

Heike Dissel



Schon immer hat mich der Umgang mit Kindern und Familien fasziniert. In meinen 28 Jahren Erziehungs- und Familienberatung erhielt ich Einblick in unterschiedliche Familienstrukturen, Alltagsprobleme, belastende Situationen aber auch in Zusammenhalt und schöne Momente. Beim coachen von Eltern, Lehrern und Erziehern, Kindern und Jugendlichen machte ich die Erfahrung, dass Hilfe zur Selbsthilfe Familien weiterbringen kann, dass Verhaltens-

probleme der Kinder/Jugendlichen sich im therapeutischen Rahmen erheblich verbessern konnten. Ich qualifizierte mich mit Zusatzstudien wie Paar-, Familien- und Mehrgenerationstherapie, klinischer Verhaltenstherapie (Uni Kiel) und wurde 1999 approbiert und erhielt meine Arztregistereintragung und Kasenzulassung 2002. 2002 eröffnete ich meine eigene Praxis für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie in Hamm. Großen Wert lege ich darauf, Familien nicht zu belehren, sondern Ressourcen der Familie herauszuarbeiten und gemeinsam mit der Familie an positiven Veränderungsprozessen zu arbeiten. Ich arbeite unter ärztlicher Schweigepflicht mit und für die Familien.

Chancen von Psychotherapie

Heranwachsen und persönliche Entwicklung braucht Zeit und ist oft mit Problemen und Krisen verbunden. Manche können von Kindern und Jugendlichen nicht selbst bewältigt werden und bedürfen professioneller Hilfe. Psychotherapie kann beitragen zur:

- Stärkung des Selbstwerts
- Stärkung der emotionalen Kompetenz (Gefühle besser wahrnehmen und mitteilen können)
- Stärkung sozialer Kompetenz (sinnvoller Umgang mit Regeln und Grenzen)
- Konfliktkompetenz (Bewältigung von Alltagskonflikten, Streitkultur entwickeln)
- Lösung von emotionalen Blockaden
- Verarbeitung von traumatischen Erfahrungen u.a.m.



Verhaltenstherapie

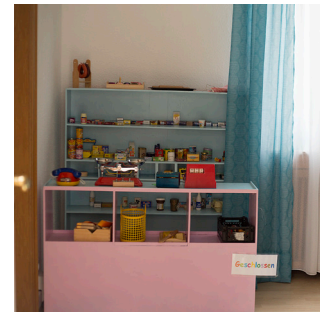
In der Verhaltenstherapie steht die Veränderung negativer Verhaltensweisen und das Erlernen neuer günstiger Verhaltensweisen im Mittelpunkt. Zunächst wird gemeinsam eine sehr genaue Analyse des störenden oder schädigenden Verhaltens vorgenommen. Es wird herausgearbeitet welche äußeren und inneren Bedingungen das unerwünschte Verhalten aufrechterhalten und welche nachfolgenden Reaktionen / Konsequenzen es „löschen“ können.

Dazu stehen der Therapeutin verschiedene Methoden zur Verfügung:

- Selbstsicherheitstraining
- Emotionales Kompetenztraining
- Soziales Kompetenztraining
- Erlernen von Angstbewältigungsstrategien
- Selbstkontrollverfahren zum Abbau störender Verhaltensweisen
- Rollenspiele
- Übungen vor Ort / im Alltag
- Verstärkerpläne / Tagesprotokolle u.v.m.

Wann ist Therapie sinnvoll?

- Verhaltensauffälligkeiten
- Selbstwertprobleme / emotionale Störungen
- Traumatische Erlebnisse
- Kontakt- und Beziehungsstörungen
- Konzentrations- und Aufmerksamkeitsprobleme
- ADS / ADHS
- Psychosomatische Störungen
- Soziale Probleme
- Depressive Episoden, Ängste, Phobien
- Verarbeitung von Trennung / Scheidung
- Autoaggressives Verhalten
- Zwanghaftes Verhalten
- Mutismus
- Enuresis u.a.m.



Psychotherapeutische Privatpraxis

HEIKE DISSEL

Psychotherapeutische
Privatpraxis
für Kinder und Jugendliche



Eine Information
für Betroffene, Eltern
und interessierte
Fachleute



59229 Ahlen • Dolberger Straße 61
(in den Räumen des
Naturheilzentrums Ahlen)