

Psychotherapie für Kinder, Jugendliche und Familien

Hallo

Ich freue mich, Dich vielleicht bald kennenzulernen.
Ich erzähle Dir in diesem Brief, was Dich bei einem Besuch bei mir erwartet.

Beim ersten Besuch kommst Du mit Deiner Mutter oder Deinem Vater oder beiden zusammen in meine Praxis. Vielleicht begleiten Euch auch Deine Geschwister. Ich möchte Euch gerne alle ein wenig kennenlernen.

Wir werden darüber sprechen, was Du im Kindergarten oder in der Schule, zu Hause oder in Deiner Freizeit gerne machst und gut kannst und was für Dich schwierig ist. Mich interessiert besonders, wie es Dir an diesen verschiedenen Orten geht. Vielleicht magst Du mir dann erzählen, in welchen Situationen Du Dich gut fühlst und was Dich fröhlich macht, was Dich vielleicht fest ärgert, Dir Sorgen oder Angst macht oder Dich traurig stimmt. Wenn Du magst, werden wir auch zusammen spielen, zeichnen oder basteln, denn dabei kann man sich auch sehr gut kennenlernen. Was Du oder Deine Eltern mir erzählen, darf ich niemandem weitererzählen.

Bei den nächsten Terminen lernen wir uns noch besser kennen. Manchmal arbeiten wir ohne Deine Eltern und Geschwister, manchmal zusammen daran, dass es Dir besser geht und dass Du das, was Du noch nicht so gut kannst, immer besser schaffst. Wir finden zusammen heraus, welche Übungen und Menschen Dir dabei helfen können. Vielleicht arbeite ich auch mit Deiner Mutter, Deinem Vater oder beiden zusammen ohne Dich.

Den meisten Kindern geht es nach ein paar Monaten viel besser. Je nachdem, woran wir zusammen gearbeitet haben, sind sie z.B. mutiger geworden, haben weniger Sorgen, sind fröhlicher, können sich in der Schule besser konzentrieren und besser lernen oder haben zu Hause oder in der Schule weniger Streit.

Vielleicht hast Du ganz viele Fragen. Du darfst mich, wenn wir uns sehen, alles fragen, was Du willst. Und sag mir unbedingt, wenn ich etwas falsch verstanden habe oder Dir etwas nicht passt.

Ich freue mich auf Dich.

Hannah Frösch