

Der Workshop Focusing mit Kindern war klein, aber dafür sehr intensiv.

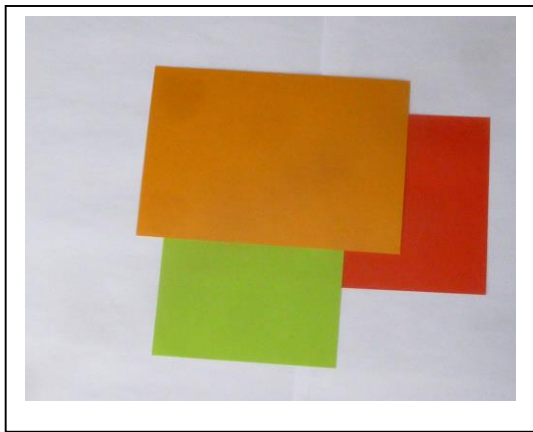
Alle Teilnehmer hatten direkten Praxisbezug und von daher viele Fragen, wie Focusing mit Kindern gut gehen kann.

Da aber im Focusing mit Kindern nicht nur geredet wird, sondern auch viel Bewegung stattfindet, haben wir uns erst einmal bewegt. „Baum im Wind“ ist eine Partnerübung: ein Kind ist der Wind, das andere der Baum. Zu ruhiger Musik bewegt der Wind ganz sanft den Baum. Der bei den Kindern notwendige Hinweis auf die Folgen von Windbruch im Wald konnte bei den Erwachsenen natürlich unterbleiben. Bei den Kindern ist er hilfreich, wenn das Spiel zu wild wird.

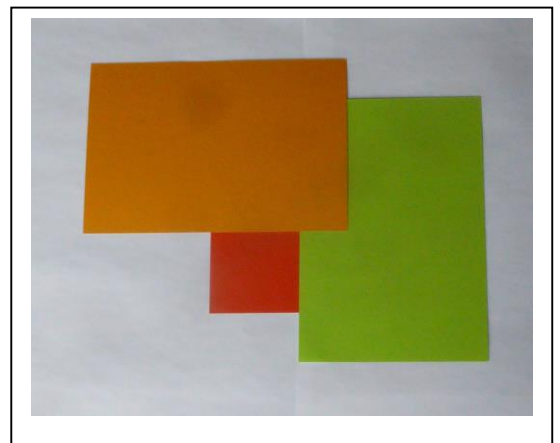
Im Mittelpunkt des Workshops stand, selbst auszuprobieren wie sich der Felt Sense spielerisch in Farben und Formen ausdrücken lässt. Daher gab es zuerst eine Spürübung zu den verschiedenen Farben.

Freundlicherweise stellte sich danach einer der Workshopbesucher für eine Demo zur Verfügung. Wir benutzten gemeinsam das von mir entwickelte Basismaterial für Kinderfocusing *), weil es in kompakter Form die Materialien enthält, die für erste kreative Schritte notwendig sind. Zudem hilft es, einen angstfreien, eher spielerischen Zugang zu dieser Art des Ausdrucks zu finden. Das „Kind“ (im Folgenden mit K abgekürzt), benannte bis zuletzt nicht das Thema, über das er mit mir fokussierte. Ich durfte wieder einmal erleben, dass es nicht wichtig für die Arbeit ist, was das Thema, sondern der Umgang damit das Entscheidende ist.

Zuerst entschied sich K für die Farben gelb, grün und orange. Diese symbolisierten für ihn die unterschiedlichen Teile seines Anliegens. Mit jeder Farbe war ein bestimmter, für ihn klarer Aspekt verbunden. Sehr schnell fing er an, die Farbkarten aufeinander zu legen und immer wieder zu verschieben. Es wollte sich aber kein Bild ergeben, das ihn zufrieden stellte.



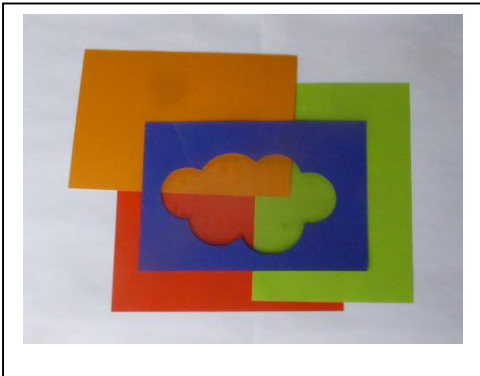
So ?



Oder doch lieber so?

Das war der Moment, als ich die vorgefertigten Rahmenkarten anbot. K suchte sich aus den angebotenen Rähmen eine Wolke aus. Als diese auf den Farbkarten lag gab es eine einen deutlich hörbaren Felt Shift. Das Thema hatte eine stimmige Begrenzung gefunden.

Eine lange Phase des Experimentierens schloss sich an.



Es ging immer um das Verhältnis der Farben innerhalb der Form. K berichtete dabei, dass diese Art des Arbeitens richtig Spaß macht und auch einen sinnlichen Aspekt hat.

Er bemerkte, wie viel ein kleiner Unterschied der Farben an Bedeutung im Erleben macht. K machte uns darauf aufmerksam, dass er vor allem keine Ecken im Ausschnitt ertrug. Wir alle konnten das sofort nachvollziehen, denn auch wir spürten das unangenehme der Ecke.



Die Struktur, die K hinzufügte, zeigte langsame Wellen. So passte es als Gesamtbild und K berichtete, dass sich in ihm manches geordnet hätte. Sein Resümee über die Erfahrung: „Es macht echt Spaß und hat mich völlig überraschend zu meinen eigenen Bedürfnissen gebracht.“



Als Schritt „annehmen und schützen“ malte K den Wolkenumriss auf ein Blatt Papier und färbte diesen so ein, wie es für ihn stimmig gewesen war.

Natürlich hätte der Prozess auch nur mit Mal-Papier und Stiften stattfinden können. Aber das Prinzip des Kinderfocusing, auf einer symbolischen Ebene vor allem mit Farbe, Form und Struktur zu arbeiten, konnte so im Workshop sehr kompakt dargestellt werden. Zudem hatte das gemeinsame

Tun sehr viel Spielerisches und es gab keine Notwendigkeit für Überlegungen wie: „Aber ich kann doch nicht malen“.

Neben dieser gemeinsamen Arbeit war noch ausreichend Zeit, Fragen aus der Praxis zu beantworten. Es war ein gelungener Vormittag für uns alle.

*) <https://zks-verlag.de/ich-fuehl-mich-heute-lila-basismaterial-fuer-kinderfocusing>