

Leitlinien – nähere Ausführungen zu den Therapie-Methoden:

Durch langjährige Berufserfahrung und diverse Aus- und Weiterbildungen integriere ich nach Bedarf, verschiedene, anerkannte Psychotherapiemethoden in meine Arbeit. Diese ergänze ich mit Entspannungsübungen.

Vorwiegender Psychotherapieansatz ist systemisch - verhaltenstherapeutisch.

Mit Kindern haben sich zusätzlich bedürfnisangepasste, therapeutische Angebote bewährt.

Die systemische Vorgehensweise: Aus systemtherapeutischer Sicht gehört zum Anliegen der Auftraggebenden auch ein Kontext.

Systemtherapeuten möchten mit der Klientel unter anderem verstehen lernen, welche Zusammenhänge bestehen zwischen den Belastungen der Menschen und dem Umfeld, in dem sie leben.

Durch den therapeutischen Prozess soll bewusstwerden, welche Entwicklungen zu sinnerfüllenden Lösungen beitragen und wie sie die Klientel umsetzen kann. Auch das Verständnis, wie Systeme und einzelne Mitglieder wirken oder zusammenwirken, trägt in der Systemtherapie wesentlich zum Gelingen bei.

In der systemischen Arbeit lege ich zudem einen Fokus auf die Interaktion in den Beziehungen, auf Dialoge, Möglichkeiten und Kräfte des Einzelnen im System und der Systeme als Ganzes.

Der kognitiv-behaviorale oder verhaltenstherapeutische Ansatz stützt sich auf die Annahme, dass Verhalten „erlernt“ ist und demzufolge auch wieder „verlernt“ und neu gelernt werden kann.

Hier setze ich als Therapeutin an, indem ich mit den Ratsuchenden das Verhalten, welches möglicher Auslöser der Belastung sein könnte, erkunde und bewusst werden lasse. Möchte der Klient/die Klientin das Verhalten ändern, werden zusammen Wege und Lösungen gesucht und sinnvoll umgesetzt.

Ein bedürfnisangepasster, therapeutische Ansatz für Kinder hat sich bewährt und wird zusätzlich zu den anderen anerkannten Verfahren eingesetzt. Durch therapeutisch angeleitetes Spielen und Gestalten kann das Kind in einem ersten Schritt ausdrücken wie es die Welt erlebt und versteht. Im „darstellenden, spielenden Dialog“ ergibt sich das tiefere Verständnis für die Anliegen, die das Kind mir mitteilen möchte. Zudem erhält es dadurch Möglichkeiten, sinngebende Lösungen für die Belastungen im „Probehandeln“ zu erkunden (durch darstellen, spielen). Durch dieses „therapeutische Unterwegs sein mit mir“, kann das Kind Vertrauen in gute Lösungen schaffen.

Supervision versteht sich hier als Angebot für Klienten und Klientinnen die im Gesundheitswesen oder Bildungswesen z.B. an Schulen, Ausbildungsstätten, anderen Institutionen, Familien, als Behörde-Mitglieder oder als Führungs-Verantwortliche mit Menschen arbeiten, dies reflektieren wollen sowie ihr Potential in dieser Aufgabe weiterentwickeln möchten.

Als Supervisorin kann ich Einzelpersonen oder Gruppen in der Reflexion, im Denken, in der Lösungsfindung und in den Umsetzungsprozessen unterstützen und fördern. Teams kann ich als Supervisorin in ihrem „Beziehungs-Prozess“, in ihrer Entwicklung zu einem sozial kompetenten und leistungsstarken Team begleiten.

Die Qualitätssicherung, für jeweils berufsspezifische und innerbetriebliche Fragen, bleibt bei der Klientel und ihrer Arbeitgeber. Die Klienten und Klientinnen stellen mir fallspezifische Fragen anonymisiert.

Die von mir angewandten Methoden, für meine Angebote, sind von den schweizerischen Berufsverbänden Psychologie und Psychotherapie anerkannt und entsprechen den gesetzlichen Vorschriften.

Schweigepflicht, Datenschutz und berufliche Weiterbildung richten sich ebenfalls nach den gesetzlichen Vorgaben und der Berufsordnung der Schweizer Berufsverbände der Psychologinnen.

Qualitätsüberprüfung und Weiterentwicklung sichere ich durch Supervision inklusive Selbsterfahrung, Intervision, ethisch reflektierte Haltung und stete Fort- und Weiterbildung.