

Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie

Unter KJP versteht man die psychologische Behandlung psychisch oder psychosomatischer Beeinträchtigungen bei Kindern und Jugendlichen. Es ist ein heterogenes, komplexes Therapieverfahren, bei dem sich unterschiedliche Behandlungsstrategien und Therapieziele unterscheiden lassen. Das Besondere bei der KJP ist, – anders als bei der Erwachsenentherapie - dass dem Alter und dessen Einfluss auf Denk- und Handlungsfähigkeit größere Beachtung beigemessen wird. Wegen der reifungs- und entwicklungsbedingten Abhängigkeit vom Alter sind die einzelnen Handlungskomponenten wie Spielfähigkeit, Denk-, Sprach- und Lernfähigkeit in unterschiedlichen Altersabschnitten unterschiedlich ausgeprägt. Diese Prozesse betreffen die Wahrnehmung, die kognitive Verarbeitung, das Gedächtnis, die Emotionen, die Motorik und das Sozialverhalten. Diesen Aspekten wird in der KJP Rechnung getragen. In jeder spezifischen Entwicklungsphase können aufgrund von organischen, familiären oder Umweltbeeinträchtigungen psychische Probleme und Schwierigkeiten, die sich in unterschiedlichen Symptombildern äußern. Den Kindern und Jugendlichen wird im Rahmen einer vertrauensvollen, therapeutischen Beziehung auf der Entwicklungsebene begegnet, auf der sich sie gerade befinden.

Bei jüngeren Kindern ist das wesentliche Kommunikationsmerkmal das Spiel. Gespräche werden im allgemeinen spielbegleitend eingesetzt. Das Spiel dient dazu, Bedürfnisse und Gefühle zum Ausdruck zu bringen und belastende Situation neu zu erleben und damit zu bewältigen. In dieser Phase können Störungen auftreten als Ängste, Einnässen, Einkoten, aggressive Verhaltensweisen, psychosomatische Beschwerden etc.

Bei Jugendlichen findet die Behandlung überwiegend auf Gesprächsbasis statt unter Beachtung der für die Phase der Pubertät typischen Problematiken. Hier geht es um die emotionale Auseinandersetzung und die Verarbeitung von belastenden Erlebnissen, Konflikten oder Beeinträchtigungen sowie Neugestaltung von Lebensplanung und Beziehungsmustern. In dieser Phase können Störungen auftreten als emotionale Verstimmungen, Essstörungen, sexuelle Störungen, psychosomatische Beschwerden, soziale Schwierigkeiten. Erschwerend für die Psychotherapie bei Jugendlichen ist der in dieser Phase auftretende Ablöseprozess aus dem familiären Verband und die nicht immer vorhandene Bereitschaft, professionelle Hilfe anzunehmen.

Indikationen : Eine KJP ist dann indiziert, wenn Verhaltensprobleme wie ängstliches, gehemmtes, zurückgezogen-passiven Verhaltens, impulsiv-überaktiven Verhaltens oder einer Lern- und Leistungsstörung auftreten.

Ziele und Inhalte : Das therapeutische Hauptanliegen ist die Verarbeitung psychischer Konflikte und emotionaler Schwierigkeiten des Kinds und des Jugendlichen. Der Therapeut wird dabei helfen, dem Kind und dem Jugendlichen therapeutisch wirksame Methoden zur Verfügung zu stellen. Je nach Zielsetzung,

Alter und Problematik kommen unterschiedliche Behandlungsstrategien zum Einsatz: Bestimmte therapeutische Prozesse wie Erlebnisaktivierung, bei denen alte Erlebnisse nacherlebt oder neue Erlebnisse gewonnen werden können oder es werden neue Entwicklungsmöglichkeiten zur Entfaltung gebracht. Eine wichtige Rolle spielen ebenfalls Selbstregulation und Selbsterfahrung, mit deren Hilfe das Kind bzw. der Jugendliche lernt, neue Wege zu gehen sowie z.B. problemlösungsorientierte Maßnahmen, die darauf abzielen, dem Kind od. Jugendlichen zu helfen, selbständig Probleme lösen zu lernen. Es sollen weiterhin bewusstmachungsfördernde Strategien entwickelt werden, Einsicht in konfliktäre Verhaltens- und Denkweisen zu erfahren und durch deren Auflösung eine befreiende Wirkung zu erzielen. Weiterhin ermöglicht die therapeutische Arbeit Selbstvertrauen, Zugang zu Bedürfnissen und Gefühlen, Unabhängigkeit sowie eine emotionale Stabilisierung, wodurch in Zukunft, Konflikten und Schwierigkeiten besser begegnet werden kann. Erforderlich ist allerdings die aktive Mitarbeit der Kinder und Jugendlichen und die Bereitschaft zur Verhaltensveränderung und sich auf die Therapie einzulassen.

Die Behandlung findet in einem zeitlichen Rahmen von 50 Minuten statt ca. einmal pro Woche. Der Stundenumfang der Kurzzeittherapie beträgt 25 Sitzungen plus 6 Elternstunden. Eine Umwandlung in eine Langzeittherapie von 70 bzw. 90 Stunden ist möglich, falls es erforderlich wird.

Elternarbeit: Da psychische Probleme selten von Kindern allein verursacht werden, sondern in der Interaktion von Eltern bzw. Umwelt und Kind entstehen, wird der Mitarbeit der Eltern ein hoher Stellenwert beigemessen, um die Kinder und Jugendlichen optimal in ihrer Entwicklung zu fördern.