



Prof. Dr. Tina In-Albon
1. Vorsitzende der KJPVT

Liebe KJPVT-Mitglieder,

es freut uns, Ihnen den zweiten Newsletter für das Jahr 2020 zukommen zu lassen. Wie Sie vielleicht bereits auf unserer Homepage www.kjpvt.de gesehen haben, werden wir 2021 den Kongress zum Thema „Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie: vielschichtig und innovativ“ digital durchführen. Das Programm finden Sie im Newsletter und auf der Homepage.

Des Weiteren möchten wir Ihnen das Projekt Best For Can vorstellen, welches insgesamt die Versorgung von Kindern mit Misshandlungserfahrungen und Vernachlässigung verbessern soll. Die Covid-Pandemie hält uns alle immer noch voll im Griff und wird wohl leider noch länger ein Thema bleiben. Aus den Reihen des KJPVT-Vorstandes sind Initiativen zur Unterstützung für Kinder, Jugendliche, Familien und Erwachsene entstanden, die wir Ihnen gerne vorstellen möchten.

Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien eine frohe Weihnachtszeit und fürs neue Jahr viel Schönes, alles Gute und insbesondere Gesundheit.

Ihr KJPVT-Vorstand

Traumabehandlung für Kinder und Jugendliche

Das Projekt **BESTFORCAN** bietet in vielen Regionen Deutschlands Traumatherapie für Kinder und Jugendliche an. Ängste, Schlafstörungen oder wiederkehrende Erinnerungen sind mögliche Symptome von Kindern und Jugendlichen, die vernachlässigt wurden oder körperliche und sexualisierte Gewalt erlebt haben. Die psychischen Folgen der Traumata verfolgen die Betroffenen oft bis ins Erwachsenenalter. Werden die jungen Menschen jedoch psychotherapeutisch behandelt, können Langzeitfolgen oft verhindert werden.

Kinder und Jugendliche im Alter von 5 bis 20 Jahren können nun eine umfassende Diagnostik und Traumabehandlung erhalten, indem sie an der Studie **BESTFORCAN** teilnehmen. Hierzu wurden sowohl Kinder- und Jugendtherapeutinnen und -therapeuten in Ausbildung (PiA), als auch bereits approbierte Kolleginnen und Kollegen im Rahmen der bundesweiten Studie **BESTFORCAN** weitergebildet, um Kinder und Jugendliche vor Ort mit traumafokussierter kognitiver Verhaltenstherapie (Tf-KVT) zu behandeln. Parallel werden Teams der Jugendhilfe und Kinderärztinnen und -ärzte geschult, damit sie gemeinsam mit den Therapeutinnen und Therapeuten ein qualifiziertes Netzwerk bilden, um den Betroffenen eine rasche psychotherapeutische Hilfe anbieten zu können.

Gegenwärtig sind wir in den folgenden Regionen aktiv:

- Hamburg, Bremen, Hannover,
- Berlin, Potsdam,
- Bielefeld, Bochum, Köln, Bonn,
- Leipzig, Halle, Erfurt,
- Marburg, Mannheim, Landau



Kinder und Jugendliche beziehungsweise ihre Erziehungsberechtigten können sich in ihrer Region bei den teilnehmenden Behandler*innen melden. Zugleich möchten wir weitere Unterstützung durch Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Kinder- und Jugendhilfe sowie Pädiaterinnen und Pädiater als auch Kinder- und Jugendpsychiaterinnen und -psychiater gewinnen.

Die Studie wird vom Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert und in Kooperation mit den Universitäten Marburg (Prof. Dr. Hanna Christiansen), Eichstätt-Ingolstadt (Prof. Dr. Rita Rosner), Frankfurt (Prof. Dr. Regina Steil) und Erlangen-Nürnberg (Assoc. Prof. Dr. David Daniel Ebert) durchgeführt.

Weitere Informationen zum Projekt, die Kontaktdaten aller teilnehmenden Behandler*innen sowie die Möglichkeit zur Kontaktaufnahme mit der BESTFORCAN Projektleitung finden Sie unter:
www.bestforcan.de

Save the Date:

4. KJPVT Kongress online am 7./8. Mai 2021

Freitag ab 14.30 Uhr: Vorträge zu den Themen:

- Transidentität (Matthias Gallei)
- Suizidalität (Sören Friedrich)
- Metakognitive Therapie (Dr. Michael Simons)

+ Mitgliederversammlung

Samstag ab 9.00 Uhr: Workshops zu den Themen:

- Transidentität (Matthias Gallei)
- Suizidalität (Sören Friedrich)
- Metakognitive Therapie (Dr. Michael Simons)
- Imaginatives Überschreiben (Ingrid Hösch)





„Stressfrei in Zeiten von Corona“

Die Covid-19-Pandemie stellt nicht nur die medizinische Versorgung vor Herausforderungen. Auch auf psychischer Ebene war und ist die Situation für viele Menschen sehr belastend, insbesondere für Familien und Kinder. Viele Kinder, Jugendliche und Erwachsene berichten von Schlafproblemen, Ängsten, Stimmungseinbrüchen oder Konflikten zuhause. Bei einigen haben sich die Probleme vielleicht wieder aufgelöst, bei anderen halten sie jedoch an. Aus diesem Grund wurde an der Humboldt-Universität zu Berlin (Projektleitung: Prof. Dr. Ulrike Lücken, Prof. Dr. Julia Asbrand) ein kostenfreies Programm entwickelt, das Menschen jeden Alters und zunächst einmal völlig unabhängig vom Wohnort helfen soll, mit Stress klarzukommen. Das Programm richtet sich altersübergreifend an Erwachsene ohne Kinder, aber auch an Familien, Kinder und Jugendliche. Für Menschen, die unter vermehrten Stress-Symptomen in Folge der Corona-Einschränkungen leiden, hält im ersten Schritt die digitale Beraterin Aury (www.aury.co) hilfreiche Informationen und praktische Übungen zum Ausprobieren in 24 kurzen Modulen (5-15 Minuten) bereit. Aury ist per Smartphone, Tablet oder PC von überall aus nutzbar. Falls Aury alleine nicht ausreicht, ist in einem zweiten Schritt die Teilnahme an einem persönlichen Gruppenprogramm über 6 Wochen in Berlin-Adlershof bzw. aktuell digital möglich.

Es werden separate Gruppen für Eltern, Jugendliche und Erwachsene angeboten, in denen noch einmal individuelle Hilfe angeboten wird.

Eine Teilnahme ist möglich über die Homepage www.corona-stressfrei.de. Nach Ausfüllen eines Fragebogens erhält man Zugang zu Aury. Wer zudem die Forschung unterstützen möchte, kann eine Haarsträhne spenden. Das Stresshormon Cortisol lagert sich in unseren Haaren wie in einem „Stresstagebuch“ ab. Daran können wir also den Stress der vergangenen Monate ablesen.

Was ist das Besondere an diesem Programm?

Jede*r kann zunächst von überall teilnehmen. Für die digitale Beratung gibt keine Begrenzungen, was die Anzahl der Personen angeht, keine Wartezeit und das Angebot ist komplett kostenfrei. Noch dazu kann in der ersten Stufe des Programms ein persönlicher Kontakt vermieden werden, der vielleicht wegen des Virus gerade für manche eine Gefahr darstellt. Und wem die Hemmschwelle zu groß ist, professionelle Hilfe aufzusuchen, kann einfach mal reinschnuppern. Bleiben Sie gesund!



*Wir wünschen
Ihnen und Ihrer
Familie
besinnliche
Feiertage und
einen guten Start
in das neue Jahr*

*Wir freuen uns
auf 2021 mit
Ihnen!*

„Familien unter Druck“

Die Initiative „Familien unter Druck“ unter Schirmherrschaft von Bundesfamilienministerin Dr. Franziska Giffey will Eltern und Kinder in der Corona-Zeit unterstützen und ihre psychische Gesundheit unter den besonderen Belastungen fördern. An den Lehrstühlen für Klinische Kinder- und Jugendpsychologie der Philipps-Universität Marburg und der Ruhr-Universität Bochum (RUB) wurde in Zusammenarbeit mit verschiedenen Kinderhilfsorganisationen die Initiative „Familien unter Druck“ gestartet. Mit praktischen Hilfestellungen sollen Eltern und ihre Kinder gestärkt und dabei unterstützt werden, die psychischen Belastungen der Corona-Pandemie zu schultern. In kurzen Videos werden dazu familiäre Sorgen aufgenommen, relevante Fragen beantwortet und konkrete Hilfen und Lösungsmöglichkeiten angeboten: Was kann ich tun, wenn mein Kind Angst hat? Wie kann ich selbst – trotz Stress und Unsicherheit – positiv bleiben und den Familienalltag am besten gestalten? Was hilft, wenn die Nerven blank liegen?

Feste Strukturen und Routinen im Alltag, Ideen wie die Einführung einer regelmäßigen ‚Familienkonferenz‘ oder gemeinsame ‚Sorgenzeit‘ - aber auch auf seine eigenen Bedürfnisse als Eltern zu achten - sind nur einige Beispiele, die vorgestellt werden, um besser durch schwierige Zeiten zu kommen und natürlich auch darüber hinaus wichtige Hinweise zu positiver, liebevoller Erziehung anbieten.

Prominente Eltern wie Klaas Heufer-Umlauf, Collin Ulmen-Fernandes, Ralph Caspers und Jörg Pilawa leihen den Videos ihre Stimmen. Die Filme sind auf der Webseite www.familienunterdruck.de abrufbar und eignen sich auch zur Weitergabe an Familien als flankierende Hilfen im Rahmen der Kinder- und Jugendpsychotherapie.

Weitere Infos unter:
www.familienunterdruck.de