

Udo Baer

Kinderwürde in Aktion

Beziehungsfokussierte kreative Therapie mit Kindern und Jugendlichen

Ein Lehr- und Praxisbuch

Lieferung: Nr.30

Datum: 16.09.2022

Block E: Entwicklungsherausforderungen - Kapitel 3 und Kapitel 4:

©Semnos Verlag Udo Baer

3. Besonderheiten: Jugendliche zwischen Drama und Glück

Es gibt zahlreiche Studien zu den soziologischen und psychologischen Besonderheiten von Jugendlichen. Doch es gibt kaum Veröffentlichungen, was in besonderer Weise in der therapeutischen Begleitung von Jugendlichen beachtet werden soll. Meist werden Kinder und Jugendliche unter einer Überschrift subsumiert. Deswegen hier einige Hinweise.

Bei den Entwicklungsherausforderungen habe ich schon betont, dass das Jugendalter unter anderem damit gekennzeichnet ist, dass die jungen Menschen Widersprüchlichkeiten aushalten müssen. Für viele ist es ein Drama, jugendlich zu werden, weil sie überfordert sind mit dem, was sie leisten müssen, und dem, was von ihnen erwartet wird. UND es ist gleichzeitig ein Glück, weil sie einen großen Schritt machen in Richtung Unabhängigkeit und Selbständigkeit. Diese und viele andere Widersprüche müssen wir Therapeut*innen sehen und wir müssen sie würdigen. Jugendliche brauchen es, dass wir ihnen diese Widersprüchlichkeit spiegeln und ihnen sagen, dass sie in diesen Widersprüchlichkeiten leben und dass sie damit klarkommen müssen. Oft werden Jugendliche im Jugendalter nicht ernst genommen, die Pubertät wird oft abgetan als „ach, der ist ja in der Pubertät“, so dass Probleme, Schwierigkeiten und mehr lange Zeit ignoriert werden. Erst wenn dramatischere Folgen sichtbar werden, wie Schulschwänzen, Drogenkonsum oder anderes, wird darauf reagiert. In der Vorlaufzeit geschieht dies nicht, das bedeutet, dass die Jugendlichen oft unterschätzt wird, also zu wenig Spiegelungen erhalten. Da können und müssen Therapeut*innen einiges nachholen oder ergänzen.

Auch für die Therapeut*innen ist es wichtig, nicht auf nur einzelne Aspekte der Widersprüchlichkeiten des Erlebens und Verhaltens von Jugendlichen hereinzufallen. Manche Jugendliche tun in der Therapie so, als wären sie „nur groß“ und versuchen, sich wie Erwachsene zu geben. Selbstverständlich müssen wir in der Therapie darauf eingehen. Aber wir sollten immer auch im Blick behalten, dass es auch andere kindlichere Aspekte zumindest aber auch Sehnsüchte gibt, diese noch leben zu dürfen.

Auch in der Abgrenzung zu Eltern und anderen Erwachsenen spiegelt sich die Widersprüchlichkeit. Jugendliche haben etwas von Eltern übernommen und sind ihnen in mancher Hinsicht ähnlich UND sie sind anders, sie ringen darum anders zu sein und ihre eigenständige Identität herauszuarbeiten. Manche schämen sich und fühlen sich schuldig, wenn sie den Eltern in manchen Aspekten ähneln, andere haben Angst oder halten sich depressiv zurück beim Abgrenzen und Anderswerden. Auch hier brauchen die Jugendlichen eine Haltung, die ihnen diese Widersprüchlichkeiten spiegelt und ihnen damit Erlaubnis gibt, keinen geraden Weg der Entwicklung einzuschlagen, sondern einen Weg des "Sowohl-als-Auch", des Schlingerns, des Ausprobierens und Experimentierens. Nur über Erfahrungen auch von Maßlosigkeit können Jugendliche allmählich ihr eigenes Maß entwickeln.

Im Jugendalter steht oft auch die Entwicklungsherausforderung im Vordergrund, Verantwortung zu übernehmen und sich ihrer eigenen Verantwortlichkeit zu stellen. Manchmal gibt es dabei von Schule und Elternhaus Druck, dass die Verantwortlichkeiten gleich eine solche „fürs Leben“ werden sollen: Beruf, Beziehung, Hobbys und ähnliches mehr. Doch Jugendliche brauchen beides, sie brauchen Experimentierfelder, um auszuprobieren, und sie brauchen Werte und Orientierungen, einen Kompass, um Verantwortlichkeiten zu übernehmen. Die Suche nach den Werten ist häufig verbunden mit Sinnfragen: "Wohin geht mein Leben, welchen Sinn hat mein Leben?" Diese Fragen sind ernst zu nehmen, auch in der Therapie. Hier brauchen Jugendliche nährenden Unterstützung ebenso wie Reibungsflächen mit wohlwollender und respektierender Auseinandersetzung.

Methodisch sind alle Arbeitsweisen anwendbar, die in diesem Buch aufgeführt werden. Für Jugendliche gilt wie für andere Altersgruppen, dass wir Therapeut*innen unsere Klient*innen in ihrem Milieu, in ihren Lebenserfahrungen, in ihren vertrauten Denk- und Spielweisen abholen müssen. Wir werden zum Beispiel einer 16-Jährigen nicht anbieten, sich mit einer Barbiepuppe oder Märchenfigur zu identifizieren, sondern eher mit einer Sängerin oder Influencerin. Das ist selbstverständlich und gilt für alle Altersgruppen. Da viele, wahrscheinlich die meisten Jugendlichen sehr gerne Musik hören und sich über Musik und oft auch Filme oder Serien für Idole begeistern und sich von diesen Coping-Strategien zur Bewältigung von Herausforderungen abschauen oder durch sie zumindest anregen lassen, ist es oft sehr erfolgversprechend, nach Musik, Comics, Romanen, Filmen, Serien und anderem zu fragen,

die die oder den konkreten Jugendlichen begeistern. Hier ist es wichtig, neugierig zu sein und konkret nachzufragen, was er oder sie an den jeweiligen Menschen oder Settings gut findet.

4. Besonderheiten: Kinder und Jugendliche mit Beeinträchtigungen

Beeinträchtigungen bei Kindern und Jugendlichen können in geistigen, sozialen oder psychischen Behinderungen bestehen oder in chronischen Krankheiten. Sie haben eine besondere Bedeutung. Sie schaffen in der Entwicklung dieser Kinder und Jugendlichen eine doppelte Herausforderung. Kinder mit Beeinträchtigungen begegnen den anderen Herausforderungen der Entwicklung genauso wie die anderen Kinder und Jugendlichen UND es kommen Herausforderungen zu, die sich aus dem Leben und Erleben mit den Beeinträchtigungen ergeben. Diese Kinder müssen oft gegen Gewalt und Erniedrigung kämpfen, vor allen Dingen aber um Zugehörigkeit und Würdigung. Sie müssen sich der Beschämung und Ausgrenzung widersetzen. Oft ist dies ein stiller Kampf und eine stille Anstrengung. Diese Anstrengungen trotz Ermüdung durchzuhalten, um einen angemessenen Platz in der Familie, in der Schule, in der Ausbildung und in der Welt zu finden, ist mühsam. Diese doppelte Herausforderung braucht Anerkennung. Bei manchen stehen die „normalen“ Entwicklungsherausforderungen im Vordergrund, bei anderen die Herausforderungen, die sich aus den Beeinträchtigungen und deren sozialen und seelischen Folgen ergeben. Auch hier sind die konkreten Situationen und Lebenswege der Kinder und Jugendlichen zu beachten.

Insbesondere bei Kindern und Jugendlichen mit geistigen Behinderungen werden Äußerungen, die auf Leid und entwürdigende Erfahrungen hindeuten, oft nicht ernst genommen. Die Artikulation dieser Äußerungen durch die Betroffenen ist oft unvollständig, unsicher und schwierig zu verstehen oder einzuordnen. Oft werden Symptome des Leidens auf die geistige Behinderung und die eingeschränkten Ausdrucksmöglichkeiten zurückgeführt. Es bedarf eines besonderen Einfühlungsvermögens und besonderer Achtsamkeit, sie zu erkennen und ernst zu nehmen und gegebenenfalls Unterstützung und Heilung in therapeutischen Hilfestellungen zu suchen.

Bei kleineren Kindern und bei Menschen mit sehr starken Beeinträchtigungen haben sich die spürenden Begegnungen (Primäre Leibbewegungen) in besonderer Weise bewährt. In der einzeltherapeutischen Praxis und in Kliniken und Heimen zeigte die Arbeit mit den spürenden Begegnungen sehr gute Möglichkeiten, Menschen zu erreichen, die sonst kaum zu erreichen waren, und schuf somit den Boden für schrittweise Veränderungen. Oft steht zu Beginn einer Therapie der manchmal mühevollen und andauernden Weg im Vordergrund, überhaupt Begegnungsmöglichkeiten mit den Kindern und Jugendlichen mit Beeinträchtigungen zu

schaffen. Denn durch die Folgen ihrer Beeinträchtigungen haben sie sich oft sehr zurückgezogen und abgekapselt.

Das gilt auch für Kinder mit chronischen Erkrankungen. Sie sind häufig dem Spott, der Beschämung, der Ausgrenzung durch andere Erwachsene und auch andere Kinder ausgesetzt und wehren sich dagegen mit Rückzug, manchmal auch mit Aggressivität. Es braucht Zeit, dass sie in der therapeutischen Begegnung Vertrauen aufbauen können. Die innere Habachtstellung gegen mögliche Diskriminierungen und Entwürdigungen ist für diese Kinder ein gesundes Verhalten, das sie zum Schutz ihrer selbst aufbauen mussten. Als Therapeut*in müssen wir ihnen Zeit geben und selbst geduldig sein.