Daniel Walter · Manfred Döpfner

Leistungsprobleme im Jugendalter

SELBST – Therapieprogramm für Jugendliche mit Selbstwert-, Leistungs- und Beziehungsstörungen

Band 2

selbst
Therapieprogramm für Jugendliche mit Selbstwert-, Leistungs- und Beziehungsstörungen

HOGREFE

selbst Leistungsprobleme

Therapieprogramm für Jugendliche mit
Selbstwert-, Leistungs- und Beziehungsstörungen

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus D. Walter & M. Döpfner: Leistungsprobleme im Jugendalter (ISBN 9783840918827) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

SELBST – Therapieprogramm für Jugendliche
mit Selbstwert-, Leistungs- und Beziehungsstörungen

hrsg. von Prof. Dr. Manfred Döpfner, Dr. Daniel Walter,
Dipl.-Psych. Christiane Rademacher und Dipl.-Psych. Stephanie Schürmann

Grundlagen der Selbstmanagementtherapie bei Jugendlichen

Leistungsprobleme im Jugendalter

Familienprobleme im Jugendalter

Gleichaltrigenprobleme im Jugendalter

Selbstwertprobleme im Jugendalter

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus D. Walter & M. Döpfner: Leistungsprobleme im Jugendalter (ISBN 9783840918827) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Leistungsprobleme im Jugendalter

SELBST – Therapieprogramm für Jugendliche mit Selbstwert-, Leistungs- und Beziehungsstörungen

Band 2

von

Daniel Walter

und Manfred Döpfner

HOGREFE

GÖTTINGEN · BERN · WIEN · PARIS · OXFORD · PRAG
TORONTO · CAMBRIDGE, MA · AMSTERDAM · KOPENHAGEN

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus D. Walter & M. Döpfner: Leistungsprobleme im Jugendalter (ISBN 9783840918827) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Dr. Daniel Walter, geb. 1972. 1992–1997 Studium der Psychologie in Bonn. Psychologischer Psychotherapeut und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut. Seit 1998 Wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters der Universität zu Köln. 2004 Promotion. Seit 1999 Leiter der Schwerpunktambulanz für Jugendliche und seit 2004 Therapeutische Leitung der Jugendstation mit Schwerpunkt Angst-, Zwangs- und depressive Störungen.

Prof. Dr. Manfred Döpfner, geb. 1955. 1974–1981 Studium der Psychologie in Mannheim. 1990 Promotion. 1998 Habilitation. Seit 1989 Leitender Psychologe an der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters der Universität zu Köln und dort seit 1999 Professor für Psychotherapie in der Kinder- und Jugendpsychiatrie. Psychologischer Psychotherapeut und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut. Seit 1999 Leiter des Ausbildungsinstituts für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie AkiP an der Universität Köln. Seit 2000 Wissenschaftlicher Leiter des Instituts Köln der Christoph-Dornier-Stiftung für Klinische Psychologie.

Wichtiger Hinweis: Der Verlag hat für die Wiedergabe aller in diesem Buch enthaltenen Informationen (Programme, Verfahren, Mengen, Dosierungen, Applikationen etc.) mit Autoren bzw. Herausgebern große Mühe darauf verwandt, diese Angaben genau entsprechend dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes abzudrucken. Trotz sorgfältiger Manuskriptherstellung und Korrektur des Satzes können Fehler nicht ganz ausgeschlossen werden. Autoren bzw. Herausgeber und Verlag übernehmen infolgedessen keine Verantwortung und keine daraus folgende oder sonstige Haftung, die auf irgendeine Art aus der Benutzung der in dem Werk enthaltenen Informationen oder Teilen davon entsteht. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handele.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über http://dnb.d-nb.de abrufbar.

© 2009 Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG
Göttingen • Bern • Wien • Paris • Oxford • Prag
Toronto • Cambridge, MA • Amsterdam • Kopenhagen
Rohnsweg 25, 37085 Göttingen

http://www.hogrefe.de
Aktuelle Informationen • Weitere Titel zum Thema • Ergänzende Materialien

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Satz: Grafik-Design Fischer, Weimar
SELBST-Logo: Björn Mehnen, Berlin
Illustrationen: Klaus Gehrmann, Boppard; www.klausgehrmann.net
Gesamtherstellung: AZ Druck und Datentechnik, Kempten
Printed in Germany
Auf säurefreiem Papier gedruckt

ISBN 978-3-8017-1882-4

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus D. Walter & M. Döpfner: Leistungsprobleme im Jugendalter (ISBN 9783840918827) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort der Autoren 7

Kapitel 1: Übersicht über SELBST-Leistungsprobleme 9

1.1 Das Therapieprogramm SELBST 9
1.2 Häufigkeit und Entwicklungsrelevanz von Leistungsproblemen 12
1.3 Zielgruppe von SELBST-Leistungsprobleme 14
1.3.1 Formen von Leistungsproblemen 15
1.3.2 Diagnostische Einordnung nach ICD-10 16
1.3.3 Pathogenetisches Modell der Leistungsprobleme 18
1.4 Indikation für die Behandlung mit SELBST-Leistungsprobleme und Kombination mit anderen Interventionsformen 20
1.4.1 Voraussetzungen für eine ambulante Therapie 20
1.4.2 Kombination mit anderen Maßnahmen 22
1.4.2.1 Andere SELBST-Manuale 22
1.4.2.2 Andere psychotherapeutische Interventionen und Trainings 24
1.4.2.3 Medikamentöse Therapie 24
1.4.2.4 Ambulante und stationäre Maßnahmen der Jugendhilfe und stationäre Therapie 26
1.5 Aufbau des Therapiemanuals SELBST-Leistungsprobleme 26
1.5.1 Übersicht über die Therapiebausteine 26
1.5.2 Abfolge und Kombination von Therapiebausteinen 31
1.5.3 Setting und Strukturierung der Therapiesitzungen 32
1.5.3.1 Teilnehmer an den Sitzungen 32
1.5.3.2 Sitzungsfrequenz und -dauer 33
1.5.3.3 Aufbau der Sitzungen 34
1.6 Anwendung des Therapiemanuals SELBST-Leistungsprobleme bei den häufigsten psychischen Störungen im Jugendalter 35
1.6.1 Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) und Störungen des Sozialverhaltens 35
1.6.2 Angst- und depressive Störungen 37
1.7 Wirksamkeit von SELBST-Leistungsprobleme 40
1.8 Diagnostik und Verlaufskontrolle 43
1.8.1 Eingangsdiagnostik 45
1.8.1.1 Jugendlichenurteil 45
1.8.1.2 Elternurteil 47
1.8.1.3 Lehrerurteil 47
1.8.1.4 Klinisches Urteil 48
1.8.1.5 Intelligenz- und Leistungsdiagnostik 50
1.8.2 Verlaufskontrolle 51
1.9 Beziehungsaufbau und schwierige Therapiekonstellationen 51
1.9.1 Beziehungsaufbau 51
1.9.2 Schwierige Therapiekonstellationen 52

Kapitel 2: Therapiemanual SELBST-Leistungsprobleme 55

2.1 Phase 1: Screening der Eingangsbeschwerden, Beziehungsaufbau und Informationsvermittlung 62
2.2 Phase 2: Multimodale Diagnostik – Erfassung individueller Probleme und Kompetenzen sowie Belastungen und Ressourcen im Umfeld 69
2.3 Phase 3: Problemanalyse und Erarbeitung eines Störungskonzeptes 77

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus D. Walter & M. Döpfner: Leistungsprobleme im Jugendalter (ISBN 9783840918827) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

2.4 Phase 4: Zielanalyse, Stärkung der Änderungsmotivation und Interventionsplanung . . . 87
2.5 Phase 5: Durchführung von Interventionen 97
2.5.1 Therapiebaustein LP (Leistung–Platzierung): Einleitung einer adäquaten Beschulung . . 104
2.5.2 Therapiebaustein LF (Leistung–Fördermaßnahmen): Einleitung von Fördermaßnahmen bei Teilleistungsstörungen 111
2.5.3 Leistung–Kognition (LK): Korrektur verzerrter Kognitionen/Förderung der Leistungsmotivation 114
2.5.3.1 Therapiebaustein LKJ (Leistung–Kognition–Jugendlicher): Korrektur verzerrter Kognitionen/Förderung der Leistungsmotivation – jugendlichenzentrierte Intervention . . 114
2.5.3.2 Therapiebaustein LKE (Leistung–Kognition–Eltern): Korrektur dysfunktionaler Kognitionen/Förderung der Leistungsmotivation – elternzentrierte Interventionen 130
2.5.4 LM (Leistung–Methoden): Vermittlung von Lernmethoden: organisatorisch-planerische Fertigkeiten/Lernstrategien 151
2.5.4.1 Therapiebaustein LMO (Leistung–Methoden–Organisation): Vermittlung von Lernmethoden – organisatorisch-planerische Fertigkeiten 152
2.5.4.2 Therapiebaustein LMS (Leistung–Methoden–Strategien): Vermittlung von Lernmethoden – Lernstrategien 166
2.5.5 Therapiebaustein LU (Leistung–Unterricht): Verbesserung der Mitarbeit im Unterricht/Abbau von Störverhalten 178
2.5.6 Therapiebaustein LW (Leistung–Wissenslücken): Interventionen zum Aufholen verpasster Stoffinhalte 197
2.6 Phase 6: Zwischenevaluation und Zielerreichung 205
2.7 Phase 7: Stabilisierung und Rückfallprävention 211

Kapitel 3: Fallbeispiele 217

3.1 Max, 13 Jahre 217
3.2 Emma, 14 Jahre 224

Literatur 232

Anhang 235

CD-ROM

Die CD-ROM enthält PDF-Dateien aller Arbeitsmaterialien, die zur Durchführung des Therapieprogrammes notwendig sind.

Die PDF-Dateien können mit dem Programm Acrobat® Reader (eine kostenlose Version ist unter www.adobe.com/products/acrobat erhältlich) gelesen und ausgedruckt werden.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus D. Walter & M. Döpfner: Leistungsprobleme im Jugendalter (ISBN 9783840918827) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Vorwort der Autoren

Leistungsprobleme bei Jugendlichen äußern sich als unzureichende schulische Leistungen, die sich in schlechten Noten widerspiegeln. Solche Leistungsprobleme sind im Jugendalter sehr weit verbreitet, häufig chronifiziert und stellen eine erhebliche Gefahr für die weitere Entwicklung der Betroffenen dar. Leistungsprobleme können sich im Zuge von intellektueller Überforderung, von Teilleistungsstörungen (z. B. einer Lese- und Rechtschreibstörung) oder aufgrund von psychischen Faktoren manifestieren – mangelnde Leistungsmotivation, Störungen im Arbeitsverhalten oder schulbezogene Ängste sind die häufigsten psychischen Ursachen. Die meisten Jugendlichen mit Leistungsproblemen sind angemessen beschult, haben keine ausgeprägten Teilleistungsstörungen und dennoch ist nicht selten der weitere Verbleib in der Klasse oder Schule stark gefährdet. In diesen Fällen stehen die schulischen Schwierigkeiten mit psychischen Faktoren in Zusammenhang, die entweder Ursache oder auch Folge der Leistungsprobleme sein können (z. B. depressive oder leistungsängstliche Symptome, Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung, Auffälligkeiten im Sozialverhalten).

Leistungsprobleme bei Jugendlichen beeinträchtigen nicht nur die weitere schulische Entwicklung, sondern sie können auch ausgeprägte Familienprobleme provozieren. So ist die Jugendlichen-Eltern-Beziehung durch die Leistungsprobleme häufig stark beeinträchtigt, was sich in permanenten Konflikten zwischen dem Jugendlichen und den Eltern um schulbezogene Themen äußern kann (z. B. Hausaufgaben, Vorbereitung auf Klassenarbeiten).

Der vorliegende zweite Band des Therapieprogramms SELBST stellt für die große Gruppe der Jugendlichen mit Leistungsproblemen, bei denen psychische Faktoren eine wesentliche Rolle spielen, geeignete Interventionen zur Verfügung. Es ist uns wichtig, bereits an dieser Stelle hervorzuheben, dass es bei Jugendlichen mit Leistungsproblemen meist nicht ausreicht, mit dem Jugendlichen alleine zu arbeiten, sondern dass in der Regel auch die Eltern intensiv in die Therapie miteinbezogen werden müssen. Auch eine regelmäßige Zusammenarbeit mit der Schule ist elementar, hierzu ist nicht selten eine erhebliche Anstrengung des Therapeuten erforderlich. Eine tragfähige Beziehung zwischen dem Therapeuten und den Beteiligten stellt die Grundlage aller spezifischen kognitiv-behavioralen Interventionen dar. Darüber hinaus sind eine angemessene Therapiemotivation, ein gemeinsames Störungsmodell und auch übereinstimmende Therapieziele Voraussetzungen, um Interventionen zur Verminderung der Leistungsprobleme wirkungsvoll implementieren zu können. Es ist daher meist nicht ausreichend, einzelne Arbeitsblätter oder Therapiematerialien im Sinne eines Trainingsprogramms mit dem Jugendlichen zu bearbeiten, sondern es ist sehr wichtig, zunächst die notwendige emotionale und motivationale Basis für die nachfolgenden Interventionen zu schaffen (vgl. Therapiephasen 1 bis 4).

SELBST-Leistungsprobleme ist der zweite Band des Therapieprogramms für Jugendliche mit Selbstwert-, Leistungs- und Beziehungsstörungen (SELBST) und ist als Zusatzmodul zu SELBST-Grundlagen (Walter et al., 2007) konzipiert, kann aber auch eigenständig eingesetzt werden. Elementare Grundlagen in der therapeutischen Arbeit mit Jugendlichen, beispielsweise der Aufbau von Therapiemotivation oder spezifische Probleme in der Beziehungsgestaltung werden in SELBST-Grundlagen umfassend dargestellt. Weitere Bände des SELBST-Programms zu Gleichaltrigenproblemen (SELBST-Gleichaltrigenprobleme), Familienproblemen (SELBST-Familienprobleme) und Selbstwertproblemen (SELBST-Selbstwertprobleme) sind in Vorbereitung und werden in den nächsten Jahren erscheinen.

Wir hoffen, mit SELBST-Leistungsprobleme eine wichtige Lücke in der psychotherapeutischen Versorgung von Jugendlichen schließen zu können und wünschen dem Leser und Therapeuten viel Erfolg und Ausdauer bei der Umsetzung dieser Interventionen.

An dieser Stelle danken wir auch ausdrücklich den beiden Mitherausgeberinnen des Therapieprogramms SELBST, Christiane Rademacher und Stephanie Schürmann, für die Unterstützung bei der Fertigstellung des vorliegenden Therapiemanuals SELBST-Leistungsprobleme.

Köln, im Mai 2008

Daniel Walter
Manfred Döpfner

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus D. Walter & M. Döpfner: Leistungsprobleme im Jugendalter (ISBN 9783840918827) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus D. Walter & M. Döpfner: Leistungsprobleme im Jugendalter (ISBN 9783840918827) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Kapitel 1

Übersicht über SELBST-Leistungsprobleme

1.1 Das Therapieprogramm SELBST

SELBST ist ein Therapieprogramm für Jugendliche mit *Se*lbstwert-, *L*eistungs- und *B*eziehungs-*st*örungen, das in fünf Bände unterteilt ist:

– *Grundlagen der Selbstmanagementtherapie bei Jugendlichen* (SELBST-Grundlagen, Walter et al., 2007): Im ersten Band werden wichtige Grundlagen des Therapieprogramms SELBST skizziert. Das therapeutische Vorgehen in den sieben Behandlungsphasen wird detailliert und anhand von vielen Beispielen dargestellt. Eine Vielzahl von diagnostischen und therapeutischen Materialien ist auf einer CD-ROM enthalten. Die therapeutische Besonderheiten und Voraussetzungen für die Therapie mit Jugendlichen werden beschrieben, der Umgang mit schwierigen Therapiesituationen wird ausgeführt. Spezielle kognitiv-behaviorale Interventionen in den vier Interventionsbereichen werden in den Folgebänden dargestellt.

– *Leistungsprobleme im Jugendalter* (SELBST-Leistungsprobleme): Der vorliegende Band fokussiert die Behandlung von Jugendlichen mit Leistungsproblemen – in der Schule oder am Ausbildungsplatz. Hierbei werden Leistungsstörungen in den Mittelpunkt gestellt, die nicht allein durch Begabungsdefizite, wie Intelligenzminderungen oder Teilleistungsstörungen erklärt werden können.

– *Familienprobleme im Jugendalter* (SELBST-Familienprobleme, in Vorbereitung): Die Verminderung von ausgeprägten Beziehungsstörungen zwischen Jugendlichen und Eltern, die sich zumeist als chronifizierte Konflikte und Streitigkeiten äußern, stehen im Mittelpunkt dieses Bandes.

– *Gleichaltrigenprobleme im Jugendalter* (SELBST-Gleichaltrigenprobleme, in Vorbereitung): Beziehungsstörungen zu Gleichaltrigen sind im Jugendlichenbereich häufig und können von ausgeprägtem sozialen Rückzug mit wenigen Kontakten zu Gleichaltrigen bis hin zu deutlich aggressiver Beziehungsgestaltung mit häufigen Streitigkeiten und Beziehungsabbrüchen reichen.

– *Selbstwertprobleme im Jugendalter* (SELBST-Selbstwertprobleme, in Vorbereitung) beschreibt die Behandlung von Jugendlichen mit Selbstwertstörungen. Störungen des Selbstwertes umfassen Fehleinschätzungen der eigenen Person, der Umwelt und der Zukunft und treten häufig in Kombination mit dysphorisch-depressivem Affekt sowie einem reduzierten Niveau an Aktivitäten auf; mitunter findet sich eine überhöhte Einschätzung der eigenen Person.

Während der Grundlagenband von SELBST (Walter et al., 2007) das problemübergreifende therapeutische Vorgehen mit dem Jugendlichen unter Einbezug der relevanten Bezugspersonen differenziert beschreibt, sind die übrigen vier Bände stark auf die jeweiligen Probleme ausgerichtet. Jeder Band ist jedoch für sich genommen eigenständig einsetzbar. Deshalb sind auch Überschneidungen zwischen den einzelnen Bänden notwendig. Die in Band 1 ausführlich dargestellten grundlegenden Vorgehensweisen werden in den Folgebänden, die sich auf die spezifischen kognitiv-behavioralen Interventionen in einzelnen Störungsbereichen beziehen, nur noch zusammenfassend beschrieben. Daher ist es durchaus sinnvoll, den Grundlagenband zusammen mit den jeweiligen Folgebänden zu verwenden. Eine Kombination von Bausteinen aus den verschiedenen Therapiemanualen ist häufig sinnvoll und notwendig.

SELBST lässt sich durch folgende Merkmale charakterisieren (vgl. Walter et al., 2007):

1. es ist *störungsübergreifend*, d. h. es orientiert sich nicht an den gängigen Störungskategorien der Klassifikationsschemata, und es ist
2. *problemorientiert*, indem es die konkreten Probleme im Bereich von Selbstwert-, Leistungs- und Beziehungsschwierigkeiten von Jugendlichen aufgreift. Es ist darüber hinaus
3. *lösungsorientiert* und versucht, konkrete Problembewältigungen mit dem Jugendlichen und seinen Bezugspersonen zu erarbeiten und sie bei der Umsetzung zu unterstützen. Schließlich ist es
4. *ressourcenorientiert*, weil es neben den Problemen auch die Stärken des Jugendlichen und seiner Umwelt aufgreift und in die Lösungen mit einbindet.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus D. Walter & M. Döpfner: Leistungsprobleme im Jugendalter (ISBN 9783840918827) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Damit werden mit dem SELBST-Programm wesentliche Kennzeichen der multimodalen Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie realisiert (vgl. Döpfner, 2007).

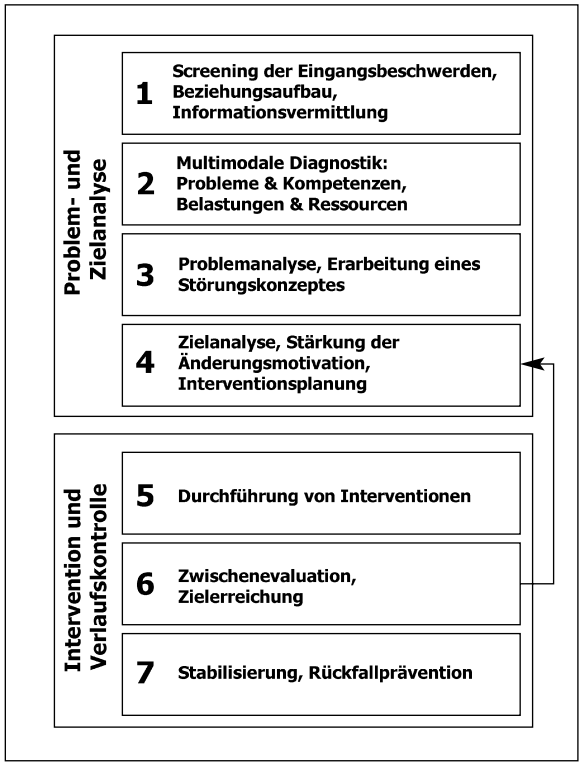

Abbildung 1: Die 7 Phasen des Behandlungsprogramms SELBST *(vertikale Ebene)* (aus Walter et al., 2007, S. 11)

Wie im Grundlagenband bereits dargestellt (Walter et al., 2007), umfasst das Therapieprogramm SELBST in Anlehnung an den von Kanfer und Mitarbeitern (2000) beschriebenen Selbstmanagementansatz sieben Behandlungsphasen (*vertikale Ebene*, vgl. Abb. 1, Walter et al., 2007). In der Regel steht die Arbeit mit dem Jugendlichen im Vordergrund, relevante Bezugspersonen (z. B. Eltern, Geschwister, Lehrer, Betreuer) können aber in Abhängigkeit von der Problematik intensiv mit einbezogen werden. Das Therapieprogramm ist in zwei unterschiedliche Behandlungssegmente aufgeteilt: Problem- und Zielanalyse (Phasen 1 bis 4) sowie Intervention und Verlaufskontrolle (Phasen 5 bis 7). In Phase 5 (Durchführung von Interventionen, *horizontale Ebene*, vgl. Abb. 2) werden kognitiv-behaviorale Interventionen durchgeführt, welche die vier Problembereiche von SELBST ansprechen. Phasen 1 bis 4 dauern in Abhängigkeit von der Problematik etwa fünf bis 20, Phasen 5 bis 7 bei hoher Varianz im Durchschnitt etwa 10 bis 35 Behandlungsstunden. Normalerweise werden die Phasen nacheinander durchlaufen, ein Rückgriff auf frühere Behandlungsphasen ist jedoch jederzeit möglich.

Das Programm ist modular aufgebaut und besteht aus vielen unterschiedlichen Therapiebausteinen, die auf die verschiedenen Problembereiche von SELBST zugeschnitten sind. Es wurden Bausteine für Jugendliche, für Eltern und für Lehrer entwickelt. Allerdings werden nicht alle Bausteine in einer Therapie eingesetzt, sondern es wird für jeden Fall individuell ein Behandlungspaket aus verschiedenen Bausteinen mit jugendlichen- und elternzentrierten Interventionen zugeschnitten, ggf. unter Einbezug weiterer relevanter Bezugspersonen (z. B. Lehrer, Geschwister).

Vertikale Ebene

1. *Phase 1 (Screening der Eingangsbeschwerden, Beziehungsaufbau, Informationsvermittlung):* Die Eingangsphase hat den Aufbau initialer Behandlungsmotivation und Kooperationsbereitschaft, den Beziehungsaufbau zum Jugendlichen und wichtigen Bezugspersonen, das Sammeln und Bereitstellen von Informationen, sowie das Herstellen von Transparenz zum Ziel. Hierzu werden zunächst der Vorstellungsanlass sowie die Probleme und Erwartungen des Jugendlichen, der Eltern und eventuell weiterer Bezugspersonen erfragt. Anschließend wird über den Ablauf der Behandlung informiert und die nächsten Schritte mit allen Beteiligten abgestimmt. Hierbei berücksichtigt der Therapeut[1] besonders die Wünsche des Jugendlichen. Wenn gar keine oder nur geringe Behandlungsmotivation vorhanden ist, wird angestrebt, den Jugendlichen zumindest dahingehend zu ermuntern, einen zweiten Termin als Probestunde in Anspruch zu nehmen, um seine Entscheidung für oder gegen eine weitere Mitarbeit auf einer breiteren Grundlage treffen zu können. Bereits in dieser Phase wird der Jugendliche auch ohne die Anwesenheit der Bezugspersonen exploriert.

1 Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde im gesamten Text auf die Nennung der femininen und maskulinen Form (z. B. Therapeutin/Therapeut) verzichtet. Obwohl im Text das generische Maskulinum verwendet wird, sind immer beide Geschlechter gemeint.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus D. Walter & M. Döpfner: Leistungsprobleme im Jugendalter (ISBN 9783840918827) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

2. *Phase 2 (Multimodale Diagnostik: Probleme & Kompetenzen, Belastungen & Ressourcen):* Weitergehende Informationen über die Problematik werden erhoben. Gleichzeitig fokussiert der Therapeut Kompetenzen und Ressourcen beim Jugendlichen und seinen Bezugspersonen (z. B. Eltern, Lehrer), damit diese in die Behandlungsplanung integriert werden können. Die Informationssammlung basiert hauptsächlich auf der Exploration des Jugendlichen, der Eltern, der Lehrer und eventuell weiterer Bezugspersonen. Eltern und Jugendliche werden sowohl getrennt als auch gemeinsam exploriert. Um sich einen Überblick über die Probleme innerhalb der verschiedenen Interventionsbereiche zu verschaffen, werden selbst entwickelte symptomorientierte Screening-Fragebögen, Checklisten und Explorationsleitfäden eingesetzt. Auch standardisierte Leistungs-, psycho- und familiendiagnostische Verfahren einschließlich Selbst- und Fremdbeurteilungsskalen werden angewendet (vgl. Walter et al., 2007; Döpfner & Petermann, 2008).
3. *Phase 3 (Problemanalyse, Erarbeitung eines Störungskonzeptes):* Ziel dieser Phase ist zum einen die Eingrenzung der jeweils subjektiv relevanten Probleme aus der Sicht aller Beteiligten, zum anderen wird ein umfassendes Störungsmodell erarbeitet. Die Arbeit mit dem Jugendlichen steht wiederum im Zentrum. Eine differenzierte Problemanalyse mit Erfassung der auslösenden Bedingungen, des konkreten Verhaltens sowie der nachfolgenden kurz- und langfristigen Konsequenzen wird ausführlich erarbeitet. Gemeinsam mit dem Jugendlichen werden die kurz- und langfristigen Vor- und Nachteile seines Verhaltens herausgearbeitet. Anschließend werden subjektive Störungskonzepte mit den Beteiligten getrennt erhoben. Im nächsten Schritt wird in gemeinsamen Gesprächen eine Übereinstimmung über das Störungskonzept angestrebt. Hierzu werden ursächliche und aufrechterhaltende Faktoren identifiziert, um anschließend daraus für alle nachvollziehbare Interventionen ableiten zu können.
4. *Phase 4 (Zielanalyse, Stärkung der Änderungsmotivation, Interventionsplanung):* Diese Phase ist ein Eckpfeiler des Behandlungsprogramms und stellt die Basis der nachfolgenden Interventionen dar. Zu Beginn werden individuelle Therapieziele mit allen Beteiligten definiert. Die Änderungswünsche des Jugendlichen finden besondere Berücksichtigung, wobei die Ziele auf ihre Realisierbarkeit hin überprüft werden. Hierdurch kann die Änderungsmotivation des Jugendlichen gestärkt werden. In einem weiteren Schritt versucht der Therapeut, einen Konsens zwischen den Problemdefinitionen (vgl. Phase 3) und Zielen des Jugendlichen, jenen der Eltern und möglicherweise auch anderer Bezugspersonen zu erreichen. Abschließend werden Therapieziele gemeinsam festgelegt, die in einer ersten Interventionsphase realisiert werden sollen. Schließlich plant der Therapeut die nachfolgenden Interventionen von Phase 5.
5. *Phase 5 (Durchführung von Interventionen):* Die Durchführung von kognitiv-verhaltenstherapeutischen Interventionen im engeren Sinne steht in Phase 5 im Zentrum. Ausgehend von den ausgewählten Therapiezielen und den im gemeinsam Störungskonzept erarbeiteten auslösenden und aufrechterhaltenden Faktoren erfolgt die Zuordnung zu den vier Problembereichen (*horizontale Ebene*, s. u.). Eine zentrale Funktion nehmen regelmäßige Therapieaufgaben (JOBs der Woche) ein, mit denen der Transfer verbessert werden soll.
6. *Phase 6 (Zwischenevaluation, Zielerreichung):* In regelmäßigen Abständen wird mit den Beteiligten eine Zwischenbilanz gezogen, in der eruiert wird, inwieweit Verhaltensänderungen realisiert und in welchem Umfang zuvor definierte Therapieziele bereits erreicht werden konnten. Wenn nötig, müssen Faktoren bearbeitet werden, die der Zielerreichung entgegenstehen (Misserfolgs- bzw. Widerstandsanalyse). Ist das entsprechende Teilziel erreicht worden, ist es möglich, neue Ziele zu definieren (Rückkehr zu Phase 4) und weitere Interventionen durchzuführen.
7. *Phase 7 (Stabilisierung, Rückfallprävention):* Die Stabilisierung der erreichten Verhaltensänderungen und die Rückfallprävention steht am Ende der Behandlung im Zentrum. Um die Stabilität der Behandlungseffekte zu gewährleisten, wird die Unterstützung durch den Therapeuten schrittweise zurückgenommen. Mögliche Problemsituationen oder auch Rückfälle in alte Verhaltensprobleme werden angesprochen, darüber hinaus werden geeignete Bewältigungsstrategien eingeübt. In Auffrischungssitzungen (Booster-Sitzungen), die in regelmäßigen niederfrequenten Abständen (z. B. alle drei Monate) oder bei Bedarf angesetzt werden, kann die Bewältigung der aktuellen Probleme mithilfe der erworbenen Verhaltenskompetenzen thematisiert werden.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus D. Walter & M. Döpfner: Leistungsprobleme im Jugendalter (ISBN 9783840918827) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.