

**„Sozialpädagogisches Denken und Handeln  
in der BerEb – damit ein Fall gelingt“ –  
Berlin, 14.06.19  
Barbara Kunz**

*Entwicklungspsychologisches  
und Bindungstheoretisches  
Know-How für die Praxis*

## Jugend im Wandel der Gesellschaft

**„Unsere Generation ist verloren,  
wenn das unerhörte Tun unserer  
jüngeren Generation so  
weitergeht“**

Inschrift auf einer 4000 Jahre alten Tafel,  
Ausgrabungsarbeiten in Süd-Babylon

# Psychische und soziale Entwicklungsaufgaben in der Adoleszenz

- Loslösung von Eltern
- Individuation
- Erwerb einer stabilen Geschlechtsidentität einschließlich eines Sexualverhaltens bzw. intimer Beziehungen
- Schulische und berufliche Qualifikation
- Aufbau zuverlässiger Sozialkontakte zu einzelnen und zu Gruppen
- Finden einer ideologischen und wertnormatischen Position mit Entwurf einer persönlichen Zukunftsvorstellung

Vgl. Delfos, 2014, Meyer-Enders, 2012, Örter, 2002

# Kognitive Veränderungen

- **Argumentieren** wird immer wichtiger und immer mehr geübt → auch zur Abgrenzung der Erwachsenen, lernen, zu relativieren
  - Vergleichbar mit Warum-Fragen im Kindesalter
  - Diese wachsende Fähigkeit wird entsprechend immer weiter ausprobiert
- Eigene Denkprozesse können aus Distanz betrachtet werden
- Jugendliche sind oftmals große Denker

# Häufige Copingstile bei Jugendlichen

Bei „Bedrohung des inneren Gleichgewichtes“ reagieren Jugendliche häufig mit:

- Rückzug in emotionale Isolation und Passivität
- Reaktionsbildung: Genaues Gegenteil dessen, wonach man sich sehnt
- Flucht vor Wirklichkeit
- Rationalisieren
- Projektionen

Bindung: emotionales „Band“, das sich zwischen Säugling und Bindungsperson entwickelt.

Diese Bindung hat großen Einfluss auf alle weiteren Lebensphasen bis ins hohe Lebensalter.

- **Bindungstheorie Begründer:**

John Bowlby (1907- 1990)

- Die Bindungsperson soll eine sichere Basis sein
- Fühlt sich das Kind sicher und geborgen, dann ist es neugierig und möchte die Umwelt erforschen; neue Erfahrungen machen.
- Wenn das Bindungssystem beruhigt ist, ist das Explorationssystem aktiviert. D.h. eine sichere Bindung zur Bezugsperson ist die Voraussetzung dafür, dass das Kind die Umwelt erforscht; auf Entdeckungsreise geht.

- Feinfühligkeit= Fähigkeit der Bezugsperson, die Signale des Kindes richtig *wahrzunehmen*, richtig zu *interpretieren* und *angemessen* und *prompt* darauf zu *reagieren*
- Wichtig ist die Passung zwischen Mutter und Kind  
(*States, Erkennen der Motivationssysteme, Rhythmus, Kraft, Tempo*) → ÜBUNGEN



# Konsequenzen für Prävention und Intervention?

- Wissen um die beschriebenen Entwicklungsaufgaben/Konflikte
- Therapeut soll sein: präsente, antwortende Person, die Äußerungen wahrnimmt, versteht, verbalisiert und erklärt
- Bewusstsein schaffen → Mentalisieren
- Eigenes und fremdes Verhalten einordnen
- (Körper-)Reaktionen aufgreifen, versprachlichen, Handlungen spiegeln, Rahmen bieten

# Was macht einen „hinreichend guten“ Jugendlichenpsychotherapeuten aus?

- Seiffge-Krenke zählt verschiedene Eigenschaften und Fähigkeiten auf:
- Bezug zur eigenen Jugend
- Umgang mit starken Affekten
- Frustrationstoleranz, Geduld und Vertrauen
- Spielerische Fähigkeit und Humor

- Die „K s der Vernetzung:
- Kontakt, Kenntnis der Systeme, Kommunikation, Konkurrenzlosigkeit, Koordination, Konfliktfähigkeit
- Vgl. Trautmann-Voigt, in Trost, 2014

# Zusammenfassung

- Ab Pubertät muss der Erwachsene Verantwortung und Macht mit dem Jugendlichen teilen
- Jugendliche empfindet unbedingte Notwendigkeit der Gleichwertigkeit
- Der Jugendliche kann jedoch die Gleichwertigkeit, die er wünscht erst gegen Ende der Adoleszenz vollkommen umsetzen
- Wichtig, mit Vorwegnahmen von Inhalten sparsam umzugehen

Vgl. Delfos

# Stolpersteine in Kommunikation

WENN GUTES ZUREDEN NICHT MEHR HILFT,  
dann wird oftmals:

- gedroht („entweder Du hörst auf, oder...“)
- ver- und beurteilt
- diagnostiziert
- moralisiert
- belehrt
- ignoriert
- abgewertet („Kiff Dir doch das Hirn weg!“)

Vgl. Naar-King, Suarez, 2012

# Wichtig in Kommunikation mit Jugendlichen

- Adoleszente sind nicht unbelehrbar oder unmotiviert, sondern ambivalent
- **Pro und Contra für Veränderung**  
z.B. mit der Klärung der Frage: „Was bringt mir eine Änderung meines Verhaltens?“
- Das motiviert!

Vgl. Naar-King, Souarez, 2012

# Bei Jugendlichen

- Gehirn „einschalten“
- Erzählen anregen
- Zielgerichtet weiterfragen
- Wertschätzung für Denkprozesse äußern
- Bereitschaft zum Lernen zeigen
- Techniken wie Sokratische Methode
- „Am Erleben entlang“ ....wie bei allen Patienten

Vgl. Delfos, Baßler

# Bei Jugendlichen besonders wichtig (v.a. in Therapien)

- Das Gesprächsziel verdeutlichen
- Den Jugendlichen wissen lassen, welche Absichten man verfolgt
- Den Jugendlichen wissen lassen, dass er schweigen darf
- *„Du schweigst, wenn das heißt, dass du darüber nicht reden willst, ist das natürlich ok-  
du hast bestimmt einen Grund dafür.“*

Vgl. Naar-King, Suarez, 2012



# Metakommunikation

- Zu benennen versuchen, was man empfindet, und dem Folge leisten  
*Wir reden jetzt zwar darüber, aber ich bin mir nicht sicher, ob du das auch willst*
- Den Jugendlichen dazu einladen, seine Meinung über das Gespräch zu äußern  
*Wir reden jetzt zwar miteinander, aber was hältst du eigentlich davon*
- Metakommunikation zu einem festen Bestandteil der Kommunikation machen.

# Beispiele

- Beispiel: „Ich hasse es, hierher zu kommen. Wie lange muss ich das noch machen?“
- *„Du kommst wirklich nicht gerne her.“*
- *„Du hast es satt, dass andere dir sagen, was du tun sollst.“*

Vgl. Naar-King, Souarez, 2012

# Beispiele

- „Zweiseitiges Spiegeln“
- Beispiel: „*Einerseits rauchst Du wirklich gerne, andererseits kostet es Dich einen Haufen Geld.*“
- Wichtig: mit der für die Veränderung positiven Seite aufhören

Vgl. Naar-King, Souarez, 2012

# Beispiel

- „Unser Gespräch heute läuft wahrscheinlich anders als die Gespräche, die du mit anderen Leuten schon geführt hast. Ich bin nicht hier, um Dir zu sagen, was du wie ändern sollst, sondern um herauszufinden, was in deinem Leben los ist, und wie ich dir dabei helfen kann, die Änderungen, die du beschließt, auch durchzuführen“

Vgl. Naar-King, Souarez, 2012

# Beispiel

*„Wenn ich Streit habe, sollen mir die Erwachsenen zuhören. Wenn ich traurig bin, sollen mir die Erwachsenen zuhören. Wenn ich mich freue, sollen die Erwachsenen zuhören.“*

(Diez, 2010)

# Lehrreiche Kommunikation

- *Kommunikation mit Jugendlichen ist möglicherweise die lehrreichste, ehrlichste und dynamischste Kommunikation, die es gibt.*

(Delfos 2007)

- Sag mir mal... Gesprächsführung mit Kindern M.F. Delfos
- Wie meinst du das... Gesprächsführung mit Jugendlichen, M.F. Delfos

## HelferInnen im Sozial- und Gesundheitswesen sind eine Elite:

- Sie haben eine besondere Empathiefähigkeit:
- Sie fühlen auf eine besondere Art mit anderen Lebewesen mit. (Das braucht die Gesellschaft!)
- Sie lässt Not nicht kalt, sie fühlen sich angesprochen und engagieren sich.
- All diese Eigenschaften werden manchmal belohnt, oft weidlich ausgenutzt, vor allem aber:

# HelferInnen im Sozial- und Gesundheitswesen sind eine Elite:

- „Die größte Ressource: Ihr „gutes Herz“, ist auch immer am meisten in Gefahr.“

Vgl. Michaela Huber



# Schutzfaktoren/Risikofaktoren

- „Gut: Resilienz! Dickes Fell, Optimismus...
- Gut: Engagement, Erfolg, Freude im Beruf
- Gut: Rückhalt in der Familie, Freunde, Tiere, Natur, Musik, Bücher, Sport...
- Schwierig: Krisen privat, Krisen beruflich
- Unvermeidlich: Eines Tages kommt jemand zur Tür herein, der/die uns an unsere Grenzen führt....“

Vgl. Michaela Huber

# Was ist „Burn-Out“?

„Ein Zustand berufsbezogener (auch familiär bedingter) chronischer Erschöpfung“

- Erstmalig verwendete der Psychoanalytiker Herbert Freudenberger 1974 diesen Begriff.
- ICD-Diagnose: „Zustand der totalen Erschöpfung (Z 73.0)“

# Gründe

- Ständige Frustration
- Nichterreichen eines oder mehrerer (Lebens)Ziele;
- zu hohe persönliche Erwartungen an die eigene Leistung(sfähigkeit); chronisches Überlastetwerden
- Häufung von Belastungen in mehreren Lebensfeldern.

Vgl. Michaela Huber

- Was sind Ihre Schutzfaktoren?

## Weitere Literatur:

- Flammer, A., & Alsaker, F.D. (2002).
- Entwicklungspsychologie der Adoleszenz. Bern: Huber.
- Oerter, R. & Dreher, E. (2002). Jugendalter. Kap. 7 in: R.Oerter & L. Montada (Hrsg.). Entwicklungspsychologie. 5., Aufl. Beltz.
- Skript Meyer-Enders, Gabriele, 2014
- Hans Hopf: Aggression und Destruktivität in der analytischen Therapie von Kindern und Jugendlichen (Störungen des Sozialverhaltens), Lindau

- Lilli Peller, in: Biermann, Handbuch der Kinderpsychotherapie 1988, S.38-48
- R.H.Largo, C. Benz, Spielend lernen in M. Papousek, A.v.Gontard: Spiel und Kreativität in der frühen Kindheit, Stuttgart 2003
- A.v.Gontard in M.Papousek, A.v.Gontard: Spiel und Kreativität in der frühen Kindheit, Stuttgart 2003
- Jacques Berna, in: Handbuch der Kinderpsychotherapie, Biermann, 1988 S. 146 – 168
- M.Schulte-Markwort, F.Resch: Methoden der Kinder- und Jugendpsychotherapie, Einführung, Weinheim, Basel 2008
- Arbeitskreis OPD-KJ, Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik im Kindes- und Jugendalter, Grundlagen und Manual, Bern 2007

- Faber, Haarstrick: Kommentar Psychotherapie- Richtlinien, herausgegeben von U.Rüger, A.Dahm und D. Kallinke, München, 8. Auflage, München 2009
- Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie. Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie von Kindern und Jugendlichen, 51. Jahrgang 1/02 mit Beiträgen von Streek-Fischer, Rüger, Pfeleiderer, Berns, Borowski
- Kernberg, Paulina F.: Die Formen des Spielens, in: Studien zur Kinderpsychoanalyse, Band XII 1995, S. 9-34
- Holder,A.: Psychoanalyse bei Kindern und Jugendlichen, Stuttgart 2002
- Freud, Anna: Einführung in die Technik der Kinderanalyse, Frankfurt 1983