

Einzelpsychotherapie – Kinder- und Jugendliche

Der **psychotherapeutische Prozess** beginnt mit dem **Erstgespräch**. Dies wird zumeist ohne das Beisein des Kindes durchgeführt, damit für die Eltern ausreichend Ruhe und Zeit vorhanden ist, um die Problematik ausführlich zu erörtern sowie Fragen zum Therapieablauf zu klären. Jugendliche werden häufig in das Erstgespräch miteinbezogen, da hier besonders auf das Vertrauensverhältnis von Beginn an geachtet werden muss.

Der **erste Schritt** im Psychotherapieablauf ist eine sorgfältig durchgeführte **Diagnostik**. Diese soll eine Orientierung über das Vorliegen der Problematik liefern.

Falls erforderlich wird auch eine Psychodiagnostik von einer klinischen Psychologin durchgeführt. Dabei werden der Entwicklungsstand, Intelligenz, Persönlichkeit, schulische und berufliche Situation als auch die Familiensituation des Kindes/ Jugendlichen untersucht. In bestimmten Fällen wird eine psychiatrische Abklärung und Behandlung sinnvoll sein, insbesondere wenn eine medikamentöse Einstellung notwendig und hilfreich erscheint.

Die weitere **Therapieplanung** muss sorgfältig und entsprechend den geltenden wissenschaftlichen Standards erfolgen. Alle Maßnahmen müssen an den jeweiligen Entwicklungsstand des Kindes/Jugendlichen angepasst werden.

Folgende Vorüberlegungen müssen bereits zu Therapiebeginn angestellt werden (Borg-Laufs, 2005):

- Wie bedeutsam ist die Beschwerde für Eltern und Kind?
- Welche Schwierigkeiten haben den höchsten Belastungsgrad?
- Woran möchten Eltern/Kind am liebsten arbeiten?
- Welche Beschwerden sind zentral, welche peripher?
- Gibt es eventuell wichtigere, vorgeordnete Ziele?
- Ist eine Änderung der Schwierigkeiten überhaupt möglich?

Den **Eltern** kommt in der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie eine besondere Rolle zu. Es gibt zahlreiche Möglichkeiten in der Elternberatung Hilfestellungen zur Zielerreichung zu geben.

Eine weitere wichtige Überlegung kommt dem **Therapiesetting** zu, also ob eher eine Einzelpsychotherapie oder eine Gruppentherapie besser geeignet ist, bzw. vielleicht auch eine Kombination aus beidem sinnvoll erscheint.

Für den therapeutischen Prozess ist die Motivation des Kindes/ Jugendlichen sowie die Beziehung zum Therapeuten entscheidend und daher wird darauf besonderes Augenmerk gelegt.

Der kognitiven Verhaltenstherapie in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen stehen eine Reihe von Methoden und Techniken (Selbstmanagementtherapie, Selbstinstruktionstraining, Entspannungsverfahren, Verstärker-Programme, Konfrontationsverfahren, Systematische Desensibilisierung, Selbstsicherheitstraining, Kognitive Umstrukturierung, emotionsbezogene Verfahren etc.) zu Verfügung.

Ziel der Psychotherapie ist die Behebung oder Reduzierung psychischer Störungen und Probleme. Sie beschäftigt sich nicht nur mit den Problemen und Schwächen eines Menschen, sondern vor allem auch mit seinen Ressourcen und Stärken.

Zielgruppen

mit folgenden Problemstellungen können Sie sich an mich wenden:

Kinder und Jugendliche

- depressive Erkrankungen (anhaltende Traurigkeit, Unlust, sozialer Rückzug, etc.)
- Angststörungen (Schulangst, Trennungsangst, Prüfungsangst, Phobien, allgemeine Ängstlichkeit)
- zwanghaftes Verhalten
- nach traumatische Erlebnissen (Tod, Unfall, Krankheit, Katastrophen, etc.)
- Hyperaktivität und Aufmerksamkeitsstörungen
- Verhaltensauffälligkeiten in der Schule, Hort, Kindergarten, Familie
- soziale Eingliederungsschwierigkeiten
- Suchterkrankungen (Drogen und Alkoholmissbrauch)
- in psychosozialen Krisen (Trennung/Scheidung, Pubertät, Ablösung, etc.)
- psychosomatische Erkrankungen (chronische Schmerzen, Diabetes, Asthma, Neurodermitis, etc.)
- Einnässen und Einkoten

weitere wird für Eltern Beratung bei Erziehungsproblemen angeboten

Terminvereinbarung und Kontakt:

Mag. Stefan Royer (Psychotherapeut in Ausbildung unter Supervision – Verhaltenstherapie)

Tel: 0699 81 53 36 23

Mail: therapie@stefan-royer.at

Praxis: 1180 Wien, Antonigasse 39/4