

Dann komm ich halt, sag aber nichts

Motivierung Jugendlicher
in Therapie und Beratung



Jürg Liechti
→ **Dann komm ich halt, sag aber nichts**
Motivierung Jugendlicher in Therapie und Beratung
Mit einem Vorwort von Klaus E. Grossmann
252 Seiten, Kt, 2009
€ [D] 24,95/€ [A] 25,70
ISBN 978-3-89670-674-4

Carl-Auer Verlag
www.carl-auer.de



Über dieses Buch



Steigende Anforderungen in Schule und Alltag überfordern Kinder und Jugendliche immer mehr. Die Zahl der psychischen Störungen Heranwachsender wächst im gleichen Tempo wie das Angebot an Therapien für diese Altersgruppe. Was den meisten Konzepten jedoch fehlt, ist der Blick auf die Motivation der Jugendlichen, aktiv an der Beratung teilzunehmen. Wie es gelingt, die Therapiemotivation zu fördern, ist die zentrale Fragestellung dieses Buches.

Der Schweizer Therapeut Jürg Liechti verknüpft hier verschiedene theoretische Konzepte zur Therapiemotivation mit Methoden der systemischen Therapie zu einer systemischen Motivierungspraxis. Diese zielt unter anderem darauf ab, durch das Einbinden von Bezugspersonen aus dem Familienkreis die Bereitschaft der Jugendlichen zur Therapie zu stärken. Der Beratende selbst lernt seinen Anteil am Motivationsprozess kennen und die Signale der Jugendlichen zu empfangen und zu entschlüsseln.

„Dieses Buch stellt schulenübergreifend und auf anschauliche Weise das therapeutische Handwerk für die Begleitung von Familien mit Jugendlichen dar. Es bietet eine Fundgrube an Reflexionen und Ideen, wie unterschiedliche Ansichten und Zielkonflikte als Ressourcen genutzt werden können und wie mit scheinbar unmotivierten Jugendlichen Kooperation erreicht werden kann. Viele Fallbeispiele helfen, das Gesagte auf instruktive Art nachzuvollziehen, und geben dem Lesenden Mut, in verschiedenen Settings und mit großer Flexibilität zu arbeiten. Ein wegweisendes Werk in der zunehmend komplexen Arbeit mit Jugendlichen und ihren Herkunftsfamilien!“

Dr. Therese Steiner, Fachärztin für Kinder- u. Jugendpsychiatrie u. Psychotherapie

Ich bestelle bei
meiner Buchhandlung:

Ex. Titel	ISBN
— Dann komm ich halt, sag aber nichts € 24,95	978-3-89670-674-4
— Magersucht in Therapie € 24,95	978-3-89670-627-0

Preis zzgl. Porto u. Verpackung

Name _____

Straße _____

Ort _____

E-Mail _____

Ja, ich hätte gerne mehr Information, bitte nehmen Sie meine
Adresse für den Newsletter in den E-Mailverteiler auf.

Unterschrift/Datum _____

Bitte in Blockschrift ausfüllen!

Falls nicht möglich, bei:
Carl-Auer Verlag • Häusserstr. 14 • 69115 Heidelberg • Fax: +49 - (0) 62 21-64 38 22

www.carl-auer.de

Der Autor



© Konrad Cös

Jürg Liechti, Dr. med., Studium der Humanmedizin, Experimentellen Medizin, Biologie, Psychiatrie, Psychotherapie und Systemtherapie. Seit 1985 freiberufliche Praxis in Bern. Supervisor und Lehrbeauftragter an verschiedenen Kliniken und Instituten (Universitäten Bern, Zürich, Basel). Lehrbeauftragter für systemische Therapie an der Medizinischen Fakultät der Universität Bern seit 1998. Gründungsmitglied der Schweizerischen Gesellschaft für Systemische Therapie und Beratung (SGS). Aufbau und Geschäftsleitung des Zentrums für Systemische Therapie und Beratung (ZSB) Bern seit 1995.

Weiterer Titel des Autors:



Jürg Liechti
→ **Magersucht in Therapie**
Gestaltung therapeutischer
Beziehungssysteme
247 Seiten, Kt, 2008
€ [D] 24,95/€ [A] 25,70
ISBN 978-3-89670-627-0

„Sollte in jeder Fachbibliothek stehen.“
www.sandammer.de

Diesen und weitere Titel erhalten Sie in Ihrer Buchhandlung oder beim Verlag. Wenn Sie **online** in unserem Webshop www.carl-auer.de bestellen, liefern wir deutschlandweit **portofrei!**

Vorwort

Wer sind die jungen, in ihrem Leben emotional eingeschränkten Menschen, die durch therapeutische Hilfe nur gewinnen können, die sie aber nicht annehmen können und sich mit starken Gefühlen dagegen wehren? Und was können Therapeuten und Therapeutinnen tun, denen das eigentlich sonnenklar ist und die über eine Fülle professioneller Mittel verfügen, um diesen intensiven Widerstand gegen Hilfsangebote zu überwinden? Was ist, wie Jürg Liechti sagt, in der Tat ein »heikles Thema«. Dahinter steht bei allen davon Betroffenen nahezu immer ein stilles Leiden. Die Unfähigkeit wahrzunehmen, dass Hilfe gebraucht wird, die Unfähigkeit, Hilfe anzunehmen, weil das als Eingeständnis eigener Schwäche unerträglich ist, kennzeichnet vor allem Menschen, die sich von allem, was sie psychisch verunsichert, gefühllos distanzieren. Solange sie den Mangel an und das ungestillte Bedürfnis nach psychischer Sicherheit dadurch emotional im Schach halten, ist eine solche Reaktion kaum zu durchbrechen.

Jugendliche, die ihren Eltern das Leben schwer machen, haben – aus ihrer Sicht – schwierige Eltern. Denn, wie John Bowlby, dem wir die Bindungstheorie verdanken, festgestellt hat: »Menschen jeden Alters sind am glücklichsten und nutzen ihre Begabungen auf die vorteilhafteste Weise, wenn sie die Gewissheit haben, dass mindestens eine Person hinter ihnen steht, die ihr Vertrauen besitzt und ihnen zur Hilfe kommt, falls sich Schwierigkeiten ergeben« (Bowlby 1973, S. 359). Dies ersehnen sich Kinder von ihren Eltern, selbst wenn sie selbst schon erwachsen sind und eigene Kinder haben. Die Aufgabe von Eltern zeigt sich vor allem darin, wie sie ihre Rolle als schützend, stärker und weiser vorleben, mit dem Kind verhandeln, Kompromisse schließen und ihnen ein Vorbild sind entsprechend ihrem Alter, seinen Bedürfnissen und seinen notwendigen Erfahrungen. Deshalb sind Eltern für viele Jahre so gut wie unersetzlich.

Traumatische Verletzungen durch die Eltern selbst, wie etwa elterlicher Streit, der ungelöst bleibt, Gewalt, alkohol- und drogenbedingte Exzesse, aber auch durch lebensbedrohliche Situationen, Unfälle usw., ziehen oft intensivere Belastungssymptome als eigene Traumata bei den Kindern nach sich. Jürg Liechti weiß um die Reaktanz, die intensiven Gegenreaktionen Jugendlicher, deren Eltern Forderungen stellen, ohne ihnen selbst eine sichere Basis beim Erkunden der Welt zu bieten, und die auch kein sicherer Hafen sind zur Entspannung nach Konflikten, die dabei immer entstehen. Mit sicheren und starken Eltern können sich Jugendliche während und nach der Pubertät konstruktiv, lernend, abwägend, vergleichend und deshalb gewinnbringend auseinandersetzen. Mit unsicheren und schwachen Eltern dagegen gelingt das nicht, »denn die (psychologische) Funktion ihrer ›Störung‹ besteht gerade darin, dies zu vermeiden« (S. 104). Dabei geht es nicht in erster Linie um nachprüfbarere Wahrheit, sondern um die Klarheit, mit der die Eltern – und ihre Sicht der Dinge – von den betroffenen Jugendlichen wahrgenommen werden. Jürg Liechti nennt dies eine »Neurahmung« der jugendlichen Perspektive; es ist, im Sinne von John Bowlby, ein Setzen neuer Arbeitsmodelle von sich und anderen an die Stelle alter und untauglicher.

Die Haltung »Dann komm ich halt, sag aber nichts« ist dafür nicht besonders ermutigend. Wie sollten, ohne Gespräch, neue Rahmen entstehen? Das tragende Grundmotiv ist das Interesse an starken, weil in ihren Beziehungen zum jugendlichen Kind sicheren Eltern. Daran lässt die Fülle an bindungstheoretisch inspi-

rierten Forschungsergebnissen keinen Zweifel. In den praktischen therapeutischen Konzepten und Interventionen, die sich in jedem Fall, den Jürg Liechti vorstellt, als nützlich, aufschlussreich und spannend erweisen, ist dies der Schlüssel. Er öffnet langsam und vorsichtig die verschüttete Bereitschaft zur sprachlichen Klärung der lähmenden Hilflosigkeit gegenüber emotionalen Konflikten. Widerspenstige Jugendliche mit tief empfundener, aber vehement abgewehrter Anteilnahme an der Last, die ihre Eltern zu tragen haben, wurden so zur Mitarbeit gewonnen und als zukünftige Mitgestalter ihres familiären Schicksals gestärkt. Für Eltern ist eine solche therapeutische Neurahmung extrem anspruchsvoll. Sie müssen nicht nur ihrer Tochter oder ihrem Sohn gegenüber die eigene Hilflosigkeit zugeben, sondern vor allem sich selbst gegenüber. Je länger ein Jugendlicher als Kind dieser Eltern Erfahrungen von fehlendem Schutz in bedrohlichen Situationen, von mangelhafter Unterstützung und von kränkenden Zurückweisungen gemacht hat, desto anspruchsvoller sind die Anforderungen an die Kompetenz des Therapeuten bei der Krisenbegleitung. Kritisch und vorrangig ist die Motivation zur Therapie, weil sich beim Übergang zum Erwachsensein die emotional tief wirkende, abgrenzende Schutzhaltung bereits stark verfestigt hat. Das Wissen um Bindungen, um die besondere Wirkung der Qualität therapeutischer Beziehungen und die therapeutische Kunstfertigkeit zusammen eröffnen trotz allem hoffnungsvolle Perspektiven im Umgang mit Menschen, deren Leben in Beziehungen beklemmend eng und emotional dürr geworden ist.

Wer je gesehen hat, wie bereits einjährige Kinder den Ausdruck ihrer Sehnsucht und ihrer Not nach Beistand, Nähe und Hilfe unterdrücken, wenn sie oft zurückgewiesen wurden, und wie die vermeidende Organisation ihrer Gefühle die unmittelbare Kommunikation mit ihren Schutzbefohlenen gerade dann verhindert, wenn sie Zuwendung am meisten brauchen, kann verstehen, was in Jugendlichen vorgeht, die solchen Gefühlen ohne Einsicht in die Zusammenhänge und ohne Aussicht auf Lösung ausgeliefert sind. Sie können sich nicht mehr helfen lassen. Die emotional verhärteten Personen sind deshalb auch in klinischen Stichproben außerordentlich unterrepräsentiert, obwohl sie in der Gesamtpopulation von allen bindungsunsicheren Personen die größte Gruppe darstellen. Ihr Lebensgefühl ist das einer Last, die zu ertragen ist, eine emotionale Leere, anstatt – wie bei Jugendlichen aus sicheren Bindungsbeziehungen – meistens erfreulich, emotional reich, mitteilbar, offen und lösungsorientiert auch gegenüber Lebenskonflikten. Sie dahingehend zu motivieren, dass sie Hilfe annehmen, ist die größte Herausforderung, noch vor der Therapie selbst.

Jürg Liechti's Buch öffnet den Blick und den Weg dahin, der in dieser erfolgreichen Klarheit bislang so noch nicht beschritten wurde. Er bringt Hoffnung für viele Jugendliche, die den verzweifelten Konflikt zwischen Autonomie und fehlender psychischer Sicherheit ohne die Stärkung ihrer Eltern, zu der sie selbst beitragen können, nicht lösen könnten.

Prof. em. Dr. phil. Klaus E. Grossmann
Institut für Psychologie, Universität Regensburg