

Theraplay® mit Jugendlichen

Chuck West, M.S., Theraplay Therapeut

Einer der aufregendsten und bereichersten Aspekte bei meiner inzwischen 30-jährigen Tätigkeit mit Theraplay war die Gelegenheit, die Therapie bei Gruppen anzuwenden. Ich vermute, dass weder Ann Jernberg noch vor ihr Austin DesLauriers daran gedacht haben, als sie diese Therapiemethode geschaffen haben. Als ich anfangs mit Dr. Ann Jernberg zusammen traf, war sie nicht nur die leitende Psychologin bei unserer Vertragsarbeit mit dem Chicagoer Head Start Program, sondern sie war auch die Supervisorin für das LaPorte Mental Health Center und hatte eine aufstrebende private Praxis in Chicago.

Während dieser Zeit hatte Ann einige andere Personen supervidiert, die Theraplay in ihrem eigenen therapeutischen Einrichtungen einsetzten und entwickelten und die manchmal zu uns nach Chicago kamen, um auch mit uns zu arbeiten. Ich lernte von diesen wunderbaren Menschen, von Ron Montoya, Tony Vitiello und Terry Koller, die Ann alle in LaPorte County supervidierte; Ernestine Thomas, Phyllis Booth und Sally Bligh in Chicago.

Als wir unsere eigene private Praxis in Chicago eröffneten, war ich der einzige Vollzeittherapeut im Hause und konnte so mit den Jahren ein großes Repertoire aufbauen, beginnend mit den Vorschulkindern, die ja ursprünglich unsere Klientel beim Head Start war. Dann habe ich auch mit jüngeren und älteren Schulkindern gearbeitet, die in die private Praxis kamen. Kurze Zeit später hat Ann Jernberg mich ermutigt, meine Fähigkeiten zu erweitern und auch autistische Kinder, einen männlichen Schizophrenen und auch mal einen alten Menschen zu behandeln, der in ihre private Praxis gekommen war. Sie meinte, er brauchte Aufmunterung und sollte lernen, sich selbst in einem positiven Licht zu sehen. Die Arbeit mit diesem Herrn führte zu Diskussionen mit Ann und später zu einem kleinen Artikel über meine Bemühungen, Theraplay auf meine Interaktionen mit meiner 87 jährigen Stiefgroßmutter anzuwenden. Dies führte dazu, dass Carol Adamitis und dann Adrienne Allert mit älteren Menschen arbeiteten. Gleichzeitig begann auch Phyllis Booth und andere mit erwachsenen Frauen zu arbeiten, oft waren es die Mütter der Kinder, die wir zusammen behandelten.

Während sich das im Theraplay Institute ereignete, habe ich noch annähernd 15 Kinder zweimal wöchentlich überall in der Stadt beim Chicago Headstart behandelt und Phyllis Booth und ich hatten die Aufgabe, ab Juni 1977 am Elmhurst College in der Speech and Language Clinic Theraplay Therapeuten ein Jahr lang zu beraten. Es gab Studierende Therapeuten zu supervidieren (die offensichtlich immer mehr Energie und Kreativität zu haben schienen als wir Alten), Gruppen für Eltern autistischer Kinder zu unterstützen und wir behandelten die Kinder, die für die Lernenden zu schwierig waren.

Diese ausführliche Einführung dient hoffentlich nicht dazu, um meinen soliden Hintergrund zu bestätigen, sondern eher um auch die Bemühungen zu zeigen, die wahrscheinlich notwendig sind, um absoluten Glauben in das, was ich tue, zu entwickeln. Neue, knospende Theraplay Therapeutinnen (denken Sie daran, dass das alles in meinen ersten vier Jahren im Theraplay Institute geschah) zu ermutigen, nach möglichst vielen Gelegenheiten Ausschau zu halten, um ihre Erfahrungen, ihr Verständnis und die Art der Klienten, für die Theraplay gut sein könnte, zu erweitern,

Wir wollen uns nun darauf konzentrieren, wie Theraplay mit Menschen, die die Größe (oder fast die Größe) von Erwachsenen haben, sich von Theraplay mit kleineren, jüngeren Menschen unterscheidet, die die meisten schon in Therapie gesehen haben. Die nachfolgende Liste könnte noch viel viel länger sein, aber ich denke, das sind die wichtigsten Punkte. Die Bedenken sind fett gedruckt, ihnen folgen direkt meine Beobachtungen und Gedanken dazu.

- **Viele meiner Lieblingsspiele wie Rückenreiten, Knierreiten, Wiegen und knuddeln sind unmöglich, wenn der Körper, mit dem man umgeht, so groß und schwer ist, wie der eigene.**

Statt dieser Spiele kann man Schubkarren machen (wenn man es von der Kraft her hinkommt), laufen mit drei Beinen (je ein Bein der Therapeutin und des Jugendlichen werden zusammen gebunden), eine Fahrt auf dem Bürostuhl mit Rollen, wie Indianer sich gegenüber sitzen, die Knie berühren sich, Hände liegen auf den Schultern des Anderen, so wird ein Lied gesungen oder ein Chequeo gemacht usw. Wenn man den Jugendlichen besser kennt, setzen sich beide seitlich nebeneinander, die Arme auf den Schultern... oder mutiger, dann sitzt der Jugendliche zwischen deinen Beinen (statt auf dem Schoß). so dass du ihn sanft zu einem Vers oder ruhigen Lied schaukeln kannst.

- **Spiele, die für kleine Kinder geeignet sind, sind nicht nur “kindisch” für Jugendliche und Erwachsene, sondern sie sind auch erniedrigend und können feindliche Reaktionen hervorrufen.**

Viele angehende Theraplay Therapeutinnen haben meine Reaktion auf einen 15-jährigen gesehen, der sich beklagte, dass das, was wir tun, kindisch sei. “Klar ist es das! Aber weißt du was? Es ist OK, hier in meinem Zimmer ein bisschen verrückt zu sein!” Damit wirst du normalerweise erfolgreich sein – und auch eine erfreuliche Zeit haben . wenn du daran denkst, dass es etwas ist, was ihr gemeinsam macht und nicht eine erniedrigende unreife Aufgabe, die der Jugendliche tun soll. Oft – und das überrascht fast jeden – gibt es keine Einwände mehr, wenn sie sich sicher und geschützt fühlen von dem, was andere (außerhalb des Zimmers) denken könnten. Hier ist es also wichtig zu erinnern, dass du mit dem emotionalen Alter des Jugendlichen interagierst, nicht mit dem chronologischen. Eher öfter agieren sie auf einem jüngeren Level (und sind daher uns gegenüber aufgeschlossen) als ihr Alter es vermuten lässt.

- **Es gibt ernste sexuelle Konnotationen, die mit dieser Art der Nähe assoziiert ist – besonders Berührung, die die meisten Menschen akzeptieren, wenn sie mit kleinen Kindern arbeiten. Die gleichen Spiele scheinen für ältere Patienten nicht angemessen.**

Dies ist eine reale Sorge, und jede Therapeutin muss damit in einer direkten, ehrlichen Art umgehen, die am besten zu ihr passt und angemessen ist. Wenn du ernsthafte Bedenken mit Nähe hast, wirst du das dem Jugendlichen irgendwie (in der Regel durch Körpersprache – hohe Körperspannung, angespanntes Berühren) auch vermitteln, und das bewirkt, dass der Jugendliche sich unbehaglich, wenn nicht bedroht fühlt. Mit der Zeit wirst du hoffentlich entspannen und eine Basis finden, bei dem du dich und der Jugendliche sich sicher fühlen, wenn du seine Bedürfnisse nach Nähe, die er vermittelt,

angeht und befriedigt. Nach meinen eigenen Erfahrungen ist das Wohlbehaglichkeitsgefühl des Jugendlichen praktisch immer direkt proportional zu meiner.

- **Widerstand – besonders körperlicher Widerstand – ist hier gefährlicher, fest sitzender und damit umzugehen ist schwieriger bei Älteren. Sie können uns nicht nur verletzen: ihre Fähigkeit, zu argumentieren und in Frage zu stellen ist deutlich besser entwickelt als bei kleinen Kindern.**

Es ist ganz wichtig, am Anfang Regeln einzuführen. Ich sage den Jugendlichen: Bevor wir anfangen, möchte ich dir sagen, dass es zwei sehr wichtige Regeln gibt. Später kann es dann noch andere geben, aber diese beiden sind die wichtigsten. Die erste ist: Keiner darf verletzt werden. Und die zweite ist: Wir schaffen fest daran, dass alles sicher ist und wir Spaß haben.“ Unter keinen Umständen darfst du den Jugendlichen oder dich in eine körperlich gefährliche Situation bringen. Es ist auch meine dringende Empfehlung, dass, welches Geschlecht der Therapeut/die Therapeutin auch hat, die Stunde immer von einem Dritten beobachtet und wenn möglich, videographiert wird. Auf verbalen Widerstand sollte man direkt eingehen. Wenn ein Jugendlicher zu diskutieren beginnt, kannst du z.B. sagen: „So lange du hier in diesem Raum bist, mache ich die Regeln. Wenn du nicht willst, dann müssen wir aufhören“. Gelegentlich gibt es Jugendliche, die diese Regel dazu verwenden, die Sitzung zu blockieren. Aber meistens, auch wenn es so scheint, dass es negativ ausgeht, realisieren sie bei einem gewissen Level, dass sie mehr und bessere Aufmerksamkeit von dir bekommen, als von irgend jemanden anderen. Nach nur ein oder zwei Sitzungen gibt es gewöhnlich doch eine ganz nette Beteiligung (obgleich oft sehr gut versteckt) von ihrer Seite in die Aufrechterhaltung der Beziehung.

Ulrike Franke, unsere Mitarbeiterin in Deutschland möchte, dass ich noch auf die Atmosphäre und bestimmte Aktivitäten für Theraplay mit Jugendlichen eingehe. Ich will versuchen, das hier zu tun.

Erst einmal ist es wichtig, bestehende Unterschiede zu akzeptieren und anzuerkennen, und den Jugendlichen zu versichern, dass du sie (1) respektierst, (2) dass sie sich sicher bei dir fühlen können (und ihre Autonomie, Privatsphäre) und (3) dass die Erfahrungen, die sie hier in der gemeinsamen Zeit machen können, Möglichkeiten für ihr Leben eröffnen können. Ich sehe Fragen über Theorien, meinen Beruf und meine Ausbildung und andere offen formulierte Bedenken über irgend etwas nicht im Hier und Jetzt. Sie sind oft Versuche, mich von dem abzulenken, was ich gerade tun will. Aber damit konfrontiere ich ihn nicht und sage stattdessen: „Wir sind hier, um einiges miteinander zu machen und das, was ich wissen möchte ist, (zum Beispiel), wie viele Sommersprossen du auf deiner Nase hast. Hej, lass mich mal zählen!“

Denke immer daran, dass der Mensch, mit dem du hier umgehst, hier ist, weil seine Art der Interaktion mit anderen nicht angemessen ist. Erwarte nicht, dass er ohne Hinterfragen oder Widersprechen nach deinen Regeln spielt oder den gleichen Geschmack hat wie du. Noch wichtiger ist, dass du seinen Widerstand nicht als etwas siehst, das dich ins schlechte Licht rücken soll. Was du anzubieten hast, finden die meisten normalen, gesunden, glücklichen Menschen erfreulich – wie komisch es auch ist. Dass dieser Mensch vor dir es negativ sieht, ist ein diagnostischer Hinweis, kein Grund, aufzugeben oder aufzuhören. Ich bin mir ziemlich sicher, dass der Grund dafür, dass die meisten Theraplay Therapeutinnen die Arbeit mit älteren

Menschen so schwierig finden, darin zu suchen ist, dass sie ihre eigenen Wertmaßstäbe und/oder Wohlbefinden in Gefahr sehen. Akzeptiere die Unterschiede und fahre fort. Wenn der Widerstand stärker wird, sei realistisch bei seiner Beurteilung und denke realistisch darüber nach, wie du den nächsten Schritt planst.

Das Paradox ist teilweise ein starkes Werkzeug bei der Arbeit mit Jugendlichen. Noch viel mehr als die kleineren Kinder studieren sie die Reaktionen anderer auf ihr negatives, ablehnendes Verhalten. Wenn sie es bei dir ausprobieren, erwarten sie bestimmte Reaktionen – meist die Forderung, aufzuhören, ihr Verhalten zu verändern oder ein Verurteilen. Wenn du einen Weg finden kannst, ihre Verhaltensweisen in das, was du gerade machst, einzubeziehen, wirst du normalerweise eine positive, sogar verwirrte oder amüsierte Reaktion bekommen. Mein Lieblingsbeispiel dazu ist: Wenn sie anfangen, verbal sich zu verweigern, sage ich: „Oh, dieses Lied kenne ich!“ (Zu der Melodie „Twinkle Twinkle Little Star..) Nein, nein, nein, nein ich will nicht! Kannst mich nicht zwingen, geh doch weg!“

Fast jede Bemerkung von ihnen kann in den folgenden Versen aufgenommen werden. Dies hat zwei sehr positive Auswirkungen: (1) es anerkennt die Unbehaglichkeit der Jugendlichen und (2) es entwaffnet ihren Widerstand während es ihnen versichert, dass alles in Ordnung ist, und dass mit ihrer Aufregung umgegangen wird, ohne dass die Beziehung belastet wird.

Der vielleicht wichtigste Aspekt des Verhaltens der Therapeuten hat mit ihrem Sinn für Humor zu tun. Ich komme den Jugendlichen zuvor und mach mich über mich lustig. Wenn Eltern dabei sind, und ich spüre ihren guten Sinn für Humor, necke ich sie und fordere sie heraus, besonders wenn sie in einem Wettbewerb mit dem Jugendlichen sind. Noch bevor der Jugendliche dazu kommt, sage ich eine Menge der Dinge, die er mir sagen wird, um mich umzuhauen, oder durch die ich mich schlecht fühle (das ist ihre stärkste Waffe, wenn sie uns oder ihre Eltern konfrontieren wollen). Ich sage beispielsweise einem Jungen, der diskutieren als eine Strategie begonnen hat, um mich am weitermachen zu hindern: „Hey, du hast es vergessen! Du hast dieses Lied und den Tanz letztes Mal probiert, und ich habe gerade viel stärker gespielt.“ Terry Koller (einer meiner ersten und immer noch mein Lieblingsrollenmodell) sagte den Jungen immer: „Mein Boss hat gesagt, ich soll das machen. Ich brauche deine Hilfe, sonst komme ich in Schwierigkeiten.“ Hinter der Einwegscheibe habe ich dann immer lachen müssen, denn der Jugendliche hat ihm das abgenommen und schien anzunehmen, dass Terry bei ihm Probleme hatte. Obgleich die meisten Jugendlichen in diesem Alter bemerken, wenn wir ihnen ein Bein stellen, bin ich ganz davon überzeugt, dass ihnen eine positive Beziehung sehr wichtig ist und sie gerne nehmen, was wir ihnen anbieten. Alles, was sie brauchen ist eine Entschuldigung und ein Weg, ihr Gesicht nicht zu verlieren. Dann werden sie so kooperativ wie ein freundlicher Dreijähriger sein.

Theraplay Therapeutinnen müssen immer flexibel, reaktiv und wach für Nuancen sein. Wenn du wie ich bist, und du dich in deinen Plan für jede Sitzung einschließt, ist es manchmal schwierig, sich anzupassen, wenn der Jugendliche den Plan durchkreuzt.

In diesem Fall musst du das ergreifen, was sie dir geben, und du machst daraus ein Teil der Sitzung. Es kommen mehr Therapeuten nicht weiter, weil sie zu sehr an ihrem Plan kleben als wegen anderer Gründe. Es ist wichtig, jede Sitzung zu variieren und auch Tricks in jeder Sitzung anders zu machen, um deine Fähigkeit zu verbessern, am Ball zu bleiben. Mit älteren Klienten, die gewohnt sind, sich etwas herausuchen zu können, wirst du dich immer mal wieder in der

Situation finden, dass du doch ein gewisses Maß an Kontrolle abgibst. Sei aber sehr vorsichtig und begrenze die Optionen auf zwei – nie mehr als drei positive und akzeptable Auswahlmöglichkeiten.

Und zum Schluss das wichtigste zur Erinnerung: Bleib in dir als Therapeutin. Wir ermutigen dich, weiter zu wachsen und deinen Behaglichkeitslevel mit vielen verschiedenen Spielen und Patienten auszudehnen. Aber wir müssen dich auch daran erinnern, dass mit jeder Möglichkeit, die wir haben, unsere Unsicherheiten oder Macken in der Arbeit mit Jugendlichen herauskommen werden.

Vergewissere dich, dass du dich mit den geplanten Aktivitäten und Spielen sicher fühlst, dass du auf gewisse Veränderungen vorbereitet bist, wenn du sie nicht wie geplant durchführen kannst, und dass du ausreichend Schutz und Unterstützung in Form einer Ko-Therapeutin bekommen kannst. Vielleicht ist es auch eine andere verantwortliche Erwachsene, die zuschaut und helfen kann, entweder wenn sie zu Hilfe gerufen wird oder direkt mitmacht. Sei echt, genieße die Zeit, die du mit dem Jungen verbringst und sei vorbereitet zu sagen: „Hoppla, das hat nicht so geklappt wie gedacht, das machen wir lieber anders!“

Autor:
Chuck West, Chicago

Übersetzung: Ulrike Franke