



KIDZ-Jugendhilfe gGmbH

Psychologisch - Therapeutisches Konzept

Homo mensura. Der Mensch ist das Maß aller Dinge.

Diesem Leitbild folgt unser integratives, ganzheitliches, therapeutisches Konzept. Wir möchten Menschen in ihrer individuellen Entwicklung helfen, ihre Defizite aufzuarbeiten, ihre Ressourcen kennen zu lernen und einzusetzen.

Wir begleiten Menschen: Menschen in Not brauchen Menschen, die sich ihnen zuwenden und sie in der Zeit ihrer Not auf ihrem Lebensweg begleiten. Wir sind für Sie da.

Wir helfen Menschen sich zu entwickeln: Menschen können situationsbedingt Chancen zur persönlichen Entwicklung oft nicht nutzen. Benachteiligung und Abhängigkeit können die Folgen sein. Wir unterstützen Sie, ihre Gaben und Fähigkeiten zu entwickeln und Sie – wo immer dies möglich ist – zu einem eigenständigen, eigenverantwortlichen und sinnerfüllten Leben zu befähigen.

Wir integrieren Menschen: Menschen in belasteten Lebenssituationen erfahren oft Ausgrenzung aus der Gemeinschaft, sei es in der Familie, im sozialen Umfeld oder am Arbeitsplatz. Wir unterstützen Sie bei einer erfolgreichen Integration.

Wir sehen die Psychotherapie auch unter dem Aspekt der gesellschaftlichen Zukunftssicherung (Sozialprävention) und richten unsere Aufgabenschwerpunkte auch auf die:

- Förderung der Fähigkeiten zu selbstbestimmten Handeln
 - Steigerung des Selbstvertrauens/-sicherheit
 - Selbstkontrolle
 - Selbstregulation
 - Selbstwirksamkeitserwartung
 - Selbstständigkeit
- Förderung der Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit
- Förderung der Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit
- Förderung der Berücksichtigung der Rechte anderer
- Förderung des sozialen Denkens und Handelns
- Förderung humaner Liebesfähigkeit inkl. Einfühlsamkeit und Rücksichtnahme

Wir unterstützen insbesondere auch junge Menschen bei der Entwicklung zu einer eigenverantwortlichen Persönlichkeit und fördern sie dabei, Mitverantwortung in der Gesellschaft zu übernehmen.

Bei der Ausgestaltung der therapeutischen Rahmenbedingungen und der Auswahl einer geeigneten Therapieform orientieren wir uns dabei an:

- Alter und Entwicklungsstand
- Geschlecht

- Persönlichkeit, Ressourcen, Interessen und Grenzen
- Familiären- und systemischen Ressourcen
- Phasen im Therapieverlauf (Integration, Stabilisierung...)

Aufbau und Ablauf

Die Belegung findet über das Jugendamt statt. Im Erstgespräch mit der betreffenden Person/ Familie, dem/der zuständigen Mitarbeiter/in des Sozialen Dienstes, der Pädagogischen Leitung und dem/der Mitarbeiter/in von der KiDZ- Jugendhilfe gGmbH findet ein erstes Kennenlernen statt. Hier sollen erste Anliegen von allen Seiten besprochen werden. Themen werden unter anderem die Zusammenarbeit und Informationsweitergabe an das Jugendamt, die Planung der Stunden und die eventuelle Maßnahmendauer sein.

Im Einzelsetting ist der Aufbau einer stabilen therapeutischen Beziehung für ein therapeutisches Setting die Basis. Nach einem ersten Kennenlernen, führen wir eine individuelle Bedarfsermittlung durch (Erstgespräch/Anamnese). Auf dieser Grundlage ermitteln wir geeignete Therapieformen, die wir im Therapieverlauf einer sog. Verlaufsdiagnostik unterziehen und diese, in Rücksprache mit dem Klienten, in einem Therapieplan verwirklichen und weiterentwickeln. Die Dauer kann hierbei je nach Fall variieren (notfallpsychologische Maßnahme vs. Langzeittherapie/kognitive Umstrukturierung).

Umfang unserer ressourcenorientierten therapeutischen Leistungen

Das Grundprinzip unserer ressourcenorientierten therapeutischen Angeboten ist die Befähigung des Klienten, auch krankheitsbedingte Einschränkungen zu überwinden und sich in das familiäre, gesellschaftliche und berufliche Leben wieder einzugliedern. Ressourcenorientierte Angebote können bei verschiedenen psychologischen Störungen zum Einsatz kommen. Daher eignen sie sich für einen modularen Aufbau psychotherapeutischer Angebote und können in geeigneter Weise nach individuellen Erfordernissen kombiniert werden.

- **Achtsamkeitstraining:**
Achtsamkeit ist das Bemühen, sich dem, was sich im Hier und Jetzt entfaltet, mit möglichst großer Aufmerksamkeit und Offenheit zuzuwenden. In den letzten Jahren wurde dieses Prinzip zunehmend auch in psychotherapeutische Behandlungsansätze integriert. Das Training vermittelt ein grundlegendes Wissen und Bewusstsein über Achtsamkeit in Verbindung mit konkreten Übungen, die auch außerhalb des Settings weiterhin eingesetzt werden können. Das Achtsamkeitstraining ist ein ressourcenorientiertes Modul und kann im Rahmen verschiedener störungsspezifischer Therapiekonzepte, wie bspw. Depressionsbehandlung oder Rückfallprävention bei Abhängigkeitserkrankungen eingesetzt werden.
- **Soziales Kompetenztraining**
Defizite sozialer Kompetenzen sind aufgrund individueller, krankheitsbezogener und biographisch-sozialer Faktoren bei einer Vielzahl von Klienten festzustellen. Das Training ist in den Inhalten sehr flexibel, lässt genügend Spielraum für Anpassungen an die Bedürfnisse spezieller Klienten und eignet sich zur Modifizierung ungünstiger Verhaltensweisen bei Klienten mit Aggressions-, Unsicherheits- und anderen Problematiken, die sich in Kommunikationssituationen ausdrücken.

- **Kognitives Training**
Aufmerksamkeit, Konzentration und Gedächtnis können mit spezifischen Trainingsprogrammen gefördert werden. Zur Verbesserung von leichten bis mittelschweren kognitiven Einschränkungen nehmen die Klienten nach individueller Indikationsstellung an einem Hirnleistungstraining teil. Typische Zielsymptome sind: Störungen der Merkfähigkeit und des Langzeitgedächtnisses, Störungen der Konzentrationsfähigkeit, der Auffassung, der Aufmerksamkeit sowie der Ein- und Umstellfähigkeit.

- **Entspannungsverfahren**
Entspannungstraining wird in verschiedenen Formen zur Unterstützung spezifischer therapeutischer Ziele eingesetzt. Entspannungsverfahren sind auch integraler Bestandteil von Strategien zur Stressreduktion und Verbesserung der Resilienz.

Bei der *progressiven Muskelentspannung* handelt es sich um ein Verfahren, bei dem durch die willentliche und bewusste An- und Entspannung bestimmter Muskelgruppen ein Zustand tiefer Entspannung des ganzen Körpers erreicht werden soll.

Autogenes Training setzt Autosuggestion ein. Es besteht aus mehreren Übungen, die in der Regel nacheinander durchgeführt werden. Durch gezielte Übungen kann eine rasche Entspannung in Stress- und Belastungssituationen erreicht werden.

- **Belastungserprobungen**
 - Außenaktivitäten
 - Therapeutische Belastungserprobung im häuslichen Umfeld
 - Lebenspraktisches Training
 - Anleitung zur Alltagsstrukturierung

- **Einzelgespräche**
Einzelgespräche dienen der Erörterung individueller Therapieschritte und -fortschritte. Sie dienen auch der Klärung von Themen, deren Ansprache vom Klienten im Rahmen der Gruppentherapie gescheut wird. Sofern kein nachvollziehbares Diskretionsbedürfnis besteht, wird der Therapeut jedoch den Patienten motivieren, auch schwierige oder konflikthafte Themen in einer Gruppe zu bearbeiten.

- **Angehörigenarbeit**
Ein wichtiger Aspekt der psychotherapeutischen Arbeit besteht in der Einbeziehung von Angehörigen. Wir motivieren unsere Klienten zur Wahrnehmung von therapeutischen Angehörigengesprächen in unserer Niederlassung, bei denen neben der Erhebung fremdanamnestischer Informationen und einer Klärung der Rolle des jeweiligen Angehörigen Unterstützungsmöglichkeiten erörtert und vereinbart werden.

Umfang unserer therapeutischen Leistungen

- **Evidenzbasierte Therapie**
Die psychotherapeutischen Therapieverfahren der KiDZ-Jugendhilfe gGmbH folgen den offiziellen Leitlinien der Fachgesellschaften. Alle Therapiemaßnahmen sind evidenzbasiert, d.h. es kommen Therapieverfahren zum Einsatz, bei denen wissenschaftliche Untersuchungen die Wirksamkeit und Verträglichkeit nachgewiesen haben. Für jeden

Klienten werden individuelle Therapiepläne erstellt, die den Besonderheiten des Einzelfalles Rechnung tragen.

- **Multimodale Therapie**

Pharmakologische und nicht-pharmakologische Verfahren werden ggf. in Zusammenarbeit mit einem/einer Psychiater/in kombiniert, wenn sich dies als sinnvoll erweist.

- **Störungsspezifische modulare Psychotherapie**

In der KIDZ- Jugendhilfe gGmbH wird eine modulare störungsspezifische Therapie durchgeführt. Für jeden Klienten werden die verfügbaren therapeutischen Module individuell zusammengestellt und regelmäßig reflektiert. Ressourcenorientierte Ansätze werden mit spezifischen, an der Symptomatik und Grunderkrankung orientierten, Therapiemodulen kombiniert. Verhaltenstherapeutische und tiefenpsychologische Elemente werden übergreifend integriert. Das therapeutische Vorgehen orientiert sich an wissenschaftlich überprüften Konzepten der Einzel- und Gruppenpsychotherapie. Therapieziele werden gemeinsam mit den Klienten erarbeitet. Voraussetzung für das Erreichen von Behandlungszielen und therapeutischer Adhärenz ist die Schaffung einer vertrauensvollen und belastbaren therapeutischen Atmosphäre.

- **Klienten mit Depression**

Hier wird auf Grundlage eines kognitiv-verhaltenstherapeutischen Konzeptes unter Hinzuziehung achtsamkeitsbasierter Ansätze eine psychotherapeutische Behandlung depressiver Symptomatik durchgeführt. Therapeutische Elemente sind: Vermittlung von Informationen zur Entstehung und Therapie der Depression, Vermittlung eines therapeutischen Modells, Aktivitätsaufbau, Tagesstrukturierung, Aufbau angenehmer Aktivitäten, Bearbeitung kognitiver Muster und dysfunktionaler Kognitionen, Verbesserung der sozialen, interaktiven und problemlösenden Kompetenzen, Erkennen und Vorbereitung auf Krisen einschl. Erstellung eines Krisenplans, Rückfallprophylaxe sowie achtsamkeitsbasierte Verfahren. Durch die Therapie sollen die Klienten eine Remission der bestehenden depressiven Symptomatik und affektive Stabilität erreichen sowie auch zukünftig, z.B. in Belastungssituationen durch vorhandene Bewältigungs- und Behandlungsstrategien Rückfälle wirksam vermeiden können.

- **Angstbewältigung**

Angsterkrankungen sind durch verschiedene Erscheinungsformen der Angst gekennzeichnet. Dabei muss die normale Angst als Alarmfunktion für den Organismus von der pathologischen Angst, bei der die Angstsymptome scheinbar grundlos auftreten können, unterschieden werden. Als typische Formen seien hier die Agoraphobie, die soziale Phobie aber auch Panikattacken und die generelle Angststörung genannt. Psychotherapeutische Interventionen haben sich bei der Behandlung von Angsterkrankungen als wirksam erwiesen.

Das Angstbewältigungstraining enthält folgende Bestandteile:

- Informationsvermittlung über Angst und Angstanfälle
- Kognitive Bearbeitung von ursprünglich als bedrohlich interpretierten körperlichen Symptomen (z.B. Herzklopfen, Schwindel)
- Konfrontation mit internen Reizen (z.B. Angstsymptome, Angst auslösende Gedanken, Hyperventilation).

Therapeutisches Ziel ist die Reduktion der Angstsymptomatik bzw. eine verbesserte Bewältigungskompetenz.

- **Expositionstraining**

Das Expositionstraining umfasst gezielte Übungen zur Überwindung von Angst oder sozialer Unsicherheit. Hierbei werden Situationen identifiziert, die für den Einzelnen ein hohes Angstpotential mit resultierendem Vermeidungspotential besitzen. Systematisches Annähern und Durchstehen dieser situativen Auslöser kann als Teil von Strategien zur Überwindung von Angsterleben und Unsicherheit eingesetzt werden.

- **Psychoedukation**

Hier wird interaktiv Wissen zu psychologischen Erkrankungen vermittelt. Spezifische Module bestehen u.a. für: Depression, Angst- und Panikstörung, Schizophrenie, Komorbidität, Psychose, Sucht und Borderline-Persönlichkeitsstörung.

Darüber hinaus bieten wir unseren Klienten:

- Psychologische Fallberatung
- Systemische Beratung
- Coaching
- Supervision
- Psychologische Fortbildungen
- Familienberatung/-therapie
- Elterntaining
- Informationsgewinnung und -auswertung für eine fachlich angemessene Diagnostik und Indikationsstellung (beispielsweise IQ-Testung)

und runden damit unser umfassendes Angebot für Sie ab.

Zukünftige Angebote in Kooperation mit niedergelassenen Fachkräften

Wir planen in der Zukunft mit ansässigen Therapeuten in Kooperation zu gehen. Durch die Kooperation möchten wir unsere Angebotspalette erweitern und den Klienten ein vernetztes Angebot bieten.

- **Kunsttherapie**

In der Kunsttherapie wird hauptsächlich mit Medien der bildenden Kunst gearbeitet. Dazu zählen malerische oder zeichnerische Medien, plastisch-skulpturale Gestaltungen oder auch fotografische Medien. Durch sie können Klienten unter therapeutischer Begleitung innere und äußere Bilder ausdrücken, ihre kreativen Fähigkeiten entwickeln und ihre sinnliche Wahrnehmung ausbilden.

- **Ergotherapie**

Die Ergotherapie ist ein integraler Bestandteil des therapeutischen Gesamtprozesses im Rahmen des gestalterischen Arbeitens unter Verwendung verschiedener handwerklich-künstlerischer Therapiematerialien und -techniken. Dabei nehmen kreative Aspekte eine zentrale Rolle ein.

Es kommen insbesondere die folgenden Methoden zum Einsatz:

Ausdruckszentrierte Methode: Bei der ausdruckszentrierten Methode wird ein Material, eine Geschichte, Bilder o.ä. in kreativ-gestalterischer Weise eingesetzt und dient als Ausdrucksmittel, als Mittel zur Selbstdarstellung und als Hilfe zur Kommunikation.

Zielsetzungen:

- Verbesserung der Introspektionsfähigkeit (Wahrnehmung eigener seelischer Vorgänge)
- Förderung von Kreativität (Fantasie, Spontanität, Flexibilität)
- Wahrnehmung von Erlebnisqualitäten Interaktionelle Methode – Projektarbeit
- Zielsetzungen
- Verbesserung der Kontakt- und Kommunikationsfähigkeit
- Verbesserung von Toleranz und Konflikt- sowie Kritikfähigkeit
- Verbesserung der Durchsetzungsfähigkeit
- Fähigkeit zur Zusammenarbeit
- Erkennen und Äußern eigener Wünsche und Ideen

Personal

Die psychologisch therapeutischen Maßnahmen werden zurzeit durch einen Psychologen, eine Erziehungswissenschaftlerin mit einer systemisch-humanistischen Zusatzausbildung sowie einer Diplom Sozialpädagogin mit einer Zusatzausbildung zur systemischen Beraterin (DGSF e.V.) durchgeführt.

Es finden wöchentliche Teamsitzungen und Fallkonferenzen statt. Darüber hinaus nehmen die Mitarbeiter/innen der KiDZ-Jugendhilfe gGmbH verpflichtend alle sechs Wochen an einer externen Supervision teil.

Räumliche Ausstattung

In den Räumlichkeiten der KiDZ-Jugendhilfe gGmbH können Testungen und Gruppenangebote durchgeführt werden. Es gibt einen Gesprächsraum für Einzelsettings.

Ansprechpartner

KiDZ-Jugendhilfe gGmbH

Silke Trobisch

06239-9976858

Pädagogische Leitung

silke.trobisch@kidz-jugendhilfe.de

In den Fuchslöchern 25

67240 Bobenheim-Roxheim