

SONJA KATRINA BRAUNER

„ICH MACH DICH MESSER!“

oder IST PSYCHOTHERAPIE MIT AGGRESSIVEN UND GEWALTBEREITEN KINDERN UND JUGENDLICHEN MÖGLICH?

Arbeit mit dem Konzept „Ich bin mein eigenes Zuhause“



BORIS (15a) hat mit seinen WoW (World of Warcraft)-Freunden gerade geskyp. Er ist, wie so oft, alleine zu Hause, und ihm ist langweilig. Sein Handy klingelt, Nick (16a) fragt ihn, ob er Bock hat, auf dem Hartplatz zu kicken. Er geht raus und kickt mit Nick lust-

los herum. Von der anderen Seite des Platzes nähert sich eine Gruppe Gleichaltriger. Es geht eine Weile verbal hin und her, irgendwann fliegen die Fäuste. Boris spürt einen stechenden Schmerz in der Magengegend, jemand brüllt: „Ich mach Dich Messer!“ Ihm wird schwarz vor Augen ...

In unserer kommunikativen und stets erreichbaren Welt ließen sich genügend Beziehungsangebote vermuten. Medial ist immer alles und sofort verfügbar, das Tiefkühlessen wärmt sich in der Mikrowelle, Online- und PC-Spiele haben einen riesigen Zulauf, und die Freunde von Facebook sind viele. Bei Kindern und Jugendlichen, die zu mir in Therapie kommen, beobachte ich oft das Gegenteil. Wer fragt unsere Kinder, wie es ihnen wirklich geht? Wo ihre Sorgen und Nöte sind, wenn Freunde sich verabschieden, eine schlechte Note geschrieben wird oder/und – im schlimmsten Fall – sie Opfer einer Happy-Slapping-Orgie werden. Systemisch stellt sich für mich die Frage, welche Position die BeobachterInnen einnehmen und welche Auswirkungen sich langfristig zeigen. Wer profitiert von diesen Taten? Wer positioniert sich? Wer ergreift für wen Partei?

Ich habe in meiner langjährigen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen ein leicht anwendbares therapeutisches Konzept entwickelt, mit dem es sich bei dieser Thematik gut arbeiten lässt, das ich „Ich bin mein eigenes Zuhause“ nenne.

Es war mir wichtig, eine Struktur zu entwickeln, die außerhalb von Schuldzuweisungen liegt, und mit der meine KlientInnen dennoch ein Bewusstsein für ihr Handeln entwickeln können.

In vielen spieltherapeutischen Sitzungen habe ich durch die Arbeit mit Kindern einzelne Interventionen erprobt und, wenn diese hilfreich waren, auch erweitert.

Bevor ich mit diesem Konzept arbeite, ist eine gute Beziehungsebene zwischen Kind und TherapeutIn notwendig.

Ressourcenarbeit sollte schon stattgefunden haben, das Kind/der Jugendliche sollte eine klare Vorstellung von der Grenze zwischen seiner eigenen Innenwelt und Außenwelt haben. Insofern würde ich diese Arbeit erst mit Kindern im Alter ab 9–10 Jahren empfehlen. Die Übung „Ich bin mein eigenes Zuhause“ beginnt mit einem Fragebogen, den die TherapeutIn immer gemeinsam mit dem Kind/dem Jugendlichen bearbeitet. Manchmal braucht es mehrere Stunden, um den ersten Teil auszufüllen.

„KEIN BOCK AUF DEN PSYCHOTRIP!“ EIN FALLBEISPIEL

Am Beispiel von Boris schildere ich einen gelungenen Therapieverlauf. Boris (15) kam zu mir, weil seine Mutter große Ängste hatte, er würde sich wie sein leiblicher Vater entwickeln. Diesen beschrieb die Mutter als einen sehr charmanten, gut aussehenden, verurteilten Gewaltverbrecher. Boris hatte äußerlich und in seinem Verhalten viele Züge von ihm. Er wurde auffällig in der Schule, war jähzornig, mobbte MitschülerInnen, brachte schwächere SchülerInnen dazu, für sich zu arbeiten (Schutzgeld), handelte sich Verweise ein und wechselte dann auf eine teure Privatschule. Er war zu Beginn keinesfalls willens, eine Therapie zu beginnen. („Ich hab’ keinen Bock auf einen Psychotrip mit der Frau Brauner!“) Er lebte mit seiner Mutter und den 17- und 19-jährigen Schwestern zusammen. Sein Stiefvater verließ die Familie, als er 12 Jahre alt war. Bis zu dessen Auszug nahm er an, dass der Vater seiner Schwestern auch sein Vater sei. „Wenn ich schlage, bin ich männlich“, war eine seiner Aussagen. Seine große Ressource war das Tanzen. Er stellte mit seinem Freund immer wieder Videos auf youtube, die viel beachtet wurden. Nach ausführlicher Ressourcenarbeit - die Krönung war ein persönliches Vortanzen seiner Stilrichtung shuffle in der Therapie - konnten wir mit meinem Konzept „Ich bin mein eigenes Zuhause“ beginnen.

„ICH BIN MEIN EIGENES ZUHAUSE“. DER FRAGEBOGEN

Der Fragebogen besteht aus 12 Fragen, die das Thema der Wut genauer beschreiben helfen sollen. Wesentlich dabei sind die sechs therapeutischen W-Fragen (wo,

wann, wer, wie, was und welche), die zuerst einen Abstand zum Thema erzeugen und das Kind/den Jugendlichen unterstützen sollen, die Situation von einer Außenperspektive anzuschauen.

Warum-, Weshalb- und Wieso-Fragen sollten nie gestellt werden. Erstens sind sie meistens nicht zu beantworten und zweitens steht das "Schuldthema" sofort im Raum. Im Weiteren wird auf die dabei entstandenen Gefühle und deren Auswirkungen eingegangen. Meiner Erfahrung nach erleben es die Kinder/Jugendlichen als entlastend, der Thematik ein Bild, eine Metapher oder eine kreativ dargestellte Außensicht mittels Materialien zu geben.

1. Wenn Du das Wort Wut hörst, welche Situation fällt Dir ein?
2. Wie alt bist Du in dieser Situation?
3. Was ist in dieser Situation passiert?
4. Wer war dabei?
5. Wo findet die Situation statt?
6. Hast Du dich als „Opfer“ oder „Täter“ gefühlt?
7. Wurden Deine Grenzen überschritten? (WICHTIG!)
Diese Frage sollte deshalb genau behandelt werden, weil Kinder die Erwachsenenwelt nachahmen. Konsequente Grenzüberschreitungen lassen bei Kindern Lernerfahrungen zurück, die weitergegeben werden. „Erfahrungen machen das Gehirn!“ (Literaturempfehlungen von Dr. Gerald Hüther, Neurobiologe)
8. Welche Empfindungen hattest Du?
9. Wenn Du jetzt daran denkst, wie beurteilst Du diese Situation?
10. Gibt es für Dich vergleichbare Situationen?
11. Gibt es für Dich ein Bild für Wut?
12. Gibt es für Dich ein Bild für Grenze?

DEM ZUHAUSE EIN BILD GEBEN

Wenn ich mit dem Kind/Jugendlichen ein gutes Beispiel für Wut gefunden habe, beginne ich mit dem zweiten Teil der Übung. Ich beginne, mit ihm gemeinsam den Grundriss seines Zuhauses aufzuzeichnen. In Kinderzeichnungen war für mich immer sichtbar, dass ein Abbild der erlebten Situation gezeigt wurde, aber kein Verlauf der Geschichte zu sehen ist. Insofern kam ich auf die Idee (so, wie beim Spielen mit dem Puppenhaus),

der Geschichte mehr Räume zu geben, um den Akteuren ihre Plätze zuzuweisen. Je nach Alter und Bedarf male, spiele oder beschreibe ich mit den Kindern ihr Zuhause. Kinder entwickeln meiner Erfahrung nach eine hohe Kreativität in der Gestaltung und erwähnen wesentliche Details des Geschehenen.

Boris' Bild der Wut zeigte die Situation in der er mit seinem Stiefvater, den er damals noch für seinen Vater hielt, ein Geburtstagsgeschenk für sich aussuchen sollte.

In der ersten Spielwarenhandlung fand Boris nichts, was ihm auf Anrieb gefiel. Das hatte zur Folge, dass sein Stiefvater mit ihm schweigend nach Hause fuhr und er gar nichts bekam. Boris fühlte sich missverstanden und unglücklich. Nachdem er den Grundriss seiner Wohnung aufgemalt hatte (er fand die Übung zuerst ziemlich blöd), bat ich ihn, seine Familienmitglieder in die einzelnen Räume zu malen, dorthin, wo sie sich am liebsten aufhielten.

DER WUT EINEN PLATZ ZUWEISEN (EXTERNALISIEREN)

Die nächste Aufgabe besteht darin, den Platz in seinem Zuhause zu zeichnen, an dem das Gefühl der Wut am öftesten oder am stärksten spürbar ist/war.

Boris malte interessanterweise ein schwarzes Kreuz auf die Schlafzimmertür der Eltern.

Auf meine Frage, was er mit diesem Zeichen an diesem Ort verbinden würde, meinte er, er habe es satt, überall „draußen“ zu sein.

Therapeutisch kann es oft sinnvoll sein, das Gefühl der Wut zu externalisieren.

Bei kleineren Kindern bietet sich die Aufstellung des Zuhauses mit Bauklötzen, Kuscheltieren etc. an.

Nachdem Boris seine Wutsituation erzählt hat, nachdem er sie in seinem Zuhause verortet hat, wenden wir uns seinen eigenen Grenzen im Kontext zu den Grenzen der Umgebung zu. Konkret geht es darum, die Reaktionen der Außenwelt mit dem Kind zu besprechen. In kleinen Schritten soll erzielt werden, die Position des Gegenübers zu verstehen. Hierbei eignen sich Rollenspiele, in der das Kind versucht, sich in die Rolle des anderen hineinzuversetzen.

Gefühle und Körperempfindungen werden externalisiert. Bei manchen Kindern ist ein Belohnungssystem (mit Eltern besprochen) oftmals sehr hilfreich und der

einzigste Weg zum Ziel. Belohnungen können motivierend sein, Verhaltensänderungen herbeizuführen. Ist die Belohnung bzw. die Art der Belohnung kein Anreiz, ist es sinnvoll, diese nicht anzuwenden. Bei „Fortgeschrittenen“ wende ich sehr häufig EMDR (eye movement desensitization and reprocessing) an und erzähle bzw. entwickle zusätzlich gemeinsam lösungsfokussierte Geschichten. Wenn der erste Schritt zur kleinen Einsicht der Verhaltenveränderung gekommen ist, wird mit den Kindern an dem aktuellen Thema der Grenzüberschreitung weiter gearbeitet.

Das Kind muss für den nächsten Schritt in der Lage sein, sich in seinem aggressiven Verhalten in der Außenperspektive zu sehen.

AUCH ANDERE GEFÜHLE ZUORDNEN UND VERSTEHBAR MACHEN

Im Fall von Boris war es zuerst einmal wichtig, seinen Identitäten und Anteilen in seinem Zuhause Plätze zu geben. Es war für ihn so leichter, Gefühle wie Wut, Hass, Angst und Verzweiflung in einzelnen Situationen zuzuordnen. Für ihn wurden seine Empfindungen verstehbarer. Seine Ressourcenplätze (am PC, auf der Wohnzimmercouch mit der Mutter und den Schwestern und am Tischfußball) wurden mit guten Gefühlen angereichert. Methodisch lässt sich das gut mit unterschiedlichen Farben, Folien und Gegenständen darstellen. Wir machten schließlich zwei Entwürfe, die wir nebeneinander klebten. Im ersten Entwurf waren alle aktuellen Anteile, Gefühle und Lebenssituationen aufgeschrieben und aufgezeichnet, die für ihn relevant waren. Der zweite Entwurf wurde für Boris das Lösungsmodell mit allen gut integrierten Anteilen. Alle Gefühle hatten für ihn stimmige Plätze.

DAS ZUHAUSE MIT RESSOURCEN ANREICHERN

Methodisch wird (immer wieder) das Zuhause gemalt bzw. dargestellt, bis ein guter Platz für die Wut gefunden wird. Angereichert sollte das Zuhause mit vielen guten Gefühlen und einem ausgiebigen Ressourcensystem (Hobbys, Freunde, Lieblingssänger/Tänzer etc.) werden. In der Arbeit mit aggressiven und gewaltbereiten Kindern und Jugendlichen stellt sich meiner Erfahrung nach

immer wieder die Frage, wo, wie und vor allem auf welche Art bekommen die Kinder ausreichend Aufmerksamkeit. Das beinhaltet ein großes Potenzial an Fantasie, sowohl für TherapeutInnen, als auch für Kinder. Die Arbeit mit Vorbildern kann unterstützend wirken. Unabdingbar ist es, einen Einblick in die Jugendkultur zu haben, ohne den Versuch unternehmen zu wollen, selbst noch ein Teil davon zu sein.

Boris konnte seine unbändige Wut auf sich und die Welt gut in sein liebstes Hobby, dem Tanzen, investieren. Er stellt seine Videos nach wie vor ins Internet und hat eine Fangemeinde. Mittlerweile gibt es mehrere FreundInnen, mit denen er auf Clubbings (vor)tanzt. Er maturiert und versucht, körperlichen Konflikten aus dem Weg zu gehen.

Ganz allgemein kann gesagt werden, dass Grenzerfahrungen wichtig und unvermeidlich sind. Durch sie lernt man sich und die Welt kennen. Wut etwa kann als gesunder Impuls gesehen werden, Dinge verändern zu wollen und damit als ernstzunehmender „Hilfeschrei“ des Kindes, den es zu hören und zu verstehen gilt.

Wesentlich für eine fruchtbare therapeutische Arbeit ist weiters eine gute Beziehungsebene zwischen Kind und TherapeutIn und eine klare Struktur, in der es sich auskennt. Kinder brauchen einen guten Lebens- und Entwicklungsraum, glaubwürdige Vorbilder, verantwortungsbewusste Beziehungsangebote, Kontinuität und Wege zur Orientierung. Das ist oft mühsam und wenig populär, aber für eine Arbeit mit gewaltbereiten Kindern und Jugendlichen als Voraussetzung dringend notwendig.

SONJA KATRINA BRAUNER

ist Psychotherapeutin (SF).

-traumArt-

1020 Wien, Floßgasse 10/8

Telefon 0650/577 14 18

www.psychotherapie-sonja-brauner.at

Arbeitsschwerpunkte: Beratung, Krisenintervention, Traumatherapie, Supervision und Coaching