

familien heute

Inhaltsverzeichnis

Praxis der Familienberatung:

Das Spiel als Königsweg zur Seele des Kindes
Medienerziehung – wollen wir sie?
Die Diagnose in der systemischen Familientherapie

Familie: Interessante News und Infos

Durch Ich-Botschaften Konflikte einbremsen
Anders als andere? Autistische Jugendliche und Sexualität
Narzissmus als Volkskrankheit?

Aus Forschung und Wissenschaft:

Weshalb Kinder zur therapeutischen Behandlung kommen
Das (Un-)Glück der Hochbegabung

Unsere Partner

Familienhandbuch
www.familienhandbuch.de

Elterntelefon
www.elterntelefon.it

www.familientipps.info

www.familylab.de

Elternnotruf Zürich
www.elternnotruf.ch

Lokale Bündnisse für Familie
www.lokale-buendnisse-fuer-familie.de

Auch auf unserer Webpage:

www.familienberatung.it/familienheute

Praxis der Familienberatung

Das Spiel als Königsweg zur Seele des Kindes

Das Spielen des Kindes ist ein universelles Phänomen, man findet es in allen Kulturen und zu allen Zeiten. Genauso wie Kinder essen und trinken müssen, müssen sie auch spielen. Nach Zulliger (2007) ist das frei erfundene Kinderspiel „*die eigentliche Sprache des Kindes*“, die zu verstehen uns Eltern, Erziehern und Kinderpsychotherapeuten obliegt. Er weist darauf hin, „dass wir dem Kind, das wir erziehen oder auf psychologischem Wege von psychogenen Abweichungen heilen wollen, mit *seiner* Sprache begegnen, mit ihm reden, ihm antworten müssen“.

Mogel (1994) beschreibt das Spielen als zentrale Tätigkeitform des kindlichen Lebens: Im Spiel setzen sich die Kinder ständig mit sich und ihrer Umwelt auseinander. Spielerisches Experimentieren ermöglicht es dem Kind, die eigenen Kompetenzen und seinen Selbstwert zu steigern, nur aus sich selbst heraus, unabhängig von Lob und Anleitung durch die sonst so „allmächtigen“ Erwachsenen. Was für eine Errungenschaft!

Im Spiel fließen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft zusammen: In der Gegenwart, im Hier und Jetzt inszeniert das Kind seine in der Vergangenheit gemachten Erfahrungen und nimmt zukunftsweisendes Probehandeln vor.

Spieltherapie bezeichnet eine therapeutische Vorgehensweise, die das freie Spiel von Kindern als Medium nutzt. Dem Kind wird die Führung des Spielverlaufs überlassen, die Therapeutin schließt sich dem Spiel des Kindes an, mit dem Ziel, Zugang zu seinem Erleben zu gewinnen. Die Einbettung in eine therapeutische Beziehung unterscheidet das Spiel im Kontext einer Spieltherapie vom Spiel zuhause. Indem die Therapeutin die Gefühle des Kindes, die es verbal oder über die Spielhandlung äußert, empathisch aufgreift, hilft sie dem Kind, sich selbst mit seinen unterschiedlichen Gefühlen wie Wut, Schmerz oder Traurigkeit wahrzunehmen und anzunehmen. Konflikte aus seinem Beziehungsumfeld oder traumatische Ereignisse werden auf der Spielebene dargestellt, wiederholt und verändert. Das Kind sucht im Spiel nach eigenen Lösungen und Umgangsformen. Dabei wird nicht interpretiert oder ein unmittelbarer Bezug zur realen Lebenssituation des Kindes hergestellt, da gerade die Symbolik im Spiel das Kind schützt und ihm ermöglicht, sich „gefahrlos“ auszuprobieren. Die therapeutischen Interventionen erfolgen verbal und auf der Spielebene, d.h. die Therapeutin antwortet nicht nur durch ihre verbale Begleitung, sondern durch die Art und Weise ihres Mitspielens. Im Vordergrund steht die ganzheitliche Entwicklung der kindlichen Persönlichkeit und nicht der Abbau einzelner Symptome.

is

Zulliger, H. (2007): Heilende Kräfte im kindlichen Spiel. Verlag Dietmar Klotz.

Mogel, H. (1994): Psychologie des Kinderspiels. Springer.

Weinberger, S. (2005): Kindern spielend helfen. Beltz Juventa.

Medienerziehung – wollen wir sie?

Innerhalb von wenigen Jahren haben Smartphones unseren Alltag und unser Beziehungsverhalten verändert. Hechelten bis 2012 Psychologen und Pädagogen noch den Neuerungen von Computer und Playstation hinterher, hat sich durch die Smartphones endgültig eine Realität eingestellt, die die Entwicklung junger Menschen stark beeinflussen wird. Wie

genau, wissen wir erst in 30 Jahren, wenn man die Veränderungen an der dann erwachsenen Generation ablesen kann.

Was wir heute erahnen ist, dass die komplette Verfügbarkeit von Smartphones die Beziehungskompetenz der Menschen schwächen wird. Mit der Schwächung der Ressource „Beziehung“, mit dessen Hilfe wir Emotionen und Realitätssinn steuern, lässt Fachleute eine Verbreiterung von Störungen wie Angst und Depression prognostizieren. Ebenso fürchten wir, dass sich die Sexualität zwischen den Menschen eher an pornographischen Modellen orientieren wird. Da sich Sexualität in realen Beziehungen aber deutlich unterscheidet von den Erwartungen, die durch pornographische Modelle vermittelt werden, befürchten Fachleute, dass das dann aufkommende Rückzugsverhalten und die Scham- und Entwertungsgefühle zu weiteren psychischen Probleme in breiten Bevölkerungsschichten führen werden.

Bei den Entscheidungsträgern herrscht noch Zweifel darüber, wie realistisch die Prognosen der Fachleute sind. Entsprechend werden Maßnahmen nur zögerlich angegangen.

Als Beratungsstelle sind wir aufgefordert, den Eltern dabei zu helfen, durch geeignete erzieherische Maßnahmen diesen befürchteten Tendenzen gegenzusteuern. Wir machen hierzu Entwicklungsarbeit mit den Eltern, Familie für Familie. Um aber auf breiter Front auf Erziehung Einfluss zu nehmen, muss die breite Öffentlichkeit angesprochen werden und die Eltern brauchen die geeigneten Mittel, um den Mediengebrauch zu steuern – allem voran: Zeit und Kraft.

Sollten die Entscheidungsträger den Prognosen der Fachleute Glauben schenken, können mit Hilfe der Schulen und klassischer Öffentlichkeitsarbeit die wichtigsten Orientierungsmarken vermittelt werden. Und den Eltern und Erziehern muss Zeit für Beziehung gegeben werden. Das kostet etwas mehr Geld als das Erstellen einer weiteren Homepage, die keinen Unterschied machen wird.

se

Die Diagnose in der systemischen Familientherapie

Eine Diagnose ist die Benennung einer Krankheit, die aufgrund von verschiedenen beobachteten Verhaltensweisen und Emotionen von anderen Krankheiten unterschieden wird.

In der Psychologie fasst eine Diagnose innere, der Beobachtung von außen nur beschränkt zugängliche Befindlichkeiten und auch äußere Verhaltensweisen zu einem bestimmten Störungsbild zusammen. Für die Zuordnung zu einer Diagnose werden unter anderem psychologische Tests verwendet, da damit eine objektive und überprüfbar verlässliche Einschätzung erhofft wird.

In der Systemischen Familientherapie wird hingegen die Beziehungsform im Lebenskontext, meist im Familiensystem, beobachtet. Es werden Hypothesen über die Art der Kommunikation und damit der versuchten zirkulären Beeinflussung im Familiensystem gebildet. In der Therapiesitzung wird die Hypothese überprüft, verifiziert oder verworfen.

Als Methode werden zirkuläre Fragen eingesetzt. Dabei wird eine Person über das Zusammenspiel von zwei anderen Mitgliedern des Systems befragt. Zum Beispiel wird B gefragt: Was würde die Mutter sagen, wenn A ausginge und die Rückkehrzeit nicht einhielte? Was würde der Vater sagen?

Mit dieser Art der Befragung werden die Kommunikationsregeln des Systems offengelegt und damit einem Umgang zugänglich gemacht.

Es wird bei psychischen Erkrankungen eines Familienmitgliedes davon ausgegangen, dass dieses der „Symptomträger“ des Familiensystems ist. Mit Hilfe des Symptoms „gelingt“ es diesem Mitglied, dass Fachkräfte hinzugezogen werden. Damit gerät das vermutlich durch

unbewusst festgelegte Regeln erstarrte Familiensystem in Bewegung und kann sich für notwendige Veränderungen öffnen.

Wenn das Familiensystem ein Gleichgewicht zwischen erhaltenden und verändernden Kräften herstellt, dann hat es die besten Voraussetzungen für seine Selbsterhaltung und gleichzeitig für die gesunde Entwicklung aller Mitglieder.

ig

Simon F. B., Rech-Simon C. (2015). Zirkuläres Fragen. Systemische Therapie in Fallbeispielen. Carl Auer Verlag.

Familie: Interessante News und Infos

Durch Ich-Botschaften Konflikte einbremsen

Im Alltag tendieren wir in Konfliktsituationen dazu, Aussagen über den Anderen zu tätigen. Dies sind sogenannte Du-Botschaften, wie etwa: „Du verstehst mich nicht!“, „Du bist wie immer viel zu spät. Du bist so respektlos!“. Eine Ich-Du-Botschaft könnte folgendermaßen lauten: „Ich finde es nicht in Ordnung, wenn du länger wegbleibst als verabredet.“ Du-Botschaften verhärten die Fronten, da sie zumeist anklagend, verletzend und provokant sind. Die Antwort auf die Du-Botschaft ist meist ein unerwünschter Gegenangriff des Gegenübers, um sich zu verteidigen. Ein Konflikt flammt auf und Beziehungsstress ist vorprogrammiert.

Ich-Botschaften gelten als klare Kommunikationshilfe und schaffen die Basis zur gemeinsamen Konfliktlösung. Eine Ich-Botschaft löst beim Gesprächspartner seltener Abwehr aus, nachdem sie meist weniger als Angriff aufgefasst wird. Mit Ich-Botschaften können Gefühle direkt zum Ausdruck sowie Wahrnehmungen und Bedürfnisse auf den Punkt gebracht werden. Das Gespräch bekommt einen sehr persönlichen Charakter. Zum Beispiel statt: „Du hörst mir nie zu!“ „Ich bin traurig, weil ich manchmal das Gefühl habe, es interessiert dich nicht, was ich sage.“ oder „Ich bin sauer und ich möchte, dass du mir zuhörst.“ Ein weiteres Beispiel für eine Ich-Botschaft: „Ich hätte mir gewünscht, mehr in Kontakt mit dir zu sein“, statt „Du hast mich völlig ignoriert“. Mit Ich-Botschaften gelingt es uns, unsere Position klar zu machen sowie die Situation aus unserer Sicht zu beschreiben. Gestik, Mimik, die Stimme und der Sinn der Worte stimmen bei Ich-Sätzen überein. Wir senden eine klare Botschaft, ohne unseren Gesprächspartner direkt anzugreifen.

Es ist klar, dass der Wechsel zur Ich-Botschaft Übung und Mut verlangt. Automatisierte Kommunikationsmuster zu durchbrechen ist immer mühsam, doch es lohnt sich.

pir

Schulz von Thun, F. (2013). Miteinander reden: 1. Störungen und Klärungen. 50. Auflage. Band 1. Rowohlt, Hamburg.

Anders als andere? Autistische Jugendliche und Sexualität

Kinder mit einer Autismus-Spektrum-Störung fallen laut DSM-5 einerseits durch anhaltende Defizite in ihrer sozialen Kommunikation und andererseits durch eingeschränkte und oft außergewöhnliche Verhaltensmuster und Interessen auf.

In der Pubertät sind diese Jugendlichen (wie alle anderen) mit ihrer erwachenden Sexualität konfrontiert und stehen nun vor dem Problem wie sie diese mit anderen Menschen leben können. Es ergeben sich zwei Hauptprobleme:

1. Das Fehlen von Empathie, also Einfühlungsvermögen, in der Beziehungsgestaltung. Diese Jugendlichen können sich kaum in andere hinein fühlen und verstehen Soziale Codes oft nicht. Dennoch sind ihre Kontaktwünsche ernst zu nehmen und es ist zu überlegen, wie sie befriedigende Beziehungen leben können. Es ist auch zu beachten, dass soziale Medien wie Facebook für solche Jugendliche wegen ihrer Schriftlichkeit und Bilder übersichtlicher sind, sie aber auch leicht zu Mobbingopfern werden können wegen ihrer direkten Art und ihrem fehlenden Verständnis für Ironie.

2. Die Direktheit der sexuellen Aktion ohne Rücksicht auf andere, also vor allem Selbstbefriedigung in der Öffentlichkeit. Laut einer Forschung von Andreas Bier (1989) schaffen es zwar immerhin zwei Drittel der autistischen Jugendlichen, ihr Masturbationsverhalten auf den privaten Raum zu limitieren, dennoch masturbieren ca. 15% der autistischen Jugendlichen vorwiegend in der Schule. Hier kann es die Betroffenen vor negativen Reaktionen anderer bewahren, wenn sie lernen, dies innerhalb ihrer Intimsphäre zu machen. Dies betrifft auch das Berühren des Intimbereichs von anderen, welches in kindlichen Spielen oft noch zulässig war, jetzt aber eine andere Dimension erhält und schnell zu Ablehnung führt.

os

DSM-5. (2013, dt. 2015). American Psychiatric Association. Deutsch bei Hogrefe.

Bier, A. (1989). Zärtlichkeit und Sexualität autistischer Menschen. Weinheim.

Dreisigacker, K. (2003). Anders als andere?! Autismus und Sexualität. Gefunden 02/2018 unter <https://www.fgz-goettingen.de>

Herrath, F. (2002). Sexualität und Autismus oder: Was behindert Sexualität? Gefunden 02/2018 unter <https://www.isp-sexualpaedagogik.org>

Narzissmus als Volkskrankheit?

„Narzissmus“ ist zum Modewort geworden. Umgangssprachlich hieß „narzisstisch“ einst nichts anderes als selbstverliebt - passend zur mythologischen Ursprungsgeschichte des Terminus, wonach der selbstverliebte Narziss in einem Brunnen ertrinkt, weil er es nicht schafft, sich von seinem schönen Spiegelbild im Wasser abzuwenden. Inzwischen jedoch wird „narzisstisch“ als Synonym verwendet für egozentrisch, rücksichtslos oder eitel. So gelten viele schnell als Narzissten. Sei es der verhasste Ex-Partner, der unliebsame Professor, oder gar die unhöfliche Frau von nebenan. Besonders in den Medien ist das Wort „Narzissmus“ omnipräsent. Gleichzeitig wird lautstark über eine narzisstische Gesellschaft geschimpft, die durch Facebook, Instagram & Co. nichts anderes als Selbstdarstellung kennt. Sind denn alle Narzissten?

Trotz des inflationären Gebrauchs des Begriffs, wissen viele nicht um seine eigentliche Bedeutung. Den pathologischen Narzissten kennzeichnet Größenwahnsinn, die Überzeugung einmalig zu sein, das Bedürfnis nach übermäßiger Anerkennung und Bewunderung, eine ausgeprägte Anspruchshaltung und ein Mangel an Empathie. Dahinter steht ein meist geringer Selbstwert und ein wackeliges, unsicheres Selbst. Diesen Kriterien einer diagnostizierbaren Persönlichkeitsstörung entsprechen nach einer Schätzung lediglich 0,5 – 2,5 % der Bevölkerung. In einem erweiterten Sinn können etwa 5 % als „Narzisstischen“ bezeichnet werden, wobei die ausgeprägten narzisstischen Eigenschaften den Umgang im sozialen Umfeld erschweren können, man jedoch nicht von einer Pathologie sprechen kann. Ein bestimmtes

Maß an narzisstischen Anteilen trägt jeder gesunde Mensch in sich, doch wird bei der häufigen Verwendung des Begriffs nicht differenziert.

„Narzissmus“ wird oft beleidigend oder abwertend verwendet und ist meist negativ besetzt. Dabei haben die narzisstischen Anteile in jedem Menschen wichtige Aufgaben zu erfüllen. Durch sie ist Selbstliebe und Selbstakzeptanz möglich. Sie erlauben „positive Illusionen“ über die eigenen Fähigkeiten oder die eigene Beliebtheit zu erzeugen, was die Selbstzweifel begrenzt und den Glauben an sich selbst aufrechterhält. Diese Anteile sind ein Schutzpanzer für den eigenen Selbstwert. Denn ein allzu selbstkritischer Blick auf das eigene Selbst kann sogar in die Depression führen. In zahlreichen Studien wurde hingegen der Zusammenhang zwischen diesen „positiven Illusionen“ und psychischer Stabilität nachgewiesen. Aus dieser Perspektive ist wohl jeder ein kleiner Narzisst oder sollte es wenigsten ein bisschen sein, sich selbst zuliebe.

jt

Nuber, U. (2017). Narzissten. Was geht in ihnen vor? Wie kann man mit ihnen leben? Psychologie Heute 44 (10), 19-23.

Aus Forschung und Wissenschaft

Weshalb Kinder zur therapeutischen Behandlung kommen

Eine entwicklungsorientierte Sicht

Kinder kommen zu einer therapeutischen Behandlung, weil sie in der Schule nicht gut zurechtkommen, weil sie stören, weil sie aggressiv oder verschlossen sind, weil sie mit der Trennung der Eltern nicht fertig werden... Violet Oaklander (2009), eine Gestalt-Kindertherapeutin, sieht hinter diesen Symptomen und Reaktionen der Kinder zwei Grundprobleme: Zum einen haben sie Schwierigkeiten, einen guten Kontakt zu ihren, Eltern, Lehrern und Gleichaltrigen herzustellen. Zum anderen ist laut Erfahrung der Therapeutin das Selbstempfinden der Kinder meist sehr schwach entwickelt.

Einen guten Kontakt zur Welt kann man nur haben, wenn man unsere Kontaktfunktionen, wie Sehen, Hören, Berühren, Schmecken, Riechen, Sich-Bewegen, Ausdrücken von Gefühlen, Ideen, Gedanken, Neugierde, gut zu nutzen vermag (Polster E. & M., 2001). Ein gesundes Kind kann seine Sinne, seinen Körper, seine emotionalen Ausdrucksmöglichkeiten und seinen Intellekt von Geburt an uneingeschränkt nutzen. Kinder, deren Bedürfnisse nach Liebe und Anerkennung nicht erfüllt werden, die ihre Eigenständigkeit nicht entwickeln dürfen, die ihre Gefühle nicht zum Ausdruck bringen dürfen, die keine Grenzen erfahren, die bestimmte Erwartungen erfüllen sollten, die infolge eines Traumas oder emotionaler Vernachlässigung in ihrer gesunden Entwicklung gestört werden, neigen dazu sich vom aktuellen Geschehen zu distanzieren. Sie betäuben ihre Sinne, schränken die Ausdrucksmöglichkeiten ihres Körpers ein, blockieren ihre Emotionen und verschließen ihren Geist. Die Folge ist, dass sie zu gutem Kontakt nicht mehr in der Lage sind und ihr Selbst blockiert wird.

Ein Kind, das zur Therapie kommt, hat also laut Oaklander aus entwicklungsorientierter Sicht den natürlichen Gebrauch seiner Sinne, seines Körpers und seines Intellekts sowie den Ausdruck seiner Emotionen verloren. Unsere Aufgabe in der Therapie mit Kindern ist es, diese ihnen abhanden gekommenen Fähigkeiten wiederzufinden.

Oaklander, V. (2009). Verborgene Schätze heben. Wege in die innere Welt von Kindern und Jugendlichen. Klett-Cotta.

Polster E., Polster M. (2001). Gestalttherapie: Theorie und Praxis der integrativen Gestalttherapie. Peter Hammer Verlag.

Das (Un-)Glück der Hochbegabung

Hochbegabte Menschen haben in der Lotterie das Glücks-Los gezogen. So zumindest lautet die weitverbreitete Meinung. Dass Hochbegabte oft auf Ablehnung und Missgunst stoßen und häufig ein kompliziertes und einsames Leben führen, ist jedoch die andere Seite der Medaille. Wer gilt denn überhaupt als hochbegabt? Als hochbegabt gelten Erwachsene und Kinder, bei denen ein Intelligenzquotient (IQ) von 130 oder mehr festgestellt wird. Dies trifft auf ca. 2% der Bevölkerung zu.

Laut der französischen Psychologin Jeanne Siaud-Facchin sei Hochbegabung eine atypische intellektuelle Funktionsweise, bei der sich die Aktivierung und Organisation von kognitiven und zerebralen Fähigkeiten grundsätzlich von der Norm unterscheidet. Es handle sich somit nicht um eine quantitativ sondern qualitativ veränderte Form der Intelligenz, die von einer starken Empfindsamkeit, Wahrnehmungsschärfe und Gefühlsintensität begleitet wird.

Die genauen Ursachen zur Entstehung einer Hochbegabung sind noch nicht ganz klar, man schätzt, dass es dafür eine genetische Veranlagung gibt. Diese Veranlagung führt aber nicht zwangsläufig zu einer erhöhten Intelligenz oder sogar Hochbegabung. Verschiedene Umwelteinflüsse, sowie das soziale Umfeld, können die Intelligenz sowohl positiv als auch negativ beeinflussen.

Hochbegabung kann man schon bei Kleinkindern feststellen, etwa wenn das Kind ganze Entwicklungsphasen überspringt, ein ausgeprägtes Sprachvermögen aufweist und sich früher als gleichaltrige Kinder für Zahlen, Buchstaben und Zeichen interessiert. Diese Kinder erlernen meistens auch selbstständig das Lesen und Schreiben.

In der Schule sind sie bei fehlender Förderung dann meistens gelangweilt, verweigern den Unterricht und erzielen oft auch schlechte Noten. Ihr Bedürfnis nach mentaler Nahrung wird meistens nicht gestillt, weshalb sie unruhig und auffällig werden können. Sie suchen eher den Kontakt zu älteren Kindern, mit Gleichaltrigen können sie wenig anfangen, weshalb sie oft sozial vereinsamen.

Diese Verhaltensweisen können von den Eltern und Lehrern als trotzig, aufmüpfig oder rebellisch missinterpretiert werden. Damit Hochbegabte ihre Talente und Fähigkeiten entfalten und ausleben können, müssen sie rechtzeitig die passende Unterstützung in der Schule sowie zu Hause und in der Freizeit erhalten.

la

Siaud-Facchin, J. (2017). Zu intelligent, um glücklich zu sein? Was es heißt, hochbegabt zu sein. Goldmann Taschenbuch.

Abteilung für Begabungs- und Begabtenförderung der Provinz Bozen im Netz:

<http://www.bildung.suedtirol.it/referate/schulentwicklung/begabungs-und-begabtenfoerderung/>

Redaktion:

Lisa Agreiter, Stefan Eikemann, Irmgard Ganterer, Christiane Mühlhäusler, Petra Pardeller, Paulina Pircher, Elisabeth Rechenmacher, Iris Schwarzmeier, Oliver Sparber, Julia Thuile, Kathrin Tasser.

Herausgeber:

Familienberatung fabe, Sparkassenstr.13, 39100 Bozen, Tel 0471 973519

Sie finden uns auch in Meran, Bruneck, Schlanders und St. Ulrich

www.familienberatung.it

www.elterntelefon.it - Tel 800 89 829

Wir informieren Sie, dass Ihre Emailadresse aus öffentlich zugänglichen Archiven stammt. Sie können die vom Datenschutzgesetzes L.D. Nr. 196/2003 vorgesehenen Rechte ausüben und sich von unseren Archiven streichen lassen, indem Sie ein Email an folgende Adresse schicken fabe-bozen@familienberatung.it

La informiamo che la sua e-mail è stata trovata su internet che è un ambito pubblico. E' Sua facoltà esercitare i diritti della legge sulla tutela dei dati personali D.L. N° 196/2003. Se non desidera ricevere ulteriori comunicazioni ci invii una e-mail al seguente indirizzo fabe-bozen@familienberatung.it