

Personzentrierte Spieltherapie

Psychotherapeut*innen dürfen lt. österreichischem Psychotherapie-Gesetz nur jene Störungsbilder und Zielgruppen behandeln, für die sie ausreichend qualifiziert sind. Psychotherapie mit Säuglingen, Kindern und Jugendlichen erfordert daher eine besondere, vom Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz zertifizierte Qualifikation, die aufbauend auf die Psychotherapieausbildung in Form einer in sich geschlossenen mehrjährigen Ausbildung erworben wird. Ich habe diese Ausbildung beim Forum APG abgeschlossen. Jedoch ist die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen nicht mein Schwerpunkt, ich arbeite ausschließlich mit jungen Erwachsenen, Erwachsenen und älteren Menschen, gleichwohl bereichert die Ausbildung zur Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin meine Arbeit mit erwachsenen Menschen ungemein und kommt indirekt vielfach zur Anwendung, denn in jedem Erwachsenen steckt ein Kind.

Personzentrierte Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie, oder auch Spieltherapie genannt, ist eine eindrucksvolle und wirksame Methode, um Kinder und Jugendliche in schwierigen Lebenslagen dabei zu unterstützen, bestehende Leidenszustände und Symptome zu mindern oder zu beseitigen und persönliche Entwicklung zu fördern.

Als Medium wird das freie Spiel eingesetzt. Das Kind stellt sich und seine Gefühle im Spiel dar und findet durch das Spiel Möglichkeiten, aktuelle oder auch zurückliegende belastende Erlebnisse auszudrücken und zu bearbeiten. Eltern werden immer in die psychotherapeutische Behandlung von Kindern miteinbezogen. Dies geschieht meist in Form von regelmäßigen Elterngesprächen. Jugendliche drücken sich weniger durch das Spiel aus, das Gespräch und die Beziehung sind das therapeutische Angebot. Doch auch hier hat die Handlungsebene und das gemeinsame konkrete Tun, z.B. in Form von Malen, Gestalten, Bewegen, Theater spielen, usw. einen sehr hohen Stellenwert. Jugendliche können selbst entscheiden, ob und in welchem Rahmen sie ihre Eltern am Therapiegeschehen beteiligen wollen.

Die Therapeut*in fördert den therapeutischen Prozess nachhaltig indem sie im Kontakt höchst aufmerksam ist, empathisch interveniert und auf Deutungen verzichtet. Das Kind bzw. der junge Mensch erlebt im Zusammensein mit der Therapeut*in bedingungslose Wertschätzung für seine Gefühle und sein "So-Sein". Durch dieses besondere Beziehungsangebot wird die Entwicklungstendenz in der jungen Person stimuliert, wodurch Veränderungen im Selbstkonzept angeregt und Probleme bewältigt werden können. Persönlichkeitsentwicklung passiert.

Mögliche Gründe für eine Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie:

- Schulschwierigkeiten, Schulverweigerung
- Sexueller Missbrauch, Vergewaltigung
- ADHS, „Zappelphilipp“-Syndrom
- Gewalterfahrung und Mobbing
- Traumabehandlung
- Trauerprozesse, etwa bei Scheidung der Eltern, Todesfall in der Familie, etc.
- Konflikte mit Eltern und Gleichaltrigen



- Schlafstörungen
- Essstörungen
- Panikattacken und Angst
- Sexsucht / Cybersex Sucht
- Internetsucht
- Zwänge / Zwangshandlungen
- Leistungsdruck / Prüfungsangst
- Depression und Suizidgefahr

Liste zertifizierter Therapeut*innen für Kinder- und Jugendpsychotherapie

Nachdem ich keine Therapieplätze für Kinder und Jugendliche zur Verfügung habe finden Sie unter <https://www.psychotherapie.at/oebvp/arbeitsbereiche/saeuglings-kinder-und-jugendpsychotherapie> eine aktuelle Liste aller Kolleg*innen, die für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen nachweislich speziell qualifiziert sind.

Kontakt

Gerda Maria Littich
St. Veit Gasse 24/5
1130 Wien

Tel: +43 670 6051175

praxis@gerda-littich.at