

Der Jenga®-Turm als systemisches Familienspiel

Elsbeth Schliestedt

Zusammenfassung

In dem Beitrag wird beschrieben, wie sich der Jenga®-Turm, ein bekanntes Geschicklichkeitsspiel, mit systemischen Methoden kombinieren lässt und darüber im Arbeitsfeld der ambulanten Familienhilfen einen gleichermaßen leichten wie anregenden Zugang zu familiären Systemen unterstützt. Dargestellt werden sowohl die Entwicklung und Umsetzung der Idee als auch die praktische Anwendung in unterschiedlichen Stadien einer Beratung. Der Beitrag schließt mit einer kurzen Reflexion des Einsatzes und einem Ausblick auf mögliche Ergänzungen und Variationen.

In meinem Arbeitsalltag in der ambulanten Familienhilfe bin ich immer auf der Suche nach Anregungen, Ideen und neuen Perspektiven für die Zusammenarbeit mit den Familien, die ich begleite. Insbesondere in Erstkontakten, bei schwierigen Themen oder in der gemeinsamen Interaktion mit Eltern und Kindern braucht es manchmal ungewöhnliche Zugänge, die mit mehr Leichtigkeit und Freude verbunden sind, als es die oftmals krisenhaften und schwierigen Ausgangs- und Auftragslagen in der ambulanten Familienhilfe üblicherweise erlauben. Auf der Suche nach ungewöhnlichen und gleichzeitig systemischen Zugängen habe ich daher während meiner Beratungsausbildung am IF Weinheim die Idee entwickelt, ein bekanntes Spiel, den Jenga®-Turm, mit systemischen Methoden zu verbinden.

Entwicklung und Umsetzung der Idee

Den Jenga®-Turm kenne ich aus meiner eigenen Kindheit und aus gemeinsamen Spielmomenten mit meiner Familie. Zu den Vorteilen des Spiels zählt es, dass die Regeln simpel und schnell verständlich sind. Es besteht aus 54 oder 60 Holzklötzen, die zunächst zu einem Turm gestapelt werden, bei dem jeweils drei Holzklötze nebeneinander liegen. Bei jeder neuen Reihe wechselt die Richtung, in der die Klötze gestapelt werden, so dass jede zweite Reihe längst und die jeweils anderen Reihen quer gestapelt werden. Im Verlauf des Spiels wird von den Mitspieler:innen abwechselnd jeweils ein Holzklötzchen aus dem Turm entfernt und oben auf die Turmspitze gestapelt. So entsteht mit der Zeit ein immer löchriger und instabilerer Turm. Ziel des Spiels ist es, als letzter Spieler einen Klotz obenauf zu legen, ohne dabei den Turm zum Einsturz zu bringen. Dabei erfordert das Spiel sowohl Mut als auch Geschicklichkeit.

Für den Einsatz im familiären Setting möchte ich das Bekannte des weit verbreiteten Geschicklichkeitsspiels mit neuen und unbekanntem Impulsen verbinden. So entstand während meiner Beratungsausbildung die Idee, einige der Holzklötze mit systemischen Fragen oder Aufgaben zu versehen, die dann von den Mitspieler:innen beantwortet bzw. absolviert werden sollen. In dieser Kombination erfordert das gemeinsame Spiel in den Familien nicht nur Mut und Geschicklichkeit, sondern bietet auch neue Anregungen und Perspektiven. Als Teil des Beratungssystems agiere auch ich als Mitspielerin im gemeinsamen Spiel.

Um das Spiel im familiären Setting zu etwas Besonderem zu machen, habe ich mich zu einem dafür entschieden, den Turm in einer XXL-Größe zu nutzen, d. h. mit 150 cm anstatt sonst 30 cm Höhe. Darüber hinaus habe ich ein Brandmalgerät genutzt, um die Fragen und Aufgaben in die Holzklötze einzubrennen. Insgesamt 25 der 60 Holzklötze sind mit einer Mischung aus zirkulären Fragen, Skalierungsfragen, Einschätzungen zum Thema Gefühle sowie auflockernden Aufgaben versehen.

Fragen und Aufgaben

Während der Ideenfindungsphase habe ich mir über einige Wochen während meiner Beratungsgespräche Notizen gemacht, wenn mir im Gespräch Ideen für Fragen und Aufgaben gekommen sind. In dieser Zeit habe ich mich zudem immer wieder mit Kolleg:innen ausgetauscht und mich dann für folgende erste Version von 25 Fragen und Aufgaben entschieden:

- Was habt ihr alle gemeinsam?
- Nenne aus der letzten Woche einen Moment, den ihr als Familie erlebt habt.
- Welche Aktivität würdest du gerne mal mit deiner Familie machen?
- Was war das schönste Erlebnis im letzten Jahr?
- Wenn du einen Wunsch fürs nächste Jahr frei hättest – welcher wäre das?
- Wo siehst du deinen rechten Mitspieler in 10 Jahren?
- Welcher Beruf würde zu deinem linken Mitspieler passen?
- Was würde dein linker Mitspieler sagen, welche deine größte Stärke ist?
- Was kann dein Gegenüber am besten?
- Mache einer Person aus der Runde ein Kompliment. (2x)
- Wer von euch kann am besten singen?
- Worüber hast du das letzte Mal richtig herzlich gelacht?
- Wie könntest du deinem Gegenüber eine Freude machen?
- Was müsstest du machen, um dein Gegenüber richtig sauer zu machen?
- Woran würdest du erkennen, ob dein rechter Mitspieler wütend ist?
- Woran würdest du erkennen, ob dein rechter Mitspieler fröhlich ist?
- Woran würdest du erkennen, ob dein linker Mitspieler genervt ist?

- Woran würdest du erkennen, ob dein linker Mitspieler traurig ist?
- Wie sieht dein rechter Mitspieler aus, wenn er wütend ist?
- Auf einer Skala von 1–10, wie gut ist die Stimmung deines Gegenübers?
- Was, denkst du, ist der Lieblingsfilm des jüngsten Mitspielers?
- Was ist das Lieblingstier des jüngsten Mitspielers?
- Wenn du für einen Tag eine Superkraft haben dürftest – welche?
- Stelle jemandem eine Frage, die dich schon immer interessiert hat.
- Mache 5 Liegestützen oder 5 Hampelmänner.

Diese erste Frage- und Aufgabeversion ist beliebig erweiterbar. Langfristig können auch unterschiedliche Versionen des Spiels genutzt werden, so dass es auch wiederholt in der gleichen Familie eingesetzt werden kann.

Spielanleitung

Folgende einfache Spielregeln habe ich formuliert und dem Spiel als Spielanleitung beigelegt.

- Der Turm wird in Dreierreihen aufgebaut, die stets in entgegengesetzter Richtung aufeinandergestapelt werden. Dabei sind die Fragen und Aufgaben zunächst nicht sichtbar.
- Der jüngste Mitspieler oder die jüngste Mitspielerin beginnt, danach sind die Mitspieler:innen im Uhrzeigersinn an der Reihe.
- Jede/r zieht nach und nach einen Holzklötzchen. Falls eine Frage oder Aufgabe auf dem Holzklötzchen steht, muss diese erst beantwortet beziehungsweise absolviert werden, bevor der Holzklötzchen wieder oben aufgesetzt wird.
- Es dürfen beide Hände benutzt werden, um die Holzklötzchen sicher herauszumanövrieren. Ist ein Klötzchen erstmal bewegt, gibt es kein Zurück mehr und der Spielzug muss mit diesem Holzklötzchen ausgeführt werden.
- Wer andere Mitspieler:innen stört, den Turm berührt oder festhält, setzt eine Runde aus.
- Wer den Turm zum Umfallen bringt, räumt den Turm wieder auf.

Praktische Anwendung

Für eine erste praktische Anwendungsphase des Turms wählte ich drei Familien aus, die ich zu diesem Zeitpunkt unterschiedlich lange begleitet habe. In einer Familie kam der Turm direkt beim gemeinsamen Erstkontakt mit meiner Kollegin und mir zum Einsatz. Dabei wirkten die 17-jährige Tochter und ihr Vater zu Beginn des Gesprächs eher zurückhaltend. Beim Spielen zeigten sich beide zunehmend offener und gesprächiger. Es fiel ihnen im spielerischen Kontakt sichtlich leichter sich zu öffnen. Die Aufmerksamkeit während des

Spiels war sehr hoch, beide haben die Geschicklichkeit des jeweils anderen intensiv beobachtet und kommentiert. Aus den Fragen und Anregungen der Holzklötzchen haben sich jeweils weitere kleinere gemeinsame Gespräche ergeben. So entwickelte der Vater während des Spiels eigene Ideen zu neuen Fragen und Aufgaben. Er regt zudem an, auch Wissensfragen zu ergänzen. Besonders in dieser Familie ermöglichte das Spiel mit dem Turm einen sehr guten Start in die gemeinsame Arbeit. In der Atmosphäre voller Leichtigkeit und Freude entwickelte die Tochter zudem den Mut, sich gemeinsam mit meiner Kollegin ihren schon länger bestehenden Ängsten zu stellen.

In einer zweiten Familie, die ich seit einigen Monaten begleite, habe ich den Turm gemeinsam mit der Mutter, ihrer 15-jährigen Tochter und ihrem 7-jährigen Sohn gespielt. Aufgrund ihrer Berufstätigkeit beschreibt die Mutter den Familienalltag eher als gestresst und zeitlich sehr eng. Die geringe gemeinsame Zeit ist oft durch strikte Abläufe und Regeln gekennzeichnet. Während des Spielens konnte ich beobachten, wie sehr es alle genossen haben gemeinsam zu spielen. Der Sohn zeigte sich recht verspielt und überlegte vor jedem Zug sehr lange, welchen Holzklötzchen er zog. Die Tochter nutzte die Gelegenheit, um mit ihrer Mutter ins Gespräch zu kommen. In der gemeinsamen Interaktion wurde zudem deutlich, dass die jugendliche Tochter häufig Aufgaben ihrer Mutter übernimmt, indem sie ihren kleinen Bruder ermahnt und reglementiert. Diese Interaktionsmuster konnten schon während des gemeinsamen Spiels mit großer Leichtigkeit thematisiert werden und sind dann später in den Beratungsgesprächen mit der Mutter unter der Thematik „elterliche Präsenz“ aufgegriffen worden. Zudem reagierte diese Familie auch sehr aufmerksam und interessiert auf meine Antworten. Insgesamt ist der Eindruck entstanden, dass das gemeinsame Spiel dazu beigetragen hat, dass die Familie auch mich als Person besser kennen und einschätzen gelernt hat.

In einer dritten Familie habe ich den Turm zwei Monate vor dem Ende der gemeinsamen Zusammenarbeit in der Stabilisierungs- und Ablösephase eingesetzt. Hier entstand während des Spiels eine äußerst positive Stimmung, in der alle Mitspieler:innen viel miteinander gelacht haben. Die Mutter und ihre drei Söhne im Alter von 9 bis 11 Jahren zeigten sich sehr begeistert von dem Spiel. Die drei Jungen beeindruckte insbesondere die Größe des Turms. Sie freuten sich besonders, wenn es ihnen gelang, einen Holzklötzchen mit einer Frage oder Aufgabe herauszuholen. Im Anschluss an die Frage nach einer „Superkraft“ entstanden intensive Gespräche sowohl über die vorhandenen Ressourcen der einzelnen Familienmitglieder als auch über weitere hilfreiche und sinnvolle „Superkräfte“ – u. a. mit der Idee: „Ich würde zaubern nehmen und dann würde ich als erstes Corona wegzaubern.“ Im weiteren Verlauf der Beratungsarbeit zeigte sich, dass einige Fragen aus dem Spiel noch nachgewirkt haben. So beschrieb einer der Jungen zwei Wochen nach dem Spiel: „Ich habe jetzt drauf geachtet und mein Bruder sieht so aus, wenn er wütend ist“.

Reflexion und Ausblick

Aus meiner Sicht hat der Einsatz des Turms in den drei Familien gezeigt, dass er in unterschiedlichen Phasen eines Beratungsprozesses eingesetzt werden kann. Bereits im Erstkontakt hat das gemeinsame Spiel zu einer angenehmen und gelösten Atmosphäre beigetragen. In der Phase intensiver gemeinsamer Arbeit kann es der Turm erleichtern, auch ernste Themen mit einer gewissen Leichtigkeit anzugehen. Und in der Stabilisierungs- und Ablösephase hat das gemeinsame Spiel den Blick auf Ressourcen geschärft und für viel Vergnügen gesorgt. Während des Spielens entwickelte sich bislang in allen Familien eine positive Stimmung. Alle Mitspieler:innen machten einen äußerst konzentrierten Eindruck und hielten die Aufmerksamkeit während des Spiels aufrecht. Auch während der Wartezeiten kam keine Langeweile auf, weil die Aktionen der anderen Familienmitglieder mit Spannung beobachtet wurden, alle mitgefiebert haben oder über die Fragen weiter philosophiert wurde. Als Teil des Beratungssystems haben sich in allen bisherigen Einsatzfällen auch die Berater:innen am gemeinsamen Spiel beteiligt. Hier zeigen die Rückmeldungen aus den Familien, dass die Familienmitglieder den Eindruck haben, die Berater:innen im Spiel besser kennenzulernen und sie im Anschluss als authentischer und präsenter zu erleben.

Die Auswahl der Fragen und Antworten hat sich auch über die Erprobungsphase hinaus bewährt. Während des Spiels entstanden nicht nur angeregte Gespräche über die Fragen und Aufgaben, sondern in vielen Fällen wirkten diesen noch Wochen später nach. Beispielsweise achtete ein Vater im Anschluss an das Spiel verstärkt darauf, wann in der Familie herzlich gelacht wird, und berichtete in weiteren Beratungsgesprächen darüber. Die Anregung – „Stelle jemandem eine Frage, die du schon immer Mal wissen wolltest.“ – hat in einer anderen Familie dazu geführt, dass auch jenseits des Spiels weitere solcher Fragen gestellt worden sind und sich darüber die Kommunikation in der Familie zunehmend offener gestaltete. Hier hat insbesondere die Tochter die spielerische Ebene genutzt, um auch später in Familiengesprächen zunehmend mutiger und aufgeschlossener zu kommunizieren.

Während des Einsatzes sind mir darüber hinaus einige Aspekte aufgefallen, die beim Einsatz des Turms berücksichtigt werden sollten. So hat es sich mit Blick auf seine Größe bewährt, im Vorfeld miteinander abzustimmen, an welchem Ort der Turm gefahrlos aufgestellt werden kann und welcher Abstand zum Turm eingehalten werden sollte, so dass weder Möbelstücke noch Mitspieler:innen oder Haustiere beim Sturz des Turms zu Schaden kommen. Darüber hinaus hat es sich als sehr sinnvoll erwiesen, vor Beginn des Spiels die Regeln noch einmal miteinander abzustimmen, da viele Mitspieler:innen davon ausgehen, dass die Regeln doch allen bekannt sind – wobei es durchaus unterschiedliche Regelvarianten gibt. Dabei ist es sowohl möglich, die Regeln strikt nach der Spielanleitung umzusetzen oder mit der Familie jeweils eigene gemeinsame Regeln zu entwickeln.

Inzwischen habe ich einige weitere Ideen dazu, welche neuen Fragen und Aufgaben ich in das Spiel einbauen werde. So möchte ich zukünftig Platzwechsel einbauen, damit die Fragen, die sich auf die rechten oder linken Mitspieler:innen beziehen, nicht immer an die gleiche Person gestellt werden und somit mehr Abwechslung entsteht. Eine Veränderung der Fragen und Aufgaben oder eine Erweiterung des Turms ist jederzeit möglich. Bei Bedarf lassen sich zudem speziell auf eine Familie zugeschnittene Fragen ergänzen. Die Arbeit an und mit dem Turm macht mir weiterhin viel Freude. Gerade in Erstkontakten, bei schwierigen Themen oder in der gemeinsamen Interaktion mit Eltern und Kindern erlaubt er mir und meinen Kolleg:innen einen gleichermaßen leichten wie intensiven Zugang zu familiären Systemen.

Elsbeth Schliestedt, 30 Jahre alt, Sozialassistentin, Sozialarbeiterin (Master) und Systemische Beraterin (IF Weinheim). Nach 6-jähriger Erfahrung in der ambulanten Familienhilfe arbeite ich aktuell in der stationären Jugendhilfe als Leitung einer neu eröffneten Mutter-/Vater-Kind Einrichtung bei dem Träger Jazz 2010 (siehe <https://jazz2010.de/haus-derperspektiven/>).

elsbethschliestedt@jazz2010.de