



BURSCHE UNTER SICH

Jung – männlich
– ängstlich –
aggressiv?
In St. Pölten
nutzen zwei
Psychotherapeuten ein ganz
besonderes
Konzept für
die Arbeit mit
verhaltensauffälligen Jugendlichen.

Paul Hemmelmayr und Martin Steiner ist egal, ob es draußen frühlinghaft warm ist oder schneit. Alle zwei Wochen verbringen sie den späten Nachmittag im Freien – bei jedem Wetter. Für die beiden Psychotherapeuten aus St. Pölten ist die natürliche Umgebung eine wichtige Säule in der Arbeit mit jungen Burschen. Denn draußen, sagt Steiner, sind sie offen für ungewöhnliche Erfahrungen, haben viel Platz, um sich zu bewegen und können zur Ruhe kommen.

„Wir arbeiten mit Gruppen von fünf bis acht Buben im Alter von elf bis 15 Jahren. Sie alle haben gravierende Schwierigkeiten im Sozialverhalten. Zum Beispiel sind sie anderen gegenüber aggressiv oder gewalttätig, werden gemobbt oder finden keinen Anschluss an Gleichaltrige“, erklären die Psychotherapeuten. Meist sind es die Eltern, Jugendämter, Schulen oder Kinder- und Jugendpsychiater, die an Hemmelmayr und Steiner herantreten, weil den Buben zum Beispiel ein Schulausschluss droht. „Beim Anamnesegespräch mit den Eltern spüren wir viel Verzweiflung und Hilflosigkeit von beiden Seiten. Meist sind Kind und Eltern in ungute familiäre Muster verstrickt – ein Strudel, der zunächst ausweglos erscheint.“ Hier setzen die beiden Therapeuten an: In der „psychotherapeutischen Burschengruppe mit integrativen Outdoor-Aktivitäten®“ lernen die Buben einen anderen Umgang miteinander und mit ihren eigenen Emotionen, arbeiten an ihrer Selbst- und Fremdwahrnehmung und üben, Grenzen zu erkennen. „In der Gruppe

rücken wir das Handeln der Buben in den Mittelpunkt der Aufmerksamkeit. In ihrem Handeln zeigt sich die Persönlichkeit direkter als im Gespräch. Ihre Schwierigkeiten, aber auch ihre Stärken werden dadurch deutlicher“, sagt Hemmelmayr. Die Therapeuten stellen den jungen Teilnehmern klare Einzel- oder Gruppenaufgaben, für deren Bewältigung es eigenen Einsatz braucht. Doch damit dieser Einsatz auch geleistet wird, ist es zuallererst wichtig, dass die Buben freiwillig am Programm teilnehmen, betont Steiner: „Im Erstgespräch fragen wir das Kind, wo die Schwierigkeiten liegen, was schon probiert wurde – und ganz wichtig – welche Fähigkeit es lernen müsste, damit das Problem gelöst wird. Das kann zum Beispiel sein, die Kontrolle über seine Fäuste zu behalten, Freunde zu finden oder nicht immer das letzte Wort haben zu müssen. Nachdem wir dem Burschen erklärt haben, was ihn in der Gruppe erwartet, stellen wir ihm die Frage: Möchtest du denn mitmachen? Und egal wie er sich entscheidet, wir respektieren es.“ Oft, erzählt Steiner, wurden die beiden Psychotherapeuten für diesen Grundsatz schon kritisiert. „Doch Psychotherapie lebt von Freiwilligkeit – und mit Motivation geht alles leichter. Das erklärt auch die niedrigen Abbruchsraten in der Gruppe.“

ÜBER SICH HINAUSWACHSEN

Hat sich der Bub für die Teilnahme entschieden, so warten sieben Gruppentermine auf ihn, die



BURSCHEN-GRUPPE

Die „psychotherapeutische Burschengruppe mit integrativen Outdoor-Aktivitäten“ ist eine Kombination von Familientherapie mit Einbezug der Eltern und Gruppenpsychotherapie der Kinder/Jugendlichen. Es finden zwei Familiengespräche (= Erst- und Abschlussgespräch), ein Elterngespräch, ein Elternabend und sieben Gruppentermine (je zwei Stunden über rund vier Monate) statt.

Informationen:

www.hemmelmayr.at,
martin.j.steiner@aon.at

alle zwei Wochen stattfinden und je zwei Stunden dauern. Die Gruppe trifft sich draußen in der Natur rund um St. Pölten – zum Beispiel im Wald oder am Traisenufer. Hier müssen die Burschen verschiedene Aufgaben bewältigen. Diese reichen von Problemlöse-, Abenteuer- oder Kooperationsspielen über Wahrnehmungsaufgaben und Körperübungen bis hin zu Nachdenkaufgaben. Hochseilklettern, Collagen aus Naturmaterialien basteln, sich einen sicheren Platz bauen oder gemeinsam eine Jause essen, die abwechselnd einer der Buben für alle vorbereitet – Aktivitäten, die das Gruppengefühl stärken und den Buben auch helfen können, über sich hinauszuwachsen. „Die Burschen lernen, sich ihren Ängsten zu stellen und sie müssen sich auch manchmal überwinden, um Hilfe zu bitten. Der geschützte Rahmen unterstützt das Ausprobieren von Handlungsmöglichkeiten und sie erfahren dabei durchaus spürbare und bedeutungsvolle Konsequenzen. Dabei merken wir, dass Tageserfahrungen viel ausmachen – Stress in der Schule oder Streit mit den Eltern beeinflussen die Stimmung der Buben enorm. Indem sie diese Muster zeigen, können wir gemeinsam daran arbeiten“, sagt Hemmelmayr.

AHA-ERLEBNIS

In der Burschengruppe gibt es wenige, jedoch klare Regeln: Stopp-Regel bei Überforderung oder Gefahr, Gewaltverbot, ausreden lassen und handyfreie Zeit. Das Thema Sicherheit ist im Out-

doorbereich von großer Bedeutung, denn die Schwierigkeiten im Sozialverhalten zeigen sich auch in der Gleichaltrigen-Gruppe, zum Beispiel bei Konflikten oder Provokationen. Da kann es auch einmal passieren, dass die Buben davonlaufen möchten oder zuhauen wollen. „Aus diesem Grund arbeiten wir immer zu zweit und teilen unsere Aufgabenbereiche abwechselnd und für alle sichtbar: Einer kümmert sich um die inhaltliche Arbeit mit der Gruppe und der andere um die Sicherheit“, erklärt Hemmelmayr. Doch auch für die erfahrenen Psychotherapeuten sind manche Situationen herausfordernd, ergänzt Steiner: „Wir müssen unsere eigenen Emotionen kontrollieren, respektvoll dazwischengehen und das Erlebte im Nachhinein reflektieren. Wir zeigen vor den Burschen aber auch, wenn wir einmal nicht weiterwissen oder besprechen uns vor ihnen. Das ist oft ein Aha-Erlebnis, weil sie merken, dass auch Männer Unsicherheit und Schwäche zeigen dürfen. Damit erleben sie uns vielleicht anders als andere männliche Bezugspersonen.“ Ein wichtiger Aspekt ihrer Arbeit ist auch der Austausch mit den Eltern, sagen Hemmelmayr und Steiner. So gibt es neben einem therapeutischen Elterngespräch auch einen Elternabend, den die Eltern als Gruppe in der Natur verbringen. „Hier kommt es zum Perspektivenwechsel, wenn Eltern bei einem Rollenspiel in die Rolle ihres Kindes schlüpfen. So erleben auch die Eltern überraschende Ahas, lernen, sich wieder mehr in ihre Kinder hineinzusetzen und schöpfen neues Vertrauen“, erklärt Steiner.

ERFOLGE MESSEN

Dass die Teilnahme an der Gruppe für viele Buben Erfolge bringt, sehen die Psychotherapeuten deutlich: „Innerhalb der Gruppe werden Freundschaften geschlossen, die Buben tauen auf, haben Spaß miteinander, bauen Vorurteile ab, werden unabhängiger und selbstbewusster. Mithilfe von Fragebögen, die vor Beginn, am Ende und drei Monate nach Abschluss der Gruppe zum Einsatz kommen, können wir die Erfolge empirisch belegen.“ Am Ende der Therapie sprechen Hemmelmayr und Steiner den Familien weitere Handlungsempfehlungen aus. „Das können ganz unterschiedliche Dinge sein – Vereinsaktivitäten, Sport, eine Jugendintensivbetreuung oder mehr Zeit mit Mama oder Papa zu verbringen. Oder wir haben so einen guten Eindruck, dass wir überzeugt sind, dass die Familie fortan allein zurechtkommt“, sagt Steiner. Zufrieden sind die beiden Therapeuten jedenfalls, wenn die Buben Fortschritte machen, um zu liebevollen und selbstsicheren Männern heranzuwachsen.

MICHAELA NEUBAUER ■



Die Psychotherapeuten
DI Paul Hemmelmayr,
MSc (Bild oben) und
Martin Steiner arbeiten
mit jungen Burschen.

