



Schlarb

Therapeutische Geschichten in der KVT mit Kindern

60 Metaphern für das Grundschulalter



BELTZ

Leseprobe aus: Schlarb, Therapeutische Geschichten in der KVT mit Kindern, ISBN 978-3-621-28309-0

© 2017 Beltz Verlag, Weinheim Basel

<http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-621-28309-0>

Vorwort

Die psychotherapeutische Arbeit mit Kindern und Jugendlichen ist enorm vielseitig, lebendig und macht sehr viel Spaß. Aber sie stellt den Therapeuten auch immer wieder vor schier unlösbare Probleme, da zum einen deutlich mehr systemische Zusammenhänge zu berücksichtigen sind und zum anderen durch die großen Altersunterschiede die Therapie immer wieder neu angepasst werden muss. So sind andere Vorgehensweisen und Methoden notwendig, wenn eine Sechsjährige in die Therapie kommt, als wenn ein 15-Jähriger Rat sucht. Von der ersten Stunde an erfordert diese Arbeit sehr viel mehr Umsichtigkeit und diagnostische Kompetenz, als wenn die Altersgruppe homogen ist.

Die Entwicklung von altersorientierten Metaphern für die jeweiligen Krankheitsbilder schwebte mir schon seit Jahren im Kopf herum (eine Metapher). Denn der Einsatz von Metaphern oder therapeutischen Geschichten ist gerade bei Kindern sehr sinnvoll und wichtig. So habe ich mich vor längerer Zeit auf den Weg gemacht, mich zunächst mit dem Thema kognitive Verhaltenstherapie (KVT) bei Kindern auseinandergesetzt, wie beispielsweise im Buch »KVT bei Kindern und Jugendlichen« (Schlarb & Stavemann, 2011), das Basisstrategien für den Einsatz der Techniken im Rahmen der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie sowie Anwendungsbeispiele für Vorschulkinder, Grundschulalter und Jugendliche umfasst. Anschließend konnte ich in dem darauf aufbauenden Buch »KVT in der Praxis« (Schlarb, 2012) Autoren gewinnen, die die häufigsten Störungsbilder bei Kindern und Jugendlichen jeweils altersorientiert dargestellt und entsprechende therapeutische Konzepte beschrieben haben.

Mit diesem dritten Buch nun sollen weitere KVT-orientierte Tools im Sinne von therapeutischen Metaphern bzw. Geschichten für das Grundschulalter zur Verfügung gestellt werden. Zu Beginn möchte ich jedoch ein paar Anregungen und Tipps zum Entwickeln eigener Metaphern geben sowie auf Aspekte der gemeinsamen Metaphernentwicklung eingehen. Somit soll das klassische Repertoire der kognitiven Umstrukturierung, der Möglichkeit des Modelllernens sowie dem Aspekt des leichten Lernens für die Kinder kreativ umgesetzt werden, dadurch den Kindern und auch dem Therapeuten mehr Spaß in der Therapie ermöglichen und die Therapiemotivation unserer jungen Patienten steigern.

Im anwendungsorientierten Teil findet der Leser dann zunächst übergreifende und später ausführlich störungsspezifische Metaphern für das Grundschulalter. Nach einer kurzen am Störungsbild orientierten Beschreibung werden jeweils diverse Metaphern zu diesem Störungsbild präsentiert. Bitte sehen Sie diese als Arbeitsmaterialien, die gegebenenfalls von Ihnen für Ihre Patienten angepasst werden können.

Ich möchte an dieser Stelle meinem Team, meinen Mitarbeitern der Ambulanz und Seminarteilnehmern danken, die mitgeholfen haben, einen Fundus an therapeutischen Metaphern zu erstellen und meine bisweilen umfangreichen Korrekturen wohlwollend

und mit viel Verständnis aufgenommen haben: Tanja Dörner, Marisa Schnatschmidt, Finja Förster, Dorothea Hahn, Lena Hannemann, Sara Maria Hellmann, Julian Hof, Vera Just, Lena Kahl, Julia Kanis, Anna Knigge, Vanessa Koslowski, Annika Mönch, Lilian Ohlrogge, Janis Redeker, Vanessa Reker, Constanze Sambale, Nina Schäfer, Tim Schirmag, Cavidan Schnurr, Barbara Schwerdtle, Karolin Teichmüller, Vera Weinhold und Anna-Lena Zurmühlen. Herzlichen Dank!

All den Kindern und den professionellen Betreuern, Therapeuten und Beratern wünsche ich viel Spaß und Erfolg mit einer solchen Arbeit.

Bielefeld, im Oktober 2016

Prof. Dr. Angelika Schlarb

6 Aufmerksamkeitsstörungen

6.1 Grundlagen

Symptomatik

Aufmerksamkeitsstörungen sind in der Regel charakterisiert durch einen recht frühen Beginn, meist in den ersten fünf Lebensjahren (daher ist der Bericht über die Kindergartenzeit für die Diagnostik sehr wichtig). Die betroffenen Kinder zeigen einen Mangel an Ausdauer bei Beschäftigungen, die kognitiven Einsatz verlangen, sowie die bisweilen stark ausgeprägte Eigenheit, Tätigkeiten schnell zu wechseln, ohne eine jeweils zu Ende zu bringen (entsprechend sieht das Kinderzimmer oder der Arbeitsplatz aus). Zu diesen Eigenheiten kommt noch eine eher desorganisierte, aber überschießende Aktivität, die jedoch wenig vom Kind reguliert werden kann.

Im Verhaltensspektrum und den Erfahrungen der Kinder zeigen sich oft Unfälle oder Ungeschicklichkeiten, zudem vergessen oder verlieren diese Kinder oft etwas. Regeln werden eher aus Unachtsamkeit, nicht mit Absicht oder Vorsatz gebrochen oder nicht berücksichtigt.

In den Beziehungen zu Gleichaltrigen spielen meist die Ausprägtheit der Symptomatik sowie die soziale Kompetenz oder Angepasstheit bzw. weitere Ressourcen eine wesentliche Rolle. Kinder mit leichter oder mittlerer Symptomatik, die jedoch sonst kontaktfreudig und eher positiv gestimmt sind, berichten meist noch von Freunden. Kinder mit stärker ausgeprägter Symptomatik, die jedoch über wenig Ressourcen und soziale Kompetenzen (Freunde finden, Konflikte lösen) verfügen, sind bisweilen eher alleine. Gegenüber Erwachsenen wie Lehrern treten sie oft mit wenig Zurückhaltung auf. Die Eltern sind meist stark gefordert mit einem liebevollen, aber dennoch stark strukturierenden und Grenzen setzenden Erziehungsstil.

Prävalenz

Laut der KiGGS-Studie liegen diese Probleme bei 4,8% (Jungen 7,9%, Mädchen 1,8%) der 3- bis 17-Jährigen vor. Über das Alter zeigt sich in jungen Jahren ein deutlicher Anstieg bis hin zum frühen Jugendalter, dann ergibt sich eine Abnahme der Symptomatik. Im Detail zeigt sich bei Kindern im Grundschulalter (7–10 Jahre) ein Prozentsatz von 5,3% (Schlack et al., 2007).

Typische Kognitionen

- ▶ »Ich mache das ja nicht mit Absicht. Das war nicht böse gemeint.«
- ▶ »Das ist so langweilig, ich will lieber spielen.«
- ▶ »Dann war ich abgelenkt und hab nicht mehr dran gedacht.«
- ▶ »Ich habe keine Lust mehr.«
- ▶ »Das dauert so lange – viel zu lange.«
- ▶ »Wenn ich das jetzt mache, finden die anderen das bestimmt witzig.«

- ▶ »Immer mache ich alles falsch – schon wieder bekomme ich Schimpfe.«
- ▶ »Ich will das aber – sofort!«

6.2 Metaphern für Grundschul Kinder mit AD(H)S

Die Geschichte von Eva, dem kleinen Eichhörnchen

Marisa Schnatschmidt

Die Sonne schien durch das kleine runde Fenster in Evas Zimmer. Eva war ein kleines Eichhörnchen und lebte mit ihrer Familie in einer gemütlichen Eichhörnchenhöhle in einem schönen alten Eichenbaum. Der Eichenbaum stand in einem uralten sehr dichten Wald. Eva liebte diesen Wald und besonders schön fand sie es, wenn das Sonnenlicht die ganzen herbstlich bunten Blätter zum Leuchten brachte und der Wald in tausend Farben strahlte.

Die Sonnenstrahlen fielen direkt in Evas Gesicht und kitzelten sie wach. Eva schlug die Augen auf. Sie hatte mal wieder schlecht einschlafen können und hatte auch irgendwie etwas Komisches und Gruseliges geträumt, aber zum Glück schien die Sonne so schön, dass die Wärme auf Evas Gesicht die schlechten Gedanken schnell vertrieb. Eva blickte in ihrem kleinen Zimmer umher. Sie hatte einfach noch überhaupt keine Lust aufzustehen und kuschelte sich noch einmal ganz gemütlich in ihre Bettdecke ein, als ihre Mutter leise die Tür aufmachte und ins Zimmer kam, um Eva für die Schule zu wecken. »Eva mein Schatz, es ist Zeit, du musst jetzt aufstehen.« »Oh Mama, ich will nicht! Ich bin noch so müde und habe überhaupt keine Lust«, fing Eva an. »Aber schau mal Eva, wie schön die Sonne scheint. Ich kann von deinem Fenster aus schon die Eichel in der Sonne glitzern sehen.« Eva sprang auf. Sie wollte unbedingt die schönen Eichel in der Sonne glitzern sehen und lief rasch zu ihrer Mutter ans Fenster. »Oh die sind aber schön, Mama.« »Ja, das finde ich auch. Siehst du, draußen wartet schon die wunderbare Welt auf dich. Also komm gleich frühstücken und dann geht es ab in die Schule.« Damit ging ihre Mutter wieder aus dem Zimmer.

Eva freute sich sehr auf den schönen Sonntag. Sie wurde schon ganz unruhig und ihr buschiger Schwanz zuckte hin und her. Das war einfach alles so aufregend. Sie konnte nicht mehr still sitzen und fing an, auf und ab zu springen. Wenn sie dabei aus dem Fenster schaute, konnte sie sehen, wie die verschiedenen Farben vor ihren Augen verschwammen. Das gefiel ihr. Und schon hörte sie ihre Mama von unten rufen: »Eva, wo bleibst du denn?« Ach ja, das Frühstück hatte sie schon wieder total vergessen. Sie stürzte die Treppe hinunter und kam in der Küche schlitternd zum Stehen. »Tada, da bin ich!«, sagte sie stolz. »Hast du mich gar nicht rufen gehört? Ich habe dich bestimmt schon sechsmal gerufen«, antwortete ihre Mutter schon ein wenig genervt. Oh Mist, das hatte Eva gar nicht gehört. Aber egal, jetzt war sie ja da. Eva lief um den Küchentisch, um besser sehen zu können, was ihre Mama alles zum Frühstück auf den Tisch gestellt hatte. Da waren ganz schön viele leckere Sachen. Oh und da hatte sie ihr allerliebstes Nussmüsli entdeckt. Super, da hatte sie jetzt richtig Lust drauf. Das wollte

sie essen! »Eva, jetzt setzt dich bitte mal hin. Du machst mich ganz nervös, wenn du hier die ganze Zeit so herumläufst.« »Ja Mama, mache ich gleich. Aber erst möchte ich unbedingt das Nussmüsli essen. Kannst du mir eben eine Schale aus dem Schrank geben?« »Eva, ich mache gerade noch dein Brot für die Schule fertig, dann gebe ich dir sofort eine.« Eva lief zu ihrer Mutter und zerrte an ihrem Rock. »Nein Mama, jetzt! Bitte, ich will die Schale sofort!« Ärgerlich schaute ihre Mutter sie an. »Eva, jetzt mach kein Theater. Setzt dich schon mal an den Tisch und ich bringe dir die Schale gleich.« »Aber Mama, kannst du sie mir nicht jetzt eben schnell aus dem Schrank geben?« Eva verstand nicht, was daran so schwierig war. Ihre Mutter stand doch sowieso vor dem Schrank, in dem die Schale war, und musste nur ihre Hand ausstrecken! Eva wollte jetzt unbedingt dieses Müsli essen! Vor lauter Aufregung begann Eva wieder, auf und ab zu hüpfen und im Rhythmus ihrer kleinen Hüpfen zu singen: »Ich will Müsli! Ich will Müsli!« Evas Mutter schaute sie wütend an und griff energisch in den Küchenschrank. »Gut, hier bitte die Müslishale«, sagte sie barsch. »Und jetzt setzt dich endlich an den Tisch.« Eva nahm die Schale und lief schnell zu ihrem Platz am Tisch. Sie angelte sich das Nussmüsli und die Milch und schüttete beides gleichzeitig in ihre Schale. Oh nein! Da hatte sie einen Moment nicht aufgepasst und schon war alles daneben gegangen! So ein Mist, dachte Eva und stellte das Müsli und die Milch wieder vor sich auf den Tisch. Da würde Mama ganz schön böse werden, wenn sie das sah. Eva senkte schuldbewusst den Kopf. Ihre Mutter drehte sich genau in dem Moment zu ihr um: »Oh Eva, was hast du denn jetzt schon wieder angestellt!« Genervt holte sie einen Lappen und wischte Evas Kleckerei auf. Ihre Mutter bekam allmählich zu viel, das merkte Eva. »Mensch Eva, dass du auch nicht mal eine Sekunde einfach stillsitzen kannst und wie ganz normale Kinder dein Frühstück isst. Immer musst du irgendetwas falsch machen!« Das traf Eva wie einen Stich mitten in ihr Herz. Was ihre Mutter sagte, stimmte zwar ein bisschen, Eva war wirklich sehr tollpatschig, aber sie machte das doch nicht extra. Es passierte einfach. Aber sie meinte das doch nicht böse. Und das Schlimmste war, dass sich ihre Mutter dann immer so aufregte und sich so sehr über sie ärgerte. Dann fühlte sich Eva noch schlechter. Sie ließ den Kopf sinken und aß ein paar Löffel von dem Müsli.

Da hörte sie ein Klopfen von der Tür. Eddie war da! Freudig sprang Eva auf und rannte zur Tür. Sie riss voller Schwung die Tür auf und strahlte Eddie an. Eddie war ein kleiner Eichelhäher. Er lebte mit seiner Familie in dem Baum nebenan und hieß eigentlich Eduard. Das fand Eva aber ziemlich langweilig und nannte ihn deshalb immer Eddi. Eddi war ihr bester Freund. Sie gingen jeden Tag zusammen zu der kleinen Waldschule. Eddi hatte immer eine ruhige und tiefe Stimme und überhaupt sprach er manchmal sehr langsam, fand Eva. Da wurde sie oft ungeduldig, weil es einfach viel zu lange dauerte, bis Eddi zum Punkt kam, aber sonst war Eddi super. »Hallo Eddi«, rief ihre Mutter aus der Küche. »Eva ist noch nicht ganz fertig, wir hatten einen kleinen Zwischenfall beim Frühstück.« An Eva gewandt sagte sie: »Los jetzt, geh schnell Zähne putzen, sonst muss Eddi so lange auf dich warten.« Das fand Eva richtig blöd. Eddi war doch gerade erst gekommen und sie hatte so viel zu erzählen, da konnte sie doch jetzt nicht einfach Zähne putzen gehen. Sie wollte viel lieber bei Eddi bleiben!