

DBT-A – ein Angebot im Alltag einer stationären Jugendhilfeeinrichtung

Kornelia Dietz, Lauterbach

Das »Haus am Kirschberg« in Lauterbach/Hessen ist eine Jugendhilfeeinrichtung mit stationären, teilstationären und ambulanten Angeboten. Darüber hinaus bilden wir benachteiligte Jugendliche aus der Region aus. Die Pädagogisch-Therapeutische Intensivgruppe ist ein Betreuungsangebot für Mädchen und junge Frauen aus unserem stationären Bereich.

1. Vorgeschichte

Das Angebot der Pädagogisch-Therapeutischen-Intensivgruppe besteht seit Beginn der 90er-Jahre und richtet sich an Mädchen und junge Frauen mit kinder- und jugendpsychiatrischen Störungsbildern. Nach einem abgeschlossenen Klinikaufenthalt bedürfen diese häufig einer weitergehenden pädagogischen, psychotherapeutischen sowie fachärztlichen Begleitung und Behandlung.

Spätestens seit Mitte der 90er Jahre stieg in unserer Einrichtung der Betreuungs- und Hilfebedarf insbesondere für weibliche Jugendliche mit selbstverletzenden, emotional-instabilen Verhaltensweisen. Diesem Bedarf konnten wir trotz einer engen Zusammenarbeit mit der Kinder- und Jugendpsychiatrie (KJP) und niedergelassenen Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten nicht mehr ausreichend begegnen. Daher erfolgte eine konzeptionelle Weiterentwicklung in Richtung der Dialektisch-Behavioralen-Therapie (DBT) in Form einer Qualifizierung der pädagogischen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter (zunächst DBT Kompakt 1) sowie einer Einstellung einer Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin. So können wir den Anforderungen einer Betreuung möglicherweise mehrerer Mädchen und jungen Frauen mit selbstverletzenden Verhaltensweisen und Suizidgedanken im Gruppensetting besser gerecht werden.

2. Umsetzung

Die Umsetzung begann im Februar 2009 mit einer Gruppe von vier jungen Frauen im Alter von 16 bis 23 Jahren.

2.1 Teilnahme

Die Teilnahme sollte freiwillig erfolgen. Frauen, die bereits in der Gruppe leben, konnten und können sich nach einer obligatorischen vierwöchigen Orientierungsphase zum Einleben auf der Grundlage von Informationen über das DBT-Angebot sowie nach Gesprächen mit Bezugsbetreuer/Innen und der Therapeutin für eine verbindliche Teilnahme entscheiden.

Im Falle bereits bestehenden selbstverletzenden Verhaltens sollte eine Teilnahme am DBT-Angebot an den Aufenthalt in unserem Haus gekoppelt sein und eine Entscheidung dafür gegebenenfalls im Vorfeld getroffen werden. Eine Teilnahme ist mit dem Beginn eines neuen Moduls möglich. Bisher zeigten sich alle neu hinzugekommenen Mädchen und Frauen in der Lage, dysfunktionale und beispielsweise selbstverletzende Verhaltensweisen so weit zu kontrollieren, dass auch ein Einstieg in ein späteres Modul möglich war.

2.2 Zielgruppe

Um eine Mindestteilnahme von drei Frauen zu gewährleisten, richtet sich das DBT-Angebot an alle Mädchen und jungen Frauen der Pädagogisch-Therapeutischen-Intensivgruppe. Ausschlusskriterien sind beispielsweise kognitive Leistungsgrenzen. Somit standen in der bisherigen Zusammensetzung der Teilnehmerinnen am DBT-Programm nicht nur »borderline«-typische Symptome oder Probleme mit der Affekt- und Emotionsregulation im Vordergrund, sondern auch zum Beispiel ängstlich-vermeidende sowie schizoide Bewältigungsformen. Dies erforderte gegebenen-

falls eine Modifizierung oder Erweiterung der vermittelten Inhalte. Beispielsweise wurde im Modul »Zwischenmenschliche Fertigkeiten/Fertigkeiten üben« das Konzept der Habituation bezüglich des Vermeidungsverhaltens vertieft.

Zumindest phasenweise wurde unter anderem im Modul »Stresstoleranz / maximale Anspannung« insbesondere die Motivation der Gruppe durch die Teilnehmerinnen mit borderlinetypischer Symptomatik – und damit ihres oft dringlicheren Bedarfs – getragen. Dennoch blieben alle in der Gruppe. Gesonderte Informationen zu jeweils anderen Störungsbildern stießen auch bei Nichtbetroffenen auf Interesse und führten angesichts bisheriger Erfahrungen zu einer erhöhten gegenseitigen Verständnisbereitschaft.

2.3 Das Angebot

Angesichts der Besonderheit des DBT-Angebotes im Rahmen einer stationären Jugendhilfeeinrichtung, die neben der psychischen Stabilisierung gleichermaßen eine schulische und berufliche Entwicklung beziehungsweise Wiedereingliederung zum Ziel hat, stellt das Angebot für die Frauen einen zusätzlichen Bestandteil eines bereits gefüllten Wochenplans dar. So besuchten zwei bis drei Teilnehmerinnen des ersten Durchlaufs das Gymnasium mit langen Unterrichts- und Hausaufgabenzeiten, eine Teilnehmerin absolvierte ein ebenso zeitintensives Berufsvorbereitungsjahr. Darüber hinaus bestehen für jede Frau weitere auch gesamtgruppenpädagogische Angebote und Aufgaben. Aus organisatorischen Gründen kam eine verkürzte 16-wöchige Durchführung des DBT-Programms mit eventueller Freistellung der Teilnehmerinnen von Schule und Ausbildung nicht in Frage. Die Etablierung und Beibehaltung fester DBT-Termine angesichts sich verändernder externer Bedingungen stellten und stellen eine immer wiederkehrende Aufgabe – für das Team, als auch für die Teilnehmerinnen! – dar.

Das Angebot umfasst

- eine Fertigkeitengruppe (eineinhalb Stunden wöchentlich),

- eine Achtsamkeitsgruppe (eine halbe Stunde wöchentlich),
- Einzeltherapie (eine Stunde wöchentlich)
- sowie gegebenenfalls tägliche pädagogische Hilfestellungen.

2.4 Ablauf und Problemstellungen

Die Fertigkeitengruppe – geleitet von einer pädagogischen Mitarbeiterin und einer Therapeutin – erfolgt nach einem festgelegten Ablauf mit Eingangs- und Abschlussritualen, Hausaufgaben, Übungen sowie einem Infomationsteil. Die zu Beginn vorgesehene Zeit von zwei Stunden wurde im Verlauf auf eineinhalb Stunden angepasst – nicht zuletzt vor dem Hintergrund der oben genannten Belastungen der Teilnehmerinnen. Die Vermittlung und Erarbeitung der Module erfolgte zunächst nach dem Programm der Dialektisch-Behavioralen Therapie für Jugendliche (DBT-A). Mit Erscheinen des interaktiven Skilltrainings für erwachsene Borderline-Patienten erweiterten wir das Programm, so auch um das Modul »Selbstwert«.

Module des Fertigkeitentrainings:

- Achtsamkeit
- Stresstoleranz
- Umgang mit Gefühlen
- Zwischenmenschliche Fertigkeiten
- Selbstwert
- Walking the middle path

Die oben erwähnten Einschränkungen des stationären Jugendhilferahmens mit prallgefülltem Wochenplan boten uns vor dem Hintergrund längerer Aufenthaltsdauern jedoch zugleich auch Wertvolles: Zeit! So konnte die geplante Dauer eines Durchgangs von einem Jahr individuell verlängert und die zeitliche Vermittlung der Module den Bedürfnissen der Frauen angepasst werden. Die Bearbeitung der Inhalte und das Bewusstmachen und Zulassen eigenen dysfunktionalen Verhaltens und Noterlebens stellte für viele der Teilnehmerinnen bereits eine hohe Anforderung dar, einhergehend mit häufig scham- und schuldbesetzten Affekten und dem

Erleben maximaler Wertlosigkeit. Als wichtig schilderten einige Teilnehmerinnen hier die Erfahrung, mit den eigenen Ängsten nicht allein zu sein. Erlebten sich die Frauen in ihrer jeweiligen Problemstellung in der Regel verstanden, stellte die Umsetzung oder Anwendung der angebotenen Lösungs- und Entlastungsmöglichkeiten im Alltag für viele eine Grenze dar. Hier war die Zusammensetzung der Teilnehmerinnen mit in unserem Fall ängstlich-vermeidenden oder schizoïden Persönlichkeitsanteilen zu berücksichtigen. Im ersten Durchgang nahm eine Frau mit einer Borderline-Störung teil.

Die Stabilisierung beziehungsweise Erarbeitung von Veränderungsmotivation oder gar die Entwicklung eines »neuen Weges« für sich selbst stand sowohl in den begleitenden einzeltherapeutischen Gesprächen, als auch in der Fertigkeitengruppe stark im Vordergrund. Dies wurde vor dem Hintergrund ausgeprägter Selbstwertproblematik mit einem Gefühl, »Nichts an Wert« zu sein, als Schutz vor erneuten Scheiternserfahrungen verstanden. So erlebten wir die Frauen an der Vermittlung der theoretischen Inhalte deutlich interessiert, das Üben der Fertigkeiten hingegen schien ihnen schwer umsetzbar und Hausaufgaben wurden lediglich »erfüllt«. Dies zeigte sich in besonderer Weise auch in der Achtsamkeitsgruppe, die neben der Fertigkeitengruppe einen wesentlichen Bestandteil des DBT-Programms darstellte und in deren Vordergrund sowohl die Vermittlung einer verbesserten Wahrnehmung des Hier und Jetzt einer jeden Teilnehmerin als auch ihrer inneren Befindlichkeit, und zwar in vorbehaltloser Weise (!), stand: eine sehr schwer zu bewältigende Aufgabe!

2.5 Hilfestellungen und ihre Grenzen

Hier besteht die Aufgabe des Teams immer wieder darin, die Frauen beim Anwenden der in der Fertigkeitengruppe erworbenen Skills in konkreten Alltags- und Problemsituationen, beziehungsweise deren Generalisierung zu unterstützen und diesen oft mühsamen Weg, deren Anwendung zu einer erfahrbaren Entlastung zu führen, durchzuhalten.

Zwei Mitarbeiter/innen leiteten im Wechsel die Achtsamkeitsgruppe. Die Fertigkeitengruppe wurde von der Therapeutin sowie einer pädagogischen Mitarbeiterin, die für ein gesamtes Modul zuständig bleibt, geführt.

Auch für die pädagogischen Mitarbeiterinnen – insbesondere für diejenigen, die gerade nicht »dran« waren – galt es, die vermittelten Inhalte der DBT, die manchmal als zusätzliche Anforderung neben einem sowieso schon hohen Arbeitspensum empfunden wurden, in sich wach zu halten und auf eben dieses arbeitsreiche »Alltagsgeschäft« zu übertragen.

Wichtig war hier die Implementierung der DBT im Wochenablauf, beispielsweise als fester Bestandteil der Teamsitzung.

Um das »Commitment« der Teilnehmerinnen zu stärken und ihre Motivation, sich auf Veränderungsprozesse einzulassen, zu fördern, wurden und werden die teilnehmenden Frauen – noch am ehesten im Sinne der DBT-Strategie »Cheerleading« – immer wieder dazu eingeladen, das DBT-Programm zu ihrem eigenen Anliegen zu machen und sich zum Beispiel an dessen Gestaltung zu beteiligen, wobei Struktur und Inhalte entsprechend der Vorlagen der DBT-A sowie des interaktiven Skillstrainings für Borderline-Patienten weitgehend beibehalten wurden. Beispielsweise stellte sich für einige Teilnehmerinnen das regelmäßige Ausfüllen der Diary Card als zu belastend und wenig effektiv (»bringt nichts«) dar.

Die Diary Card enthält beispielsweise Angaben zu Spannungszuständen, Suizidgedanken, selbstverletzendem Verhalten, aber auch zu positivem Erleben und der Anwendung von Skills.

Mit der Möglichkeit jeder Teilnehmerin, ihre Diary Card in Absprache mit Bezugspädagogin und Therapeutin individuell zu verändern, konnte die Motivation wieder hergestellt werden.

So konnte eine Teilnehmerin, deren Grundbedürfniserfüllung nach ausreichendem Schlaf und regelmäßigen Mahlzeiten fest verankert schien, ihren Plan um diese Punkte reduzieren. Eine andere Teilnehmerin nahm den Fokus auf den Affekt »Wut« in ihren Plan auf.

Hingegen stößt das Erstellen von Verhaltensanalysen nach selbstverletzendem Verhalten entsprechend dem vorgeschlagenen Procedere im Gruppenalltag mit Time-out und Rückmeldung durch Betreuer – und damit die Auseinandersetzung mit eigenen Scheiternerfahrungen, wie eine Teilnehmerin beschrieb – nach wie vor bei einigen Teilnehmerinnen an eine Grenze. Nur ansatzweise konnte dies in den einzeltherapeutischen Sitzungen erfolgen.

Zu berücksichtigen ist hier sicherlich auch, dass es im bisherigen Verlauf nur vereinzelt zu selbstverletzenden Verhaltensweisen kam. Dieses Thema ist für die betroffenen Frauen nach wie vor schambesetzt und ein vertrauter Umgang mit den Verhaltensanalysen konnte noch nicht für alle Frauen erreicht werden.

Zugleich zieht das mit der Verhaltensanalyse zu erwerbende Verständnis in den jeweils eigenen Spannungsaufbau die Erwartung nach sich, das in der Fertigkeitengruppe Gelernte auch einzusetzen. Diese Entwicklung und Stabilisierung von Motivation für den »neuen Weg« und damit das Loslassen bisheriger dysfunktionaler, sich selbst schädigender – aber eben vertrauter – Verhaltensweisen konnte und kann erst mit zunehmendem Zutrauen in eigene Fertigkeiten wachsen.

Immer unter Berücksichtigung des jeweiligen Störungsbildes stellen einzelne Teilnahmebedingungen für manche Frauen zunächst ein Ziel dar. Hier ist es immer wieder ein Balanceakt, den individuellen Grenzen der Frauen zu entsprechen und zugleich einen für alle verbindlichen Rahmen zu gewährleisten. So mussten wir unser DBT-Angebot im ersten Durchgang für eine Teilnehmerin beenden und im einzeltherapeutischen Setting weiter-

führen. Eine Entscheidung, die uns nicht leicht gefallen ist. Kritisch reflektiert verbanden wir damit den Auftrag einer sorgsameren Motivationsklärung in der Vorbereitung auf das DBT-Programm.

3. Vorläufiges Resümee

Im bisherigen Verlaufszeitraum unseres DBT-Angebotes von mittlerweile drei Jahren nahmen/nahmen insgesamt elf Frauen teil.

Vier Frauen beendeten das Programm vorzeitig:

- Eine Teilnehmerin brach nach zweimaliger Teilnahme ab,
- drei Teilnehmerinnen beendeten die gesamte Jugendhilfemaßnahme vorzeitig bei jeweils rund einjähriger Teilnahme am DBT.

Drei Frauen haben das Programm mit einer individuellen Dauer von bis zu eineinhalb Jahren einmalig durchlaufen,

- für eine Teilnehmerin fand die Vermittlung der Inhalte im Einzelsetting statt.

Vier Frauen nehmen aktuell am Programm teil.

Nach Rückmeldung der teilnehmenden Frauen reduzierten sich anfängliche Vorbehalte und Ängste vor Scheiternerfahrungen. Zudem wurde das Zutrauen in eigene Fertigkeiten beispielsweise zur Spannungs- und Emotionsregulation sowie im zwischenmenschlichen Kontakt gestärkt. Die Motivation, sowohl die in der Fertigkeitengruppe erworbenen Skills als auch jene häufig bereits in sich vorhandenen und als solche identifizierten auch im Alltag einzusetzen, wurde von den Frauen in einem gemeinsamen Auswertungsgespräch deutlich bestätigt, wobei das Modul »Selbstwert« – von den Frauen als deutliche Aufforderung zur Selbstannahme verstanden – weiterhin eine Grenze darstellte. Insgesamt schien die Aussage »Nicht: ich bin das Gefühl, sondern: ich habe das Gefühl« nun unmittelbarer nachvollziehbar. Dies stellten notwendige Schritte für die bis zuletzt am schwierigsten zu bewältigende Aufgabe dar: ihre

»Entscheidung für einen neuen Weg«, die nach wie vor immer wieder neu getroffen werden muss.

Aktuell stellt sich uns die konzeptionelle Aufgabe einer Weiterführung der vermittelten Inhalte über das Programm hinaus. Diskutiert wird etwa die Implementierung einer regelmäßigen Fertigkeiten-/»Praxis«gruppensitzung anhand individueller Problemstellungen, die jeweils in Gruppenalltag und Therapie vorgeschlagen werden können. Unsere anfänglichen Bemühungen um eine besondere Attraktivität des Programms und Befürchtungen vor Abbrüchen sind (*noch vorsichtig*) aktuell einem größeren Vertrauen gewichen. Mittlerweile tragen die methodisch-inhaltlichen Erfahrungen der Teilnehmerinnen deren Motivation auch gegenüber neuen Frauen in der Wohngruppe. Wir sind gespannt, wie es weitergeht. □

Literatur

- Bohus, M. / Wolf, M. (2009): Interaktives SkillsTraining für Borderline-Patienten, Schattauer.
- Bohus, M. / Barthruff, H. (2000): Dialektisch Behaviorale Therapie der Borderline-Störung im stationären Setting, in: Psychotherapie im Dialog 4/2000.
- Freiburger Arbeitsgruppe DBT-A (2001): Dialektisch-Behaviorale Therapie für Jugendliche.

Kornelia Dietz
Sozialarbeiterin
Haus am Kirschberg
Am Kirschberg 1
36341 Lauterbach
therapie@
haus-am-kirschberg.de



EREV-Projekt »ZuPe« für Personalmanagement Award 2012 nominiert

Das Projekt des Evangelischen Erziehungsverbandes »Zukunft Personalentwicklung – ZuPe« ist für den Personalmanagement Award 2012 unter der Kategorie »Organisationen und Verbände« nominiert worden.

Der Personalmanagement Award 2012 wird jährlich vom »Bundesverband der Personalmanager« verliehen. Ziel ist es, herausragende Leistungen auf dem Gebiet des Human Resources Management zu einem jeweils ausgeschriebenen Themenschwerpunkt auszuzeichnen. Schwerpunkt der diesjährigen Ausschreibung ist das Thema »Diversity Management«.

Das Fortbildungs- und Forschungsprojekt des EREV »Zukunft Personalentwicklung – ZuPe« ist von der Jury, welche aus Vertretern aus der Wirtschaft, Medien, Politik und Wissenschaft besteht, auf die Shortlist der drei besten Projekte in der Kategorie »Organisation und Verbände« nominiert worden. Die Preisverleihung und die Bekanntgabe der Gewinner der jeweiligen Kategorie fanden am 21.06.12 auf der Galaveranstaltung »Nacht der Personaler« in Berlin statt. Weiterführende Informationen finden Sie unter <http://www.bpm.de/themen/aktuelles/meldungen/175>. Der Preis ging an das AWO-Projekt »Das Gold in den Köpfen – Nachwuchs fördern, Vielfalt stärken«