

Informationsblatt für Eltern

Ihr Kind befindet sich in Psychotherapie? Dann haben Sie für Ihr Kind Hilfe in Anspruch genommen. Sicher war der Weg dahin oft schwierig und Sie haben erkannt und hoffen, dass eine außenstehende, objektive Person Ihrem Kind in seiner Not helfen kann. Wahrscheinlich war es auch für Sie nicht leicht und Sie machen sich große Sorgen. Für viele ist es das erste Mal, dass Kontakt zu einer Therapeutin hergestellt wird und es bestehen viele Fragen zur Therapie im Allgemeinen und zur Therapie Ihres Kindes. Dieses Informationsblatt soll dazu dienen, einige Fragen vorweg zu beantworten.

Was ist Psychotherapie?

Per Definition ist Psychotherapie die gezielte professionelle Behandlung seelischer Leidenszustände oder psychisch bedingter körperlicher Störungen mit psychologischen Mitteln.

In welchem Abstand soll mein Kind zur Therapie kommen?

Üblicherweise wird zu Beginn ein wöchentlicher Rhythmus gewählt. Dieser kann jedoch sowohl verkürzt, als auch verlängert werden. Ab einem Intervall von drei Wochen kann es jedoch schwierig werden, an die letzte Stunde anzuknüpfen. Zu lange Intervalle mindern den Therapieerfolg.

Wie lange braucht mein Kind Therapie?

Veränderung und Heilung brauchen Zeit. Bei einem gebrochenen Arm ist der Heilungsprozess gut vorherzusagen, bei einem seelischen Leiden ist dies schwerer. Für die Genesung sind, neben der Therapie, unterschiedliche Faktoren ausschlaggebend (Familiensituation, Schulsituation, Freundeskreis,...), die oft nicht verändert werden können. Eine kurze Therapie benötigt im Durchschnitt etwa 30 Einheiten. Je nach Problemlage oder neu auftauchenden Problemen kann dies variieren.

Ich möchte wissen, worüber mein Kind mit der Therapeutin spricht – wie erfahre ich das?

Alle Psychotherapeuten unterliegen per Gesetz der Verschwiegenheitspflicht. Das bedeutet, dass nichts weiter erzählt werden darf. Dies ist wichtig, damit sich Ihr Kind auf die Therapie einlassen kann und der Therapeutin vertraut. Ihr Kind darf Ihnen über die Therapie das erzählen, was es möchte. Bitte drängen oder zwingen Sie es nicht dazu.

Nur in Notsituationen, wenn das Leben Ihres Kindes oder seine Gesundheit in Gefahr sind, muss die Therapeutin von der Verschwiegenheitspflicht ablassen. Dies ist z.B. der Fall, wenn Ihr Kind mit Selbstmord droht.

Ich bezahle als Elternteil für die Therapie, also bin ich doch der Auftraggeber?

Es besteht eine sogenannte Aufklärungs- und Auskunftspflicht. Das bedeutet, dass die Therapeutin gesetzlich dazu verpflichtet ist, alle notwendigen Informationen über die geplante Therapie (Art, Umfang, Kosten) zu geben. Bei Kindern unter 14 Jahren besteht diese gegenüber dem Erziehungsberechtigten, bei Kindern über 14 Jahren dem Kind gegenüber. Die Verschwiegenheitspflicht betrifft diese Regelung nicht. Unabhängig vom Alter Ihres Kindes darf über den Inhalt der Therapie - selbst an Eltern - nichts weitergeleitet werden. Eine Therapie ist keine Eltern-/Erziehungsberatung, die unabhängig von einer Therapie natürlich in Anspruch genommen werden darf.

Das Ziel der Therapie bestimmt allein Ihr Kind!

Ich möchte mein Kind unterstützen, was kann ich tun?

Im Laufe der Therapie wird sich Ihr Kind verändern. Diese Veränderung kann für Sie schwierig sein und eine Umstellung bedeuten. Denken Sie bitte daran, dass Ihr Kind so, wie es jetzt ist, leidet (so wie Sie vielleicht auch!) und dass nur eine Veränderung dazu beitragen kann, dass es besser wird. Eine Veränderung braucht Zeit und erfolgt meist in kleinen Schritten. Auch Ihr Kind muss erst erproben, womit es sich am wohlsten fühlt. Als wichtigste Unterstützung können Sie Ihrem Kind Geduld und Wertschätzung zukommen lassen. Auch wenn Sie das Verhalten Ihres Kindes vielleicht nicht immer gutheißen, Ihr Kind als Person haben sie sicher lieb. Dies gilt es auch zu kommunizieren.