

«Gib deinem Gegenüber keine Macht»

Der Kinder- und Jugendpsychiatrische Dienst Graubünden bietet ein neu entwickeltes Programm für verhaltensauffällige Jugendliche an. Der Weg zur Besserung ist allerdings weder für die Teenager noch für die Psychologen ein leichter.

Von Nicole Krättli (Text) und Marco Hartmann (Bilder)

Chur/St. Antönien. – Marcel* kauert im Gebüsch vor dem Schlangenfelsen und blickt beeindruckt und doch etwas ängstlich den gewaltigen Steinblock hinauf – dorthin, wo sein Kollege Remo* die letzten Instruktionen von Bergführer Andres Scherrer erhält. Dann geht es los. Remo setzt einen Fuss hinter den anderen und seilt sich vom imposanten Felsen oberhalb St. Antönien ab. Noch immer kniet Marcel in den Stauden – stillschweigend. Bergführer Scherrer versucht ihn kurz darauf davon zu überzeugen, sich ebenfalls von ihm abseilen zu lassen. In Marcells Augen ist die Angst deutlich sichtbar. Er würde dies allerdings nie zugeben und zieht die Übung lieber ins Lächerliche.

Was sich hier abspielt, ist sinnbildlich für Marcells Leben. Wenn er vor einem Problem steht, fehlen ihm die kommunikativen Fähigkeiten, dieses zu bewältigen. Nicht nur das, es mangelt ihm insbesondere an Vertrauen in andere Menschen und noch weit mehr – an Vertrauen in sich selbst. Der Junge eckt an, wird von der Gesellschaft als «auffällig» bezeichnet. Marcel ist 16 Jahre alt und wurde vom Jugendrichter verurteilt – er hatte in seiner Schule mit einem Amoklauf gedroht.

Einzigartiges Programm

Derartige Drohungen werden heutzutage nicht mehr als dummes Geschwätz abgetan, sondern äusserst ernst genommen und hart bestraft. Dies musste Marcel am eigenen Leib erfahren. Er wurde in ein Erziehungsheim geschickt und muss zusätzlich das in der Schweiz einzigartige Jugendtraining des Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienstes Graubünden (Kjpd) absolvieren. Dieses erstreckt sich über zwei Monate und besteht aus mehreren Gruppen- und Einzelsitzungen sowie zwei Erlebnistagen in der Natur.

Zum praktischen Teil gehört auch das Abseilen von einem hohen Felsen, bei dem die Jugendlichen lernen, ihr Verhalten kritisch zu hinterfragen und gemeinsam nach Handlungsalternativen zu suchen. Geleitet wird das Projekt von den Psychologen Reto Mischol und Benjamin Krexa, die das Programm selbst entwickelt haben.

«Ein dummer Spruch» mit Folgen
Vom Felsen gehts ins Schulzimmer – zur Gruppensitzung. Marcel ist der äl-



An seine Grenzen gehen und Neues ausprobieren: Die Psychologen Reto Mischol (links) und Benjamin Krexa versuchen, die Jugendlichen zum Umdenken zu animieren und machen ihnen Mut, einmal etwas Neues zu wagen.

teste in der Runde, was sich auch an seinem Körperbau zeigt. Der schwarzhäarige Junge mit seinen frechen braunen Augen ist grösser und muskulöser als der Rest der fünfköpfigen Truppe. Er übernimmt die Rolle des Clowns und Alleinunterhalters. Die Psychologen setzen dem «Vergnügen» ein rasches Ende, jeder Einzelne soll sich den anderen vorstellen. Marcel schildert seine eigentlich traurige Geschichte, die ihn hierher gebracht hat, beinahe als eine Heldentat. Als das Wort «Amoklauf» fällt, zeigt sich die Gruppe beeindruckt. Marcel fügt hinzu, dass der «ganze Zirkus» um diese Drohung unnötig gewesen sei. «Ich habe es nicht ernst gemeint», beteuert er. Es sei ein dummer und unüberlegter Spruch gewesen. Schaut man in Marcells spitzbüschige Augen, fällt es nicht schwer, ihm zu glauben, dass es sich wirklich nur um einen «dummen» Spruch gehandelt hat.

Scheinbar unscheinbar

Nicht nur Marcel, auch die vier anderen Jungs werden immer unruhiger und stören die Sitzung, wann immer sich eine Gelegenheit bietet. Remo scheint zwischendurch zu vergessen,

warum er hier ist, und macht seinem Unmut über die «langweiligen und nutzlosen» Sitzungen Luft. Zusammen mit seinem Freund Thomas* war er in eine Schlägerei verwickelt, weshalb nun beide lernen sollen, wie sie mit Konflikten besser umgehen können. Stefan* wirkt im Vergleich zu den übrigen Gruppenteilnehmern ruhig. Trotzdem lässt er sich noch so gerne von den anderen ablenken, um mit ihnen herumzualbern.

Einer der Jugendlichen ist kaum wahrzunehmen. Während die anderen Jungs wenig Disziplin zeigen, sitzt Flurin* ruhig auf seinem Stuhl und starrt auf den Boden. Er redet nur, wenn er gefragt wird, und auch dann beschränkt er sich auf einige wenige Worte. Selbst während der Dialoge mit den Gleichaltrigen vermeidet er jeglichen Augenkontakt. Unvorstellbar, dass dieser blasse, blonde Knabe zuhause mit den Fäusten auf seine Familie losgeht. Seine Aggressionen lässt er meistens an seiner Mutter oder seinem Bruder aus. Flurin hat sich freiwillig entschlossen, am Programm teilzunehmen.

Ungewollter Kontrollverlust

Der wichtigste Teil der Sitzungen be-

steht jeweils aus Verhaltensübungen. Mischol und Krexa fordern die Gruppe zunächst auf, sich Situationen zu notieren, in denen sie sich provoziert fühlen und zuschlagen würden. Bei Marcel sind es die Beleidigungen gegen seine Mutter, welche ihn am meisten in Rage bringen. Diese hat eine Behinderung am Bein, weshalb der Junge oft gehänselt wird. «Wenn jemand etwas gegen meine Mutter sagt, hat er Schläge verdient», sagt er wütend. Diese Haltung erntet Zuspruch vom Rest der Gruppe.

«Im Moment, in dem du zuschlägst, gibst du deinem Gegenüber die Macht über dich», erklärt Krexa den etwas ungläubig dreinschauenden Jugendlichen. Um seine Aussage zu verdeutlichen, geht der Psychologe noch einen Schritt weiter. Zusammen mit Marcel stellt er eine reale Szene nach, in der Mitschüler Marcells Mutter beleidigen. Bereits in dieser fiktiven Situation sind Wut und Traurigkeit in Marcells Augen zu sehen. Mischol bricht die Szene ab, um sie in der Gruppe zu diskutieren. «Am Ende einer Schlägerei fragt niemand, wer euch wie provoziert hat. Die Lehrer oder die Polizei sehen einzig und allein das Opfer», erklärt Mischol. «Ihr kommt also auf

jeden Fall in Teufels Küche und das aufgrund einer Person, die euch unter Umständen absichtlich provoziert hat. Versteht ihr nun, was ich meine?» hakt Krexa nach. Es scheint, als hätten die Jugendlichen verstanden. Zum ersten Mal schweigen alle – und denken nach. «Es ist wichtig, dass sich die Jugendlichen vor einer Handlung bewusst sind, mit welchen Konsequenzen sie rechnen müssen», erklärt Krexa. «Indem wir brenzlige Situationen wieder und wieder nachspielen und anschliessend in der Gruppe analysieren, fällt irgendwann der Groschen», ist sich Mischol sicher.

An seine eigenen Grenzen stossen

Dass dieser Groschen fällt, dazu tragen insbesondere auch die Erlebnistage in der Natur bei, fernab vom vertrauten Umfeld und abgeschieden von der Aussenwelt. «In diesen zwei Tagen können die Jungs weder ausweichen noch heimgehen, dies schafft eine spezielle Atmosphäre und erleichtert die Arbeit mit ihnen», sagt Mischol.

In der Natur würden die Jugendlichen an ihre physischen und psychischen Grenzen stossen. «Die Alpenüberquerung nach St. Antönien ist sehr anstrengend. Sobald einer protestiert und nicht mehr weitermacht, behindert dies die ganze Gruppe», erklärt Krexa. «Irgendwann kommt der Moment, in dem jeder von ihnen begreift, dass ihre Strategie ungünstig ist und es sinnvollere gibt. Nicht etwa, weil wir es ihnen sagen, sondern, weil sie es am eigenen Leib erfahren.»

Die erste Hürde ist geschafft

Marcel hat seine letzte Sitzung hinter sich. Er sieht verändert aus. Der Glanz in seinen Augen verrät, dass irgendetwas passiert ist. Voller Stolz platzt er mit der Neuigkeit heraus: «Ich habe eine Lehrstelle erhalten.» Die Begeisterung unter den Jugendlichen ist gross. Auch Mischol und Krexa freuen sich über die gute Nachricht, konfrontieren Marcel aber mit den Herausforderungen, die ihn in einer Berufslehre erwarten. «Ich weiss, dass viel Arbeit auf mich zukommt, aber ich freue mich darauf und werde mein Bestes geben», verspricht Marcel.

*Namen der Redaktion geändert.



Lernen in einem geschützten Umfeld: In einer kleinen Gruppe können Jugendliche ihre Verhaltensmuster durchbrechen.

Sozialkompetenz ist lernbar

Chur. – Diverse Faktoren können es Jugendlichen erschweren, gewisse Entwicklungsschritte zu bewältigen. Verunsicherung, Rückzug oder sozial auffälliges Verhalten können mögliche Reaktionen sein. Hier setzt das Programm des Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienstes Graubünden an.

Zugewiesen werden die Jugendlichen entweder von Behörden oder privat. Die Kosten von 3900 Franken pro Teilnehmer werden je nach Überweisung übernommen oder müssen selbst getragen werden. Im Herbst starten die Psychologen Reto Mischol und Benjamin Krexa die dritte Gruppentherapie. Der Erfolg der Programms ist gemäss Mischol und Krexa bei den Teilnehmern des ersten Durchgangs bereits erkennbar. (nkr)