



## SYSTEMISCHE FAMILIENTHERAPIE

Ein Therapiekonzept für Eltern und ihre Kinder



*Vielen Dank.*

## **Einleitung**

Für Eltern, die unter einer psychischen Störung leiden ist es im häuslichen Umfeld oftmals schwierig, sich neben der Versorgung und Erziehung ihrer Kinder, der intensiven Behandlung ihrer Erkrankung zu widmen. Eine notwendige stationäre Therapie kann in vielen Fällen nicht realisiert werden, da die Kinder häufig aufgrund fehlender Möglichkeiten nicht fremd untergebracht werden können. Dies stellt viele Eltern vor ein Dilemma und führt durch das Ausbleiben dringender Interventionen nicht selten zu einer Chronifizierung psychischer Störungen oder Entstehung weiterer Krankheitsbilder bei Eltern und Kindern.

Die Internistisch-Psychosomatische Fachklinik Hochsauerland hat aus diesem Grunde vor über 10 Jahren ein integratives Therapiekonzept entwickelt, welches die Aufnahme von Müttern/Vätern und Kindern ermöglicht. Auf einer separaten Station haben Eltern Zeit für hochfrequente Behandlungsangebote. Ihre Kinder werden währenddessen in einer angegliederten heilpädagogischen Kindertagesstätte professionell betreut. Da sich die psychische Erkrankung der Eltern und die jeweilige Lebenssituation oftmals bereits auf die Kinder ausgewirkt haben, besteht in der Fachklinik darüber hinaus ein gesondertes Behandlungsprogramm für Kinder mit therapeutischem Bedarf. Diese Kinder werden als Therapiekinder mit ihren Eltern aufgenommen. Aufgrund fehlender Ressourcen von Seiten der Eltern und dysfunktionalem Modelllernen, sind bei vielen Kindern gravierende Entwicklungs- sowie Bindungsstörungen zu verzeichnen. Infolgedessen sind ebenso Mutter/Vater-Kind-Angebote von Bedeutung, die als zentrales Ziel die Entlastung, die Bindung und Stärkung des Familiensystems beinhalten. Vorrangig wird hier das Interaktionsverhalten zwischen Mutter/Vater und ihren Kindern in den Fokus gerückt. So werden notwendige therapeutische Interventionen nicht nur an der Mikro-Ebene (Therapeut und Patient) sondern ebenso an der Makro-Ebene (Familiensystem) angesetzt.

Einen großen Anteil der Patienten/Patientinnen in unserer Fachklinik bilden alleinerziehende Elternteile, die aufgrund der Mehrfachbelastungen und sozialen Beeinträchtigungen ein erhöhtes Risiko haben, an psychischen Störungen zu erkranken. Multiple Überforderungssituationen führen zu einer psychosomatischen Symptomentwicklung, die Einfluss auf die Kinder nehmen können. Durch psychische Störungen der Kinder kommt es dann wiederum häufig zu massiven Scham- und Schuldgefühlen, die zur Aufrechterhaltung der Erkrankung beiderseits beitragen. In Deutschland existieren über 2 Mio. alleinerziehende Mütter/Väter, dementsprechend stellen Alleinerziehende eine entscheidende Zielgruppe in der Fachklinik Hochsauerland dar, aber nicht ausschließlich.

Ein Ziel der Internistisch-Psychosomatischen Fachklinik Hochsauerland ist es, Eltern zum einen durch spezifische Therapieverfahren eine Besserung ihrer individuellen Symptomatik zu ermöglichen. Zum anderen rücken die Therapieangebote eine Reduktion der familiären Symptome und eine veränderte Mutter/Vater-Kind-Beziehung in den Behandlungsfokus. Hierbei wird in speziellen Gruppenangeboten, in familientherapeutischen Kontakten und in therapeutischer Einzelarbeit an den individuellen Problembereichen, den intrapsychischen und den interpersonellen Schwierigkeiten der Patienten gearbeitet. Themen können zum Beispiel sein: biographisch erlebte Traumatisierungen sowie Kränkungen, Umgang mit schwierigen Lebenssituationen sowie mit belastenden Gefühlen, Stressbewältigung, dysfunktionale Kognitionen bezüglich des Selbst und der relevanten anderen sowie subversive Beziehungsmuster.

Behandelt werden jegliche Arten von psychischen Störungen wie Anpassungsstörungen, Posttraumatische Belastungsstörungen, Persönlichkeitsstörungen, Angst- und Panikstörungen, Phobien, Zwänge, depressive Zustandsbilder, Spielsucht, Schmerz- und Essstörungen. Zu genaueren Beschreibung der einzelnen Behandlungsschwerpunkte für Erwachsene, lesen Sie bitte unsere spezifischen Kurzkonzepte.

## **1. Zielgruppe**

Unsere Zielgruppe sind Erwachsene mit Kindern, die unter einer psychischen Erkrankung leiden. Die Kinder werden entweder als Begleitkinder oder bei eigenem Behandlungsbedarf als Therapiekinder in die Fachklinik mit aufgenommen. Diese befinden sich im Säuglings-, Kleinkind-, Kindergarten- oder Schulkindalter.

Störungsbilder bei Erwachsenen sind vornehmlich:

- Anpassungsstörungen
- Angst- und Panikstörungen
- Phobien
- Zwänge
- depressive Zustandsbilder
- Posttraumatische Belastungsstörungen
- Persönlichkeitsstörungen
- Essstörungen

Störungsbilder bei den Kindern sind vornehmlich:

- Anpassungsstörungen
- Emotionale Störungen und Störungen des Sozialverhaltens
- Essstörungen
- ADHS

## **2. Behandlungsziele**

Das allgemeine Ziel ist eine psychische und physische Besserung der Patienten und ihren Kindern. Im Einzelnen geht es hier vorrangig um:

- Emotionale Stabilisierung
- Reflektion der eigenen Situation
- Stressreduktion
- Selbstwertstärkung
- Erhöhung der Selbstwirksamkeitserwartung
- Reduktion der störungsspezifischen Symptomatik
- Übernahme von Verantwortung innerhalb der Kindererziehung
- Herstellung oder Erhaltung einer tragfähigen Beziehung innerhalb des Familiensystems
- Herstellung der Arbeitsfähigkeit

## **3. Behandlungsdauer**

Es erfolgen Behandlungen von 3 bis zu 16 Wochen, womit die Behandlungsdauer im Schnitt 6 bis 8 Wochen betragen.

## **4. Therapiephasen**

Die Behandlung gliedert sich in mehrere Phasen:

### ➤ **Therapiephase I – Aufnahme**

Die Patienten werden mit den Rahmenbedingungen und therapeutischen Angeboten der Fachklinik vertraut gemacht. Der Beziehungsaufbau steht hier im Vordergrund, welcher insbesondere Vertrauen, Würdigung der jeweiligen Lebenssituation und Akzeptanz vermitteln soll. Ebenso ist die Installierung von Zuversicht und einer perspektivischen Ausrichtung von Bedeutung. Hierzu ist das Abfragen der Motivationslage sowie das Formulieren erster Therapieziele erforderlich. Diese Therapiephase beinhaltet als weiteren wichtigen Punkt, die diagnostische Abklärung der zugrundeliegenden Störung sowie das Erfassen eventueller Komorbiditäten.

### ➤ **Therapiephase II – therapeutische Interventionsphase**

Auseinandersetzung und Bearbeitung der individuellen Problembereiche in einzeltherapeutischen Kontakten, im Austausch mit anderen Müttern/Vätern innerhalb der Gruppentherapien und in

Interaktion mit den Kindern. Hierbei werden dysfunktionale Verhaltensweisen sowie Kognitionen modifiziert und biographische Ereignisse bearbeitet. Notwendige Entwicklungsprozesse werden eingeleitet und Schritte in Richtung Veränderung gegangen.

➤ **Therapiephase III – Ablösungsphase und Einleitung der Nachsorge**

Die wesentlichen Inhalte dieser Therapiephase sind der Transfer des Gelernten in den Alltag, die Erhöhung der Selbstwirksamkeitserwartung und die ambulante Nachsorge. Hierzu werden auch therapeutisch induzierte Belastungserprobungen im häuslichen Umfeld durchgeführt und im Anschluss daran in einzeltherapeutischen Kontakten analysiert. So können Rückfälle in alte Verhaltensmuster und die Angst vor der Rückkehr inhibiert werden. Durch eine ressourcenorientierte Bilanzierung des Therapieverlaufes mit der Patientin/dem Patienten wird zudem die Selbstwirksamkeitserwartung erhöht. Einen weiteren wichtigen Punkt stellt die Nachsorge dar. Hierzu wird die Patientin/der Patient über ambulante Behandlungsmöglichkeiten aufgeklärt und Kontakt zu signifikanten Institutionen hergestellt.

## 5. Therapeutische Angebote

➤ **Einzeltherapien**

In einzeltherapeutischen Kontakten wird ein Erklärungsansatz für die Entstehung der bestehenden Symptome entwickelt. Zudem wird der Zusammenhang zwischen auslösenden und aufrechterhaltenden Faktoren sowie dysfunktionalen Kognitionen und Verhaltensweisen im Erklärungsmodell besprochen. Neben den individuellen Problembereichen der Patienten werden angeschnittene Gruppenthemen vertieft.

➤ **Interaktionellen Gruppen**

Die Interaktionelle Gruppe beinhaltet kognitiv-verhaltenstherapeutische sowie psychodynamische Interventionen und konfrontiert insbesondere mit unbewussten Gewohnheiten, Verhaltens- und Wahrnehmungsmustern. Zudem wird die Veränderung der Selbst- und Fremdwahrnehmung intendiert.

➤ **Psychologisches Fertigkeitentraining**

In dieser Trainingsgruppe werden neben zwischenmenschlichen Fertigkeiten, Achtsamkeitstechniken und Gefühlsregulationsstrategien vermittelt.

➤ **Elterngruppen**

In der Elterngruppe werden Probleme die sich explizit aus der Erziehung der Kinder ergeben besprochen und Lösungsansätze hierfür geboten. Zugrundeliegende Auslöser werden erfasst und alternative Verhaltensweisen entwickelt.

➤ **Eltern-Kind-Training im Gruppenangebot**

Hierbei handelt es sich um eine Trainingsgruppe in der Mütter/Väter aufgetretene Problemsituationen in der Interaktion mit ihren Kindern analysieren und einen funktionaleren Umgang miteinander erlernen können. Das vorrangige Ziel ist es Vertrauen zu schaffen und die Bindung zu stärken.

➤ **Therapeutische Einzelstunden mit Kind in heilpädagogischer Kindertagesstätte**

Hierzu werden die Eltern mit in die Therapie des Kindes einbezogen.

➤ **Gestaltungstherapie**

Durch die kreative Beschäftigung mit unterschiedlichsten Materialien werden alternative Verhaltensweisen im Umgang mit stresserzeugenden Situationen entwickelt und eine Stärkung eigener positiver Anteile und kreativer Ressourcen erzielt.

- **Sport-, Bewegungs- und Körpertherapie**  
Neben der psychotherapeutischen und pädagogischen Ausrichtung werden Entspannungsmöglichkeiten sowie Sportgruppen angeboten. Zudem kommt ein körpertherapeutisches Angebot, welches über Wahrnehmungs- und Bewegungsübungen verdeutlicht, wie die Patienten mit sich und ihrem Körper umgehen, wie sie sich in Kontakten zu anderen Menschen verhalten und was dem Körper und Geist guttut.
- **Ergotherapie**  
Für Patienten die in ihrer Erwerbsfähigkeit eingeschränkt sind werden ergotherapeutische Gruppen angeboten, die insbesondere die Förderung der beruflichen Kompetenz beinhaltet.
- **Medizinische Therapien**  
Unsere Patienten werden während des gesamten Aufenthaltes medizinisch betreut.
- **Physiotherapeutische Behandlungen**  
In einem anliegenden Therapiezentrum können physiotherapeutische Behandlungen durchgeführt werden.
- **Sozialberatung**  
Um die Nachsorge der Patienten zu sichern, bieten wir eine umfassende Sozialberatung an.
- **Fazit:**  
In den letzten 12 Jahren sind in der Internistisch-Psychosomatischen Fachklinik Hochsauerland erfolgreiche Therapien abgeschlossen worden. Unsere Mutter/Vater-Kind-Behandlung ist in einer konstanten Entwicklung und passt sich dem therapeutischen Zeitgeist stetig an. Auf unterschiedlichste Lebensmodelle reagieren wir mit fundierten therapeutischen Konzepten und beziehen diese in Prozesse unseres Klinikalltags mit ein.

## 6. Der Weg zur Reha:

Der Antrag auf eine medizinisch-psychosomatische Rehabilitation wird in der Regel durch den behandelnden Haus- oder Facharzt gestellt. Patienten können einen Wunsch angeben, in welcher Klinik Sie behandelt werden möchten; die Entscheidung über die Zuweisung liegt dann beim Kostenträger, d.h. in der Regel bei der Kranken- oder Rentenversicherung. Nach erfolgter Kostenzusage und hausinterner Überprüfung der Indikation erhalten unsere Patienten ihren Aufnahmetermin sowie die zur Aufnahme erforderlichen Unterlagen auf dem Postweg zugesandt.

## 7. Ansprechpartnerin:

Dipl. Psych. Nina Fleiter  
Psychologische Psychotherapeutin  
Klinisch-Psychologische Leitung

Telefon: 02974-73-2277  
E-Mail: nina.fleiter@johannesbad.com  
kita@johannesbad.com  
Homepage: [www.fachklinik-hochsauerland.de](http://www.fachklinik-hochsauerland.de)

Johannesbad Fachklinik Hochsauerland  
Zu den drei Buchen 2  
57392 Schmallenberg – Bad Fredeburg