

Das Entstehen der Mental-Trainings Meinf Frankfurtmain (2010 -2016)

Für ein Projekt zur besseren Zielerreichung in verhaltenstherapeutischen Gruppentrainings wurde Jörg Spamer als externer Berater von der Leitung des Sozialpsychiatrischen Zentrums für Kinder und Jugendliche * in Frankfurt 2010 angefragt.

Die Gruppentrainings sind Teil der verhaltenstherapeutischen Maßnahmen, die in Kombination mit einer Medikation mit Ritalin oder ähnlichen Präparaten mit dem Wirkstoff Methylphenidat (genauer: Methylphenidathydrochlorid) als Therapie für Kinder und Jugendliche mit ADHS und oder ähnlichen Belastungsstörungen eingesetzt wird.

Die Qualifizierung der Gruppentrainings hatte zwei Teilziele: zum einen ging es darum, die Jugendlichen besser zu erreichen und damit durch wirksames Erlernen von Elementen wie z.B. von Eigenstrukturierung, die Stärke der Medikation möglichst zu verringern.

Jörg Spamer wurde bewusst fachfremd und als Künstler angefragt, um die bestehende Problematik aus einer anderen Perspektive anzugehen als der rein therapeutischen Sichtweise.

Dabei spielte unter anderem seine Erfahrung in Schauspielführung, in Performances und im Film sowie seine Erfahrungen im Umgang mit Jugendlichen, die er als Mitarbeiter in Jugendhäusern während seines Studiums sammeln konnte, eine Rolle.

Das Training-Projekt : Reduktion von Medikation – mehr Eigenstruktur bei ADHS - Patienten

In dem über drei Jahre angelegten Projekts war das Ziel, die Dosierung der Medikamente durch verbesserten und gezielteren Einsatz von verhaltenstherapeutischen Maßnahmen zu verringern. Weiterhin ging es darum, zusammen mit dem Praxisteam umsetzbare Lösungsvorschläge im verhaltenstherapeutischen Bereich zu erarbeiten.

Viele der jugendlichen Patienten hatten genetisch bedingt oder auch infolge von Belastungsstörungen in Form von Schwierigkeiten mit der Konzentration, ein schwaches Selbstwertgefühl, oft auch beides.

Folgen waren oft Ausgrenzung aus sozialen Gruppen (Klassengemeinschaft, Sportvereine) und dadurch Vereinsamung, Depressionen etc.

In der Praxis des Sozialpsychiatrischen Zentrums für Kinder- und Jugendpsychiatrie, das Jörg Spamer angefragt hatte, konnten durch die stärkere Einbindung der Eltern schon einige Erfolge erzielt werden, weshalb in Eigenentwicklung ein Manual basiertes Elterntaining (KAPPE) entwickelt wurde.

Ziel war insgesamt eine höhere Qualifizierung: dies betraf die Methodik in der Behandlung wie auch das Verständnis des sozialen Umfeldes sowie der neu einzuarbeitenden Mitarbeiter des Praxisteam.

Verbesserung des Senders– Empfänger-Prinzips

Die andere ‚Sprache‘ - Viele der jungen Patienten kamen oft aus Nichtakademischen Haushalten und zum Teil mit einem sogenanntem ‚Migrationshintergrund‘. Sie sprachen – auch wenn es die deutsche Sprache war- eine andere Sprache als die TherapeutInnen. Die Sprache der Straße traf auf oft Ausdrücke aus Psychologie-Lehrbuch.

Daher: egal von welcher Seite: es kam selten auf Anrieb zu einem ‚Verstehen‘.

Ein weiterer Punkt war, dass sich Kinder und Jugendliche selten verbal mitteilen. Mimik und Gestik spielen eine enorme Rolle.

Mimik und Gestik zu lesen und diese auch einzusetzen sind vor allem Elemente des Schauspielstudiums, weniger im Psychologiestudium. Dazu gehört nicht nur theoretisches Lesen und Studium von Abbildungen, sondern es kommt auf schnelles Erkennen und ebenso schnelles Reagieren an. Dies kann nur durch eigene Praxis erlernt werden.

Unter anderem mit Übungen hierzu, gelang es bald, die Kommunikation zwischen TherapeutInnen, Kindern und Jugendlichen zu verbessern.

Rollenspiele

Da Kinder und Jugendliche sich wenig verbal über ihr Befinden und schon gar nicht über Probleme äußern, verstärkte Jörg Spamer das Gewicht auf verhaltenstherapeutische Übungen der Rollenspiele, die auch in den Manualen angeführt wurden.

Dies hatte nachhaltigen Erfolg. Indem beide therapeutischen Kräfte Beobachtungen notierten (im Bedarfsfall in manchen Sitzungen eine zusätzliche Kraft nur zur Beobachtung anwesend war und das Geschehen notierte), konnten in den nachfolgenden Besprechungen die auffälligen Verhaltensweisen der Jugendlichen und deren Zustandekommen aus der Gruppendynamik heraus besser nachvollzogen werden. Reaktionen oder schon vorher bestehende Und daher Gemütszustände wie Schweigen oder etwa auch Aggressions-Schübe konnten besser analysiert werden. Dadurch war es dem Praxisteam möglich, einen exakteren und individuelleren Therapieplan erstellen und in den nächsten Sitzungen die einzelnen Therapiebausteine darauf abstimmen.

(Zuletzt überarbeitet a. 10.08.2022)

- <https://www.kijupsy-zentrum-frankfurt.de/>