

Beziehungsangebot und Vorbild als Antwort auf heutige Herausforderungen für Kinder und Jugendliche

Gottfried Maria Barth¹, Tobias J. Renner^{1,2}

¹Abteilung für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter, Universitätsklinikum Tübingen. ²Deutsches Zentrum für Psychische Gesundheit - Standort Tübingen

Einführung

Heutige Problematik

Die Welt, in der Kinder und Jugendliche aufwachsen hat sich in diesem Jahrhundert radikal verändert und ist weiter in rasantem Wandel. Dadurch entstehen neue Herausforderungen in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. In der heutigen Welt suchen Kinder und Jugendliche nach grundlegender Orientierung und nach Selbstwert- und Selbstwirksamkeitserfahrungen. Diese können durch Anwendung therapeutischer Technik egal welcher Ausrichtung nicht alleine zur Verfügung gestellt werden. Dadurch kommt der Person der Therapeutin / des Therapeuten eine noch bedeutendere Rolle zu. Im ersten Schritt werden beispielhaft Elemente der total veränderten Welt dargestellt, um dann in einem zweiten Schritt die daraus abzuleitenden Elemente des Beziehungsangebots und der Vorbildfunktion abzuleiten.

Ausgangslage

Die bedrohte Welt der Kinder und Jugendlichen

Im Gegensatz zu früher sind Kinder und Jugendlichen über ihr Smartphone den ganzen Tag über allen Informationen der ganzen Welt ausgesetzt. Peter Sloterdijk formuliert dies folgendermaßen: „Wenn ich mich nur von Nachrichten ernähren würde, dann wäre ich wahrscheinlich schon in der ruhiggestellten Abteilung der Psychiatrie“ (Sloterdijk 2025)

Belastend neben der Reizüberflutung sind vor allem die bedrohlichen Inhalte aus der ganzen Welt, die früher weit weg oder unbekannt waren, heute dagegen permanent auf dem Display erscheinen. Nur eine kleine Auswahl verdeutlicht dies schon:



Oft sind auch die umgebenden Erwachsenen selbst damit überfordert und nicht in der Lage, angesichts dieser prekären Lage ausreichend Halt zu geben.

Da die Welt als zunehmend komplex und unkontrollierbar erfahren wird, werden zentrale Bausteine der Entwicklung wie Selbstwirksamkeit und Selbstwert immer schwerer erfahrbar. Da die Elternhäuser selbst zunehmend fragil sind und häufig immer weniger Stabilität bieten können, bleiben die Kinder und Jugendlichen allein gelassen in einer bedrohlichen Welt.

Zentrale Belastungsfaktoren wurden in der Copsy-Studie (Corona und Psyche – Universitätsklinik Hamburg Eppendorf) erfragt.



Abbildung Belastungen und Risikofaktoren Copsy-Studie 2024

Die Kinder und Jugendlichen geben heute zunehmend Krieg, Wirtschaft und Klima als Hauptsorgen an. Und die stärksten Risikofaktoren für psychische Erkrankungen aus der Copsy-Studie zeigen, dass eine zunehmende Zahl von Kindern und Jugendlichen davon betroffen in eine prekäre Situation kommt.

Zusätzlich sind sie über das Internet einem ständigen Zugriff von Geschäftsinteressen oder anderer Ausnutzung ausgesetzt. Christian Montag hat dies ausführlich in seinem Buch „Du gehörst uns!“ dargestellt. (Montag 2021)

Mädchen sind nicht selten sexuellen Interessen oder gar Übergriffen ausgesetzt, inzwischen sind problematische Challenges Alltag, die zu katastrophalen Folgen führen können.

Cybermobbing gehört zur Erfahrung von vielen Kindern und Jugendlichen, ebenso die meist ungewollte Konfrontation mit verstörenden und traumatisierenden Inhalten. (Kim/Jim Studie 2025)

Da die Nutzungszeiten oft mit dem finanziellen Erfolg der Anbieter zusammenhängen, sind viele Angebote im Netz so aufgebaut, dass es schwer fällt, vernünftige Nutzungszeiten einzuhalten. Dies umso mehr bei Kindern und Jugendlichen mit ihren noch unausgereiften Kontrollfunktionen im Gehirn.

Den Schulen fällt in diesem Zusammenhang ein besonderes Gewicht zu, doch sie sind auf diese Aufgabe unzureichend vorbereitet. So werden sie überwiegend als Belastung und Druck empfunden und weniger als Unterstützung. (Kim/Jim-Studie 2025)

Daraus ergibt sich auch eine neue Situation für Psychiatrie und Psychotherapie: Sie behandeln Kinder und Jugendlichen, die sich in einer völlig anderen Situation befinden als dies zu Beginn des Jahrhunderts der Fall war und sie müssen sich fragen, ob dies ihr Vorgehen nicht grundlegend beeinflussen muss.

Kontakt

Gottfried Maria Barth | gottfried.barth@med.uni-tuebingen.de
Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter, Universitätsklinikum Tübingen
Oslenderstraße 14, 72076 Tübingen

Ergebnisse

Herausforderung für Psychiatrie und Psychotherapie

Es ist eine immense Herausforderung, in dieser Umwelt eine eigene Identität und ein orientierendes Wertesystem zu entwickeln. Neben den neuen Aufgaben für unsere Schulen, ein geeignetes Handwerkszeug für den Umgang mit dieser neuen Welt zu vermitteln, ergibt sich auch für die Psychotherapie die Aufgabe, in dieser Vielfalt Orientierung und Entwicklungsmöglichkeiten zu eröffnen. Psychiatrie und Psychotherapie müssen sich dabei hinterfragen, wie sie dem gerecht werden können. Eine Beschränkung auf Anwendung von therapeutischen Techniken dürfte nicht mehr ausreichen. Gerade in der heutigen Zeit mit ihrer massiven Einflussnahme auf Kinder und Jugendliche und einer weitgehenden Relativierung von Werten ist es wichtig, dass nicht nur innerpsychische Prozesse in der Therapie adressiert werden, sondern eine reale werte- und beziehungsorientierte Welt direkt erlebt werden kann. Psychotherapeuten sollten sich dafür zur Verfügung stellen und sollten dafür in geeigneter Weise ausgebildet werden.

Wichtige Bausteine dafür sind die Vorbildfunktion sowie wertschätzende Beziehung. Erfahrungen aus der klinischen Praxis zeigen, dass sich damit viele auch schwer belastete Kinder und Jugendliche mit ausgeprägter Symptomatik erreichen lassen. Damit können Bausteine für ein gelingendes Leben vermittelt werden.

Beziehungsangebot als Zugang und Voraussetzung

Kontakt und Beziehung gehören zu den Grundbedürfnissen. Dies gilt für Kinder und Jugendliche mit ihrer erst im Ausreifen befindlichen mentalen Verarbeitung um so mehr. Selbst junge Kätzchen – als Erwachsene oft Einzelgänger – zeigen dieses Bedürfnis.

Kinder und Jugendliche können dies oft eindrücklich bildlich ausdrücken. Sie erwarten zusätzlich zu den therapeutischen Aufgaben ein an die Hand genommen werden, eine konkrete Beziehung zu einem wohlwollenden Menschen.



Beziehung ist dabei mehr als die bewusste Gestaltung der Interaktion, wie die intensive Beziehung zu Tieren zeigt.



Martin Buber weist auf den tieferliegenden Beziehungsaspekt hin, der jenseits unseres psychologischen Wissens und bewussten Gestaltens eine direkte Begegnung, die er Ich-Du nennt, ist und die nur als ganz Person gelebt werden kann. Dadurch wird dann Kindern und Jugendlichen auch ein grundlegender Halt und ehrliche Wertschätzung erlebbar.

Vorbildfunktion als Wirkfaktor

Um den zentral wichtigen Selbstwert zu adressieren, muss in der therapeutischen Beziehung die konkrete Wertschätzung der PatientInnen durch die TherapeutInnen eine zentrale Position einnehmen. Dies erfordert eine Modifikation der häufig erlernten Perspektive, die sehr defizitorientiert ist. Es muss diese Wertschätzung konkret gelebt werden, was eine Fokussierung auf die vorhandenen Ressourcen erfordert. Angesichts der Beliebigkeit in der heutigen Online-Welt, kommt dem in direkter Beziehung erlebten menschlichen Vorbild eine besondere Bedeutung zu. Dies erfordert von den TherapeutInnen eine besondere persönliche Entwicklung, die allerdings auch außerhalb der beruflichen Funktion für die Einzelnen ein Gewinn sein dürfte.

Diskussion

In einer Welt der fast undurchschaubaren Mischung aus Wahrheit und Fake, aus echt und KI-generiert, kommt der persönlichen Begegnung und dem persönlichen Vorbild eine besondere Bedeutung zu.



Emmanuel Levinas weist auf die grundsätzliche Andersheit des Gegenüber hin

Thomas Nagel weist nach, dass die subjektive Erfahrung des anderen uns prinzipiell nicht zugänglich ist.



Umso mehr müssen wir in Form eines respektvollen Gegenübers mit wertschätzendem Beziehungsangebot und als orientierendes Vorbild unseren PatientInnen gegenüber treten und zu ihrer Beseelung beitragen.



Gerade weil gilt:

„Alles ist sehr ungewiss und gerade das finde ich beruhigend.“
Tove Jansson

Referenzen

1. Sloterdijk, Peter (2025): Deutschlandradio Kultur – Philosophiemagazin Sein und Streit vom 16.2.2025 – 13:10 Uhr.
2. Montag, Christian (2021): Du gehörst uns! Blessing-Verlag
3. Medienverbund Südwest: Kim/Jim-Studie 2025
4. Universitätsklinik Hamburg-Eppendorf: Copsy-Studie 2024
5. Tove Jansson (1957): Winter im Mumintal – 2. Kapitel (1957 – Trollwinter)
6. Nagel, Thomas (2012): Was bedeutet das alles. Reclam

