

Die direktive Spieltherapie Theraplay als Methode zur Förderung von Resilienz

- Kurzzeit- Spieltherapie
- 1969 von Psychologin Ann M. Jernberg in Chicago begründet
- gründete in Chicago „The Theraplay-Institute“ ein Lehr-, Trainings- und Behandlungszentrum
- Theraplay von Ulrike Franke in Deutschland eingeführt

→ Behandlung von Kindern mit:

emotionalen Störungen, Verhaltensstörungen, Beziehungsproblemen, regulatorischen Problemen, Autismus und anderen tiefgreifenden Entwicklungsstörungen, als auch körperlichen Behinderungen

- auch in Erwachsenentherapie → besonders bei alten Menschen

→ Grundlegende Inhalte:

- Vorgehensweise in einer Theraplay-Behandlung basiert auf gesunder Interaktion zwischen Eltern und Kind und ist persönlich, körpernah und macht Spaß
- Theraplay-Interaktionen orientieren sich an 5 grundlegenden Qualitäten der Mutter-Kind-Interaktion: **Strukturierung, Eindringlichkeit, Fürsorge, Herausforderung und spielerischer Umgang**

→ Grundlegende Ziele:

- Verbesserung des Bindungsverhaltens
- Steigerung des Selbstwertgefühls und des Vertrauens in Andere
- die Kreierung freudiger interaktiver Erfahrungen
- Veränderung des sozialen Interaktionsverhaltens
- alle Aktionen sind darauf ausgerichtet, Aufmerksamkeit, Interesse und Motivation des Kindes zu wecken und aufrechtzuerhalten
- Verbesserung der Eigenwahrnehmung im auditiven, taktil-kinästhetischen, vestibulären und visuellen Bereich
- Stabilisierung und Verlängerung der Aufmerksamkeitsspanne durch adäquate Stimulation in den unterschiedlichen Wahrnehmungsbereichen
- Förderung der sensorischen Integration und der Emotionsregulation
- Förderung der Resilienz

→ Diagnostische Verfahrensweise:

- 1) diagnostisches Elterngespräch zu Beginn der Behandlung
- 2) 2 diagnostische Sitzungen → Begutachtung der Beziehung des Kindes zu jedem Elternteil mit Hilfe der H-MIM: Heidelberger Marschak Interaktionsmethode

Beobachtet werden: Emotionalität, Führung und Stressbewältigung

3) Anschließend in weiterer Sitzung Rückmeldungen des Therapeuten und der beteiligten Eltern zu den durchgeführten und auf Video aufgenommenen Mutter-Kind- und Vater-Kind-Interaktionen (die Stärken der Mutter-Kind sowie der Vater- Kind- Dyade werden herausgestellt und die Eltern in ihrem positiven elterlichen Verhalten gestärkt)

→ Die Theraplay- Behandlung:

- Durchführung in einem reizarmen Raum auf einer Gummimatte, Krabbelsack
- „Spielobjekte“ sind in erster Linie die Therapeutin und das Kind
- Verwendete Materialien befinden sich in den Schränken
- Dauer: ½ Stunde

→ Aufbau:

- rein- raus:

- der Raum wird auf eine bestimmte Art und Weise betreten und verlassen (Bsp. Huckepack, Balancieren über verschiedene Untergründe, auf einer Decke reinschaukeln etc.)

- Die Begrüßung:

- das Kind wird willkommen geheißen und steht im Mittelpunkt

„Checkup“ Aktivitäten : - es wird geschaut, was das Kind alles mitgebracht hat, was es besonders macht (strahlende Augen, Sonnenküßchen auf der Haut, starke Muskeln etc.)

- Verletzungen werden versorgt und mit Heile Segen besungen (dazu Creme oder Puder)

- Die eigentliche Sitzung:

- Eine Kombination herausfordernder, fürsorglicher, strukturierender und eindringlicher Aktivitäten (Körperversuche, Lieder, Spiele siehe Versebüchlein/ Theraplay-Aktivitäten)

- Das Ende der Sitzung:

Abschied: es wird zum Ausdruck gebracht, wie viel Spaß die gemeinsame Zeit gemacht hat und wie sehr man sich auf das nächste Mal freut

- der Raum wird auf die gleiche Weise verlassen, wie er betreten wurde

→ was bewirkt Theraplay:

- Mit Hilfe von Theraplay kann ein Fundament für soziale Interaktion geschaffen werden

- Kind lernt freudige und gelöste Gefühlszustände in der Interaktion mit seiner Bezugsperson

- es macht positive Bindungserfahrungen, die Bindung zwischen dem Kind und seinen Eltern wird gefördert

- die Eltern lernen, wie sie in freudige Interaktionen mit ihrem Kind kommen können

- Kind macht die Erfahrung, dass es so sein darf wie es ist und dass es wundervoll ist

- es muss keine Erwartungen erfüllen, sondern kann im freudigen ungezwungenen gemeinsamen Spielen seine positiven Seiten und Stärken kennen und schätzen lernen

- Kind lernt, seine Gefühle wahrzunehmen und zu regulieren

- seinen Körper besser zu spüren, die verschiedenen sensorischen Stimuli miteinander zu kombinieren

- den Interaktionspartner als getrennt von sich zu erleben

- es lernt, intentional und spontan zu handeln
- durch intensive Elternberatung und Einbeziehung der Eltern in die Therapie, wird auch Ihnen geholfen, neue Wege zu finden, wie sie mit ihrem Kind besser umgehen können

Fazit des Workshops:

Theraplay ist eine geeignete Methode, mit der die Voraussetzungen für die Entwicklung von Resilienz geschaffen werden. Das Kind steht mit seinen Stärken im Mittelpunkt. Der Therapeut ist die ganze Zeit in einem intensiven, inniglichen, feinfühligem Kontakt mit dem Kind und vermittelt ihm durch Staunen, liebevoller Mimik und Gestik, wie besonders es ist. Das Kind wird von innen heraus gestärkt und erfährt, wie wertvoll es ist. Es lernt seine Gefühle besser kennen und regulieren und erfährt im Spielen Gelöstheit, Freude und inneren Frieden. Es fühlt sich verstanden und im inneren Kern berührt. Dadurch kann es ein positives Selbstbild aufbauen, was ihm hilft, mit schweren Situationen besser umzugehen und Resilienz zu entwickeln.