

# Inhalt

Einleitung	11
I. Grundlagen der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie	15
1. Einführung	15
1.1 <i>Fallbeispiel Klaus</i>	15
1.2 Anforderungen an einen guten Kinderpsychotherapeuten	17
1.3 Übung zur Selbsterfahrung: <i>Mein inneres Kind</i> Beispiel: <i>Ein liebevoller Brief an das innere Kind</i>	20 24
2. Theoretischer Hintergrund	26
2.1 Grundlagen der Psychologie und Kinderpsychotherapie	26
<i>Entwicklungspsychologie 26 – Entwicklungspsychopathologie 28 – Klinische Kinderpsychologie 30 – Klinische Entwicklungspsychologie 30 – Salutogenese 31 – Widerstandsressourcen 32 – Kohärenzsinn 32 – Vulnerabilität 34 – Bindung 34 – Die Funktion des Spiels 38 – Entstehung von Verhaltensauffälligkeiten 39 – Schulen der Kinderpsychotherapie 39 – Verhaltenstherapie 40 – Besonderheiten der Kindertherapie 42 – Die therapeutische Beziehung 43 – Die Berücksichtigung von Entwicklungsaufgaben 44</i>	
2.2 Erlebensorientiertes Vorgehen	46
2.3 Übungen: <i>Erlebensorientierte Kurzinterventionen</i> »Vom Reden zum Handeln«	49
2.4 Therapiematerial: <i>Katzengefühle</i>	53
2.5 Therapiematerial: <i>Gefühle von A bis Z</i>	54

II. Erlebnisorientierte Basisübungen und Materialien	55
1. Einstiegsübungen	55
Anamnese und probatorische Sitzungen	55
<i>Beziehungs- und Motivationsaufbau 57 – Kindgerechte Informationen 58</i>	
1.1 Erlebnisorientierte Psychotherapie-Information für Kinder	60
1.2 Therapiematerial: <i>Selbstbeobachtungsliste für Kinder</i>	64
1.3 Übung: <i>Mein Problemtopf</i>	65
1.4 Therapiematerial: <i>Mein Problemtopf</i>	69
1.5 Übung: <i>Familie in Tieren (Kinderversion)</i>	70
1.6 <i>Fallbeispiel: Claudia</i>	72
1.7 Übung: <i>Aktivierungsentspannung</i>	75
1.8 Entspannungsgeschichte: <i>Der bunte Schmetterling</i>	78
2. Gefühlsübungen	80
2.1 Anleitung zum Umgang mit Gefühlen für Kinder	81
2.2 Übung: <i>Gefühlsbesinnung</i>	82
2.3 Therapiematerial: <i>Wie fühlst du dich?</i>	84
2.4 Übung: <i>Was ich alles kann</i>	85
2.5 Therapiematerial: <i>Hilfreiche Fragen</i>	87
2.6 Übung: <i>Mut tut gut</i>	88
Die Angstleiter	91
2.7 Information zur Angstbewältigung für Kinder	92
3. Soziale Kompetenz – Übungen	93
3.1 Übung: <i>Das starke ICH</i>	96
3.2 Selbstsicherheitsübungen	103
3.3 Tipps, um Freunde zu gewinnen	107
3.4 Übung: <i>Grenze wahren</i>	108
3.5 Umgang mit Lästern und Hänkeln	113
3.6 Übung: <i>Das große und das kleine NEIN</i>	114
3.7 Kinderlied: <i>Starke Kinder</i>	118

4.	Übungen zur Selbsthilfe	119
4.1	Selbsthilfetipps: automatische Gedanken	120
4.2	Übung: <i>Mein innerer Helfer</i>	121
4.3	Fallbeispiel: »Mein innerer Helfer, der Igelhase«	127
4.4	Therapiematerial: <i>Helferkarte</i>	128
	Beispiel Helferkarte	129
4.5	Helfersätze zur Selbstinstruktion	130
4.6	Übung: <i>Der geheime Ort</i>	131
	Beispiel: »Mein geheimer Ort«	136
III.	Störungsspezifische Behandlungsmethoden	137
1.	Diagnostik	137
1.1	Klassifikation psychischer Störungen bei Kindern und Jugendlichen	139
1.2	Multiaxiales Klassifikationsschema	142
2.	Störungsspezifische Informationen und Übungen	143
2.1	Störungsschwerpunkte nach Altersgruppen	144
2.2	Wirksamkeit und Anwendung von verhaltenstherapeutischen Methoden	145
2.3	Information: <i>Fütterstörung im frühen Kindesalter</i>	148
2.4	Information: <i>Bindungsstörungen</i>	150
	Bindungsstörung des Kindesalters mit Enthemmung	152
2.5	Information: <i>Einnässen</i>	155
2.6	Information: <i>Einkoten</i>	160
2.7	Information: <i>Stottern</i>	162
2.8	Information: <i>Hyperkinetische Störungen</i>	164
2.9	Information: <i>Angststörungen</i>	169
2.10	Übung: <i>Gespräch mit der Angst</i>	172
2.11	Information: <i>Emotionale Störung mit Trennungsangst im Kindesalter</i>	176
2.12	Information: <i>Soziale Ängste</i>	179
2.13	Information: <i>Zwangsstörung</i>	182

2.14 Übung: <i>Den Zwang besiegen</i>	186
2.15 Information <i>Essstörungen</i>	194
Magersucht	195
Ess-Brechsucht	196
2.16 Übung: <i>Mein Körper und ich</i>	199
2.17 Therapiematerial: <i>Dem Körper Gutes tun</i>	202
2.18 Information: <i>Depressionen</i>	203
2.19 Übung: <i>Die Trauer verwandeln</i>	208
2.20 Therapiematerial: <i>Der Teufelskreis</i>	214
2.21 Information: <i>Suizidalität bei Kindern und Jugendlichen</i>	215
2.22 Information: <i>Reaktion auf schwere Belastungen und Anpassungsstörungen</i>	217
Posttraumatische Belastungsstörung	218
Anpassungsstörungen	220
IV. Therapie-Informationen	224
1. Ratschläge zur Handhabung der Übungen	224
2. Entwicklungsangemessene Methoden	229
3. Therapeutische Übungsaufgaben	233
4. Tipps von A bis Z zur Arbeit mit Kindern und Jugendlichen	235
5. Fragebogen für Kinder und Jugendliche	251
Zum Schluss – Abschiedsbrief von Lena	257
Anhang: Verzeichnis der Übungen – Therapiematerialien – Informationen	258
Literatur	263