



LANDKREIS
LUDWIGSBURG

Psychologische Beratungsstelle

**Beratung für Eltern, Kinder,
Jugendliche und junge Erwachsene**

Kontakt:

Landratsamt Ludwigsburg, Hindenburgstr. 40, 71638 Ludwigsburg

Telefon 07141 144 – 2529

psychologische.beratungsstelle@landkreis-ludwigsburg.de

Referentinnen

Katja Bodinek

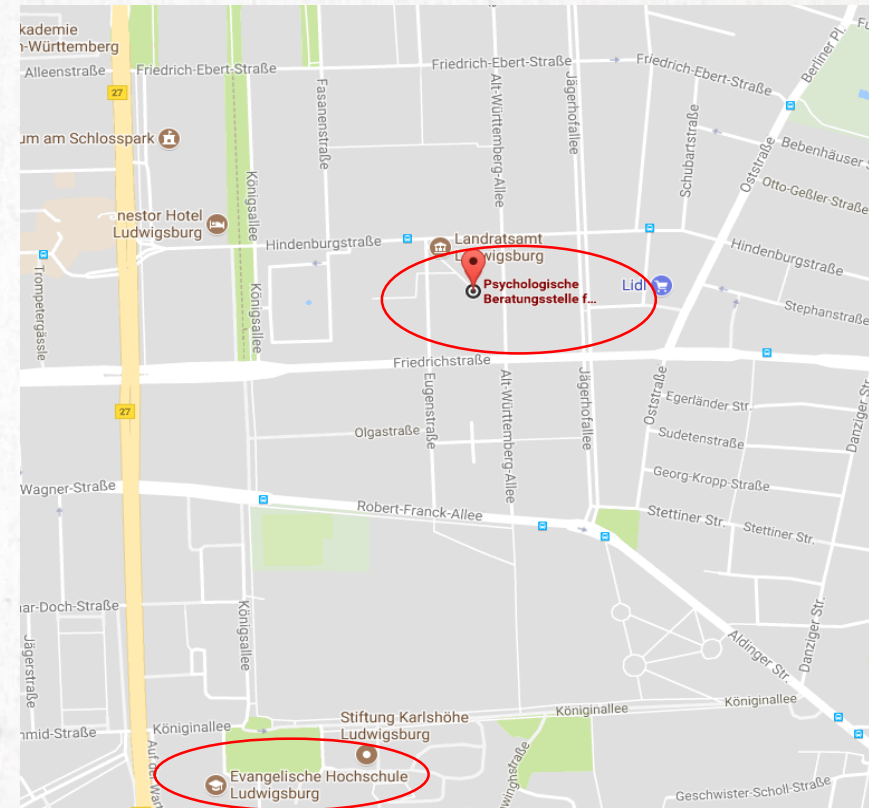
Michal Mischke-Bitran

GLIEDERUNG

1. Die Vorstellung der Psychologischen Beratungsstelle
2. Wie geht es Kindern und Jugendlichen in der Pandemie?
3. Grundbedürfnisse von Jugendlichen, um sich gut entwickeln zu können
4. PBS in der Pandemie
5. Möglichkeiten der Unterstützung: Ziel der Gespräche
6. Fragen/Diskussion

DIE VORSTELLUNG DER PSYCHOLOGISCHEN BERATUNGSSTELLE

- Beratungsstelle für Eltern, Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene im Landratsamt Ludwigsburg
 - ➔ Familienberatungsstelle
- 5 Außenstellen



Quelle: Google Maps

DIE VORSTELLUNG DER PSYCHOLOGISCHEN BERATUNGSSTELLE

- Die Beratungsstelle ist Teil des Jugendamts
- Auftrag
 - Beratung der Eltern bei der Erziehung ihrer Kinder bis 18 Jahre
 - Beratung von jungen Erwachsenen bis 21 Jahre
- Das Beratungsteam
 - 18 Mitarbeiter/innen (Diplompsychologen/innen Sozialpädagogen/innen)
 - alle haben zusätzlich eine therapeutische Ausbildung

DIE VORSTELLUNG DER PSYCHOLOGISCHEN BERATUNGSSTELLE

Das Beratungsangebot

- Erziehungs- und Familienberatung
- Beratung für Jugendliche und junge Erwachsene
- Beratung zum Umgang nach einer Trennung der Eltern und Sorgerechtsstreitigkeiten
- Onlineberatung

Öffentlichkeitsarbeit

- Elternabende in Kindergärten und Grundschulen
- Jugendhilfetag im Landratsamt

DAS KLIENTEL UND IHRE PROBLEMLAGEN

- „Feld-Wald-Wiesenpraxis“, große und kleine Probleme
- Frühe Hilfen
- Kinder im Kindergartenalter: Einnässen, nicht schlafen, nicht gut essen, Ängste etc.
- Krankheits- oder Todesfälle in Familie
- Kinder im Schulalter: Mobbing, Schulängste, Leistungsprobleme etc.
- Familien- oder Elternkonflikte: Trennung, Scheidung, Patchwork etc.
- Jugendliche: Grenzen, unglücklich verliebt sein, Ängste, Ritzen, Suizidgedanken etc.

WIE GEHT/GING ES KINDERN UND JUGENDLICHEN IN DER CORONA PANDEMIE?

- Verlust von Tagesstruktur und Routinen
- Homeschooling
- Fehlende soziale Kontakte
- Unsichere Zukunftsperspektiven
- Verdichtung des Alltags auf das häusliche Umfeld
- Keine bzw. eingeschränkte Erfolgserlebnisse
- Erhöhter Medienkonsum

WIE GEHT/GING ES KINDERN UND JUGENDLICHEN IN DER CORONA PANDEMIE?

Zunahme des/von

- Risikos häuslicher Gewalt ausgesetzt zu werden
- Angststörungen
- Depressionen
- Essstörungen

AUSWIRKUNGEN DER PANDEMIE AUF KINDER/JUGENDLICHE UND IHRE FAMILIEN

Zunahme von

- Schlafstörungen
- Gewichtszunahmen
- Zwängen
- sozialen Phobien
- Dysfunktionaler Medienkonsum
- suizidalen Krisen
- Einschränkungen in der frühkindlichen Bildung bei Kindern, die nicht eingeschult werden konnten

GRUNDBEDÜRFNISSE UND ENTWICKLUNGSAUFGABEN BEI JUGENDLICHEN, UM SICH GUT ENTWICKELN ZU KÖNNEN

- Physische Grundbedürfnisse: Nahrung, Schlaf, Akzeptanz der körperlichen Veränderungen, Sexualität und sexuelle Identität
- Psychische Grundbedürfnisse: Separation/Individuation (Ablösung und emotionale Unabhängigkeit von den Eltern bei Aufrechterhaltung der engen Beziehung), Kontakt zu Gleichaltrigen, Moral und Wertvorstellungen entwickeln, Berufsorientierung und Ziele verfolgen

Entwicklungsaufgaben bis zum frühen Erwachsenenalter nach Havighurst

Mittlere Kindheit (6-12 Jahre)		Adoleszenz (12-18 Jahre)		Frühes Erwachsenenalter (18-30 Jahre)	
1	Erlernen körperlicher Geschicklichkeit, die für gewöhnliche Spiele notwendig sind	1	Neue und reifere Beziehungen zu Altersgenossen beiderlei Geschlechts aufbauen	1	Auswahl eines Partners
2	Aufbau einer positiven Einstellung zu sich als einem wachsenden Organismus	2	Übernahme der männlichen oder weiblichen Geschlechtsrolle	2	Mit dem Partner leben lernen
3	Lernen, mit Altersgenossen zurechtzukommen	3	Akzeptieren der eigenen körperlichen Erscheinung und effektiven Nutzung des Körpers	3	Gründung einer Familie
4	Erlernen eines angemessenen männlichen oder weiblichen Rollenverhaltens	4	Emotionale Unabhängigkeit von den Eltern und von anderen Erwachsenen erreichen	4	Versorgung und Betreuung der Kinder
5	Entwicklung grundlegender Fertigkeiten im Lesen, Schreiben und Rechnen	5	Vorbereiten auf Ehe und Familienleben	5	Ein Heim herstellen; Haushalt organisieren
6	Entwicklung von Konzepten und Denkschemata, für das Alltagsleben	6	Vorbereitung auf eine berufliche Karriere	6	Berufseinstieg
7	Entwicklung von Gewissen, Moral und einer Werteskala	7	Werte und ein ethisches System erlangen, das als Leitfaden für das Verhalten dient	7	Verantwortung als Staatsbürger ausüben
8	Erreichen persönlicher Unabhängigkeit	8	Sozial verantwortliches Verhalten	8	Eine angemessene soziale Gruppe finden
9	Entwicklung von Einstellungen gegenüber sozialen Gruppen und Institutionen				

DIE BERATUNGSSTELLE IN DER PANDEMIE: BEOBACHTUNGEN UND BEISPIELE

MÖGLICHKEITEN DER UNTERSTÜTZUNG

Was können Eltern tun?

- Tagesstruktur und Wochenstruktur schaffen
- Kommunikation in der Familie verbessern
- Umgang mit Medien
- Ermutigung zur Wiederaufnahme von Hobbies
- Sport und Bewegung fördern
- Rituale

WEITERE MÖGLICHKEITEN DER UNTERSTÜTZUNG

Der Berater/Die Beraterin hilft Eltern/Kindern/Jugendlichen, indem sie...

- Zeit und Raum geben...
 - authentisch sein zu dürfen
 - Möglichkeiten sichtbar zu machen
 - inneren Druck zu reduzieren
 - sich wieder selbstwirksam zu erleben
- ihre Situation würdigt → Es ist eine schwere Zeit

WEITERE MÖGLICHKEITEN DER UNTERSTÜTZUNG

Der Berater/Die Beraterin hilft Eltern/Kindern/Jugendlichen

- beim Umgang mit negativen Gefühlen wie Depressionen/Angst/Stress
- ihr seelisches Gleichgewicht zu stabilisieren
- Dabei, ihre Selbstwahrnehmung und ihr Selbstwertgefühl zu verbessern
- körperliche Krankheitssymptome zu reduzieren
- ihr Ernährungs- und Bewegungsverhalten zu stabilisieren
- ihre Motivation zu fördern

WEITERE MÖGLICHKEITEN DER UNTERSTÜTZUNG IN DER BERATUNG

- Liste mit angenehmen Unternehmungen erarbeiten
- Kleine Dinge wahrnehmen und wertschätzen
- Aktivität zurückgewinnen
- Selbstfürsorge stärken
- Sich selbst belohnen
- Die Narrative, die ich im Kopf habe, neu formulieren
- Die Ressourcen, die ich habe, sichtbar machen
- Die positive Seite der Krise sehen → z.B. Welche Fähigkeiten habe ich entwickelt?
Welche Fähigkeiten will ich weiter ausbauen?

**FRAGEN
KOMMENTARE
DISKUSSION**

DANKE FÜR IHRE/EURE AUFMERKSAMKEIT

