

# Informationen für Kolleginnen und Kollegen

Der PIC-Comic wendet sich insbesondere an verschiedene Experten<sup>2</sup> aus der Praxis und der Lehre: Kinderärzte, Kinder- und Jugendpsychiater, Psychologische Psychotherapeuten (PP), Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten (KJP), Psychologen, Sozialarbeiter bzw. Sozialpädagogen, Pädagogen, Erzieher, Allgemeinmediziner und weitere Fachleute, die sich professionell mit Kindern und Jugendlichen im Berufsalltag beschäftigen. Auch an die Kollegen, die sich in der Ausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten oder Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten befinden, richtet sich dieser psychoedukative Comic.

Der Terminus „Soziale Angst“ wird gleichbedeutend für Soziale Phobien (F40.1) und Störungen mit sozialer Ängstlichkeit des Kindesalters (F93.2) nach der ICD-10 verwendet.

*„Was soll überhaupt Psychoedukation leisten?“*

Die Psychoedukation stellt in jedem therapeutischen Vorgehen einen ganz zentralen Baustein dar. Auf die eingangsdagnostische Informationssammlung (bestehend aus u. a. Anamnese, Exploration, Fragebogenverfahren und Verhaltensbeobachtung) und die sich anschließende therapeutische Zielklärung folgt die Vermittlung von Störungs- und Therapiewissen. Dem Patienten und seinen bedeutsamen Bezugspersonen (z. B. Eltern, Erzieher oder Lehrer) soll in diesem Kontext das komplexe fachliche Wissen möglichst verständlich vermittelt werden, um bestehende Informationsdefizite oder Fehlinformationen zu korrigieren und eine Veränderbarkeit von Symptomlagen zu induzieren (vgl. Petermann, F. und Bahmer, J., 2009, S. 194 – 197).

Zur Schaffung von günstigen Rahmenbedingungen und für die erfolgreiche Einleitung und Etablierung von Methoden sind im weiteren psychotherapeutischen Prozess vor allem zwei Variablen von großer Bedeutung:

- Herstellung einer vertrauensvollen Patienten-Therapeuten-Beziehung, in welcher der Behandler von den Betroffenen als professioneller Helfer zur Selbsthilfe wahrgenommen werden kann (vgl. Petermann, F. und Bahmer, J., 2009, S. 196f.)
- Abbau von resignativen Anteilen bei Kindern und Erwachsenen, um ihre Therapie- und Veränderungsmotivation zu fördern. (vgl. Borg Laufs, M. und Hungerige, H., 2005, S. 73ff.).

Eine gelingende Psychoedukation verknüpft die o. a. Elemente, strukturiert diese und vermittelt außerdem ein störungsspezifisches Wissen, aus dem sich für die Patienten plausible und nachvollziehbare Therapieschritte ableiten lassen.

Eine möglichst kindgerechte Form der Informationsvermittlung stellt somit einen

ganz wesentlichen Faktor dar, ohne den der Einsatz entsprechender Behandlungsmethoden (wie z. B. die graduierte oder massierte Konfrontation) kaum erfolgreich sein würde.

*„Warum wurde dieser Comic kreiert?“*

Die PIC-Comic-Reihe soll eine – aus unserer Sicht – noch bestehende „Lücke“ im bisherigen Fachmaterial schließen helfen und Kolleginnen wie Kollegen als vielseitige Arbeitsunterlage dienen, um Kindern bzw. Jugendlichen psychische Störungen altersentsprechend näher zu bringen.

Die humorvolle Aufmachung des vorliegenden Comics mit lebensbejahenden Charakteren (wie z. B. dem Zauberer oder der Eule) soll den Patienten hierbei den Zugang zu stark belastenden Inhalten erleichtern. Zugleich soll die Therapiecompliance verbessert werden, indem sich der Leser – im Sinne der sozial-kognitiven Lerntheorie von Bandura (vgl. Hautzinger, M., Eimecke, S. und Mattejat, F., 2006, S. 44ff.) – mit dem König als erfolgreichem Modell zur Angstbewältigung identifizieren kann. Des Weiteren regt das Material zu einem autodidaktischen Entdecken an, wodurch zusätzlich das Selbstwirksamkeits- und das eigene Kompetenzerleben gestärkt werden kann.

*„Wie kann der vorliegende Comic beispielhaft im therapeutischen Prozess genutzt werden?“*

### **Verwendung als therapeutisches Arbeitsmaterial**

Der Leser wird in aktiver Weise mit einbezogen – als sogenannter Experte. Es gibt individuell zu bearbeitende Seiten sowie Materialien im Anhang, die als Vorlage für die therapeutische Arbeit mit dem Patienten eingesetzt werden können. Zum Erwerb eines tiefgründigen Verständnisses der Angstproblematik soll der Patient auf entsprechenden Arbeitsblättern seine Ansichten zur Angstentstehung, -symptomatik sowie zum therapeutischen Vorgehen eintragen. Diese Angaben kann er dann mit Mustervorlagen<sup>3</sup> abgleichen, die im Anhang zur Verfügung stehen. Der Übergang in die Konfrontationsbehandlung kann dadurch gerade bei sehr ängstlichen oder skeptischen Patienten spürbar erleichtert werden. Der Comic kann darüber hinaus auch als projektives Verfahren dienen, um Angstinhalte des Patienten aufdecken und bearbeiten zu helfen.

### **Einsatz in der Vor- und Nachbereitungsphase eines Konfrontationstrainings**

Anhand des Comics können mit dem Patienten zusammen ein individuelles Störungs- und Veränderungsmodell erarbeitet werden. Unter Bezugnahme auf die graphische Darstellung des Angstverlaufs – hier liebevoll „Eulenangstverlaufskurve“ genannt – werden Patienten und ihren Eltern die Angsterregung und das Habituationserleben in leicht verständlicher Art und Weise verdeutlicht. Zugleich können die Relevanz der Reaktionsverhinderung und der Sinn einer wiederholten Exposition zur Angstverminderung aufgezeigt werden. Mit Hilfe der „Experten-Angstleiter“ kann danach eine Angsthierarchie erstellt werden.

Zusätzlich kann die Angstverlaufskurve im Rahmen der Auswertung einer gelungenen Konfrontationsübung genutzt werden, um die entsprechenden Wirkfaktoren besser nachvollziehbar zu machen.

### **Anbahnung eines Videofeedbacks**

Im Comic kommt auch die Technik der Videoreflexion – hier mittels einer Zauberkugel – zum Einsatz. Aufgrund der Tatsache, dass der König mit Hilfe dieses Mediums erkennt, dass er real viel selbstsicherer wirkt, als von ihm vorher gedacht, kann auch die Bereitschaft des Patienten erhöht werden, sich selbst während der Übungseinheiten filmen zu lassen und diese Aufnahmen nachfolgend zu reflektieren.

### **Einbindung der Bezugspersonen**

Anhand der Familiengeschichte des Königs können den Bezugspersonen aufrechterhaltende familiäre Faktoren und elterliche Veränderungsmöglichkeiten nähergebracht werden. Dadurch können eventuelle Vorbehalte abgebaut und eine förderliche Haltung für das unter Umständen belastende Angsttraining geschaffen werden.

Die PIC-Comic-Reihe kann für Mädchen und Jungen ab dem Grundschulalter eingesetzt werden. Die Art der Gestaltung ist zwar kindlich gehalten, doch sind die Texte und Bildinhalte auch für Jugendliche geeignet.

Mit kollegialen Grüßen



-----  
2 Wir möchten darauf hinweisen, dass wir uns allgemein wegen der einfacheren Lesbarkeit für die männliche Form entschieden haben; dies schließt selbstverständlich auch die weibliche Form mit ein.

3 Diese Informationen haben keinen Anspruch auf Vollständigkeit, sondern dienen lediglich als beispielhafte Lösungsvorschläge.