

SWR2 Leben

Die eigenen Ressourcen erkennen - Eine Kunsttherapeutin unterstützt Jugendliche

Von Grace Yoon

Sendung: 09.10.2020, 15.05 Uhr

Redaktion: Ellinor Krogmann

Regie: Grace Yoon

Produktion: SWR 2020

SWR2 Feature können Sie auch im **SWR2 Webradio** unter www.SWR2.de und auf Mobilgeräten in der **SWR2 App** hören – oder als **Podcast** nachhören:
<https://www.swr.de/~podcast/swr2/programm/swr2-feature-podcast-100.xml>

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

Kennen Sie schon das Serviceangebot des Kulturradios SWR2?

Mit der kostenlosen SWR2 Kulturkarte können Sie zu ermäßigten Eintrittspreisen Veranstaltungen des SWR2 und seiner vielen Kulturpartner im Sendegebiet besuchen. Mit dem Infoheft SWR2 Kulturservice sind Sie stets über SWR2 und die zahlreichen Veranstaltungen im SWR2-Kulturpartner-Netz informiert. Jetzt anmelden unter 07221/300 200 oder swr2.de

Die SWR2 App für Android und iOS

Hören Sie das SWR2 Programm, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...
Kostenlos herunterladen: www.swr2.de/app

Musik:

Metche Dershe 1

O -Ton Tür**OT Irene Bush:**

Ich bin Irene Bush, ich bin Kunsttherapeutin, habe aber noch verschiedene Ausbildungen, z.b. NLP, lösungsorientierter Ansatz oder Individualpsychologie nach Alfred Adler gemacht. In den letzten 15 Jahren habe ich zusammen mit der Jugendpsychiaterin Therese Steiner im südlichen Afrika und in Lateinamerika ein Ausbildungsprogramm für diese Jugendlichen entwickelt. Das sind verschiedene Workshops, wo sie lernen wie sie sich selber Ziele setzen können, wie sie herausfinden können was sie wirklich gut können, welche Begabungen sie haben, was sie für Stärken haben, was es im Umfeld für Ressourcen gibt die Ihnen weiterhelfen können und das sind so verschiedene Schritte, die sie im Workshop lernen.

Musik:

Metche Dershe 2

O -Ton Tür**OT Irene Bush:**

Viele dieser Jugendlichen haben keinen großen Bildungs-Rucksack möchte ich sagen, sie haben sehr viel Wissen, sehr viel Erfahrung vom Leben, aber nicht die Möglichkeit gehabt, sehr viele Schulen zu besuchen, darum sind diese Ansätze auch mit kreativen Mitteln sehr wichtig, um den Ansatz auch weiterzugeben. Das Ziel wäre ja, dass diese Jugendlichen andere Jugendliche anleiten und auch dabei helfen Selbstvertrauen zu entwickeln, die eigenen Stärken zu fördern, sich Ziele zu setzen und diese auch zu erreichen. Der lösungsorientierte Ansatz geht davon aus, dass jeder Mensch in sich Ressourcen und Stärken hat, um sein Leben zu bewältigen und als Begleiter, als jemand der mit jemand anderem lösungsorientiert arbeitet, ist eigentlich die Aufgabe oder der Weg, dass man die richtigen Fragen stellt, damit die andere Person auf die eigene Lösung kommt.

O -Ton Tür**Sprecher:**

Nach ihrem *MePower-Workshop in Afrika erzählt* Nyasha Maganga aus Simbawe:

OT Nyasha Maganga**Sprecherin:**

ich habe in diesem Workshop eine Menge gelernt, das Wichtigste für mich war die Reframing Technik. Diese Technik setzt man ein, um die Bedeutung eines Geschehens, einer Situation, in einen positiven Rahmen zu setzen, einen anderen Aspekt in den Vordergrund zu rücken. Ich habe diese Methode mit Jugendlichen im

Bubi-Distrikt angewandt. Sie sind mit großen Herausforderungen wie Teenager - Schwangerschaften und Schulabbruch konfrontiert. Die Reframing Methode hilft ihnen dabei, diese Herausforderungen aus einem positiveren Blickwinkel zu betrachten und aus dieser Perspektive heraus eine eigene Lösung zu finden. Eine Lösung, die von den jungen Leuten selbst kommt.

Musik:

Cynthia Nickschas / Positive denken

.....

Fangt mal an n' bisschen positiv zu denken! Nur so könnt ihr die Gedanken dann mal lenken

O -Ton Tür

OT Irene Bush:

Die Kunsttherapie mit lösungsorientierten Ansatz zu verbinden, heißt zum Beispiel, dass am Anfang jeder Jugendliche, jeder Teilnehmer vom Workshop, ein kleines Büchlein machen kann, von einer A4 Seite wird das gefaltet, wird richtig gezeigt, wie das gemacht wird und auf jeder Seite kann man eine Stärke, eine Ressource, von sich selber malen, in Symbolen darstellen und das ist schon eine Möglichkeit auch darüber nachzudenken, was für Ressourcen habe ich eigentlich, wo bin ich stark, was kann ich gut machen und meistens gebe ich auch die Aufgabe, sie sollen eine Stärke dazu nehmen, die sie noch nicht besitzen, aber die sie gerne haben möchten. Und wenn sie dieses Mini-Büchlein gemalt haben und eben malen gibt den Vorteil oder lässt einen besser darüber nachdenken, als wenn man es nur aufschreiben würde oder jemand mitteilen würde, aber nachdem sie das Büchlein fertig gestellt haben, tauschen sie sich zu zweit aus und fragen sich ganz viel über diese Stärken aus, wann ist sie nützlich für dich, wann setzt du sie ein, wo könntest du sie noch einsetzen, gibt es auch Variationen und das gibt schon ein ganzes Bouquet von Stärken und die Möglichkeit für jeden Jugendlichen darüber zu sprechen, was sie gut können und das lässt natürlich auch das Selbstwertgefühl wachsen.

Musik:

Guitar

OT Irene Bush:

Das Interessante ist, sie erklären sich gegenseitig, bestärken und merken, dass diese Stärke, die sie noch nicht haben, dass sie die wunderbar beschreiben können und ich glaub, das ist auch diese Essenz von der Kunsttherapie, dass man Sachen malen, zeichnen, herstellen kann und es ist so eine Art wie Übung zu tun als ob und dann merkt man ja eigentlich könnte ich das schon, also das ist so z.B eine Methode, die wir anwenden und warum wir sehr viel malen oder eben diese Bücher herstellen.

Musik:

Guitar

OT Irene Bush:

Zum Beispiel habe ich ein Traumbuch, Dreambook heißt das, eine Methode entwickelt, wo die Jugendlichen ihr eigenes Traumbuch herstellen. Also die Bücher werden selber gefaltet, selber hergestellt und dann gibt es verschiedene Aufgaben, die sie sich überlegen. Also eine Aufgabe ist zum Beispiel, was habe ich selber für ein Konzept von Zeit. Wie ist die Zeit für mich, ist das etwas, was linear verläuft, etwas, das sich immer wieder wiederholt, ist das etwas, was in den Epochen passiert, das könnte eine Aufgabe sein. Es gibt Situationen im Leben, wo wir uns ganz groß vorkommen und solche, wo wir ganz klein sind und das herauszufinden und weil so ein Workshop immer fünf Tage dauert, wird jeden Tag ein Kapitel gemalt und gezeichnet und am Schluss können die Teilnehmer und Teilnehmerinnen ihre Geschichte schreiben und ich habe wunderbare Feedbacks und Erlebnisse gehabt. Etwas, was mir jetzt gerade in den Sinn kommt, von einem jungen Mosambikaner, der wirklich vom Land kam, der dann mit Tränen in den Augen sein Traum-Buch vorgestellt hat und gesagt hat: wir haben vergessen, dass wir armen Leute auch noch träumen dürfen und dass ich das jetzt kann und mir so quasi meinen Zukunftsplan zeichnen und bestimmen kann, ist eine großartige Sache.

Musik+Tür**OT Irene Bush:**

Nachdem 2015 viele Flüchtlinge nach Europa gekommen sind, wurde ich auch nach Deutschland eingeladen, um zusammen mit Betreuerinnen und Flüchtlingen zu arbeiten, lösungsorientiert neue Perspektiven zu entwickeln.

OT Christa Graf:

Ich bin Christa Graf und ich habe Irene Busch mehrmals erlebt und auch einen Workshop von ihr erlebt hier in Deutschland, den sie gemacht hat mit Flüchtlingen und Betreuern. Ich bin begeistert von ihrer Art und Weise, wie sie mit traumatisierten Menschen in der ganzen Welt arbeitet, mit traumatisierten Jugendlichen, mit traumatisierten Erwachsenen und wie sie die erreicht, das sind Menschen in anderen Ländern, andere Kultur, andere Sprachen und trotzdem gibt's da Möglichkeiten, oder sie hat die, diese Menschen zu erreichen und es geht halt oft auch einfach über etwas, was uns alle verbindet, über das Malen, das Zeichnen, Bildsprache und letztlich eigentlich, dass wir uns stärken, das ist so ein Thema von uns allen und da kommen sich die Menschen nahe und ich habe erlebt wie sie das macht.

*Bücher umblättern***OT Christa Graf:**

Ein Kinderbuch hat sie mitgebracht und das Kinderbuch hat sie vorgelesen oder erzählt und die Bilder dazu hergezeigt und es war ganz still, die Jugendlichen waren einfach begeistert, also man sieht, dass Geschichten, Märchenbilder, sowas ganz archaisches, das kommt einfach an und es war dann eine Geschichte, es ging um einen Adler und dieser Adler wuchs auf unter Hühnern, also es war sein Schicksal und dadurch hat er sich immer gefühlt wie ein Huhn und er konnte nicht fliegen, er hat gesagt, er kann nicht fliegen, er ist eben wie ein Huhn und dann gab es irgendjemand, der hat ihm gesagt: „du bist ein Adler“ und hat ihn einfach

mitgenommen auf einen Berg und hat dann gesagt: „du bist ein Adler, jetzt versuch's und flieg“ und dann hat er sich getraut und er hat die Flügel ausgespannt und ist er geflogen und er war ein Adler, und diese Geschichte, die kam so gut an bei den Jugendlichen und daraufhin wurde dann auch gemalt und gezeichnet und ich habe dann erfahren, dass der eine afghanische Flüchtling, Romal heißt der, der hat dann anderen auch erzählt, das war so toll für ihn, er hat sich mit dem Adler identifiziert, also ein Schicksal, wo er niemand mehr war und hier in Deutschland kam er an und konnte nichts, er war nie in der Schule, aber in echt ist er ja jemand und diese Botschaft, dass man jemand ist und dass man was kann oder dass man das spürt und weiterentwickelt, was man kann, das hat ihm gefallen, das hat allen gefallen.

Musik:

Metche Dershe 3

OT Irene Bush:

Wenn man so spricht „mir geht es immer schlecht“, also die Sprache ist auch sehr wichtig, weil, es geht einem nicht immer gleich schlecht, es gibt Nuancen und diese Nuancen sind sehr, sehr wichtig, weil darin sind Ausnahmen, also auch jemand, der ein ganz schweres Leben hat, hat Ausnahmen, wo es ein bisschen, bisschen besser geht und diese Ausnahmen zu nützen und herauszufinden, was passiert dann und wie kann ich das wiederholen, damit es mir besser geht, ist auch so eine Methode vom lösungsorientierten Ansatz.

OT Christa Graf:

Ja, und er hat dann auch weitererzählt, dass es ihm so gutgetan hat, dass es einfach Tage gibt, da geht's einem schlecht, das heißt aber nicht, es geht einem immer schlecht. Es gibt dann wieder Tage da geht's einem gut, zumindest besser, und es hat ihn gestärkt, also das sind so ganz simple Weisheiten, die was Positives und Kraftvolles haben und die, denke ich, für jeden Menschen auf dieser Welt gelten, und die haben diese Jugendlichen so aufgenommen, als die Irene das so verpackt in Geschichten gebracht hat.

Musik+Tür

Sprecher:

Im Juli 2020 hat im Kanton Jura in der Schweiz der zweite MePower-Workshop mit jungen Menschen mit Fluchthintergrund stattgefunden. Mit dabei waren sechs Männer und drei Frauen zwischen 17 und 29 Jahren, mit unterschiedlichsten Nationalitäten. Die jungen Geflüchteten lernten ihre Stärken kennen und die nächsten Schritte zu planen, wie sie ihre persönlichen Ziele erreichen können. Und ganz nebenbei haben sie sich untereinander vernetzt.

Musik:

Rap

OT Artizon Tahiraj:

Mein Name ist Artizon und ich bin im Kosovo geboren und dort zur Schule gegangen bis zur 7.Klasse, mit 14 bin ich nach Deutschland gekommen, mit 16 Jahren in die Schweiz. Ich war seit Corona zu Hause und ich habe nicht andere Leute kennengelernt... ich wollte eigentlich nicht diese Workshop gehen, weil mein Vater ist krank ...

OT Irene Bush:

Auch während der Zeit mit Corona haben wir gemerkt, wie wertvoll dieser lösungsorientierte Ansatz sein kann, also dass man zum Beispiel sich überlegt, was kann ich besonders gut, gibt, gab es schon mal eine Situation, wo ich mich irgendwie einschränken musste, was habe ich für Ressourcen, was kann ich für mich tun, was möchte ich auch erreichen, wie schaue ich zu mir selber und so weiter und dass wir überhaupt diesen Workshop mit den jungen Flüchtlingen machen konnten, war wirklich ein großes Glück.

OT Irene Bush:

Und diese jungen Flüchtenden, die haben ja nicht einen geraden Weg, die können nicht einfach ihre Karriere, ihre Perspektiven ausleben, die müssen sich immer anpassen und es war sehr spannend zu sehen, was für Stärken haben sie, was bringen sie mit, sicher alle sehr viel Flexibilität, das müssen sie, wenn man in einem anderen Land ist, muss man sich anpassen, aber man muss auch beobachten können, man muss offen sein, und was ganz besonders schön war bei diesen Jugendlichen, die haben auch Ziele, und diese Ziele zu erarbeiten, und wirklich Schritt zu Schritt schauen, wie kann man die erreichen, wie ist das vielleicht in 3 Monaten, wie sieht es nach einem halben Jahr aus, und das große Ziel, wie ist es nach drei Jahren, das war sehr spannend!

Musik:

Rap

OT Artizon Tahiraj:

Wir haben über unsere Ziele geredet, was machen wir in der Schweiz..wir haben auch viele Motivation von Irene genommen, wir sind ja alle neu in der Schweiz...wir haben unsere Ziele gesagt und wir haben dann noch etwas von den Anderen gehört...wir haben voneinander viel gehört und viel genommen, also Möglichkeit was können wir machen, weiter..

OT Christa Graf:

Also mir ist auch aufgefallen dass es eine große Rolle spielt dass die Menschen in einer Gruppe sind, dieses miteinander, miteinander malen, sich miteinander austauschen, das gibt so ein Gefühl von Zugehörigkeit, das ist einfach hilfreich, das ist heilsam und die Menschen animieren sich dann gegenseitig, der eine erzählt und dann traut sich der andere auch was sagen und traut sich auch öffnen obwohl der vielleicht sich bisher noch nie geöffnet hat, also dieses Miteinander sein ist, glaube

ich, ganz was wichtiges und hilfreiches.

OT Artizon Tahiraj:

Ich habe tolle Leute kennengelernt dort, wir haben viel Spaß gehabt mit andere,

O -Ton Tür

OT Sylvia Valentin:

Sylvia Valentin, Ich bin Co-Projektleiterin des Projektes und arbeite mit Irene seit sieben Jahren zusammen. es kann anstrengend sein für eine Woche in einer Gruppe zusammen, sehr intensiv immer volles Programm, auch Abendprogramm, aber es ist ein großes Privileg für mich mit diesen jungen Menschen mit Fluchthintergrund zusammen sein zu dürfen und von ihnen zu erfahren mit was für Herausforderungen sie konfrontiert sind.

OT Irene Bush:

Also ich konnte diese ganzen Projekte entwickeln, weil ich bei Terres des Hommes Schweiz angestellt war, das war die ganze Entwicklung Lateinamerika, Afrika, und natürlich auch jetzt mit diesem Flüchtlingsworkshop, wo so wunderbare Kolleginnen wie Silvia oder das andere Team mit Sabin und Peter das vorbereitet haben, die Leute auch eingeladen haben, wo es weite Kommunikation gibt über das Projekt und über die Situation der Jugendlichen und mein Part ist ja eigentlich einfach den Workshop zu leiten.

Musik:

Guitar

OT Irene Bush:

Ich beginne den Tag gerne mit einer Geschichte und ich habe eine Sammlung von verschiedenen Geschichten, und ich merke immer wieder dass gewisse Rituale, und dieses jeden Morgen eine Geschichte erzählen ist ja ein Ritual, dass das erstens sehr die Gruppe zusammen bringt, auch motiviert, und es ist wunderbar zu sehen, wie diese Jugendlichen, jetzt gerade beim letzten Workshop auch, die von verschiedenen Orten dieser Welt kommen, von Afrika, von Asien, von Osteuropa, sogar von Lateinamerika waren zwei dabei, die wirklich fast an meinen Lippen hängen, um diese Geschichte zu hören, es war so wichtig diese Geschichten zu erzählen am Morgen und wie gesagt, für jeden und für jede bedeuten sie etwas anderes.

OT Sylvia Valentin:

Ich habe alle neun Teilnehmenden persönlich erlebt und jede Person war für mich eine Persönlichkeit, für sich selber sehr unterschiedliche Menschen, sowie alle Menschen sehr unterschiedlich sind mit sehr unterschiedlichen Geschichten, ich war von allen sehr beeindruckt. Es waren viele junge Leute darunter, die keinen

gesicherten Aufenthaltsstatus haben, auch das ist immer recht schwierig und prekär, wann ihnen dann wieder ein Knüppel zwischen die Beine geworfen wird, wann sie dann wieder ausgebremst werden von einem Asyl und Migrations-System, aber trotzdem, all diese jungen Menschen haben schon Ideen und Pläne und Wünsche, Ziele und sehr, sehr viele Ressourcen, um sie eigentlich zu verwirklichen, wenn man sie machen lässt.

Musik:

Rap

OT Irene Bush:

Es gibt immer wieder diese Verallgemeinerungen oder diese Klischees, also Jugendliche sind so, Flüchtlinge sind so, die Armen in den Slums sind so, also ich kenne das von der Projektarbeit von der Gesamtschweiz, die Jugendlichen in den Slums sind so gewalttätig, bei uns die Flüchtlinge, muss man aufpassen, und diese Klischees, die haben keinen Bestand, also die sagen nur etwas aus über die Angst, die man hat. Man hat eine Angst vor anderen Menschen, steckt sie in einen Topf und eigentlich geht es darum andere in dem zu erkennen, was sie sind. Ich habe so wunderbare Menschen, Jugendliche, kennengelernt in verschiedenen Erdteilen aber auch jetzt bei den Flüchtlingen, das sind nicht einfach Jugendliche, die nichts machen wollen, die nur hierher kommen, damit es einfacher ist. Diese Jugendlichen, die ich kennenlernen durfte, die haben einen schwierigen Weg hinter sich. Teilweise sind sie in Libyen im Gefängnis gewesen, sie sind übers Mittelmeer gekommen, sie sind vielleicht mit 13 mit 12 mit 14 losgezogen ohne Familie und das macht man nicht freiwillig, das kommt aus der Not, aber was sich diese junge Menschen erarbeitet haben an Mitgefühl, an Menschlichkeit an gegenseitige Hilfe, das hat mich schwer beeindruckt und ich habe viel davon auch gelernt.

O -Ton Tür

OT Irene Bush:

Im lösungsorientierten Ansatz geht man davon aus, dass jeder Mensch Experte des eigenen Lebens ist.

OT Artizon Tahiraj:

Mein großer Traum ist erstmal die Lehre fertig machen, arbeiten normal und normale Leben, Familie, Kollegen, wir können miteinander helfen.

OT Irene Bush:

Und dann gibt es auch Methoden, wo es darum geht zu schauen wie setze ich mir Ziele, wie läuft die Zeit für mich ab, was für Träume habe ich auch und nach Ablauf dieser fünf Tage können sie ihre eigene Geschichte erzählen. Natürlich gibt es ganz viele Aspekte oder Einflüsse, wo wir nichts machen können oder die wir nicht beeinflussen können, aber es gibt so viel, das wir selber drehen können und diese Breite zu erfassen oder überhaupt zu merken, es gibt etwas was ich kreieren kann, ich bin nicht nur ausgeliefert dem Schicksal, meine Armut, meine Krankheit, ich kann

mir das auch gestalten, das ist so eine, ja ich möchte nicht sagen Botschaft, weil es geht nicht darum Leuten Botschaften zu geben, sondern eine Erkenntnis, die man im eigenen Tun und dem eigenen Überlegen herausfinden kann.

Musik:

Cynthia Nickschas / Positive denken

.....

Fangt mal an n' bisschen positiv zu denken!

Nur so könnt ihr die Gedanken dann mal lenken.

Es ist nicht immer so schwer, nur ab und an unfair

Gegen den Schweinehund wehr'n, Dann wird aus weniger mehr.

Das Leben wird mir bald 'ne Lösung finden!

Fangt mal an n' bisschen positiv zu denken

OT Irene Bush:

Ja, meine ideale Vorstellung wäre wirklich, dass die Jugendlichen oder Menschen im allgemeinen sich bewusst sind, dass sie ihr Leben gestalten können, dass sie sich gegenseitig auch Komplimente geben, weil sehr oft sagt man ja was einen stört, nicht, was man toll findet am anderen und man sagt sich selber auch nicht, was man toll macht, sondern irgendwie oh, das müsste ich noch und da müsste ich noch, also sich selber jeden Tag mindestens drei Sachen vor dem Schlafengehen überlegen, die man eigentlich gut gemacht hat, und ich denke wenn man sich so bewegt im Leben, dann passieren auch wunderbare Sachen und man kann etwas erreichen, man kann vielleicht auch andere Perspektiven sehen, und zusammen mit den anderen etwas erarbeiten.