerdings über einige Jahre zeitversetzt und ohne übertragenanalytischen Deutungsprozess – ebenfalls die gemeinsame Arbeit in ihrer Reziprozität von beiden Seiten her eingesehen werden kann. Aufgrund der in ihrer Ausdruckskraft wohl eher selten zur Verfügung stehenden Quellen und einer Longitudinalperspektive innerhalb der Kindertherapie ist der Wunsch entstanden, diese ungewöhnliche Trauerbegleitung vorzustellen.

Es ist nicht beabsichtigt, eine idealtypische Darstellung der Arbeit mit einem Memory Book vorzulegen. Durch die besondere Intuition Merles, ihre Selbstheilungskompetenzen und ihre Unbeirrbarkeit entstanden sehr persönliche Eindrücke der Trauerverarbeitung eines Grundschulkindes. *Jedes* Erinnerungsbuch, das über die Jahre in meiner Praxis entstand, war ein bemerkenswertes Unikat und dokumentierte individuelle Bewältigungsversuche. Manchmal stockt der Prozess, und Unterbrechungen in der Arbeit am Memory Book sind keine Ausnahme. Die Zeit im Sinne von »Kairos«, des richtig gewählten Moments, spielt eine wesentliche Rolle. Es gibt ein gutes Gespür der betroffenen Kinder, wann ein erster Einstieg Erfolg verspricht, und ein ebenso sicheres Gespür für die Notwendigkeit des Aussetzens, einer Pause, in der es sich zum Beispiel als wichtiger erweist, anstatt des erinnernden Fokus die ganze Aufmerksamkeit auf die gegenwärtigen Bedürfnisse eines trauernden Kindes und seiner Familie zu richten.

Viele Fäden wurden in diese Veröffentlichung eingewebt, manche verlaufen chronologisch, einige überkreuzen sich: Die kindlichen Zeugnisse von Trauer und Rekonstruktion finden sich im Kindertagebuch, dann im ursprünglichen Memory Book und seiner Erweiterung zu Hause, darüber hinaus dem Abschiedsheft für die Therapeutin und einer unvollendeten, weil sich fortschreibenden Korrespondenzlinie mit dem Vater. Ein Erinnerungs-Update erfolgte im Teenageralter, wobei das sogenannte Memory Book II entstand. Im Vorfeld der Veröffentlichung dieses Buches nun begannen wir, Materialien gemeinsam zu sichten, und ließen als Prozessbeobachter die Jahre der Begleitung Revue passieren.

Die mittlerweile 15-jährige Merle gestattet uns die Teilhabe an ihren Erfahrungen – trauer- und freudebiographische Züge trägt ihr Erinnern – und macht uns aktiv das Geschenk einer in dieser Intensität nur selten gewährten Innenansicht. Merle dokumentier-

te als Sechs- und Siebenjährige ein Ereignis, das unwälzender nicht hätte eingreifen können in ihr Leben, heute, nach neun Jahren, trägt sie retrospektiv die Sicht der Jugendlichen auf die Vorkommnisse dieser Zeit bei, »übersetzt« einige schwer leserliche Passagen ihrer kindlichen Sprachsturmflut, interpretiert

und konnotiert und nimmt sich nicht zuletzt dabei selbst in die Arme. Merle lässt sich noch einmal auf das bedürftige »Innere Kind« im Sinne Reddemanns (Krüger und Reddemann, 2007) ein, was zusätzliche Selbst-Inobhutnahme und (Nach-)Nahrung ermöglichte.

1.3 Methodische Einordnung und »Passung«

Wie auch andere kreativtherapeutische Interventionen eignet sich die Arbeit mit dem Memory Book für viele trauernde Kinder und Jugendliche. Eine Einzelfallprüfung der jeweiligen Umstände des existenziellen Verlustes mit dem Augenmerk auf traumatisierendes Geschehen steht immer am Anfang. Sinnvollerweise kommt die Herstellung eines Erinnerungsbuches nicht isoliert zur Anwendung. Detaillierte Überlegungen zum Setting und zur Ausführung finden sich in Kapitel 8. Zu den Voraussetzungen der Arbeit mit Merle möchte ich noch einige Anmerkungen machen.

Aufgrund der Vorinformationen der Mutter und Merles besonderer Entschiedenheit im Wunsch nach Unterstützung habe ich rasch eine kurzzeittherapeutische Maßnahme im tiefenpsychologisch fundierten Richtlinienverfahren beantragt. Die für eine Kostenübernahme einer Behandlung in der kindertherapeutischen Praxis erforderliche Diagnosenvergabe ist bei Kindern und Jugendlichen, die eine existenzielle Verlust Erfahrung mit primär relativer Unauffälligkeit und milder Symptomatik kompensieren, in meinen Augen immer problematisch. Einerseits verlangt die Teilnahme an der Versorgung in unserem Gesundheitssystem eine Positionierung des Therapeuten bezüglich des *Krankheitswertes einer seelischen Störung*, ihrer indizierten Behandlung mit *effizienten* Methoden und Aussagen zur *Dauer* wie *Prognose*, andererseits zeigen sich gerade bei existenziell trauernden Kindern die Risiken ihrer oft enormen Anpassungsleistungen erst Monate bis Jahre später. Ihre meist hohe Funktionalität ist der Not des Überlebenskriptes und der Systemregulation geschuldet. Biologisch verankert sorgen allgemeingültige, aber kontextabhängig ausdifferenzierte Überlebensstrategien dafür, dass sich abhängige Mitglieder von Lebensgemeinschaften in Krisenzeiten an den jeweiligen für sie zuständigen Verantwortungsträgern ausrichten. Kinder und Jugendliche in Trauersystemen orientieren sich aufgrund ihrer eigenen Schutzbedürftigkeit an den unverzichtbaren, weil systemerhaltenden Überlebensbedingungen ihrer Umgebung. Sie erspüren

mit geradezu seismographischer Begabung die Bedürfnisse ihrer Bezugspersonen, werden zu Artisten der Sozialkompetenz und beantworten die aktuellen Herausforderungen auf geradezu beunruhigend meisterliche Art. Wohlverstanden, ihrem ressourcenaktivierenden Bewältigungshandeln müssen wir unseren Respekt erweisen, ihre Verhaltensweisen machen Sinn! Da es aber Not-Lösungs-Strategien mit hohem Energieverbrauch sind, ergibt sich ihr Charakter als befristete Übergangs- und Substitutionsleistung von selbst. Andauernde Inanspruchnahme eines Notprogrammes führt physische wie psychische Regelkreisläufe in das Risiko einer schleichenden Dekompensation. Auch bei sehr resilienten Kinderpersönlichkeiten wie Merle ist also nicht von Anfang an mit Sicherheit einzuschätzen, welche Begleitmaßnahmen implementiert werden müssten, um andere Selbstaspekte, die *Gegenspieler-»States«* zur *Überanpassung*, im inneren Team zu fördern. Wann die individuellen Belastungsgrenzen unserer kleinen oder größeren Patienten mit schweren biographischen Verlusten erreicht sind, hängt von einer Vielzahl von Faktoren ab, wir können diese Stellgrößen in der Regel zu Beratungs-/Behandlungsbeginn noch gar nicht zuverlässig erfassen, da es sich um Entwicklungsparameter handelt und erst der gemeinsame Prozess zeigen wird, wie viel Unterstützung der jeweilige Klient tatsächlich benötigt.

Um Trauer nicht zu pathologisieren, ist Zurückhaltung bei der Diagnosevergabe meines Erachtens ebenso nachdrücklich wie dringend zu empfehlen. Andererseits scheint mir von Bedeutung zu sein, nicht allzu leichtfertig mit den Kompensationskünsten unserer Kinder umzugehen und die *Kosten ihrer Bewältigungsbemühungen* fürsorgend ihm Auge zu behalten, damit wir *Verschiebungen* im Gleichgewicht und sich andeutende *Entgleisungen* im filigranen Zusammenspiel der seelischen Reaktionsbildungen erkennen.

Merle ist als stabiles Grundschulkind mit vitalem Verhaltensrepertoire bei mir vorstellig geworden. Sie wurde und wird geliebt und verfügt über zahlreiche

familiäre Systemressourcen wie auch einige Risikofaktoren. Die Familie väterlicherseits ist mit depressiven Erkrankungen und Suizidhandlungen vorbelastet. Ihre Mutter, grundsätzlich eingebettet in ein stabiles familiäres Netz, litt aufgrund der Selbsttötung ihres Mannes extreme Verlustschmerzen, war de facto von einem Tag auf den anderen alleinerziehend mit zwei Kindern, einer kleinen und einer halbwüchsigen Tochter, hatte Abschied zu nehmen von gelebter Partner- und Elternschaft und erhielt sich dennoch die Rahmung einer großen, den Tod überdauernden Liebesbeziehung. Merle erfasste die Dimension der Verletzung ihrer Mutter zutiefst und reagierte adäquat mit einer Entlastungsbotschaft: »Ich will auch jemanden zum Reden.«

Trotz der traumatisch-gewaltsamen Umstände des Todes ihres Vaters sah ich in den vergangenen neun

Jahren keine Hinweise auf eine Traumatisierung. Die Arbeit mit einem Memory Book konnte wenige Monate nach dem Suizid aufgenommen werden, da auch keine Bedenken bestanden, Merle über die Suche nach externem Material (Gegenständliches) sowie Sondierungen von internem Material (un- und vorbewusste Inhalte) in die Dysbalance zu führen. Elementares und auch regressives Selbsterleben speisen die Freiheit des unzensiert-schöpferischen Erinnerns; die Förderung von primärprozesshaftem, regressivem und dissoziationsbegünstigendem Geschehen ist aber bei schwer und nachhaltig verstörten (in der psychischen Struktur versehrten) Menschen kontraindiziert; deshalb ist eine differenzialdiagnostische Einschätzung der Trauer- bzw. Traumaqualität vorab unverzichtbar.

1.4 Rundgang durchs Buch

In den hinführenden Kapiteln werden theoretische Zu- und Einordnungen vorgeschlagen, die die Themenschwerpunkte der *Trauerbegleitung von Kindern und Jugendlichen* (Kapitel 2), der *Erinnerung als Gestaltungskraft* (Kapitel 3), der *Entwicklung und der Zusammenhänge von Sprach-, Denk- und Symbolisierungsebenen* (Kapitel 4) sowie der *kreativen und rezeptiven Prozesse der Narrativbildung* (Kapitel 5) aufgreifen. In Kapitel 6 finden Sie *das authentische Material der Erinnerungsarbeit inklusive kinderpsychologischer Kommentierung*, Kapitel 7 und 8 bieten *Praxistransfer und methodischen Werkstatteinblick* und in Kapitel 9 setzen Merles Mutter und Dr. Althaus, ihr damaliger Therapeut, *ergänzende Akzente in der Außenwahrnehmung und Systemperspektive*.

In der Mitte dieser Veröffentlichung erlaubt der Abdruck der verschiedenen Formate (Kindertagebuch, Memory Books, Abschiedsbuch) die unmittelbare Beobachtung der Gedanken- und Erlebniswelt Merles. Um einer möglichen Verwirrung über den zeitlichen Verlauf der Entstehung der Originaldokumente vorzubeugen, erfolgt an dieser Stelle ein kurzer Überblick mit erläuternden Hinweisen auf die vorhandenen unterschiedlichen Quellen und deren Anordnung: Im Vorfeld der Arbeit am Memory Book (I), das vorwie-

gend in der kindertherapeutischen Praxis entstand, schrieb die sechsjährige Merle über einige Wochen an einer Art *Kindertagebuch*, in dem sie durchdeklinierte, was die Realität des Vaterverlustes an jedem einzelnen Tag bedeutete und dem Erschrecken darüber all ihre intentionalen Anstrengungen des Glückswillens entgegensetzte. Nach etwa einem Jahr Arbeit am *Memory Book I* trennten sich unsere Wege und Merle händigte der Therapeutin ein »wortloses«, aber farbenfroh *bebildertes Abschiedsbuch* über die gemeinsam verbrachten Stunden aus. Daheim setzte sie ihre Einträge ins Memory Book fort. Etwa fünf Jahre danach erhielt ich einen Anruf der mittlerweile 13-Jährigen mit dem Auftrag, sie nun bei einem »Update« für ihren Vater zu begleiten: Es entstand ein weiteres, aufgrund der in einer Schwellensituation (Pubertät) erneut heftig anflutenden Trauer umfassendes Dokument des Ringens um die Integration einer Selbsttötungserfahrung in die Familienbiographie, das *Memory Book II*.

Der Schwerpunkt des Buches liegt auf der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen im Alter von etwa sechs bis 14 Jahren. Die besondere Situation älterer Jugendlicher wird im 5. Kapitel anlässlich der Vorstellung von kreativen und (auto-)biographischen Schreibprojekten konkretisiert.

MERLES MEMORY BOOKS: AUTHENTISCHES TEXT- UND BILDMATERIAL

Dieser Materialteil hat eine eigene, anders gekennzeichnete Seitenzählung, um darauf im Text verweisen zu können.



Diesen Kaffee mochte mein
Vater gern. In seiner Lieblings-
Tasse.

Mein Fahrrad!



Dieses Fahrrad

habe ich von



Otto bekommen



das war im Frühling





Briefkasten

Wenn du
wissen willst,
was hier drin
ist dann holt
mich hier raus...



↑ Wurzel

Dein Ganzes Leben

vergeht wie im

Flug





Prüfung ???

Als du weg warst, ~~er~~ dachte ich es wäre eine Prüfung.
Du wolltest prüfen ob wir stark genug sind um die Zeit
zu überstehen, doch du kamst nie zurück. Du warst weg.

DAMALS:

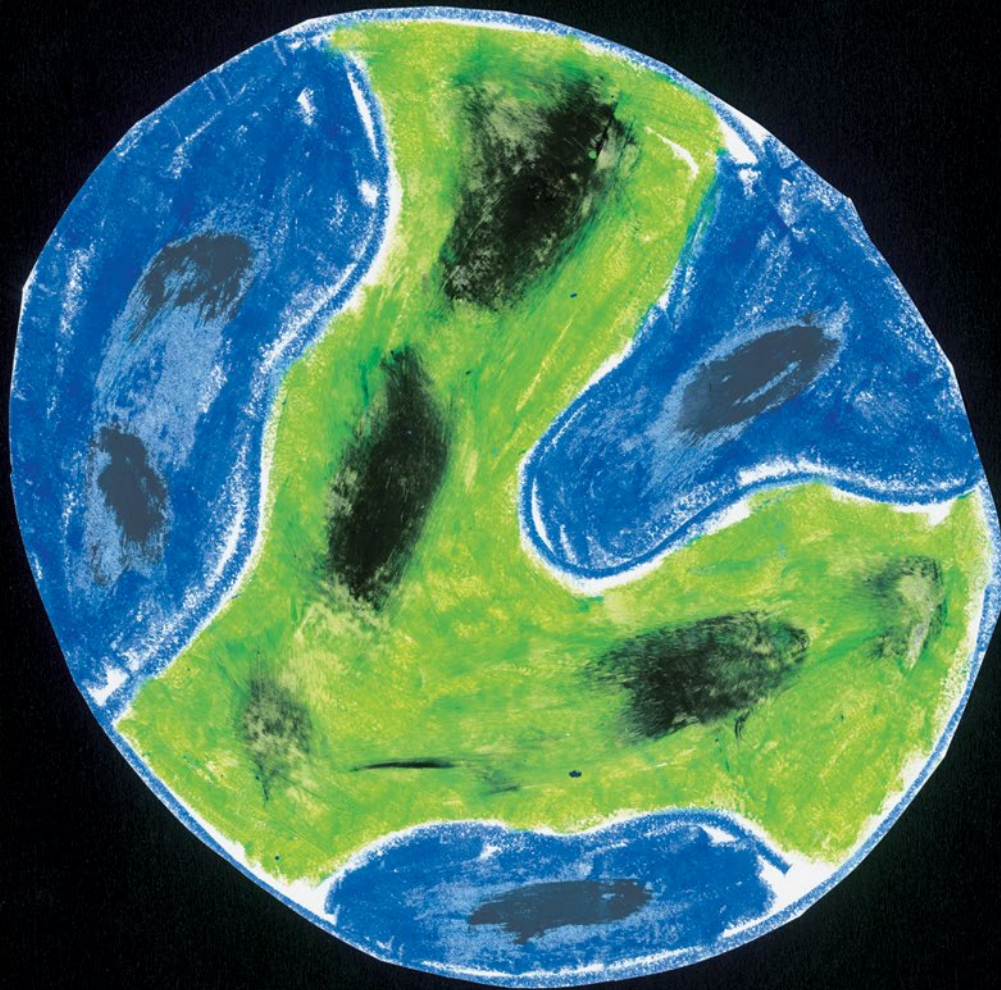


MIT DIR



OHNE
DICH

Es war als würde
für einen Moment die Erde
aufhören sich zu drehen.
Es war als würde die Zeit still stehen,
denn es war alles so unwirklich ohne dich.



drin verschnaufen und sich ausruhen können. Dann bestieg Merle und ich ein schnell gebasteltes Floß oder trampelten auf einem behäbigen Frachter, bestiegen ein Segelboot auf Vorwindkurs oder surften die

große Welle. Merle erzählte und wurde Teil ihrer Erzählung; in dieser Zeit, in der sie mit mir nach ihrem Vater und damit auch *nach sich selbst* als Tochter suchte, wurde auch ich Teil ihrer Geschichte.

6.2 Das Kindertagebuch

»Hunderttausend Jahre sind vergangen und doch hör ich den fernen Klang der Trommeln meines Vaters. Ich höre seine Trommeln überall im Land, hör ihren Klang in meinem Herzen. Die Trommeln werden dröhnen, und mein Herz wird klopfen, und ich werde hunderttausend Jahre alt.«
(Shirley Daniel, 1969, Ojibwa),

Aus einem 14-seitigen Kindertagebuch, das Merle im Vorfeld der Therapie mit sechs Jahren ohne Hilfestellungen durch Erwachsene ganz »autark« geführt hat, werden hier auszugsweise vier Doppelseiten gezeigt. Da sie nicht immer selbsterklärend sind oder durch den psychologischen Kommentar im Text im einzelnen erläutert werden, hat Merle sich bereit erklärt, um der Lesbarkeit willen ihre Kindersprache in ein für Erwachsene ohne Entschlüsselungsverzögerungen rezipierbares und damit besser verständliches Format zu übertragen. Ich möchte ihr dafür danken. Die wenigen Worte, die auch Merle nicht mehr mit Sicherheit dechiffrieren konnte, sind durch Auslassungen [...] gekennzeichnet.

S. 5

»Es war einmal eine Familie. Es waren drei Personen. Der Vater war gestorben, die große Schwester wollte schon ausziehen. Sie war noch 15 und wollte schon ausziehen. Dann war nur noch die Mama und die kleine Tochter da. Sie war in der zweiten Klasse. Der Papa hatte sich selbst umgebracht. Es war 2006, als er sich umgebracht hat. Er war sehr klug und wollte eine eigene Schule gründen und einen Kindergarten und ich hätte da auch hingehen können. Ich bin aber nicht hingegangen und ich habe Angst, dass meine Mama sich auch umbringen will. Weil, sonst bin ich ein Waisenkind und dann muss ich in eine Pflegefamilie. Aber noch ist sie nicht tot. Aber ich habe trotzdem Angst, dass sie sich umbringt. Wenigstens lebe ich. Ich bin nicht tot. Oder ich zieh zu meiner Schwester, dann sind es nur noch ich und meine Schwester. Aber ich hoffe, dass sie sich nicht umbringt, aber bis jetzt ist nur mein Vater tot. Aber es ist trotzdem schlimm. Ich denke, ich und die Tabea sind auch wichtig.«

S. 5

»Wir sind aber nicht so glücklich wie vorher, aber wir sind anders glücklich, darauf kommt

es an. Mir geht es gut, außer dass mein Papa tot ist. Ich habe auch viele Freunde, die helfen mir zum Glücklichen werden. Aber wenn sie weg sind, werde ich wieder traurig, aber da muss ich durch, es geht nicht anders. Manchmal bin ich glücklich auch ohne meine Freunde oder traurig. Es ist unterschiedlich, ich kann es gar nicht beschreiben. Ich bin auch ziemlich sauer, weil er sich umgebracht hat. Ich bin sogar ziemlich sauer.

2 Kinder + 2 Erwachsene – 1 Erwachsener =
2 Kinder + 1 Erwachsener

Ich liebe meine Mama. Ich liebe meine Schwester. Ich habe meinen Papa auch geliebt, er ist viel zu früh gestorben. Ich vermisse ihn. Ich warte immer, dass ich ihn sehe, es wird noch lange dauern. Ich warte, ich warte. Es dauert mir zu lang. Ich bin so traurig. Es dauert aber wirklich zu lang. Es ist schwer, so lange zu warten.«

»[...] versuche ich es und es ist so warm und so kuschelig und man mag sich reinwerfen und man will Chaos anrichten und es nie wieder aufräumen und ich werde nie wieder unglücklich werden, ich fühle mich einfach toll [...] Ich lieb sie doch, das reicht auch oder, ich glaub schon [...] ich weiß, dass es wenig ist, aber es reicht doch, aber es reicht doch auch Eure Mama, deswegen reicht es Euch, reicht es doch auch [...]«

S. 6

»versteht ihr, ich verstehe es nämlich schon, wie oft sage ich das noch, mindestens 1000 Mal oder noch mehr, aber was red ich eigentlich, es ist eine lange Geschichte«

»Und ich bin froh, wenn ich in die Therapie gehe. Da kann ich über alles reden. Reden ist wichtig für mich und spielen ist schön. Das macht so viel (drei gemalte Herzen). Und die sind da so nett und in dem

S. 6

Hort ist es auch sehr schön. In der Schule ist es auch sehr schön. Schön. Sein.

Und ich bin so glücklich.«

Das Kindertagebuch vermittelt einen Eindruck von den anstürmenden Affekten und es weist die Besonderheit auf, dass wir Merle beim »Mit-sich-selbst-Reden« über die Schulter schauen dürfen. Formal betrachtet könnte es einen verwundern, dass eine Sechsjährige in einen derartigen Schreibsturm geraten kann. Es ist ja schon durch das Zeilen-»Layout« zu erkennen, dass sich hier etwas Bahn bricht und auf Ordnungskriterien keine Rücksicht genommen werden kann. Interessanterweise hat Maria Montessori bei ihren Beobachtungen über das sensitive Fenster (optimale Aufnahmefähigkeit) für das Schreibenlernen den erstaunlichen Nachweis geführt, dass sehr früh unterrichtete Kinder als besonders reich und vielfältig Schreibende imponierten, sich als geradezu explosiv in ihrer kindlichen Schriftäußerung erwiesen. »Eines Tages nämlich begann ein Kind zu schreiben. Es war darüber selber dermaßen erstaunt, dass es laut zu rufen begann: ›Ich hab geschrieben! Ich hab geschrieben!‹ Und die anderen Kinder liefen herbei, umdrängten das erste und bestaunten die Worte, die dieses mit einem Stückchen weißer Kreide auf den Fußboden geschrieben hatte. ›Ich auch! Ich auch!‹, riefen andere und liefen davon. Sie suchten nach Schreibmaterial, einige drängten sich um die Klassentafel, andere streckten sich der Länge nach auf dem Boden aus, und so brach die geschriebene Sprache in einer Art Explosion hervor. Die unermüdliche Tätigkeit dieser Kinder ließ wirklich an einen Wasserfall denken. Sie schrieben überall, auf die Türen, auf die Mauern und sogar daheim auf die Brotlaibe. Sie waren etwa 4 Jahre alt. Dieses Aufbrechen des Schreibvermögens vollzog sich als unerwartetes Ereignis« (Montessori, 2001, S. 137).

Wahrscheinlich kannte Merles Vater diese Studien als Pädagoge, jedenfalls weihte er seine Tochter wohl schon vor Schulbeginn in das Mysterium der bedeutungsvollen Zeichen ein, und diese machte sich die spontane Verschriftlichung von Erfahrungen leidenschaftlich zu eigen.

In der Chronologie der Trauerthemen zeigt sich bei Merle wie bei vielen anderen Kindern eine sinnstiftende Abfolge der Auseinandersetzung. In ihrem Kindertagebuch erfolgt zuerst die Selbst-(Ver-)sicherung (»ich bin nicht tot«) und eine Verortung im Hier und Jetzt. Eine klassische Krisenintervention und sozusagen die »stabile Seitenlage« einer Psyche in Not! Sie erklärt, wer sie ist und wer zu ihrem – reduzierten –

Überlebensteam gehört, zählt auf, wer übrig blieb: Jetzt sind es nur noch die Mutter, die Schwester und sie selbst. Schließlich versucht sie, die existenziellen Koordinaten ihres Daseins zu erfassen, Merle errechnet sich ihre persönliche Verlustgleichung.

Roger Willemsen, der ebenfalls früh seinen Vater verlor, schrieb dazu: »Denken wir also an [...] geballte Kinderfäuste, in denen ein Stift steckt, und diese Kinder lernen auf dem Papier zu kalkulieren: Fünf weniger Drei, Zehn weniger Sieben. Vielleicht bringt das Bewusstsein hier eine Erfahrung auf den Begriff [...] Dass die Welt schrumpfen kann, dass sie jeden Einzelnen mit dem Mangel bedroht und das Geschenkte entziehen kann, mit dieser Erfahrung beginnt die Reife [...] Der Prozess der Reife beginnt also, wo der Einzelne in die Kategorie des ›Weniger‹ eintritt [...] weil er sich als Mangel erkennen und seine Individualität aus so viel Mangel gewinnen muss« (Willemsen, 2008, S. 28 f.).

Das Faktum findet seinen Platz: Mein Vater hat sich umgebracht. Es ist unabänderlich. Es taucht immer wieder auf. Es steht im Vorwort dieses Buches. Darum handelt es sich. Werden wir, werde ich es schaffen? Merle dekliniert das Für und Wider. Für sie ist die verbleibende Bezugsperson jetzt elementar. Ihre Angst findet Worte für eine aus guten Gründen gefühlte Bedrohung. Könnte sich meine Mama auch umbringen? Nein, es ist konkreter, Merle schreibt: Ich hab Angst, dass sich meine Mutter auch umbringt. Ein überlebendes Elternteil steht unter Schock, ist auf der ruhelosen Suche nach Erklärungen. Zutiefst verunsichert versucht Merles Mutter den Spagat: Weiterleben ... um ... zu ... für ... Aber wie oft passiert ein derart be- und getroffener Mensch dann doch die Erschöpfungsgrenze, schließt die Augen, absolut unhörbar und doch im System wirksam formieren sich die Buchstaben: »Ich wollte, es wäre auch für mich zu Ende, ich schaff das nicht, ich kann nicht mehr, ich habe Angst, verrückt zu werden.« Und nahezu alle Kinder reagieren nach einer Todeserfahrung im engeren Umfeld mit dieser panischen Verlustangst – manche werden erst Jahre später über den Kinderarzt oder schulpsychologischen Dienst den psychotherapeutischen Praxen mit der Diagnose »Trennungängstlichkeit« zugeführt. Was einmal geschah, es kann doch wieder geschehen; etwas ist unabweisbar geworden – und bleibt es für immer, eine Bruchstelle der Biographie.

Nach dieser Infragestellung kontrapunktiert Merle ihre Erfahrungen mit kindlichem Gegenzauber: »Ich kann auch glücklich sein ...« Offenbar gelingt es ihrer Mutter, die Erlaubnis zum Shiften zwischen extremen Gefühlszuständen glaubwürdig zu vermitteln. Merles