

# Rezensionen\*

*Diether Höger*

## **Sabine Weinberger & Christiane Papastefanou: Wege durchs Labyrinth. Personzentrierte Beratung und Psychotherapie mit Jugendlichen.**

**Unter Mitarbeit von Hildegard Steinhauser und Michael Bastian.**

*Weinheim und München: Juventa Verlag, 2008. 302 Seiten, ISBN 978-799-2072-4, €18,00/Sfr 32,90*

Gegenstand des Buches ist die Psychotherapie speziell mit Jugendlichen, die sowohl gegenüber der Psychotherapie mit Kindern als auch der mit Erwachsenen anderes Wissen und besondere Vorgehensweisen erfordert. Die im Titel verwendete Metapher „Wege durchs Labyrinth“ verweist auf die im Jugendalter schwierigen Wege der Selbstfindung, die in jedem Falle Herausforderungen darstellen, die zwar unter hinreichend günstigen Bedingungen von den Jugendlichen bewältigt werden, bei ungünstigen Ausgangsbedingungen jedoch einen belastenden Stress darstellen und eine erhöhte Anfälligkeit für Störungen und psychische Erkrankungen mit sich bringen. Jugendliche sind in diesem Zusammenhang Zielgruppe für psychosoziales Handeln auf drei Ebenen: Präventive Maßnahmen, Psychotherapie und verschiedene Arbeitsfelder der psychosozialen Beratung.

Zum Inhalt: In der Einleitung kritisieren die Autorinnen die verhaltenstherapeutisch orientierten Therapien („kürzer, schneller, manualisiert“), die nicht an der Person orientiert sind: In diesen Therapieprogrammen bzw. Manualen fehlen in der Regel nähere Altersangaben für die Zielgruppe, die oft erheblichen Entwicklungsunterschiede im Jugendalter werden ignoriert ebenso wie die oft sehr unterschiedlichen, von außen nicht steuerbaren individuellen Entwicklungstempi. Auch seien sie nicht auf die individuelle Situation des Einzelnen abgestimmt und böten kaum Anregungen für den Aufbau einer therapeutischen Beziehung. Dem setzen die Autorinnen ihre entschieden andere Position entgegen: Die Orientierung an den Entwicklungsvoraussetzungen, d. h. die Berücksichtigung der entwicklungspsychologischen Erkenntnisse und die Entwicklungspsychopathologie als Integration von Entwicklungspsychologie und Klinischer Psychologie. Für die im Zentrum stehende therapeutische Beziehung orientieren sich die Autorinnen am Personzentrierten Ansatz.

Die folgenden beiden Kapitel sind der Theorie gewidmet. In dem einen geht es um entwicklungspsychologische Forschungsergebnisse zum Jugendalter, insbesondere um für die Therapie und Beratung bedeutsame Besonderheiten des Erlebens Jugendlicher. Die Autorinnen beschränken sich auf die normalen Entwicklungsvarianten und verweisen hinsichtlich spezifischer Störungsbilder auf die einschlägige Literatur. Worum es ihnen geht, ist vor allem die Charakterisierung der Lebensphase der Pubertät und des Erwachsenwerdens und die mit ihnen verbundenen Entwicklungsaufgaben. Beschrieben werden die zunehmenden kognitiven und sprachlichen Fähigkeiten, Aspekte der sozio-emotionalen Entwicklung und die Beziehungen zu Gleichaltrigen, wobei auch Ergebnisse zu Besonderheiten der heutigen Jugendlichen mit berücksichtigt werden. Aus all dem werden jeweils Schlussfolgerungen für die Beratungssituation gezogen.

Im zweiten dieser theoretischen Kapitel geht es um einen Abriss des Personzentrierten Ansatzes allgemein sowie um die Entwicklung der Personzentrierten Therapie mit Kindern und Jugendlichen im Besonderen bis hin zu den heutigen Vorgehensweisen. Es ist nur konsequent, wenn die Autorinnen die therapeutische Beziehung gemäß dem Personzentrierten Ansatz in den Mittelpunkt stellen, die nach Rogers nicht eine Vorbedingung für die eigentlichen Veränderungen ist, sondern die Veränderung selbst. Sie ergänzen dies mit Bestätigungen und Differenzierungen durch die Bindungsforschung und die moderne neurobiologische Forschung, das Prinzip der Achtsamkeit sowie die von Grawe postulierten Wirkfaktoren Ressourcenaktivierung, Problemaktualisierung, Problemklärung und Problembewältigung.

Die Brücke zwischen Theorie und Praxis wird im vierten Kapitel über die Beziehungsgestaltung in der Arbeit mit Jugendlichen geschlagen: Wie können die von Rogers abstrakt formulierten

\* Beabsichtigte Rezensionen sollten mit einem verantwortlichen Redakteur besprochen werden, dzt.:

Franz Berger, Basel, E-Mail: franz.berger@unibas.ch bzw. Gerhard Stumm, Wien, E-Mail: gerhard.stumm@tplus.at

Vorliegende Rezensionen mögen per E-Mail bei einem der beiden eingereicht werden.

Detailinformationen zu Rezensionen siehe hintere innere Umschlagseite (U3)

Merkmale des therapeutischen Beziehungsangebots (Empathie, unbedingte Wertschätzung und Echtheit/Kongruenz) im konkreten Therapeutenverhalten realisiert werden? Sie werden einzeln besprochen, jeweils mit Beispielen illustriert und im Hinblick auf mögliche Schwierigkeiten bei ihrer Verwirklichung diskutiert, bevor es im fünften Kapitel um die Gesprächspraxis selber geht: Die Rahmenbedingungen der Therapie, die anfängliche Kontakt- und Diagnostikphase, beginnend mit der telefonischen Anmeldung, dem Erstkontakt als der ersten Begegnung, dem Formulieren der Ziele, der Therapievereinbarung und dem Einbeziehen der Bezugsperson(en), im Folgenden die Diagnostik, sowohl zur Klärung der Indikation als auch ein die weitere Therapie begleitender Prozess. Anschließend geht es um die Entscheidung darüber, welche Formen der Hilfe (Beratung, Mediation, ambulante Einzelpsychotherapie, ambulante Gruppentherapie, Trainingsprogramme, stationäre Therapie, Maßnahmen der Jugendhilfe, mobile Jugendarbeit, freizeitpädagogische Maßnahmen, Hilfen zu Ausbildung und Berufstätigkeit) für den Jugendlichen angemessen sind. Die Darstellung der Phasen des weiteren Verlaufs der Therapie ist am Konzept von Swildens (Prämotivationsphase, Symptomphase, Konfliktphase, existenzielle Phase, Abschied und Abschluss) orientiert. Kontaktabbrüchen, der Elternarbeit sowie der in letzter Zeit hinzugekommenen Online-Beratung sind eigene Abschnitte gewidmet.

Das Kapitel über kreative Methoden in der Arbeit mit Jugendlichen geht ins Detail praktisch-therapeutischer Handlungsmöglichkeiten. Weil Jugendliche in der Regel über reine Gespräche kaum zu erreichen sind, gilt es, andere Möglichkeiten des Zugangs zu finden, wobei sich kreative Medien als besonders gut geeignet erwiesen haben. Hier bieten die Autorinnen eine Fülle von Anregungen, wie sich bei Jugendlichen eine stärkere Erlebniszentrierung erreichen lässt. Sie sind als Anregungen für die Praxis gedacht, mit dem ausdrücklichen und mehrfach wiederholten Zusatz, dass es sich bei ihnen nicht um eine Art Gebrauchsanweisung oder gar Trickkiste handelt, sondern um Möglichkeiten, um der jeweiligen jugendlichen Person in ihrer besonderen inneren und äußeren Situation das mit unbedingter Wertschätzung verbundene empathische Verstehen des Therapeuten so zum Ausdruck zu bringen, dass sie von ihr nicht nur wahrgenommen, sondern auch angenommen werden kann. Im Einzelnen handelt es sich zunächst um themenzentrierte Angebote (Erfragen des Ist- und des Zielzustandes, Erleben von Beziehungen, Ausdruck von Ärger), Malen und Gestalten (u. a. Gefühlsbilder, Bild der eigenen Stärke, Gesichter malen, Einrichten einer eigenen Homepage), Schreiben/Lesen (Tagebuch schreiben, Gedichte, Geschichten erzählen und/oder schreiben), Musik, Aufstellungen (szenische Darstellung von Beziehungen), Spielen, Körper/Bewegung (Achtsamkeits-Übungen, Spür-Reise durch den Körper, Atem lenken), Imaginationen/Zaubern/Zukunft gestalten und Notfallrucksack packen.

Die beiden letzten Kapitel sind besonderen Fragestellungen gewidmet, zunächst ausgewählten Aspekten der Arbeit mit Jungen

und Mädchen. In dem von Hildegard Steinhauser verfassten Abschnitt über die Arbeit mit Mädchen liegt der Schwerpunkt auf der Förderung von Selbstsicherheit, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung, zu denen mehrere Übungen vorgeschlagen werden. Michael Bastian zeichnet für den Abschnitt über die Arbeit mit Jungen verantwortlich. Hier geht es um das empathisch-verstehende und zugleich akzeptierende Eingehen auf männliche Jugendliche, die mit ihrem Verhalten dem Therapeuten zunächst als eine verschlossene, uneinnehmbare Burg erscheinen, deren Verschlossenheit aber die eines in die Enge Getriebenen ist. Hier wird eine reiche Erfahrung mit männlichen Jugendlichen und ihren Nöten besonders deutlich, Nöten, die oft in Wirklichkeit wesentlich von dem abweichen, was die Eltern oder Betreuer als deren Probleme ansehen, was aber erkennbar wird, sobald man sich den Jugendlichen ohne konkrete Erwartungen, sondern lediglich empathisch verstehend zuwendet und ihnen den freien Raum gibt, den sie beanspruchen, weil sie ihn benötigen. Auch die Ausführungen zur Arbeit mit den Bezugspersonen dieser männlichen Jugendlichen zeigt eine subtile Offenheit für deren vielfachen, einander oft widersprechenden Wünsche und Bedürfnisse. Das Kapitel endet mit einem wiederum von Hildegard Steinhauser verfassten Abschnitt über die sexuelle Entwicklung von Jugendlichen, insbesondere die gleichgeschlechtliche Liebe und die homosexuelle Identitätsentwicklung als einer besonderen Herausforderung an die persönliche Entwicklung. Dieses Thema, das in der einschlägigen Literatur über die Therapie mit Jugendlichen zumeist ausgeklammert bleibt, wird mit viel Offenheit und Einfühlsamkeit für vom „Normalen“ abweichende Erlebens- und Verhaltensweisen behandelt.

Den Schluss bildet ein Kapitel über die Bewältigung akuter Krisen, definiert als kritische und mit Stress verbundene Lebensereignisse wie z. B. Trennung/Scheidung der Eltern, Tod eines geliebten Menschen und Trauer. Ihre Integration in die eigene Lebensgeschichte ist eine Herausforderung, die nicht nur bei Jugendlichen oft eine professionelle Unterstützung erfordert, für die die Autoren kompetente Hinweise geben. Ein besonderer Abschnitt gilt dem Umgang mit Suizidalität, einer besonderen Gefährdung des Jugendalters mit all seiner Verletzlichkeit und besonderen Dichte an verstörenden Veränderungen. Indem die kognitiven Fähigkeiten inzwischen weit genug entwickelt sind, um über den Sinn des Lebens nachzudenken, führt dies nicht selten zu dem Ergebnis des Scheiterns einer solchen Sinnfindung. Zusammen mit einem fragilen Selbstwertgefühl können Suizidgedanken aufkommen, denen auch Taten folgen können. Die Autorinnen befassen sich differenziert und einfühlsam mit möglichen Hintergründen, der Akutversorgung nach dem Suizidversuch und der anschließenden Therapie.

Bemerkenswert an diesem Buch ist, dass sich fundierte und durchdachte theoretische Kenntnisse sowohl der einschlägigen entwicklungspsychologischen Literatur als auch zum Personenzentrierten Ansatz verbinden mit einer reichen, von professionellem Verstand und menschlicher Offenheit begleiteten Erfahrung der

Autorinnen. Nicht nur in vielen konkreten Beispielen und Fallvignetten, sondern auch in der Art des Schreibens verstehen sie es, den Lesern die Situation Jugendlicher anschaulich nahe zu bringen, wobei sie auch die schwierige und oft belastende Situation der Therapeutin zur Geltung kommen lassen. Vermittelt wird eine sensible Offenheit nach allen Seiten, auch dann, wenn vertrauliche Bereiche der Jugendlichen geschützt bleiben müssen, die stets die Hauptperson bleiben. Die Beziehung mit ihnen hat stets Vorrang.

In diesen theoretischen Kapiteln erweisen sich die Autorinnen als bestens informiert und wohlthuend gründlich im Durchdenken der Begriffe und Modellvorstellungen. Zugleich gelingt ihnen eine übersichtliche und zugleich anschauliche Darstellung des Personzentrierten Ansatzes. Angesichts dieses insgesamt positiven Bildes ist es etwas verwunderlich, dass sich die Autorinnen bei der Darstellung der therapeutischen Beziehung nach dem Personzentrierten Ansatz in die lange Reihe derer eingliedern, die sich bei der Beschreibung der von Rogers formulierten sechs (!) Bedingungen für therapeutisch wirksamen Beziehungen auf „die Drei“ (Empathie, unbedingte Wertschätzung und Echtheit/Kongruenz) beschränken. Diese Merkmale beschreiben nur das Beziehungsangebot des Therapeuten, jedoch nicht die Beziehung als solche. Das wäre erst dann der Fall, wenn *beide* Partner einbezogen würden, also auch die Reaktion des Patienten, bei dem das Angebot, soll es wirksam werden, erst ankommen muss. Rogers hatte dies mit seiner sechs-

ten Bedingung berücksichtigt, wonach der Klient die Empathie und unbedingte Wertschätzung des Therapeuten zumindest in Ansätzen wahrnimmt. Übrigens wird im weiteren Verlauf des Buches bei der Beschreibung der Praxis die besonders große Aufmerksamkeit und Sorgfalt deutlich, die die Autorinnen in ihrer Arbeit gerade diesem Aspekt schenken!

Noch eine Anmerkung: Die Angaben zu weiterführender Literatur sollten bei einer Neuauflage überarbeitet werden, denn die bibliographischen Angaben sind teilweise unvollständig, auch fehlen manche der angegebenen Titel im Literaturverzeichnis, so dass es hin und wieder zusätzliche Sucharbeit erfordert, den Leseempfehlungen zu folgen.

Wem ist dieses Buch zu empfehlen? Es ist sicher kein Lehrbuch, als solches ist es auch nicht gedacht. Für erfahrene Therapeutinnen und Therapeuten ist es wegen der vielen darin enthaltenen Anregungen sehr lesenswert. Therapeutinnen und Therapeuten in der Ausbildung vermittelt es viel Einsicht und Verstehen über die Situation Jugendlicher beiderlei Geschlechts sowie förderliche Handlungsmöglichkeiten im Umgang mit ihnen. Profitieren können ebenso alle im sozialpädagogischen Bereich Tätigen (also auch Lehrerinnen und Lehrer), aber auch Leser mit keinen oder nur geringen Vorkenntnissen finden hier einen informativen und anschaulichen Einblick in das Erleben Jugendlicher und den therapeutischen Umgang mit ihnen.

*Marlis Pörtner*

## **Matthias Paul Krause: Gesprächspsychotherapie und Beratung mit Eltern behinderter Kinder.**

*München – Basel: Ernst Reinhardt Verlag, 2002. 193 Seiten, ISBN 978-3-497-01600-6, €€9,90/ SFr 34,90*

Ein sehr lesenswertes Buch, das einen differenzierten und informativen Einblick in personenzentrierte Praxis vermittelt und weit über die spezifische Thematik „Eltern behinderter Kinder“ hinaus von Interesse ist.

Einleitend hält der Autor fest, dass die Lösung persönlicher Konflikte der betroffenen Angehörigen und die Linderung ihres seelischen Leids in keiner Weise die Gesellschaft von der Verpflichtung entbinden, Menschen mit Behinderungen angemessen zu unterstützen, ihrer Diskriminierung entgegenzuwirken und ihre Integration in die Gesellschaft zu erleichtern. Er betont zudem, dass ein Großteil der Eltern keiner professionellen Beratung oder Psychotherapie bedarf, sondern auf beeindruckende Weise aus eigener Kraft Wege findet, um – oft mit Hilfe von Angehörigen und Freunden – das behinderte Kind angemessen zu betreuen und die veränderte Familiensituation zu bewältigen. Dieses Potential zu

erkennen, zu unterstützen und zu bestärken – Stichwort „Empowerment“ – steht heute im Zentrum fachlicher Hilfestellungen und hat die bis in die 1960er Jahre vorherrschenden defizitorientierten Ansichten über Familien mit behinderten Kindern abgelöst.

Doch es gibt auch Eltern, die mehr brauchen als Zuspruch, Informationsvermittlung und praktische Unterstützung. Manche geraten in seelische Krisen, fühlen sich der Aufgabe nicht gewachsen, leiden unter psychischen Störungen und benötigen psychotherapeutische Hilfe. Um sie geht es in diesem Buch.

Anhand von Beispielen verweist der Autor auf die vielfältigen Belastungen, denen Eltern von behinderten Kindern ausgesetzt sind, schildert Krisenverläufe, die das Schockerlebnis der Diagnose auslöst, und erläutert das Krisenerleben aus personenzentrierter Sicht. Dabei wird unter anderem deutlich, wie entscheidend das Selbstkonzept für die Bewältigung der Krise ist und wie sehr Kongruenz