



# A.R.T. e.V.



**Akademie für Resilienz und Traumaberatung A.R.T. e.V.**  
Bernhardstraße 17, 50968 Köln 0171 5248413 [www.artev.info](http://www.artev.info)

„Wenn wir wahren Frieden in der Welt erlangen wollen, müssen wir bei den Kindern anfangen.“ Mahatma Gandhi

**Kindergruppen zur Traumabewältigung -KiTrab (Flüchtlingsunterbringungen)**  
**Kindergruppen zur Problembewältigung-KiProb ( Schulen/OGS)**  
**SandspielZeit – SanZ (Einzelfallhilfe)**

Die **Akademie für Resilienz und Traumaberatung (A.R.T. e.V.)**, die 2016 als **gemeinnütziger Verein** gegründet wurde, hat sich zur Aufgabe gemacht, traumatisierte Menschen zu unterstützen. Dafür bietet sie passgenaue Maßnahmen zur Traumabewältigung und zum Aufbau von Resilienz an und bildet Multiplikator\*innen fort, die mit den betroffenen Menschen arbeiten.

**Kinder zwischen 6-12 Jahren im Kölner Raum, die in ihrem bisherigen Leben sehr belastende Erfahrungen machen mussten, stehen im Fokus der Arbeit.**

Im Jahr 2017, während des syrischen Bürgerkrieges, kamen viele Flüchtlingskinder mit Kriegs-, Flucht- und Gewalterfahrungen nach Köln. Es wurde deutlich, dass hier dringend sofortige Hilfe benötigt wird, wenn die Integration dieser Kinder gelingen und gravierende Störungen in der weiteren kindlichen Entwicklung verhindert werden sollen.

Aus diesem Gedanken heraus hat A.R.T. e.V. damals das Konzept zur „**Ersten Hilfe für die Seele**“ entwickelt und mit „**KiTrab – Kindergruppen zur Traumabewältigung**“ ein neues Format der professionellen Unterstützung für Gruppen von 10 Flüchtlingskindern initiiert.

Die **Grundidee** ist, die **Selbstheilungskräfte** und **Ressourcen** der Kinder so zu **stärken**, dass sie ihre schrecklichen Erfahrungen aus eigener Kraft verarbeiten und **resilienter werden**.

Die Kindergruppen treffen sich über 10 Wochen jeweils für eine Stunde pro Woche. Im Zentrum der Stunde steht das **Sandspiel**: jedes Kind sitzt an einem Tisch mit einem kleinen mit Sand gefüllten Kasten. Ein/e freiwillige/r Helfer\*in sitzt mit dabei und schaut zu. Es gibt viel unterschiedliches Spielmaterial, das vom Kind frei ausgewählt werden darf. Damit kann es Bilder oder Szenen im Sand aufstellen oder einfach ungestört für sich spielen.

Zentraler Erfolgsfaktor für die seelische Stabilisierung der Kinder ist ein annehmendes, emotionale Sicherheit vermittelndes Umfeld. Dies wird mit einer 1:1 Begleitung für jedes Kind durch **von A.R.T. e.V. fortgebildete freiwillige Helfer\*innen** gewährleistet und stellt das Besondere an dem Konzept dar. Sie haben eine wichtige Rolle: das Kind kann sich bei ihnen „frei“ fühlen, im Sand alles zu gestalten, was es möchte. Zugleich fühlt es sich durch

die innere Ruhe und Zugewandtheit der Helfer\*in „geschützt“. So kann es allmählich die eigenen „Seelenbilder als Szenen im Sand gestalten und seine Konflikte in Bildern ausdrücken. Das ist ein entscheidender Schritt in Richtung Verarbeitung des Erlebten. Der gesamte Prozess des Spielens läuft **überwiegend nonverbal** zwischen Kind und Helfer\*in ab.

Ergänzend zum Sandspiel werden noch kindgerechte Übungen zur Selbstregulation und Selbstberuhigung durchgeführt.

**Die gesamte Arbeit in der Gruppe findet unter der Leitung von zwei speziell ausgebildeten Fachkräften von A.R.T. e.V. statt.**

Aufgrund etlicher Anfragen von Kölner Schulen/OGS wurde im Herbst 2018 das ursprüngliche Konzept mit „**KiProb - Kindergruppen zur Problembewältigung**“ leicht modifiziert und auf Grundschulkindern, die Belastendes im Elternhaus oder anderswo erlebt haben, ausgeweitet. Dazu können z.B. Gewaltsituationen, Vernachlässigung, Trennung der Eltern oder auch Unfall oder Tod einer nahestehenden Person zählen.

Mit KiProb kann A.R.T. e.V. nun Flüchtlingskindern, Kindern mit Migrationshintergrund und deutschen Kindern aus benachteiligten Familien gleichermaßen Hilfe und Unterstützung anbieten. Das Gemeinschaftserlebnis in der Gruppe führt zu einer stärkeren Integration bisher ausgegrenzter Kinder, und jedes einzelne erhält die Chance, sich wieder stabilisiert und selbstbewußter in die Gemeinschaft einzubringen.

Ausgelöst durch die Corona-Krise wurde im Frühjahr 2020 ein weiteres Format die „**SanZ-SandspielZeit**“ für Grundschulen entwickelt. Dabei handelt es sich um Einzelfallhilfe für 6-12 jährige Kinder, die besonders unter der Situation leiden. Gerade benachteiligte Familien können durch die krisenbedingten Einschränkungen belastet sein und die Kinder sind dann die Leidtragenden. Bei diesem Setting wird eine zusätzliche persönliche Beratung (Psychoedukation s.Pkt.3 unten) mit den jeweiligen Eltern durchgeführt, damit sie die Reaktionen ihrer Kinder besser verstehen und diese bestmöglich unterstützen können.

### **Konzeptionelle Einordnung der Arbeit: KiTrab-KiProb-Sanz**

In unserer Arbeit werden ausschließlich wissenschaftlich fundierte Methoden angewendet:

1. Sandspiel
2. Übungen und Affirmationen zur Stabilisierung und Stressbewältigung
3. Psychoedukation

#### *1. Sandspiel*

Das **Sandspiel** wurde von der Schweizer Analytikerin Dora M. Kalff (1904-1990) entwickelt. Es handelt sich um eine wissenschaftlich fundierte Methode, die auf der Analytischen Psychologie C.G. Jungs fußt. Die Sandspieltherapie findet weltweit Anwendung bei Kindern, Jugendlichen und auch bei Erwachsenen.

Der Verein arbeitet **nicht psychotherapeutisch**, sondern bezieht sich auf die historischen Wurzeln des Sandspiels, auf die „**World Technique**“ von Margaret Lowenfeld (1890-1973). Die Kriegsärztin und Pionierin M. Lowenfeld beschreibt in ihrem Konzept (1929), dass die Kinder die „Welttechnik“ und den Begriff „world“ eigentlich selbst erfunden haben: aus kleinen Figuren, die sie im Spielzimmer vorfanden, bauten die Kinder sich ihre „Welten“. Lowenfeld stellte den Kindern Sandkästen aus Zinkblech, die mit Sand oder Wasser gefüllt

waren, für ihr Spiel bereit. Der „**freie, geschützte Raum**“ ist dabei eine grundlegende Voraussetzung. Die Kinder benötigen diese Sicherheit für sich, um die **heilsame Wirkung** der „Welttechnik“ zu erfahren. Lowenfeld beobachtete, dass die Sandbilder eine symbolische Umsetzung und Darstellung von Empfindungen, Erfahrungen, unbewussten oder bewussten Konflikte sind und meist bereits Lösungen enthalten.

In dem Konzept der „**Expressiven Sandarbeit**“ hat Eva Pattis Zoja (geb. 1952) das Sandspiel **für die Gruppenanwendung** in Krisengebieten weiterentwickelt. Unter anderem um den freien, geschützten Raum für jedes Kind zu gewährleisten, ist für jedes Kind ein/e eigene/r Helfer\*in vorgesehen, der/die das Spiel des Kindes zugewandt, unterstützend und nonverbal begleitet.

Die Arbeit von A.R.T. e.V. basiert auf den Konzepten von M. Lowenfeld und E.Pattis Zoja, sie ist:

- überwiegend nonverbal,
- nicht eingreifend/kommentierend oder forcierend/lenkend,
- **enthält keine Deutungen/Interpretation** (im Gegensatz zur Sandspieltherapie),
- grundsätzlich wertfrei und ohne Erwartungen an das Kind,
- den freien geschützten Raum für das Kind ständig haltend.

Alle Gruppen werden von **zwei Fachkräften** geleitet, die **freiwilligen Helfer\*innen** sind alle in einem speziellen Seminar auf ihre Aufgabe vorbereitet worden und erhalten jeweils anschließend Supervision.

**So geschützt kann sich die selbstheilende, stärkende Wirkung des symbolischen Spiels beim Kind entfalten.**

## *2. Übungen und Affirmationen zur Stabilisierung und Stressbewältigung*

Flankierend zum Sandspiel werden Übungen gemacht, die in der Resilienz-/Stressforschung forschung zur Anwendung empfohlen werden.

Einerseits bekommen die freiwilligen Helfer\*innen Übungen zur Verfügung gestellt, die zu ihrer eigenen Entspannung und Selbstregulation während der Spielsituation dienen. Durch den Nachahmungseffekt (Spiegelneuronen) ist die Wirkung auf das Kind beruhigend und stressreduzierend. Als Beispiel wären hier die Entschleunigte Atmung, die Funktionelle Entspannung und die Bilaterale Stimulation zu nennen.

Andererseits wird durch gemeinsames Singen (Atmung), das Sprechen von Affirmationen mit dazugehörigen Bewegungen eine Stärkung des gesamten Organismus des Kindes angeregt. **Das Kind lernt so auf spielerische Weise sich selbst zu regulieren.**

## *3 Psychoedukation*

In den Elterngesprächen wird, neben der Befragung zum Kind, den Eltern in verständlicher Weise erklärt, was eine Teilnahme der Kinder an einer KiTrab/KiProb oder SanZ bedeutet. Wichtig ist, dass die Eltern ihr Einverständnis für eine Teilnahme geben und verstehen, dass ihrem Kind geholfen wird sowie dass eine regelmäßige Teilnahme Voraussetzung ist. So

können sie die Arbeit unterstützen und dafür Sorge tragen, dass das Kind regelmäßig teilnimmt. **Sie werden sensibilisiert, positive Entwicklungen bei ihren Kindern wahrzunehmen.** In der SanZ – Elternberatung wird auf verständliche Weise dargestellt, wie Stress und Trauma im Gehirn funktioniert **und welches Verhalten sinnvoll ist, um das eigene Kind zu unterstützen.**

Den Eltern werden Übungen erklärt und vorgestellt, die sie mit den Kindern nach Abschluss der Angebote anwenden können. Insgesamt basiert die Elternarbeit auf einem **ressourcenorientierten Ansatz:** es geht darum, das zu unterstützen, was an positiven Umgang mit dem Kind vorhanden ist und aufklärend daran zu arbeiten, wie dies verstärkt werden kann.

Spenden an: Kölner Bank eG IBAN DE 74 3806 0186 4606 3660 14 BIC GENODED1CGN

Förderung durch: Bezirksamt Rodenkirchen;

Bürgerverein Porz-Mitte e.V.; Robert-und-Renate-Rath-Stiftung; Stiftung RTL- ,Wir helfen Kindern e.V.; JaBe-Stiftung; Volksbank Köln Bonn eG; Schmuckstückchen 2008 e.V.

"wir helfen" – M DuMont Schauberg e.V. ; Laachende Hätze e.V.;