

START NOW

Psychotherapy without frills:

Delivering effective Cognitive-Behavioural Therapy for child and adolescent mental health disorders in residential care and forensic settings

Prof. Christina Stadler

FP7-Project: Neurobiology and Treatment of Adolescent Female Conduct Disorder



Trinity College of **Dublin**

University of **Southampton**
University of **Birmingham**

University of **Amsterdam**

RWTH **Aachen**

Universitätsklinikum **Heidelberg**

Goethe Universität **Frankfurt**

Universität **Regensburg**

Universität **Basel**

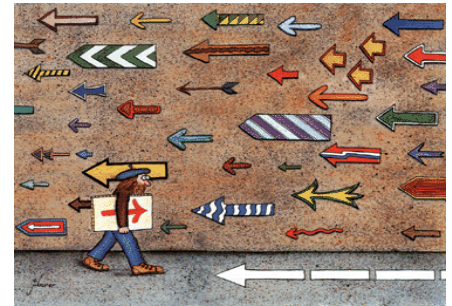
Terasso **Barcelona**

Hospital De Basurto, **Bilbao**

Szeged University

Athens University

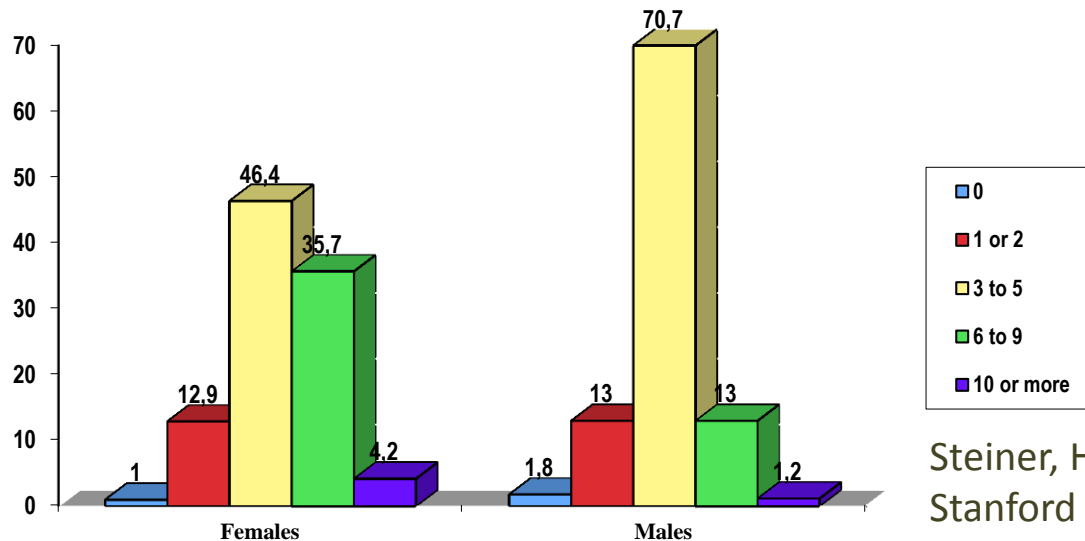
Therapeutische Angebote in Jugendhilfeeinrichtungen und im forensischen Setting...



Der Alltag in der Einrichtung:
Das besondere Lern- und
Erfahrungsumfeld....

- Institutionen stellen ein strukturiertes, sicheres Lebensumfeld dar
- Neue Strategien im Lebensalltag üben (Unterstützung wichtig)
- Neue positive Beziehungs- und Lernerfahrung führen zu nachhaltigen Veränderungen

Psychische Gesundheit von Jugendlichen im Strafvollzug



Steiner, H.
Stanford University of Medicine

Weibliche Jugendliche (n=140)

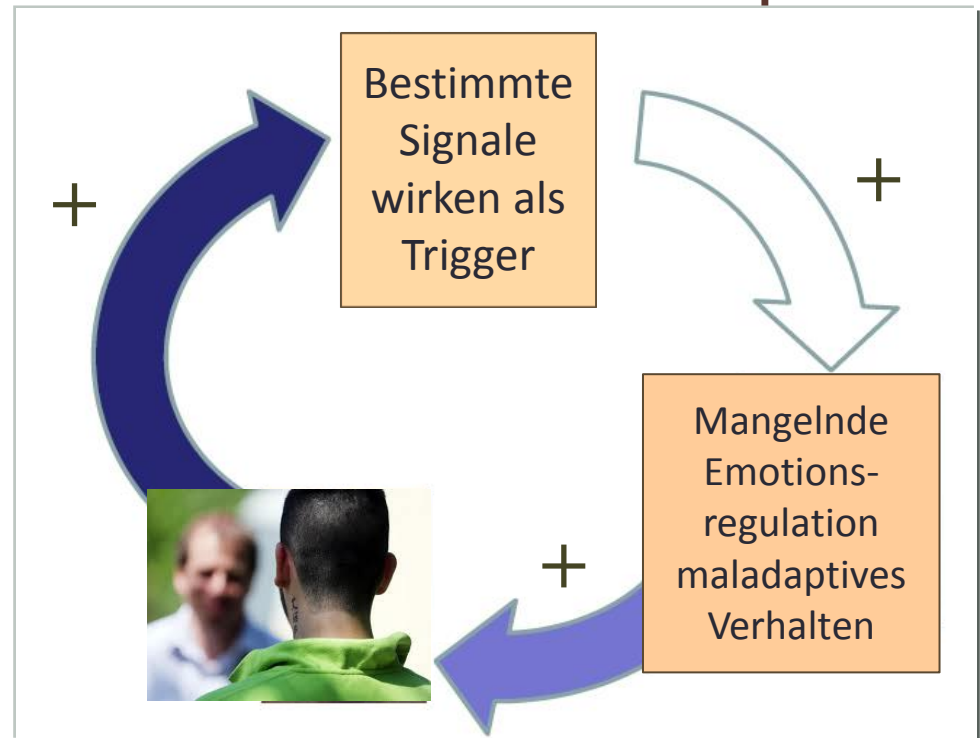
Externalisierende VS 96%
Substanzmissbrauch = 85%
Internalisierende VS 64%
Depression = 24%
Angststörungen = 55%

Männliche Jugendliche (n=650)

Externalisierende VS 97%
Substanzmissbrauch = 85%
Internalisierende VS 29%
Depression = 8%
Angststörungen = 26%

Konsequenzen für den Alltag...

- In Jugendhilfeeinrichtungen und im forensischen Setting leben Jugendliche mit oft umfassenden emotionalen Schwierigkeiten und Verhaltensproblemen.
- Die meisten der Jugendlichen haben komplexe Traumataerfahrungen sowie häufige Beziehungsabbrüche erlebt.



Institutionelle Unterbringung: Wirksamkeit

Children and Youth Services Review 34 (2012) 1818–1824

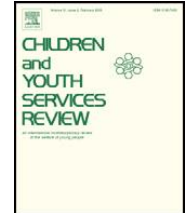


ELSEVIER

Contents lists available at [SciVerse ScienceDirect](http://SciVerse.ScienceDirect.com)

Children and Youth Services Review

journal homepage: www.elsevier.com/locate/childyouth



The effectiveness of institutional youth care over the past three decades: A meta-analysis

J.J.W. De Swart ^{a,*}, H. Van den Broek ^b, G.J.J.M. Stams ^b, J.J. Asscher ^b, P.H. Van der Laan ^c,
G.A. Holsbrink-Engels ^a, G.H.P. Van der Helm ^d

^a Saxion University of Applied Science, The Netherlands

^b University of Amsterdam, The Netherlands

^c Vrije Universiteit, The Netherlands

^d University of Applied Sciences, Leiden, The Netherlands

Metaanalyse: 27 experimentelle Studien, 17 000 Jugendliche

1. Vergleich Unterbringung (CAU) mit und ohne therapeutische Interventionsangebote
2. Vergleich Unterbringung mit Multisystemischer Therapie (MST) und Multidimensional Treatment Foster Care (MTFC)

Institutionelle Unterbringung: Wirksamkeit

Children and Youth Services Review 34 (2012) 1818–1824

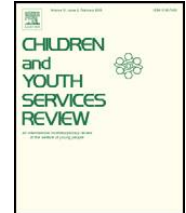


ELSEVIER

Contents lists available at [SciVerse ScienceDirect](#)

Children and Youth Services Review

journal homepage: www.elsevier.com/locate/childyouth



The effectiveness of institutional care
A meta-analysis

J.J.W. De Swart ^{a,*}, H. Van den Broek ^b,
G.A. Holsbrink-Engels ^a, G.H.P. Van der Ende ^c

^a Saxion University of Applied Science, The Netherlands

^b University of Amsterdam, The Netherlands

^c Vrije Universiteit, The Netherlands

^d University of Applied Sciences, Leiden, The Netherlands

Metaanalyse: 27 experimentelle studies

1. Vergleich Unterbringung mit ambulanten Interventionsangeboten
2. Vergleich Unterbringung mit Multidimensional Treatment Foster Care (MTFC)

Zentrale Schlussfolgerung:

Institutionelle Unterbringung schneidet nicht signifikant schlechter ab als evidenzbasierte Therapieansätze (z. B. MST oder MTFC), wenn in den Institutionen therapeutische Interventionen integriert werden.

Therapy without frills

Therapie ohne Schnörkel



Kognitive Therapie without frills?

With frills

Entwickelt in
hochstandardisierten
Bedingungen

Nicht auf Übertragbarkeit
überprüft

Teure/zeitintensive Ausbildung

Strikte Trennung
zwischen Therapie und
pädagogischem Alltag

Without frills

Machbarkeit

Im Alltag umsetzbar

Verringerung der oft hohen
Therapieabbrüche

Vernetzung pädagogische und
therapeutische Kompetenzen

Kognitive Therapie without frills?

With frills



Teure/zeitintensive Ausbildung

Strikte Trennung
zwischen Therapie und
pädagogischem Alltag

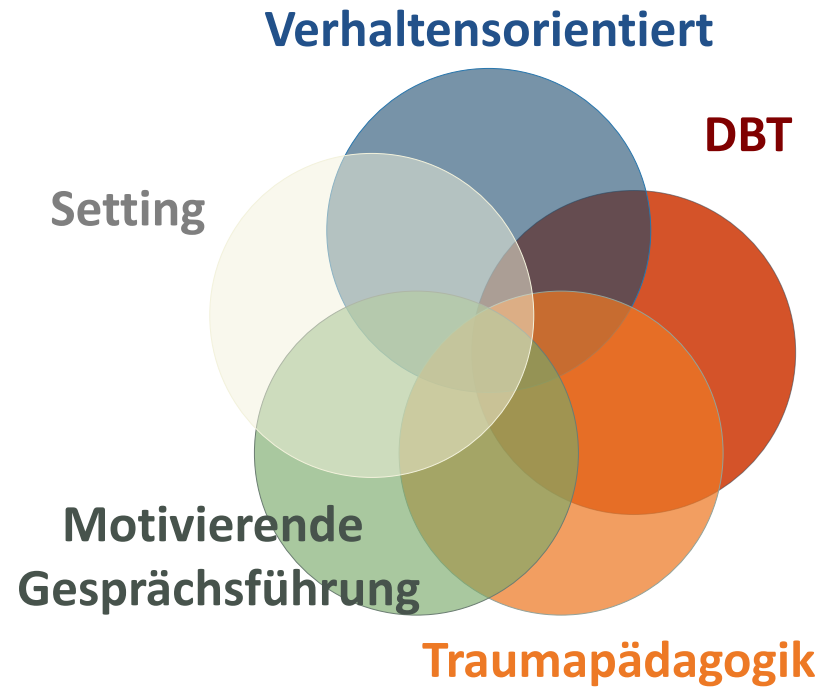
Without frills



Vernetzung pädagogische und
therapeutische Kompetenzen

START NOW..

- Gruppentraining wird von Mitarbeitern durchgeführt
- Schulung und Supervision
- Traumapädagogische Inhalte und motivierende Gesprächsführung



(Sample & Trestman, 2007)

Kognitiv-behavioraler Ansatz

Ansatzpunkt:

- Die Vergangenheit verstehen, Lösungswege im Hier und Jetzt entwickeln
- DBT: Verbesserung der Emotionsregulation

Etwas passiert

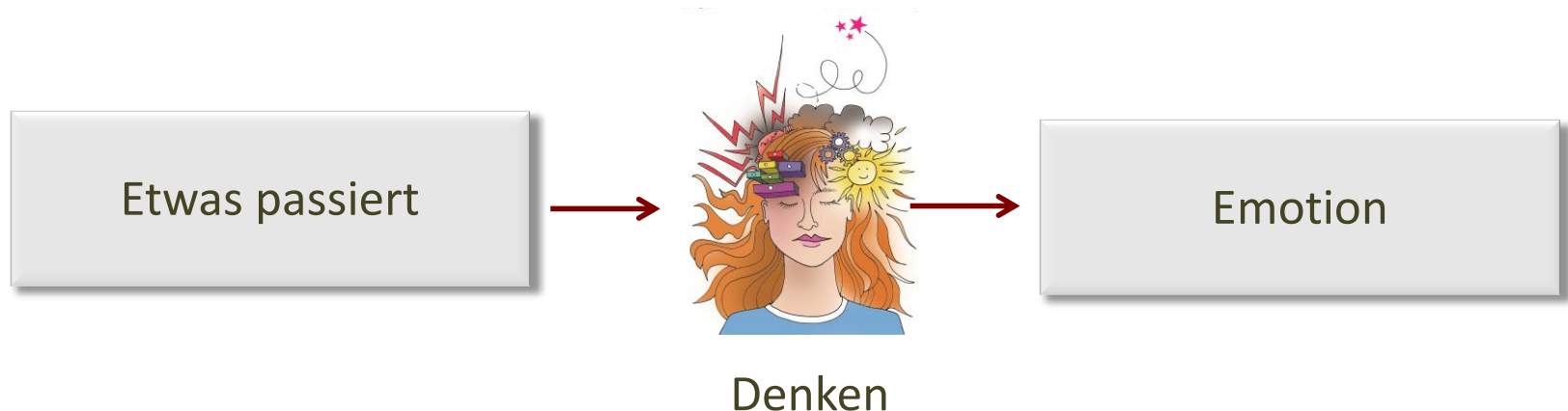


Emotion

Kognitiv-behavioraler Ansatz

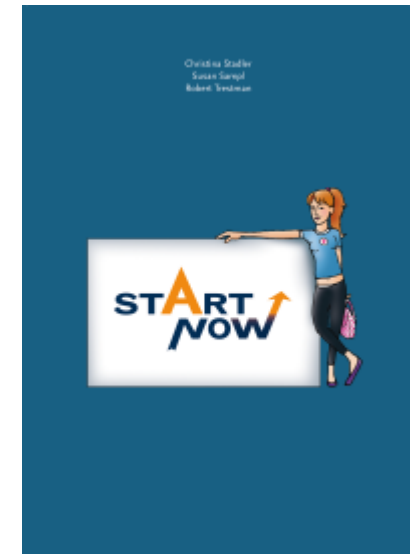
Ansatzpunkt:

- Die Vergangenheit verstehen, Lösungswege im Hier und Jetzt entwickeln
 - DBT: Verbesserung der Emotionsregulation
- Akzeptanz von unveränderbaren Situationen
 - Veränderungen im Verhalten
 - Bewusstmachung und Veränderung blockierender Bewertungen



START NOW

- 14 Gruppensitzungen (3 Module)
- 14 Bezugspersonensitzungen (LIFE-Übungen)

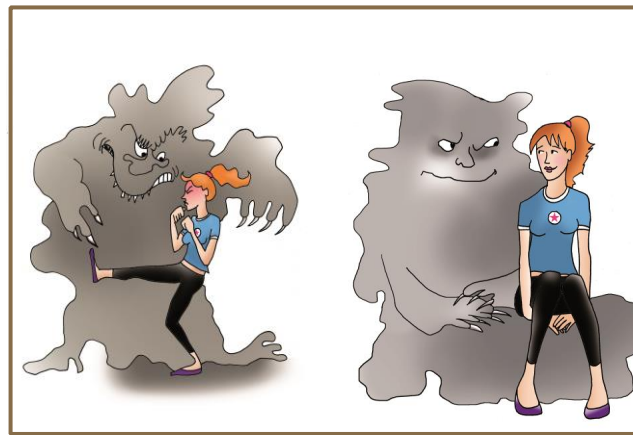


Modul 1



Basisfertigkeiten

Modul 2



Meine Emotionen

Modul 3



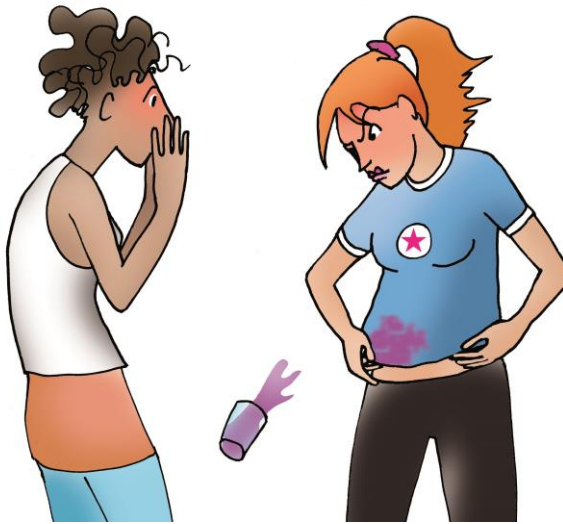
Meine Beziehungen

START NOW Module

Meine Basisfertigkeiten (6 Sitzungen)	Meine Emotionen (3 Sitzungen)	Meine Beziehungen (5 Sitzungen)
1 Prinzipien von START NOW	7 Emotionen erkennen	10 Negative Beziehungen vermeiden
2 Achtsamkeit	8 Wie Emotionen entstehen	11 Positive Beziehung gestalten: Aktives Zuhören
3 Eine offene und flexible Einstellung gewinnen Der goldene Mittelweg	9 Emotionen bewältigen: Umgang mit Ärger	12 Selbstsicher auftreten
4 Meine Situation verstehen und akzeptieren		13 Grenzen setzen
5 Ausstieg aus dem inneren und äusseren Kampf: Werte		14 Meine Zukunft
6 Das ABC des Verhaltens		

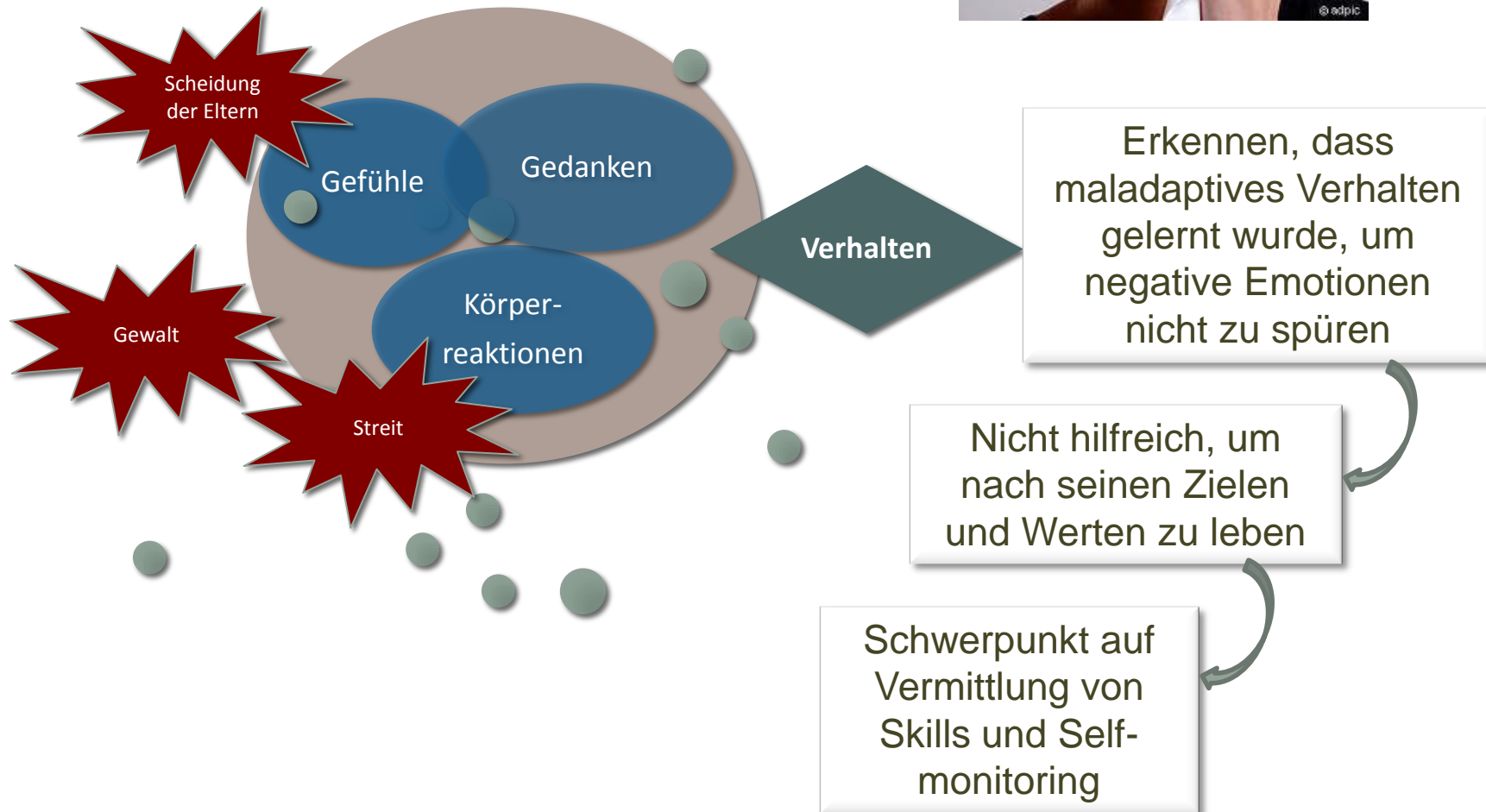
START NOW für Jugendliche

- Verständliche Sprache und Illustrationen
- Selbstbeobachtung und erfahrungsorientierte Übungen
- Emma-Geschichten



Modul1: Basisfertigkeiten

Meine Situation verstehen



Modul 1: Nach meinen Werten leben

- Wertekarten



Was kannst Du tun, um Deinen Werten einen Schritt näher zu kommen?

Modul 1: Basisfertigkeiten



Achtsamkeit

als Fertigkeit, um besser mit stressauslösenden Situationen umzugehen

- Innere Achtsamkeit
- 5-Sinne-Achtsamkeit
- Körper- und interaktionsbezogene Achtsamkeitsübungen
- Spielerische Übungen

Effektivität von Achtsamkeitstraining Ergebnisse einer randomisiert-kontrollierten Studie

AN INVESTIGATION OF THE EFFECTIVENESS OF THE RELAXATION SKILLS VIOLENCE PREVENTION (RSVP) PROGRAM WITH JUVENILE DETAINEES

JEREMY D. JEWELL

Southern Illinois University Edwardsville

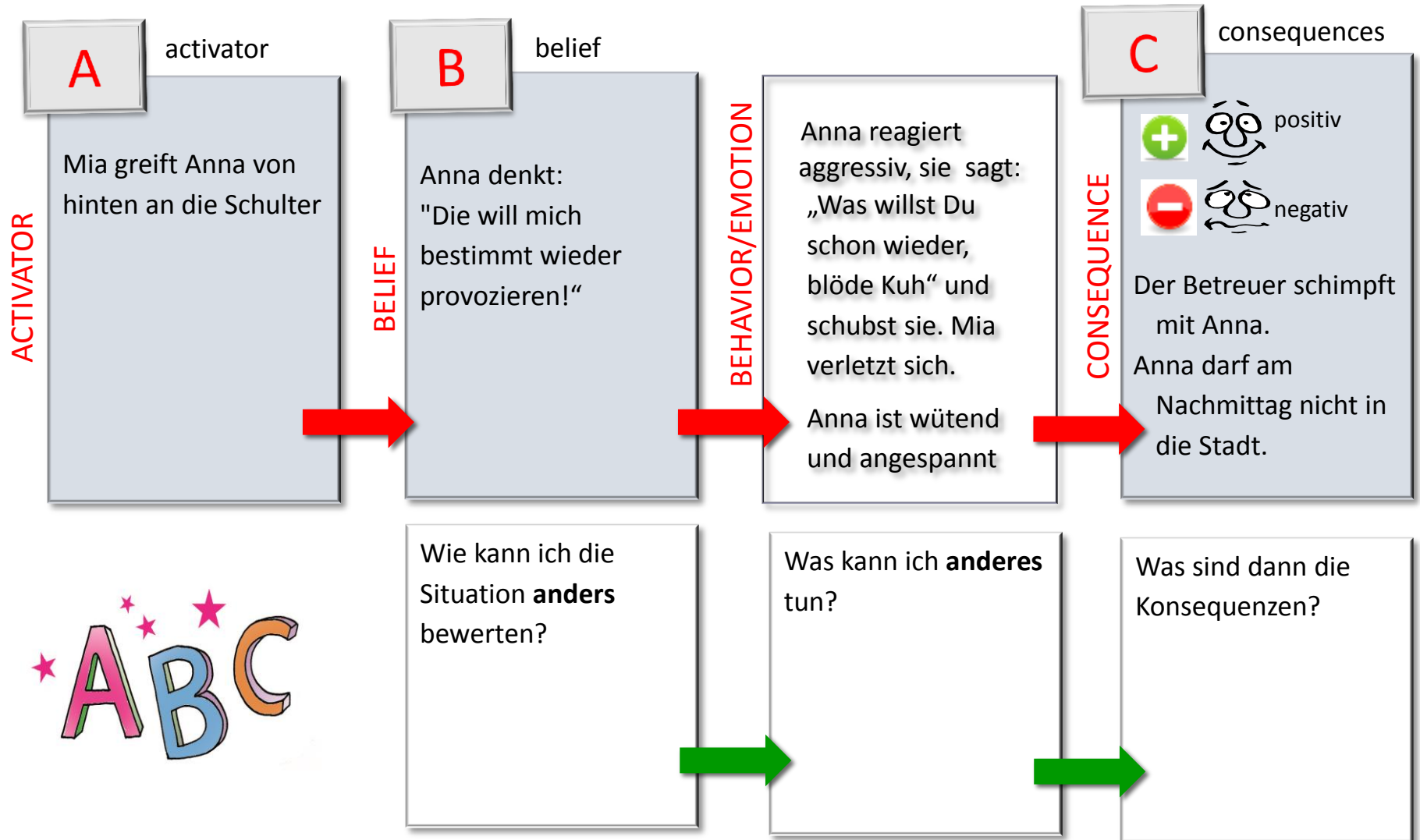
SCOTT J. ELLIFF

Madison County Probation and Court Services

This study investigated the effectiveness of the Relaxation Skills Violence Prevention (RSVP) program with a sample of juvenile detainees. The RSVP program is a five-session group therapy program that teaches ways to identify and cope with anger using the relaxation skills of deep breathing, guided imagery, and progressive muscle relaxation. Using a randomized controlled experimental design, the study obtained a total of 137 youth. Results supported the hypothesis that the RSVP group would experience significant declines on a measure of anger and perceived ability to control one's present and future anger when compared to the control group.

Keywords: juvenile delinquency; psychological treatment; relaxation therapy; juvenile detention

Modul 1: Basisfertigkeiten



Modul 2: Meine Emotionen

Welche Aufgaben haben Emotionen?

- Emotionen erkennen
- Emotionen haben einen Job



Emotionen Job Nr. 1:
bei DIR selbst zeigen Dir:

...ob es Dir gut geht oder schlecht
...ob deine Bedürfnisse verletzt wurden
... ob du etwas brauchst

Job Nr. 2:
Emotionen bei ANDEREN zeigen Dir:

Wie geht es dem anderen? Braucht er Hilfe? Kann ich auf ihn zugehen? Soll ich mich fernhalten? Soll ich vorsichtig sein?

Modul 2: Meine Emotionen

Ausstieg aus dem äusseren und inneren Kampf

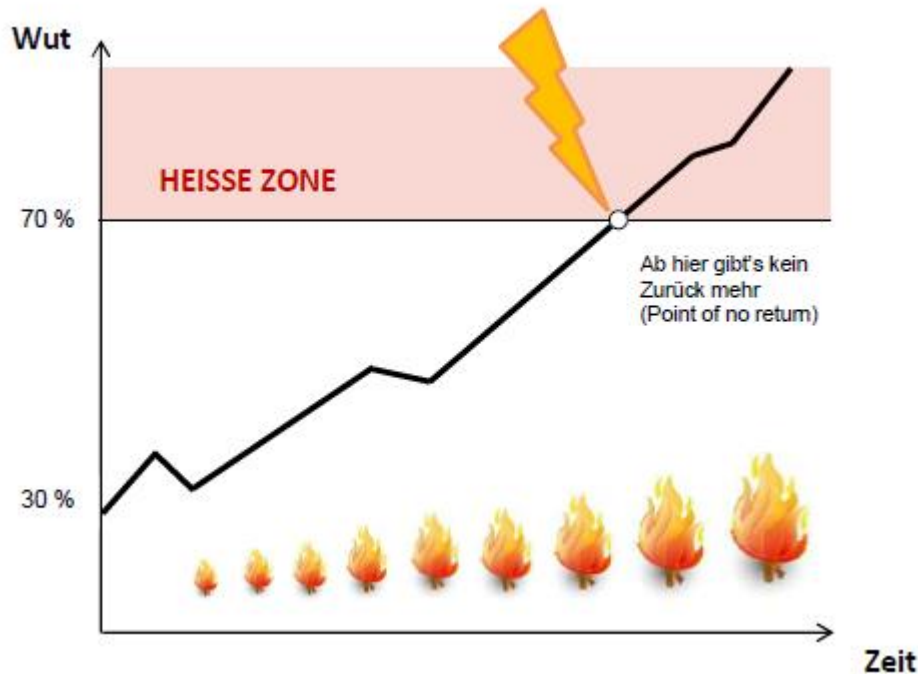


- Gefühle sind normal und gehören zum Leben (auch negative)
- Gefühle müssen nicht bekämpft werden
- Gefühle sind in Ordnung (manches Verhalten nicht)
- Auch negative Gefühle verschwinden nach einiger Zeit

Modul 2: Meine Emotionen

Wie gehe ich mit schwierigen Emotionen um?

- Welche Skills bei welchem Anspannungslevel hilfreich sind...



Modul 3: Meine Beziehungen



Fokus: Positive Beziehungen aufbauen

- Zuhören
- Sozial kompetent auftreten: Bedürfnisse formulieren, Kritik akzeptieren

Fokus: Grenzen setzen

- Erkennen, was mir gut tut
- Wahrnehmen, was mich in Schwierigkeiten bringt
- ...



START NOW SKILLS

SLOW DOWN:

Sich auf den Augenblick konzentrieren:
Werde ruhig, sei achtsam

TAKE A DISTANCE:

Tritt einen Schritt zurück: Betrachte
die Situation aus der Vogelperspektive

ACCEPT:

Akzeptiere das, was Du nicht ändern kannst
Akzeptiere Deine aktuellen Gefühle

RESPECT:

Begegne Dir und anderen mit **R**espekt

TAKE ACTION:

Handle wirkungsvoll: **T**u das, was Deinen
Zielen und Werten entspricht



ABLAUF

Gruppensitzung

Baustein	Zeit
Rückblick: Besprechung LIFE-Übung	15 Minuten
ABC System	10-15 Minuten (für eine TN)
Übung zur Achtsamkeit	5 -10 Minuten
Thema der Stunde	30 - 40 Minuten
Feedback und neue LIFE-Übung	5 - 10 Minuten

Einzel-sitzung

LIFE Übungen: Vertiefung der Inhalte, Übungen und Selbstbeobachtung im Alltag, Verstärkung für die kleinsten Schritte in Richtung Veränderung durch Motivierende Gesprächsführung

PRINZIPIEN DER GESPRÄCHSFÜHRUNG

....Ich brauche das alles nicht.

....Sie werden nie verstehen, wie das für mich ist.

... Sie können mir erzählen, was sie wollen, ich höre nie auf...

Resistance talk → Change talk

PRINZIPIEN DER GESPRÄCHSFÜHRUNG

- (1) Empathie ausdrücken:** Erzeugt weniger Abwehr und begünstigt Veränderungen.
- (2) Diskrepanzen entwickeln:** Diskrepanz zwischen dem gegenwärtigen Verhalten des Jugendlichen und seinen grundsätzlichen Zielen und Werten aufzeigen.
- (3) Widerstand umlenken:** Nicht für Veränderungen argumentieren, sondern Jugendlichen anleiten, selbst neue Informationen zu bedenken und neue Perspektiven zu betrachten.
- (4) Selbstwirksamkeit fördern:** Stärkung der Überzeugung des Jugendlichen, eine Veränderung selbst herbeiführen zu können.

Danke für Ihre Aufmerksamkeit!

