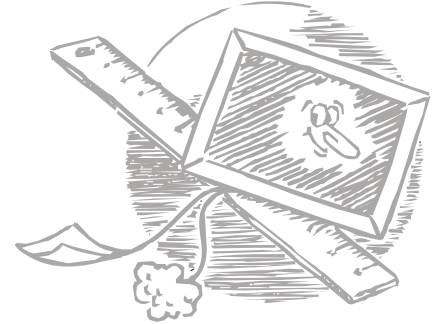




Methodik



Gespräche mit Kids und Teens

Wir leben in einer Zeit, in der die Belastungsfaktoren und Probleme bei Kindern und Jugendlichen quantitativ und qualitativ zunehmen. Seelische und psychosoziale Probleme lassen sich nur im Kontext entwicklungsbedingter Einflüsse verstehen und analysieren, da diese Einflüsse oftmals Ursache oder Bedingungen für vorhandene Sorgen bei Kindern und Jugendlichen darstellen. Kinder und Jugendliche sind in unserer komplexen und modernen Gesellschaft mit unterschiedlichen biologischen, psychischen und sozialen Einflüssen konfrontiert. Beispiele wären die Anforderungen in der Schule und später im Beruf, die Bewältigung der Pubertät mit ihrer seelischen und körperlichen Umbruchphase und der Aufbau einer Ich-Identität, das Selbständigwerden und Ablösen von den Eltern durch die verstärkte Gemeinschaft mit Gleichaltrigen und besonders mit dem anderen Geschlecht. Stress in Schule, Konflikte in der Clique, Liebeskummer oder Orientierungs- und Perspektivlosigkeit gibt es nur zu hauf. Weitere Probleme und Beeinträchtigungen der Befindlichkeit bei Kindern und Jugendlichen ergeben sich unter anderem durch eine zunehmend steigende Ehescheidungsrate, erhöhte Alkohol- und Drogenproblematik in der Familie, defizitäre Erziehungsstile wie Vernachlässigung, Inkonsequenz, lieblose Härte oder eine Mischung aus Zuneigung und Ablehnung. Des Weiteren wissen wir alle, dass es sowohl in Problemfamilien als auch in intakten Familien immer wieder zu Meinungsverschiedenheiten und Konflikten zwischen Eltern und Kindern kommt. Besonders ergeben sich hier verstärkt Konflikte, da - im Gegensatz zu einigen Jahrzehnten zuvor - heute mehr miteinander verhandelt wird und Entscheidungen von den Eltern begründet werden, als dass einfach nur widerspruchslos Gehorsam geleistet wird. Eingeschränkt finanzielle familiäre Möglichkeiten können zudem angesichts unserer Konsumgesellschaft zu Frust und Aggression führen. Des Weiteren haben immer wieder Jugendliche Erfahrungen mit Mobbing, Gewalt und Drogen (besonders Alkohol, Rauchen ...). Auch wenn wir es in unseren Jungschar- und Teenagergruppen eher mit „braven“ und angepassten Kindern und Jugendlichen zu tun haben, die dem Anschein nach überwiegend aus 'gutem' Elternhaus kommen, sind diese Einflüsse dennoch im Einzelnen mehr oder weniger auch bei unseren Kids und Teens anzutreffen. Wie wir wissen, wird die Welt nicht besser. Und wer glaubt, dass besonders die eigenen Gemeindekinder und -jugendlichen nicht gefährdet wären oder keine größeren Probleme hätten, irrt sich leider gewaltig.

Viele Kinder und Jugendliche haben weder in der Familie noch im Freundeskreis einen echten und vertrauten Ansprechpartner für ihre Sorgen und Probleme. Daraus resultieren für die Mitarbeiter in Jungschar, Teenykreis und Jugendstunde verstärkt Aufgabenfelder für die Unterstützung und Hilfe bei Problemen und entwicklungsbedingten Einflüssen von Kindern und Teenagern. Viele Mitarbeiter fühlen sich allerdings überfordert, wie man in einzelnen Situationen ein effektives Gespräch mit Kindern und Jugendlichen führen kann. Dabei werden Gespräche oftmals aus dem Bauch heraus geführt, während den Mitarbeiter das unsichere Gefühl beschleicht, ob das Gespräch so richtig war und ob es doch nicht einige Anhaltspunkte für eine gute Gesprächsführung gibt. In der Psychologie und Pädagogik gibt es zahlreiche Strategien für Beratung und Gespräch. In Anlehnung an wissenschaftliche Ausarbeitungen bezüglich der Gesprächsführung möchte ich hier das Modell der klientenzentrierten (personenzentrierten) Gesprächsführung von dem Psychologen Carl. R. Rogers kurz beschreiben. Wie ich finde, bietet es einige gute Anregungen für die zu besitzenden Eigenschaften eines Gesprächsführenden (Berater) und dem Verlauf eines Gesprächs. Diese Modell findet eher Anwendung bei einem längeren und intensiveren Gespräch oder einem kontinuierlichen Gesprächskontakt zu einer Person und weniger bei einem kurzen oder oberflächlichen Gespräch zwischen Tür und Angel. Das Modell wird speziell für die Beratung und Therapie bei zu beratenden und behandelten Klienten genutzt, welches ich hier auf die Situation zwischen einem Mitarbeiter und einem Kind/Teenager übertrage.



Wichtigste Grundbedingung für ein seelsorgerliches Gespräch ist eine gewisse Vertrauensbeziehung zwischen Mitarbeiter und Kind/Teeny, damit der Jungscharler/Teenager seine Gefühle und Ansichten mitteilen und sich gegenüber dem Mitarbeiter öffnen kann. Oftmals dauert es einige Zeit, bis sich ein bestimmtes Maß an Vertrauen gebildet hat. Diese Vertrauensbeziehung lässt sich nach Rogers durch drei Persönlichkeitseinstellungen des Mitarbeiters gegenüber dem Gesprächspartner charakterisieren. Ein effektives Gespräch hängt weniger vom technischen Wissen und Können des Mitarbeiters ab, sondern ob er diese bestimmten Einstellungen besitzt. In der Reihenfolge ihres Bedeutungsgehaltes wären die Echtheit (Kongruenz), die Akzeptanz und das einführende Verstehen (Empathie) des Mitarbeiters zu nennen.

Echtheit: Der Mitarbeiter ist in der Begegnung mit dem Kind/Teenager er selbst und die von ihm erlebten Gefühle sind ihm bewusst. Er verstellt sich nicht, sondern bleibt so natürlich wie er ist. Gegebenfalls bedeutet das auch, eigene Gefühle und Ansichten dem Gesprächspartner mitzuteilen, wenn dieser damit nicht überfordert ist.

Akzeptanz: Durch eine bedingungslose Akzeptanz wendet sich der Mitarbeiter dem anderen positiv zu und akzeptiert ihn so wie er ist. Das Kind/der Jugendliche fühlt sich geborgen, da er nicht gleich negativ bewertet wird und im günstigsten Fall alle seine Einstellungen und Gefühle ohne das Aufsetzen einer Maske ausdrücken kann. Durch die Akzeptanz des Mitarbeiters kann sich der Jungscharler/Teenager auch selbst akzeptieren. Die Wertschätzung des Mitarbeiters gegenüber dem anderen hängt auch davon ab, inwieweit der Mitarbeiter sich selbst wertschätzen kann.

Empathie: Das einführende Verständnis in die Welt des Gesprächspartners ist wichtig, um die Gefühle und deren Bedeutung für den anderen nachvollziehen und spüren zu können. Allerdings ist eine gewisse Distanz in der Beziehung zu dem Kind/Jugendlichen erforderlich, um nicht selbst aufgrund der zu starken Identifikation mit der Problemsituation schwach und hilflos zu werden.

Zusammenfassend gesehen bekommt das Kind/der Teeny das Gefühl, in einer geborgenen und vertraulichen Atmosphäre wichtig und ernst genommen zu werden. Er wird so akzeptiert wie er ist. Diese Bedingungen erleichtern ihm die Darstellung seiner Probleme. Dabei ist zu unterscheiden, dass man ihn durchaus als Person anerkennen kann, aber nicht gleichzeitig unbedingt sein Verhalten akzeptieren muss. Die allgemeine Voraussetzung, um überhaupt mit Kindern und Teenagern zu arbeiten und zu reden, ist es, sie zu mögen. Aus dieser liebevollen Einstellung heraus ergeben sich gute Chancen für eine positive Vertrauensbeziehung mit den genannten drei Persönlichkeitseinstellungen.

Rogers geht davon aus, dass jeder Mensch in sich ein Erkenntnis-, Wachstums- und Veränderungspotential (Selbstverwirklichungstendenz) besitzt, die der Förderung und Erhaltung der Gesamtperson dient. Durch die gemeinsame Ausbildung der drei Einstellungen und einer vertrauensvollen Beziehung werden Bedingungen hergestellt, die es ermöglichen, das Entwicklungspotential des Kindes/des Teenagers zu aktivieren. Somit vollzieht sich ein Prozess der Selbstexploration. Das bedeutet, dass das Kind/der Teeny über sein inneres Erleben, d. h. seine Gefühle, Bewertungen von Ereignissen oder Personen gefühlsmäßige Stellungnahmen zu seiner Umwelt, seine Ziele und Wünsche spricht und sich um größere Klarheit und neue Einstellungen bemüht. Dabei soll der Jungscharler/Teeny sich selbst besser kennen lernen und es sollen ihm Hintergründe für das eigene Verhalten bewusst werden. Dieser Problembewältigungs- und Lösungsweg dient dazu, dass der Jungscharler/Teenager einen Einblick in seine Problemsituation gewinnt und bestimmte Möglichkeiten (Ressourcen) entdeckt, wie er erfolgreich mit dem Problem umgehen kann. Dabei lernt er neue positive Aspekte von sich kennen, woraus sich auch neue Verhaltensmuster ausprobieren lassen, um eine schwierige Situation zu meistern. Die Gesprächsführung ist neben der Vertrauensbeziehung und den drei Persönlichkeitseinstellungen durch das aktive Zuhören gekennzeichnet. Dieses aktive Zuhören beinhaltet das Paraphrasieren und Verbalisieren emotionaler Erlebnisinhalte. Ob der Mitarbeiter wirklich alles verstanden hat, drückt er mit dem Paraphrasieren aus. Dabei werden die wichtigsten Aussagen des Kindes/des Teenagers mit den eigenen Worten des Mitarbeiters wiederholt oder umschrieben.

Teenager: „Ich kann das einfach nicht. Ich bin dafür nicht begabt. Mein Bruder war in Deutsch genauso schlecht. Wie soll das nur weitergehen?“

Mitarbeiter: „Du glaubst, dass du in Deutsch unbegabt bist, und weißt nicht, wie du dich verbessern kannst.“ Beim Verbalisieren emotionaler Erlebnisinhalte werden die Gefühle des Kindes/Jugendlichen noch mal ausgedrückt. Beim gleichen Beispiel wie vorher würde dies lauten:

Teenager: „Ich kann das einfach nicht. Ich bin dafür nicht begabt Mein Bruder war in Deutsch genauso schlecht. Wie soll das nur weitergehen?“

Mitarbeiter: „Du hast Zweifel, dass du besser werden kannst, und Angst, dass sich deine Lage nicht bessert, eher verschlechtert.“

Durchaus kann der Mitarbeiter auch in die Rolle des anderen schlüpfen und die Gefühle in einer Ich-Form nochmals formulieren. Eine vorschnelle Interpretation und Konfrontation mit zu starken Gefühlen sollte vermieden werden.



Beim Modell der klientenzentrierten Gesprächsführung setzt sich der Gesprächspartner aktiv mit den eigenen Gefühlen auseinander, lernt sie kennen, erkennt, wie er mit seinen Aussagen auf den Mitarbeiter wirkt, und lernt zunehmend, seine Gefühle offen auszudrücken und nicht 'einfach alles in sich reinzufressen'. Das Aussprechen von belastenden Gefühlen erzeugt Entspannung und schafft die Voraussetzung, sich mit den bewusst gewordenen Gefühlen und Erkenntnissen auseinanderzusetzen.

Im Rahmen dieser Gesprächsführung gibt es einige nichtadäquate Verhaltensweisen, die der Mitarbeiter vermeiden sollte, da sie den Gesprächspartner einengen.

Bagatellisieren: Probleme werden nicht ernst genommen und heruntergespielt.

Diagnostizieren des Problems: Der andere wird abgestempelt und in eine Schublade gesteckt.

Ratschläge erteilen: Das Kind/der Teenager wird in eine passive Rolle gedrängt, ohne selbst zur Entscheidung beigetragen zu haben. Selbst erarbeitete Entscheidungen wirken wertvoller und verbindlicher. Allerdings kann der Berater zusätzliche Aspekte einbringen, die eng mit dem Erleben des anderen in Zusammenhang stehen, die der andere aber nicht explizit erwähnt hat.

Direkte Fragen: Erstens fühlt sich der Jungscharler/Teenager eventuell ausgefragt und zweitens lenkt der Mitarbeiter das Gespräch in eine bestimmte Richtung, während das Kind/der Teeny die Schwerpunkte seines Problems ganz anders sieht. Durch die Fragen des Mitarbeiters erhöht sich auch die Erwartung des anderen, vom Mitarbeiter Patentlösungen zu erhalten. Möglich hingegen sind offene Fragen: Was beschäftigt dich?; was ist für dich wichtig?; was möchtest du mir sagen? Was könntest du zur Klärung des Problems beitragen? Bei Interventionen des Bevormundens, Bemitleidens, Bewertens und in eine bestimmte Richtung drängend wird weniger auf die Gefühle des Kindes/Teenys eingegangen. Des Weiteren wird der Gesprächspartner auch nicht als gleichberechtigt im Gespräch akzeptiert. Beim Mitarbeiter erfordert dieses Modell die Fähigkeit, Probleme ungelöst zu lassen, auf die man keinen Einfluss hat; anderen zuzutrauen, selbst Lösungen für ihre Probleme zu finden; andere Ansichten zu akzeptieren; empathisch, echt und wertschätzend gegenüber dem anderen zu sein und sich ständig während des Gesprächs unter Kontrolle zu haben. Zusammenfassend vollzieht sich das klientenzentrierte Gespräch in einer vertrauensvollen, akzeptierenden, einfühlsamen und echten Beziehung zwischen Mitarbeiter und Kind/Teeny, bei der das gegenwärtig gefühlsmäßige Erleben des Kindes/Teenagers im Vordergrund steht. Der Mitarbeiter unterstützt das Kind bei der Klärung des Problems und der Suche nach einer Problemlösung. Die Methodik bestimmt sich primär durch die Einstellung des Mitarbeiters und sekundär durch das aktive Zuhören mit Paraphrasierung und Verbalisierung emotionaler Erlebnisinhalte.

Beispiel eines Problemlösungsprozesses während einer Spieltherapie mit einem 7-jährigem Jungen, der aus Holzteilen ein Segelschiff bauen will:

Therapeut: „Du hast noch keine genaue Idee, wie du den Mast befestigen könntest.“

Frederic: „Man müsste den da irgendwie reinstecken können und dann hier festbinden.“

Therapeut: „Jetzt hast du dir etwas überlegt, so könnte es gehen.“

Frederic: „Aber wie kriege ich da (in den Bootskörper) ein Loch rein?“

Therapeut: „Ja, wie kriegst du da ein Loch rein?“

Frederic: „Hm, mit einem Nagel vielleicht ... ein Bohrer!“

Therapeut: „Jetzt weißt du wie. Ich glaube, da bist du ganz froh.“

Frederic: „So geht es bestimmt. Wo ist denn der Bohrer?“

Besonders im Gespräch mit Teenagern sehen einige Autoren noch ergänzende Merkmale im Vergleich zu Kindern bzw. der oben beschriebenen Sichtweise von Rogers.

Der Mitarbeiter ist direkter, d. h. er muss oftmals an Stelle der Eltern Grenzen setzen und gegenüber dem Jugendlichen einen festen Standpunkt vertreten. Für junge Menschen ist es hilfreich, wenn sich der Mitarbeiter noch stärker um die Kommunikation und das Wohlergehen des Jugendlichen bemüht.

In diesem direktiven Rahmen bevorzugen es viele Teenager lieber Fragen gestellt zu bekommen, statt frei reden zu müssen. Damit strukturiert der Mitarbeiter zunehmend das Gespräch und die Teenys können sich folglich besser orientieren. Diese direkte Vorgehensweise hängt im Besonderen mit der Umbruchsituation der Pubertät zusammen, in der die Situation des Jugendlichen durch die Ambivalenz der Selbständigkeit und des Versorgtwerden-wollens zum Ausdruck kommt. Teenager sind sich gegenüber Erwachsenen unsicher und zum Teil ablehnend eingestellt und benötigen ein stärkeres Eingehen seitens der Mitarbeiter aufgrund ihrer unsicheren und orientierungssuchenden Lebensphase. Wichtig ist aber, den Jugendlichen äußerlich und innerlich so zu akzeptieren, wie er sich zunächst einmal darstellt, ohne ihn gleich bewerten zu wollen. Weiterhin wollen Teenager in ihrer zunehmenden Selbständigkeit und Abgrenzung von anderen Personen anerkannt werden. Für das Gespräch ist es von Bedeutung, dem Jugendlichen keine Entscheidung für eine Problemlösung abzunehmen, sondern ihm eigene Verantwortlichkeit zuzubilligen. Seine Ressourcen und Fähigkeiten sind bei ihm anzusprechen und zu fördern, damit er ein gesundes Selbstbewusstsein erlangt. Des Weiteren ist es wichtig, ihm ehrlich und direkt eigene Ansichten und Gefühle mitzuteilen. So kann der Teenager Grenzen besser erkennen, kann eigene



Ansichten und Gefühle überdenken, fühlt sich ernst genommen und es kann eine vertrauensvolle Beziehung besser entstehen.

Zum Abschluss dieser Ausführungen möchte ich betonen, dass dieses Modell der klientenzentrierten Gesprächsführung als eine Anregung in manchen Aspekten zu sehen ist, da es sicherlich aus biblischer Sicht ergänzende wie auch kritische Anmerkungen gibt. Das eigene Entfaltung- und Erkenntnispotential, wie es Rogers beschreibt, lässt vermuten, dass der Mensch selbst in der Lage ist, alle Probleme zu lösen. Sicherlich ist es so, dass der Mensch durch seinen Verstand und seine Gefühle Bewältigungs- und Lösungsmöglichkeiten für Probleme besitzt, aber nach der Bibel benötigt er grundsätzlich Hilfe und Erlösung aus seinem sündigen Zustand durch Jesus Christus. Auch im Alltag gilt das Wort „bete und arbeite“. Von Gott kommt alle Hilfe im Alltag, und dennoch gibt er uns Menschen die Möglichkeit, mit anderen Personen Probleme und Sorgen zu bearbeiten und zu bewältigen. Dafür soll dieses Modell eine kleine Hilfe bieten. Dieses Konzept sensibilisiert besonders positiv für die Gefühle eines Menschen. Ich denke, dass es uns Christen, die wir hier in Deutschland eher etwas vom Verstand her geprägt sind, gut tut, etwas verstärkter die Gefühle zu zeigen, darauf einzugehen und sich damit auseinanderzusetzen. Schließlich hat Gott uns ganzheitlich inklusive Gefühle geschaffen, die ein erhebliches Gewicht auf die Befindlichkeit unserer Person nehmen. Und schließlich fragen wir uns ja immer wieder gegenseitig: „Na, wie geht's?“

Entscheidend ist, dass wir unsere Persönlichkeit und unsere Gespräche mit Kindern und Jugendlichen in die Hand Gottes legen und die nötige Weisheit, die Kraft, den Mut und den Segen von Jesus erbitten und erwarten. Er steht uns bei und wird uns die richtigen Worte durch den Heiligen Geist schenken. Amen!

André Nickel, Haigerseelbach

Literaturhinweise:

Rogers, Carl R. Therapeut und Klient. Grundlagen der Gesprächspsychotherapie. Frankfurt/Main: Fischer Taschenbuchverlag, 1992

Weinberger, Sabine. Klientenzentrierte Gesprächsführung. Weinheim/Basel: Beltz-Verlag, 1994

Tausch, Reihard u. Tausch, Anne-Marie. Gesprächspsychotherapie. Stuttgart: Verlag für angewandte Psychologie, 1981

Boeck-Singelmann, Claudia et al. (Hrsg). Personenzentrierte Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen. Band 1: Grundlagen und Konzepte. 1996; Band 2: Anwendung und Praxis, 1997. Göttingen u. a: Hogrefe, Verlag für Psychologie