

Rubrik ‚Aus der Arbeit der FachKollegen‘

Am Anfang ist Erziehung! – Was aber, wenn es Probleme gibt?

Beratung, Hilfsangebote und Psychotherapeutische Behandlung für Kinder und Jugendliche

Beitrag von Ilse Burbiel und Marie Th. Kaufmann

Eltern-Sein ist manchmal nicht so einfach.

Man erlebt viel Freude mit den Kindern und ist stolz, wenn man sieht, wie sie die Welt entdecken, heranwachsen und selbständiger werden. Immer wieder gibt es aber auch Schwierigkeiten und Probleme. Es gibt Krach oder es herrscht mal wieder Funkstille zwischen Eltern und Kind. Es kommen Klagen von Schule, Kindergarten oder Hort. Immer wieder stoßen wir an unsere Grenzen!

Die kindliche Entwicklung verläuft nicht geradlinig.

Es gibt ruhige und stürmische Zeiten. Auffälliges Verhalten, Aggressionen und Verweigerung können ein Zeichen von Reifung und sich entwickelnder Auseinandersetzungsfähigkeit sein. Und auch Rückschritte gehören zu einer normalen Entwicklung. Zum Beispiel braucht vielleicht ein Kind nach der Geburt seines Geschwisters plötzlich wieder einen Schnuller oder es kann nach Schuleintritt eine Zeit lang nur schlecht schlafen. Ein Jugendlicher kann sich während der Trennung seiner Eltern oder bei Verlust einer Freundschaft ganz in sich zurückziehen, in der Schule absacken oder körperlich erkranken. Dies muss nicht gleich eine seelische Störung sein!

Wenn Eltern merken, dass ihr Kind Probleme hat,

hilft es oftmals schon, wenn sie versuchen, mit dem Kind oder dem Jugendlichen ins Gespräch zu kommen. Man spricht mit seinem Ehepartner, versucht gemeinsam zu verstehen, was los ist und Lösungen zu finden. Manchmal sind die Grenzen, die Eltern setzen, einfach zu starr, manchmal zu locker. Das Kind oder der Jugendliche braucht mehr Schutz oder auch Ermutigung und Herausforderungen. Auch im Austausch mit Lehrern oder anderen Eltern kommt man auf Ideen, wie man seine Erziehungsmethoden der neuen Situation und Entwicklung seines Kindes anpassen und verbessern kann.

Wichtig ist Zuhören, miteinander Reden, dem Kind oder Jugendlichen etwas zutrauen und gemeinsam nach Veränderungsmöglichkeiten zu suchen.

Veränderungen sind immer eine Herausforderung -

für die Eltern, die Lehrer und für das Kind oder den Jugendlichen selbst. Bei einer gesunden Entwicklung findet man Lösungen und kann Schwierigkeiten meistern.

Häufig passiert Entwicklung genau dadurch, dass man Krisen erlebt und bewältigt.

Was aber, wenn wir beobachten, dass unsere Erziehungsmaßnahmen nicht mehr weiterhelfen? Was tun, wenn Verhaltensauffälligkeiten sich verfestigen und über längere Zeit bestehen bleiben?

Wann ist fachliche Hilfe nötig?

Manchmal ist es nicht so einfach zu erkennen und zu entscheiden, ob die Verhaltensauffälligkeiten oder Stimmungsschwankungen eines Kindes oder Jugendlichen schon über das Maß einer normalen Entwicklungskrise hinausgehen.

Ist es noch normal,

wenn mein Kind

- nicht lernen will oder kann,
- keine Freunde findet,
- unruhig ist und ständig Ärger bekommt,
- Angst hat und sich nichts zutraut,
- nur noch traurig und bedrückt ist?

Ist es noch in Ordnung,

wenn Jugendliche

- keinen Bock auf gar nichts haben, nur noch chillen ¹,
- kaum Kontakte haben,
- sich ritzen, hungern, stehlen,
- sich in Drogen und Alkohol flüchten,
- aggressiv sind und Gewalt ausüben,
- nicht mehr vom PC wegzubringen sind,
- keinen Sinn im Leben sehen?

Anzeichen dafür, dass fachliche Hilfe nötig ist, sind:

- dass ein Kind oder Jugendlicher aus einer Rolle z.B. als Versager, Kasperl, Träumer, Einzelgänger, Schläger etc. gar nicht mehr herauskommt,
- dass ein Kind oder Jugendlicher Selbstmordabsichten äußert,
- dass ein Kind oder Jugendlicher regelmäßig Drogen nimmt oder trinkt, hungert oder nur noch vor dem PC sitzt,
- dass nur noch Rückzug oder Gewalt als Lösung eingesetzt werden?

¹ runterfahren, relaxen (Anm.d.Red.)

Auch nach außen hin **unauffällige**, ruhige, angepasste und gut funktionierende oder sehr hilfsbereite Kinder oder Jugendliche können in seelischer Not sein.

Wo bekomme ich fachliche Beratung und Hilfe?

Eltern, die in Sorge sind, fühlen sich mit ihrer Verantwortung und in ihrer Hilflosigkeit oft alleingelassen. Gesellschaft, Fernsehen, Verwandte und Bekannte bieten oft nur wenig Unterstützung². Die einen machen Vorwürfe, die anderen wissen alles besser: viele gut gemeinte Ratschläge¹, aber welcher passt auf unsere Situation? Und alleine kommt man auch nicht weiter!

Wer kann mich fachkundig beraten?

- Schulpsychologen
- Fachdienste und mobile Hilfen
- Sozialarbeiter und Psychologen in Beratungsstellen,
- Einrichtungen der Jugendhilfe³
- kirchliche Facheinrichtungen
- Ärzte⁴, Psychologen und Psychotherapeuten⁵



(Wir danken Herby Meseritsch, Fotograf, Austria und der Fotoagentur PantherMedia, München für die Aufnahme)

² weil sie in der Regel keine fachlich fundierten Kenntnisse besitzen (Anm.d.Red.)

³ unter Vorbehalt ! (Anm.d.Red.)

⁴ leider verfügt nicht jeder Arzt über ausreichende psychologische Kenntnisse und leider weiß man das nicht vorher (Anm.d.Red.)

⁵ auch hier gibt es sehr große qualitative fachliche Unterschiede (Anm.d.Red.)

Um Adressen und spezielle Beratungsangebote herauszufinden, kann man sich im zuständigen Sozialbürgerhaus erkundigen, wo auch Beratungsführer ausliegen. Krankenkassen und Ärzte geben Informationen und auch im Telefonbuch oder Internet sind viele Angebote zu finden.

Die meisten Beratungsangebote sind kostenlos. Eltern, aber auch Kinder und Jugendliche können sich direkt an Beratungsstellen wenden.

Beratung ist Vertrauenssache. Es besteht **Schweigepflicht**. Das heißt, dass keine Informationen an andere Personen weitergegeben werden dürfen (z.B. mit welchen Fragen man kommt und weswegen man Hilfe sucht).

Beratung kann helfen, Lösungen zu finden.

Nicht immer ist eine therapeutische Behandlung nötig. Oft hilft auch eine Veränderung im Lebensumfeld weiter. Nachhilfe oder regelmäßige Kontakte im Jugendklub, ein Wechsel der Schulklasse, mehr gemeinsame Unternehmungen mit Vater und/oder Mutter etc., können Krisen entschärfen oder Schwierigkeiten ganz zum Verschwinden bringen.

Ziel einer Beratung ist es, herauszufinden, wie die Schwierigkeiten entstanden sind, was die Auslöser sind und was man verändern kann, damit die Probleme nicht mehr so stark oder häufig auftreten. Ganz **konkrete Beratung zu Erziehungsfragen** kann Eltern helfen, wieder einen guten Kontakt zu ihrem Kind zu finden. Und **Fachleute** können sagen, ob und welche weiteren Untersuchungen und Hilfen nötig oder möglich sind.

Was ist Psychotherapie?

Psychotherapie will Störungen des kindlichen Erlebens und Verhaltens und psychisch bedingte körperliche Krankheiten durch spezielle Behandlungsmethoden und durch bessere zwischenmenschliche Kontakte in einer therapeutischen Beziehung bessern oder ganz zum Verschwinden bringen.

Ziel einer psychotherapeutischen Behandlung ist es, auffälliges oder störendes Verhalten zu beseitigen und die Entwicklung der Persönlichkeit zu unterstützen. Kindern und Jugendlichen mit seelischen Schwierigkeiten oder auffälligem Verhalten kann durch eine rechtzeitige und ausreichende psychotherapeutische Behandlung geholfen werden.

Welche Therapieverfahren gibt es?

Es gibt verschiedene psychotherapeutische Verfahren:

Die von der Krankenkasse finanzierten und von der Ärzte- und Psychotherapeutenkammer zugelassenen Verfahren sind:

- Psychoanalyse
- Tiefenpsychologisch fundierte Verfahren
- Verhaltenstherapie

in Einzel- und Gruppenbehandlung.

Die **Verhaltenstherapie** geht davon aus, dass psychische Probleme die Folge von fehlerhaften Lernprozessen sind. Durch ein „Umlernen“ und ein „Umdenken“, z.B. bewusste Vorsätze, können demnach Verhalten und Gefühlsleben eines Menschen in Trainingsprogrammen verändert werden und Krankheitssymptome wie z.B. Ängste oder Schmerz verschwinden. In der Therapie wird z.B. erwünschtes Verhalten belohnt, unerwünschtes Verhalten dagegen gar nicht beachtet.

Tiefenpsychologie und Analytische Therapie gehen davon aus, dass alles, was der Mensch von frühester Kindheit an erlebt hat, gedächtnismäßig gespeichert wird. Aber nicht alles kann bewusst erinnert werden. Nicht erinnerte, frühere ungelöste Konflikte machen sich z.B. in Krisen- oder Belastungssituationen wieder bemerkbar und wirken sich störend auf das Verhalten und Gefühlsleben eines Kindes ⁶ aus. Da seelische Krankheiten Ausdruck von Beziehungserfahrungen sind (man sagt in der Fachsprache auch: *Bindungserfahrungen*) können sie auch in einer therapeutischen Beziehung geheilt werden.

Gruppentherapie ist gerade im Kindes- und Jugendalter eine sehr erfolgreiche Methode. Zu erleben, in einer Gruppe von Gleichaltrigen ernst genommen und verstanden zu werden, seine Meinung sagen und Konflikte durchstehen zu können, ohne sich nur anpassen zu müssen ⁷, ist eine Grundvoraussetzung, um Freunde zu finden und in Schule, Berufswelt und in der Gesellschaft zurecht zu kommen.

Gesprächs-, Gestalt- und Familientherapie und auch **kunst- und körperorientierte Behandlungsmethoden** sind bisher nicht kassenrechtlich anerkannt. Diese Verfahren werden in Beratungsstellen, Einrichtungen der Jugendhilfe und an Kliniken eingesetzt oder müssen selbst bezahlt werden.



(Wir danken Hans Pflieger, Fotograf, Eichenzell und der Fotoagentur PantherMedia, München für die Aufnahme)

⁶ wie Erwachsenen (Anm.d.Red.)

⁷ oder verurteilt zu werden (Anm.d.Red.)

Eine **Behandlung mit Medikamenten** ⁸ kann nur ein Arzt verordnen. Die speziell für die Feststellung und Behandlung von psychischen Krankheiten des Kindes- und Jugendalters ausgebildeten Ärzte heißen ‚**Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie**‘.

Voraussetzungen für eine psychotherapeutische Behandlung

Grundvoraussetzung für eine **Psychotherapie** ist, dass der Patient *freiwillig* kommt und eine **Veränderung wünscht**. Das ist manchmal schon eine Schwelle. Gerade im Jugendalter ist es sehr schwierig, sich eigene Schwächen einzugestehen und sich an Erwachsene zu wenden. Aber auch Eltern tun sich schwer, anzuerkennen, dass sie mit ihrem Kind so nicht mehr weiter kommen und Hilfe brauchen.

Beratung und Vorgespräche mit Eltern, Kind oder Jugendlichen können helfen, Ängste vor einer Psychotherapie abzubauen, neuen Mut und Hoffnung zu schöpfen und sich auf einen Behandlungsprozess einzulassen.

Anders als eine Beratung dauert eine therapeutische Behandlung länger und erfordert, dass man über einen Zeitraum von mehreren Monaten, bei schwereren Störungen bis zu einigen Jahren, regelmäßige therapeutische Termine einhalten kann und muss. Wenn dies nicht geht, muss nach anderen Möglichkeiten wie z.B. Jugendhilfe in einer Heilpädagogischen Tagesstätte bzw. therapeutischen Wohngemeinschaft oder nach einer Fachklinik gesucht werden.

Jugendliche ab 14 Jahren können sich auch ohne Wissen und Einverständnis der Eltern psychotherapeutische Hilfe holen. Für Kinder unter 14 Jahren müssen die Sorgeberechtigten einen Antrag auf Psychotherapie stellen. Inwieweit die Eltern in die Behandlung mit einbezogen werden ist unterschiedlich und hängt vom Alter des Kindes ab.

Eine Überweisung durch einen Arzt ist nicht erforderlich. Die Kosten übernimmt die Krankenkasse.

Wer darf psychotherapeutisch behandeln?

Eine psychotherapeutische Behandlung **für Kinder und Jugendliche** durchführen dürfen nur **Ärzte, Psychologen, Sozialpädagogen und Pädagogen** mit einer **mehrjährigen Zusatzausbildung in einem anerkannten Verfahren**. ⁹

⁸ die Verordnung von psychischen Medikamenten (Psychopharmaka) fallen hauptsächlich in das Fachgebiet der Psychiatrie (Anm.d.Red.)

⁹ wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass beispielsweise die Berufsgruppe der **Pädagogen** nur mit der ausdrücklichen **Einschränkung auf Kinder und Jugendliche** zugelassen ist und therapieren darf (siehe Super Nanny von RTL, die Familien und Erwachsene therapiert, mit gravierenden Fachfehlern und den entsprechenden Folgen), siehe hierzu Fachaufsatz ‚Die Super Nanny von RTL‘ in Newsletter International, Ausgabe 12/2004 unter glueckliche-familie-ev.de (Anm.d.Red.)

Psychotherapeutinnen und -therapeuten arbeiten in einer Praxis oder Praxisgemeinschaft, aber auch in Einrichtungen der Jugendhilfe wie z.B. Beratungsstellen, Heilpädagogischen Tagesstätten und Heimen oder auch an Kliniken.

Warum ist therapeutische Behandlung nötig?

- **Psychische Störungen sind Krankheiten** und können oft ohne therapeutische Behandlung nicht gelindert oder geheilt werden.¹⁰
- **Manche seelischen Störungen** sind durch eine körperliche Erkrankung ausgelöst, die medizinisch, z.B. mit Medikamenten behandelt werden muss, um ein Fortschreiten der Krankheit zu verhindern.
- In der eigenen Familie und im eigenen Freundeskreis ist man immer mit beteiligt und zu nah dran. **Schnell entstehen durch Ratschläge und Hilfe im Bekanntenkreis¹¹ neue Abhängigkeiten.** Der Blick von außen gewährt den nötigen Abstand und Überblick. Auch können Hilfe, Kritik und Veränderungsvorschläge oft leichter angenommen werden, wenn sie von Fachleuten kommen.
- **Ohne es zu wollen, stellen Menschen oft genau die Situation wieder her, die sie früher bereits nicht bewältigen konnten und die krank macht¹².** Fachleute haben gelernt, dies zu erkennen und **neue, heilende Erfahrungen** zu ermöglichen.

Über die rechtlichen Bestimmungen informieren wir Sie in der nächsten Ausgabe

Dipl. Psych., Dr. phil. Ilse Burbiel,
Psychologische Psychotherapeutin

Dipl. Psych., Marie Th. Kaufmann,
Psychologische Psychotherapeutin Kinder und Jugendliche

Institutsambulanz und Beratungsstelle
des Lehr- und Forschungsinstituts der
Deutschen Akademie für Psychoanalyse
Goethestr. 54
80336 München

www.psychanalysebayern.de

¹⁰ und intensivieren sich (Anm.d.Red.)

¹¹ die nicht richtig sein müssen, weil beispielsweise die Fachkenntnis fehlt (Anm.d.Red.)

¹² allein schon dieser Umstand macht Dauerhaftigkeit, Tiefgang, Unbewusstheit und Fixation von ‚Mustern‘ (VerhaltensMustern, DenkMustern, emotionalen Mustern u.a.) und die Bedeutung (erzieherischer) Prägungsprozesses deutlich (Anm.d.Red.)