

HÄLTST DU MICH?

Meilensteine einer Kindertherapie

BARBARA GAWEL

In der Kindertherapie treffen Wille und Vorstellungen vieler Personen zusammen. Eltern, Angehörige, Kindergarten oder Schule und vor allem das betroffene Kind gehen mit unterschiedlichen Ansprüchen, Bedürfnissen, Hoffnungen und Ängsten in den Therapieprozess. Auch Widerstände und Ablehnung können dazukommen. Der Therapeut wird zur Ichstütze und zum Sprachrohr des Kindes, damit das Kind die Möglichkeit erhält zu wachsen, zu reifen und seinen eigenen Weg zu gehen. Anhand eines Fallbeispiels möchte ich in diesem Vortrag den Willen eines Kindes zur und durch die Therapie bis hin zum Abschluss nachzeichnen, und so den Weg beschreiben, den wir gemeinsam gegangen sind.

SCHLÜSSELWÖRTER: Kindertherapie, Therapieprozess, Wille, Weg

WILL YOU HOLD ME?

Milestones of a child therapy

In child therapy wills and ideas of many people meet. Parents, relatives, nursery- and schoolteachers- and most of all, the child, start the therapy process with different demands, needs, hopes and fears. Even contradictions and rejections can occur. The therapist supports the child, so that it can grow and find its own way. This lecture wants to describe the will of a child, to and through the therapy process.

KEY WORDS: child therapy, therapy process, will, way

EIN BILD: KÖRPERLICHE ERSCHENUNG, PHÄNOMENOLOGIE UND SOZIALANAMNESE

Als Paul das erste Mal zu mir kommt ist er fünf Jahre und neun Monate alt und im zweiten Kindergartenjahr. Paul ist ein zartes und drahtiges Kind mit dunklen Augen und Haaren. In seiner Sprache kommt der Vorarlberger Dialekt durch. Er hat die Erfahrung gemacht, dass ein Niederösterreicher den nicht immer versteht, deshalb setzt er diesen Vorteil strategisch im Spiel ein. Er wirkt leise, zurückhaltend und schüchtern, aber seine Augen beobachten scharf. Er ist schlau, nimmt alles genau wahr und ist sehr flink. Im Spiel muss er immer gewinnen, sodass er nicht fair spielen kann. Allein die Vorstellung oder die Möglichkeit zu verlieren führen zu Gefühlsausbrüchen wie Schreien, Weinen und Treten.

Paul ist das erste Kind einer Vorarlbergerin und eines Niederösterreichers. Fünf Monate vor seinem Kindergarteneintritt übersiedelt die Familie, mit der pflegebedürftigen Großmutter mütterlicherseits, nach Niederösterreich und baut dort ein neues Haus. Geldmangel dominiert in Folge den Alltag. Die Mutter fühlt sich als Außenseiterin und bereut den Umzug ebenso wie Paul. Der Vater nimmt aus finanziellen Gründen einen Posten an, der lange Pendel- und Arbeitszeiten mit sich bringt. Ein Monat später wird Pauls Schwester geboren. Sie ist die lang ersehnte Tochter. Die Mutter sagt, sie wäre das einzige geliebte Kind im Haus. Auch die Großmutter ist der Ansicht, dass nur Töchter es wert sind geliebt zu werden. So hat auch sie ihre Tochter und die beiden Söhne erzogen. Im Laufe der Zeit distanzieren sich Vater und Mutter immer mehr voneinander. Der Vater versucht zwar Harmonie zu schaffen, bleibt jedoch erfolglos, erlebt sein Versagen deutlich und zieht sich zurück.

Auch körperlich hat Paul Probleme. Er leidet an einer Phimose, wegen der eine Operation droht. Das Reinwerden dauert lange. Im Sommer vor dem Kindergarteneintritt ist er wenige Wochen lang tagsüber fast trocken, nachts noch nicht.

Im Kindergarten ist die Situation von Beginn an gespannt. Die Kindergärtnerin mag keine Buben, begegnet ihnen mit Vorurteilen und meint, dass man sie „mit harter Hand anfassen müsste“. Als Paul bald nach Kindergarteneintritt wieder vermehrt tagsüber einnässt, erlaubt sie ihm nicht sich umzuziehen. Er wird von ihr zur Schau gestellt und so zum Außenseiter in der Gruppe gemacht. Eine Rolle, die er von zu Hause kennt. Paul reagiert darauf mit Angst und zunehmender Aggression der Kindergärtnerin und den anderen Kindern gegenüber. Die Eltern stehen ihm im ersten Kindergartenjahr nicht helfend zur Seite. Einerseits gehen seine Probleme im familiären Stress unter, andererseits versuchen seine Eltern aus Scham das Einnässen zu verheimlichen. Im Laufe des Jahres wird Paul deutlich aggressiver, ebenso verfestigen sich seine Ängste. Der Anlass, eine Kinderpsychotherapeutin aufzusuchen, liegt in der Aussage der Kindergärtnerin, dass Paul nicht normal wäre.

Als Erstdiagnose dominiert die primäre Enuresis, da Paul noch nie gänzlich trocken war und er im Moment innerhalb von 24 Stunden bis zu sieben Mal einnässt. Was bedeutet, dass beinahe keine Blasenentleerung zielgerichtet in die Toilette erfolgt.

EXISTENZANALYTISCHES VERSTÄNDNIS

Paul erlebt eine starke Verunsicherung. Der Umzug entwurzelt ihn. Mutter, Großmutter und Kindergärtnerin werten ihn aufgrund seines Geschlechts ab. Die Phimose trägt dazu bei, dass er sein Geschlecht als belastend erlebt. Der Vater ist nicht stark genug, um ein Vorbild zu sein und Schutz zu geben. Paul kann niemandem vertrauen und so auch kein Selbstvertrauen entwickeln. Daraus resultiert das Gefühl: Ich kann (so) nicht sein!

Es fehlen Nähe und Beziehung. Es gibt wenig Freud- und Lustvolles im Alltag. Finanzieller Druck nimmt Zeit,

Großmutter und Baby fordern ihr Recht, das Haus muss fertiggebaut werden, neue berufliche Herausforderungen kommen dazu. Gefühle werden blockiert aus Angst, Überforderung, oder weil man es nicht anders gelernt hat. Kräfte können nicht fließen. Daraus entwickelt sich das Gefühl: Ich mag (so) nicht leben!

Es fehlt die Wertschätzung für seine Person, die nicht gesehen wird. Pauls Stärken werden nicht erkannt, nur seine Mängel werden hervorgehoben. Sein Selbstwert kann sich nicht aufbauen, da er von außen nicht genährt wird. Paul hungert danach wahrgenommen zu werden. Er ist dominiert von Scham für seinen Körper und sein Verhalten. So kann er nicht „Ja“ zu sich selber sagen. Es folgt das Gefühl: Ich darf (so) nicht leben!

DAS WOLLEN IN DER THERAPIE, DIE THERAPIEZIELE

In der Kindertherapie treffen Wille und Vorstellungen vieler Personen zusammen. In Pauls Umfeld dominieren: die belastete und bedürftige Mutter; der hilflose Vater; die ablehnende Kindergärtnerin; die voreingenommene Großmutter und die starke Schwester. Weil es in der Familie zu wenige Ressourcen gibt, treten Kämpfe um die Befriedigung der Bedürfnisse jedes Einzelnen auf. Als Therapeutin übernehme ich die Rolle der Ich-Stütze und des Sprachrohrs des Kindes.

THERAPIESCHRITTE

Einen tragenden Boden schaffen

Grundlegend für die Therapie ist die Arbeit an der 1. Grundmotivation. Paul braucht Halt, Raum und Sicherheit in der Familie um sie auch in sich finden zu können. Parallel zu einem vorsichtigen, nicht fordernden Kennenlernen mit Paul erfolgt intensive Elternarbeit. Auch bei der Kindergärtnerin muss angesetzt werden. Ihre klare Ablehnung der Buben in ihrer Gruppe macht nicht nur Paul große Probleme. Mit Pauls Eltern erarbeite ich Strategien für Gespräche mit der Pädagogin, die allerdings nicht fruchten. Nach wiederholten Versuchen kann sich die Mutter dazu durchringen die Kindergarteninspektorin zu informieren. Veränderungen ergeben sich daraus jedoch keine. Bei den Eltern löst diese Situation allerdings das Bedürfnis aus, für ihr Kind einzutreten. Zum ersten Mal stehen sie gemeinsam hinter Paul und versuchen ihn zu schützen. Die wachsende Sicherheit und Standhaftigkeit seiner Eltern ermöglichte Paul einen weniger ängstlichen Umgang mit der Kindergärtnerin, da er jetzt weiß, dass er nicht mehr allein ist. Dadurch verändert sich auch das Verhalten der Pädagogin.

In der Arbeit mit Paul geht es um eine Focusänderung vom Nicht-Können hin zu den Ressourcen. Paul genießt die Stunden, in denen es nur um seine Stärken und Fähigkeiten geht, sehr. Da er sportlich begabt ist, stehen Ballspiele - hier vor allem Fußball – im Vordergrund. Dadurch dass er die Möglichkeit bekommt auszuleben was ihm Spaß macht und

was er sehr gut kann, gibt er sich selbst Sicherheit (1. GM), lebt sein Mögen aus (2. GM) und baut seinen Selbstwert auf (3. GM). Seine größte Freude ist es mich auszutricksen, mich zu besiegen und später auch mir Fußballtricks beizubringen.

Dazu kommt noch der erste Umgang mit Angst in der Therapie. Alles Neue macht ihm Angst. Trotzdem ist er neugierig und will viele Dinge ausprobieren. Paul löst dieses Dilemma indem er mir erzählt, dass einer seiner Freunde alle Spiele zu Hause hätte, die ich in der Praxis habe.

Auch auf der Symbolebene arbeiten wir mit der Angst. Als er eine Sendung über Bergsteiger gesehen hat, will er das nachspielen. Er schlingt sich einen Wollfaden um den Bauch wie ein Seil und will, dass ich ihn sichere während er auf den Hängestuhl klettert. Mit dem Faden gibt er mir symbolisch die Verantwortung in die Hand, in der Therapie auf ihn aufzupassen.

Beziehung aufbauen, zu sich und zu anderen

Als Paul zunehmend mehr Sicherheit erlebt und sich die familiäre Situation entspannt, haben wir genügend Freiraum, um seine Kräfte zum Fließen zu bringen (statt zum Überfließen). Ab jetzt kommt auch die Therapie des Einlässens schrittweise dazu. Zuerst auf der Ebene der Achtsamkeit auf die körperlichen Bedürfnisse. Ich stelle mich als Vorbild zur Verfügung, das Rücksicht auf seine körperlichen Bedürfnisse nimmt. Vor der Stunde begrüße ich ihn, gehe auf die Toilette, bereite Saft vor und baue in der Stunde immer wieder Pausen zur Entspannung ein. Hierbei beginnt die erste Auseinandersetzung mit seinen Gefühlen. Er beschwert sich, dass er weniger Zeit hat, wenn ich auf die Toilette gehe. Also messen wir mit der Stoppuhr Sekunden und Minuten, damit er ein Gefühl für die Zeit bekommt. Das Trinken stört ihn auch, da er sich antrainiert hat so wenig wie möglich zu trinken, um nicht in die Hose zu machen. Schluckweise lernt er wieder auf seinen Körper zu achten. Wir beginnen mit der Intervention der Kugelbahn:

Paul baut sie gerne auf, denn er mag Konstruktionsspiele. Er braucht aber bei allem sehr lange um vertrauen zu können. Als er die Kugelbahn gut kennt, frage ich, ob er auch andere Dinge hinunterrollen lassen könnte. Er probiert Papier- und Knetmassekugeln, Legosteine, Reifen von Legoautos, aber nichts funktioniert besonders gut. Mein Vorschlag, Wasser zu probieren, löst in ihm Erstaunen und Nervosität aus, aber auch Neugier. Ich darf ein bisschen Wasser hindurchlaufen lassen, nachdem er seine Vorbereitungen getroffen hat. Dazu stellt er den Tisch so auf, dass die Platte ein Schutzschild ergibt. Dahinter verborgen klettert er auf die Lehne der Couch und presst sich einen Polster vor die Brust. Paul führt Regie vom Sofa aus. Langsam steigert er die Wassermengen. Mit jedem Mal gewinnt er mehr Sicherheit und der Polster fliegt bald in die Ecke. Später traut er sich mit den Füßen wieder auf den Boden. Schließlich kommt er her und beobachtet den Verlauf des Wassers, reguliert ihn, leitet ihn um und stoppt ihn. Letztendlich kommt er auf die Idee, dass man auch andere Flüssigkeiten verwenden könnte, wie Saft oder Urin. Ich rate ihm davon ab, aber seine Idee ebnet mir den Weg mit ihm über Prozesse der Verdauung zu sprechen. Da-

bei hilft uns ein leicht verändertes Bild aus dem Buch „Volle Hose“. Dazu biete ich ihm ein Leiternspiel an, in dem sich eine gelbe Pfütze ihren Weg ins Klo suchen muss. Zum ersten Mal akzeptiert er ein Verlieren im Spiel! Und setzt sich dabei lustvoll mit sich und seinen Gefühlen auseinander.

Zu dem Buch „Da ist ein Nilpferd in meinem Bettchen“ gestalten wir Figuren. Paul mag keine Bücher, aber von Guido darf ich ihm vorlesen. Dazu muss ein Sicherheitsabstand zwischen uns bestehen. Ich sitze auf dem Sofa, er sitzt mit fest angezogenen Beinen im Hängestuhl in der Mitte des Zimmers. Den Stoff des Hängestuhls hat er vorne so zusammengezogen, dass ich ihn nicht mehr sehen kann. Unter diesen Bedingungen möchte er die Geschichte immer wieder vorgelesen bekommen. Als Paul sie schließlich gut genug kennt, springt er für einen Moment aus dem Hängestuhl und schaut sich Guido, die einnässende Hauptfigur, an. (Guido wird immer wieder von einem Nilpferd, einem Wal und einer Meerjungfrau besucht, die ihm das Bett nass machen.) Danach klettert er rasch wieder zurück. Von seinem Hängestuhl aus diktiert mir Paul einen Brief an Guido, wie man die drei ungebetenen Besucher loswerden könnte. Den Brief muss ich hinten ins Buch kleben, damit Guido ihn auch lesen kann.

Die drei Stofffiguren lösen aufgestaute Aggressionen in Paul aus. Er wirft, tritt und martert sie. Baut aus Sofa und Stuhl einen Wall, verwandelt sich in einen gefährlichen Drachen, nähert sich ihnen unter lautem Schreien, klettert über den Sofa-Wall und springt über und auf die Figuren, trampelt auf ihnen herum, bis er das Gefühl hat sie erledigt zu haben!

Von dieser Zeit an wird die Enuresis deutlich weniger. Er nässt nur mehr ein, wenn er sehr ins Spiel vertieft ist, Alpträume hat oder krank ist. Eine Zeit der Entspannung bricht an.

Arbeit an Körperlichkeit und Selbstwert

Jetzt stehen vor allem Experimente mit Wasser und dessen Regulierung im Vordergrund. So arbeiten wir auf der Symbolebene und es wird für Paul erlebbar, dass er Wasser regulieren kann. Experimente durchzuführen wäre früher nicht denkbar gewesen, denn sie beinhalten die Möglichkeit nicht zu funktionieren. Diese Ungewissheit war für Paul zu Beginn der Therapie nicht zu ertragen. Zuerst führe ich die Experimente durch und er schaut aus einiger Entfernung zu. Später nimmt er selbst teil und handelt aktiv. Die Experimente müssen immer am Ende der Stunde wiederholt werden, damit seine Eltern sie beim Abholen sehen können. Er stellt damit heraus, was er sich traut, was er kann, was er kennt und die Eltern nicht. Dadurch baut er langsam seinen Selbstwert auf. Auch die kleine Schwester staunt und bewundert zum ersten Mal ihren großen Bruder. Elternarbeit erfolgt in dieser Phase am Ende jeder Stunde. Mit der Arbeit an der Körperlichkeit und der Arbeit am Selbstwert setzt langsam das Gefühl in Paul ein, dass er „Ja“ sagen kann zu sich selbst.

Ein Problem das immer noch besteht ist der Toilettengang. Paul nimmt sich zu wenig Zeit dafür, weshalb häufig noch eine Restentleerung der Blase in die Hose eintritt. Der Gang auf die Toilette erscheint ihm als unnötig, die Zeit dort sieht

er als verlorene Zeit, die Erinnerungen ans Klogehen ist für ihn eine Belästigung durch die Erwachsenen. Auch wenn wir besprechen, weshalb es wichtig ist, findet Paul keinen positiven Zugang.

Deshalb nehme ich Kontakt zur örtlichen Kläranlage auf und erkundige mich über den Weg der Fäkalien. Mit Fotos basteln wir ein Bilderbuch, aus dem deutlich hervorgeht, dass unsere Ausscheidungen letztendlich noch einen Zweck als Dünger erfüllen. Dieses Wissen über den Wert seiner Ausscheidungen, steigert Pauls Selbstwert zusätzlich und ebnet schließlich den Weg zum Toilettengang. Das macht die Arbeit an der Scham über seinen Körper möglich. Über körperliche, sportliche Betätigung, das Betrachten von Kinderbüchern und viel Information kann er sich langsam an sich selbst annähern.

Der Einbruch

Paul kommt in die zweite Klasse und erfährt am ersten Schultag, dass er einen anderen Klassenlehrer bekommt. Die Veränderung bringt den erarbeiteten Boden wieder ins Wanken. Die Vertrauensperson, die er in seiner Lehrerin hatte, ist weg. Die alte Angst kommt wieder hoch und behindert Paul, die neu erlernten, aber noch nicht genügend gefestigten Wege zu gehen. Dadurch, dass das Einnässen wieder stärker wird, steigt der Druck innerhalb der Familie auf das Kind und auf mich. Die Angst der Mutter ist groß, dass es keine Heilung gibt. Verstärkte Elternarbeit ist notwendig. Nach einigen Wochen wird jedoch ersichtlich, dass sich Paul sehr gut mit seinem neuen Lehrer versteht. Schulisch gibt es keine Probleme. In der Klasse bleibt er gut integriert und hat Freunde. Die psychosomatische Reaktion auf die Umstellung könnte wieder nachlassen. Aber Paul muss noch am Einnässen festhalten. Er und das Familiensystem brauchen noch Festigung durch die Therapie. Paul setzt weitere Therapiestunden trotz der Ablehnung der Mutter durch. Durch das Beibehalten der Symptomatik schafft er sich die Begründung.

Die Kreuzung

Die Kreuzung symbolisiert Pauls Entscheidung, nicht mehr den gleichen Weg zu gehen, sondern einen neuen einzuschlagen. Das Einnässen geschieht nicht mehr bis zu sieben Mal am Tag, sondern nur mehr drei bis vier Mal in der Woche, aber sie besteht.

Ich möchte Paul auf ein Eis einladen. Bisher hat ihn seine Angst gehindert, mit mir hinauszugehen. Dieses Mal willigt er ein. Das Eisgeschäft liegt hinter der Beratungsstelle. Paul überlegt sich, welche Eissorten er möchte, traut sich dann auch selbst zu bestellen und bezahlt auch selbst. Als wir wieder herauskommen, stehen wir vor der Kreuzung. Ich stelle ihm die Frage: „Paul, gehst du den gleichen Weg zurück, den du gekommen bist? Oder schlägst du einen neuen Weg ein?“ Ich bleibe stehen und warte. Paul gibt keine Antwort, er grinst nur und geht los. Ganz alleine geht er nach links, einen Weg den er noch nicht gegangen ist! Von diesem Tag an zeigt er keine Symptomatik mehr. Tagsüber und nachts ist er

trocken. Auch beim Spielen vergisst er nicht mehr aufs Klo zu gehen. Egal, welche Probleme sich im Alltag ergeben, er reagiert nicht mehr psychosomatisch darauf. Die Stabilität bleibt in Familie, Freundeskreis und Schule erhalten. Der Umgang mit Eltern, Großmutter und Schwester ist gut. Paul ist offen und mutig.

Es ist die Zeit gekommen, in der er das Ende der Therapie akzeptieren kann.

Abschluss

Wir reduzieren die Frequenz der Stunden. Im Laufe dieser Zeit treten Probleme in der Familie auf, aber es gibt genügend Ressourcen um sie zu bewältigen. Paul ist stolz auf seine Entwicklung und nicht mehr beschämt.

Fünf Monate später lade ich ihn noch einmal ein. Es besucht mich ein Junge, der sich sicher ist, wer er ist. Der keine Symptomatik mehr braucht, um sich Gehör zu verschaffen in einer Familie, in der er seinen Platz gefunden hat, in der er wertgeschätzt wird, wie er ist. Ein Junge, der gern ein Junge ist und sich wegen seines Körpers nicht mehr schämen muss.

Literatur

- Eder S, Klein D, Lankes M (2008) Volle Hose, Einkoten bei Kindern: Prävention und Behandlung. Salzburg: Edition Riedenburg
- Gontard A (2004) Enkopresis, Erscheinungsformen- Diagnostik- Therapie. Stuttgart: Kohlhammer
- Gontard A, Lehmkuhl G (2002) Enuresis, Leitfadens Kinder- und Jugendpsychotherapie. Göttingen: Hogrefe
- Längle A (1994) Sinnvoll leben, Angewandte Existenzanalyse. St. Pölten: NÖ Pressehaus, 4. Auflage
- Masini B (2004) Da ist ein Nilpferd in meinem Bettchen. Steyr: Ennsthaler

Anschrift der Verfasserin:

MAG. PHIL. BARBARA GAWEL
Neue Welt Gasse 21
A-1130 Wien
praxis@barbaragawel.at