

# Mein Kind Weigert Sich Zum Psychologen Zu Gehen

Martin Kaffanke

Klinischer und Gesundheitspsychologe

13. Juni 2018

Manche Kinder oder Jugendliche verweigern den Besuch beim Psychologen. Meist ist es eine Art Angst die dahinter steckt und schwer zu überwinden ist und so landen manche durch geschicktes Einladen beim Psychologen, für andere ist die Behandlung über nahestehende Personen (Eltern) eine gute Lösung.

## Er/Sie will nicht zum Psychologen

Etwas was ich häufig am Telefon höre, meist nach einer kurzen Schilderung des eigentlichen Problems ist, dass die Tochter oder der Sohn nicht zum Psychologen will.

Es gibt kein Rezept, aber viele Möglichkeiten, wie man mit damit umgehen kann. Den Weg, der sich in vielen Fällen bewährt hat, stelle ich hier vor. In Einzelfällen, wenn ich bereits am Telefon eine besondere Problematik erkennen kann, weiche ich davon ab.

## Freiwilligkeit

Eine psychologische Behandlung oder auch eine Psychotherapie hilft nicht, wenn die Klientin oder der Klient nicht freiwillig kommt. Klingt banal und leuchtet ein. Doch das verhilft häufig nicht zu einer erhofften Lösung des Problems.

Die Frage, die sich dann stellt ist: Wer hat das Problem? Wer möchte eine Lösung? Wer möchte wissen, was er/sie tun kann?

Häufig ist, dass die Eltern das Problem gerne lösen möchten, die Jugendlichen oder Kinder eigentlich nicht. Bei Hausbesuchen kommt es vor, dass Kinder sich verstecken und ich sie gar nicht zu Gesicht bekomme, weil sie nicht wollen.

Allerdings muss die Freiwilligkeit nicht zwingend beim ersten Besuch vorhanden sein. Jugendliche oder Kinder kommen dann mit den Eltern zu mir, weil die Eltern es wollen, nicht weil sie es selbst wollen. Und das ist auch gut so, weil bereits da sichtbar wird, dass eine Basis zwischen den Eltern und den Kindern gibt, die den Kindern ermöglicht, den Eltern dieses Geschenk zu machen: *Für die Eltern zum Psychologen zu gehen.*

## Was sage ich meinem Kind?

Diese Frage kläre ich bereits am Telefon bei der Terminvereinbarung. Bewährt hat sich, dass Kinder und Jugendliche so gut wie möglich über die Vorgehensweise beim ersten Termin informiert werden, gepaart mit dem ausdrücklichen Wunsch der Eltern, dass das Kind mitkommen soll. Was genau beim ersten Termin passieren wird lässt sich ebenfalls telefonisch gut besprechen.

Oft nehme ich dabei auch den Eltern die Ängste, insbesondere wenn noch keine Vorerfahrungen mit Psychologen oder Psychologinnen besteht.

## Das erste Mal

Ich schlage Eltern oft vor, mit den Kindern/Jugendlichen gemeinsam zu kommen. Die Freiwilligkeit ist auch an diesem Punkt noch nicht wichtig. Im Warteraum (bei mir muss man eigentlich nicht warten), frage ich dann, ob Kind/Jugendlicher gerne alleine oder mit Mutter/Vater/Eltern mit mir sprechen möchte.

Manchmal überlegen es sich Jugendliche kurzfristig und gehen gleich alleine mit. Häufiger ist allerdings, dass ich Mutter und Kind oder die ganze Familie bei mir im Behandlungsraum habe. Es sind in der Regel die Eltern die beginnen und versuchen ein Bild des Problems zu schildern. Irgendwann kommt dann der Punkt an dem sich das Kind, der/die Jugendliche, der/die bislang unbeteiligt wirkte, nicht mehr mit dem Erzählten einverstanden ist und erklärt, wie es "wirklich" ist. Wir haben auf diese Weise gleich beide Sichtweisen auf dem Tisch.

Ob es dann zu einem Einzelgespräch kommt oder nicht, hängt von der Art des Problems ab, aber nehmen wir mal an, es wäre so. In diesem Fall würde ich die Eltern einfach bitten, draußen zu warten und mit dem Kind oder Jugendlichen, das oder der jetzt schon etwas freiwilliger da ist, direkt auf die Freiwilligkeit ansprechen. Meistens. Denn psychologische Behandlung hängt auch stark von der Intuition ab und funktioniert nicht nach Lehrbuch.

---

Mag. Martin Kaffanke ist Klinischer und Gesundheitspsychologe. Seit 2012 berät und behandelt er Kinder, Jugendliche und deren Eltern in eigener Praxis, sowie aufsuchend zu Hause.

### **Ich bin wegen meiner Mam hier**

“Ich bin wegen meiner Mam hier.”, “In der Schule wurde gesagt, ich soll kommen.”, oder ähnliche Gründe werden dann aufgezählt. Das nimmt auf jeden Fall den Druck raus, und baut bereits auch Beziehung auf. Ich lasse meine jungen Klienten dann erzählen, was sie denken, warum sie “geschickt” wurden.

Oft erkläre ich dann, dass ich nicht mit ihm/ihr arbeiten werde, wenn er/sie nicht freiwillig kommt. Aber dass, wenn er/sie ja schon mal da sei, das ja einfach mal ausprobieren kann, mit mir zu reden. “Und wir machen dann keinen weiteren Termin aus, sondern erst dann, wenn du einmal drüber geschlafen hast. Und wenn du es dir überlegt hast, dann rufst du/ruft deine Mutter/Vater mich an.”

Das sich öffnen kommt dann ganz von alleine. Denn Kinder/Jugendliche, die wieder kommen, kommen ab dann mit einem eigenen Anliegen.

Erfolgschancen? Ich würde sagen etwa 90 % also etwa 9 von 10 Jugendlichen oder Kindern kommen dann. Andere nicht und das akzeptiere ich so, weil dann, bei mir müssen Eltern selber bezahlen, ist das Geld nicht gut angelegt.

### **Und was ist mit dem Zehnten?**

Jeder Zehnte kommt kein zweites Mal. In diesem Fall kann man weiter so vorgehen, wie auch bei Kindern und Jugendlichen die sich von vorneherein nicht überzeugen lassen.

### **Mein Kind/Jugendlicher will auf keinen Fall mitkommen**

Wenn Kinder auf gar keinen Fall zum Psychologen wollen, dann gibt es auch keinen Sinn, diese zu zwingen. Er-

fahrungsgemäß sind diese Behandlungen nicht zielführend. Die Gründe sind unterschiedlich. Häufig ist, dass Kinder einfach keinen Bedarf sehen oder aber auch, weil sie “zum Psychologen gehen” mit “ich bin nicht in Ordnung”, oder “ich bin geisteskrank” verbinden und damit verbundene Gefühle nicht verarbeiten können.

### **Und dann?**

In einer Familie ist es wichtig, dass es allen Menschen, die zusammen wohnen, sich dort auch wohlfühlen. Aus diesem Grund kann man nicht einfach nichts machen, nur weil der oder die, um den es vermeintlich geht, nicht kommen möchte.

In diesem Fall schlage ich vor, dass Mütter, Väter, Eltern zu mir kommen. Wir erarbeiten dann Lösungen für das Problem, bei denen die Anwesenheit des Kindes in der Praxis nicht notwendig ist.

Ziele können dann sein: - Das Problem des Kindes, des/der Jugendlichen verstehen - Unterstützungsmöglichkeiten der Eltern erarbeiten - Beziehungsgestaltung zwischen Eltern und Kind - Entlastung für die Eltern, Netzwerk erstellen.

Auch dieser Weg zeigt in der Regel gute Wirkungen schon bei wenigen Terminen. Dass Kinder später noch dazu kommen ist wirklich sehr sehr selten, häufiger ist, dass Eltern sich wundern, wie sie durch Veränderungen im Alltag bereits so viel verbessern konnten.

Noch Fragen? Einfach unten im Kommentar oder mir eine E-Mail schreiben: martin@kaffanke.at