

START - Kids

Stress-Arousal-Regulation-Treatment for Kids

Dixius, Möhler, 2019

AUTORINNEN



Andrea Dixius

Dipl.-Psychologin,
 Psychotherapeutin,
 DBT-Therapeutin,
 DBT-A Trainerin,
 Psychotherapie



Prof. Eva Möhler

Fachärztin für
 Kinder- u.
 Jugendpsychiatrie
 u. Psychotherapie

www.startyourway.de
 info@startyourway.de

a.dixius@sb.shg-kliniken.de e.moehler@sb.shg-kliniken.de

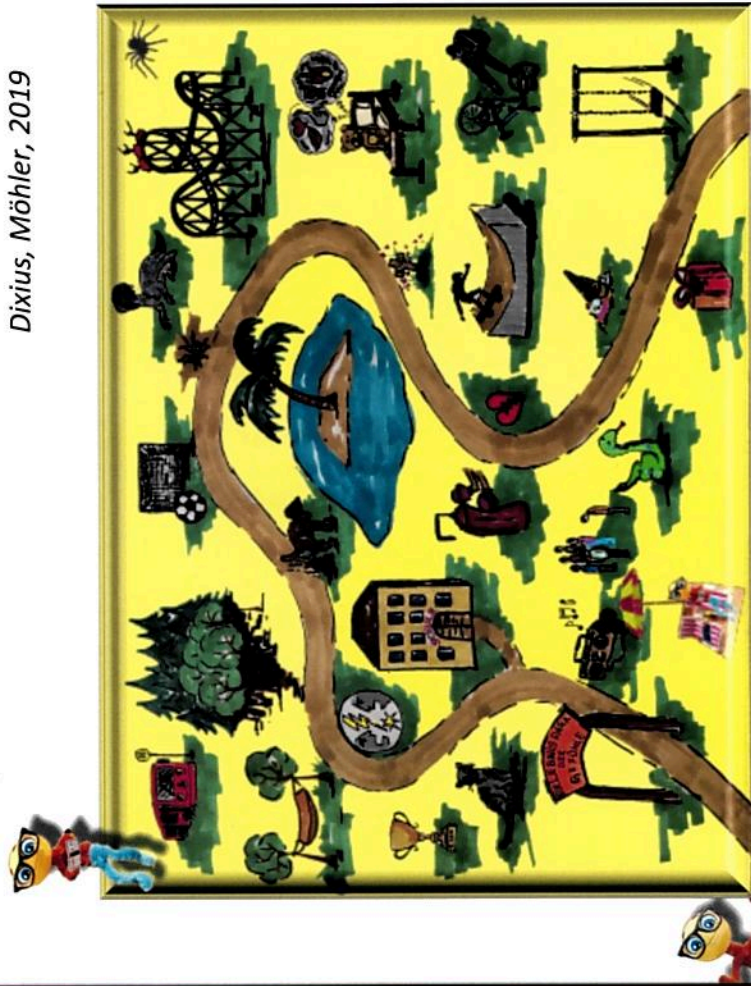
www.startyourway.de

Andrea Dixius & Eva Möhler

START - Kids

Stress-Arousal-Regulation-Treatment for Kids

Dixius, Möhler, 2019



DBT basiertes Manual
 zur Stressresilienz & Emotionsregulation
 bei Kindern von 6- 12 Jahren

www.startyourway.de





Kinder haben vielfältige Anforderungen in Schule, Freizeit und Familie zu bewältigen. Auseinandersetzungen, Mobbing Erfahrungen oder traumatische Erlebnisse, Medienkonsum, problematische Gedanken und belastende Gefühle erzeugen Stress. Häufig führt dies zu vulnerablen Beeinträchtigungen in der Entwicklung und zur Aufrechterhaltung von psychischen Belastungen.

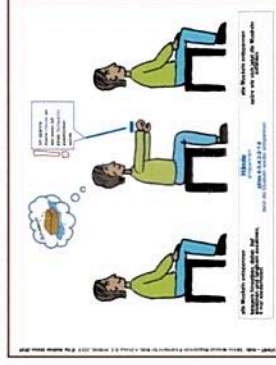
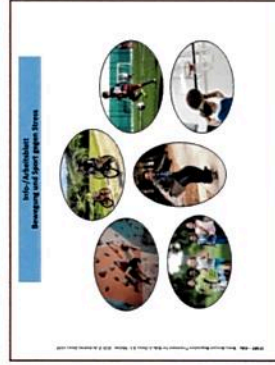
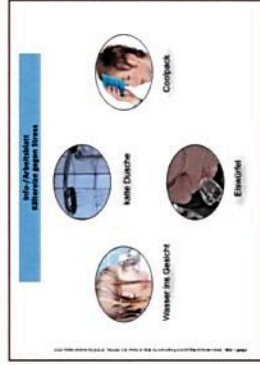
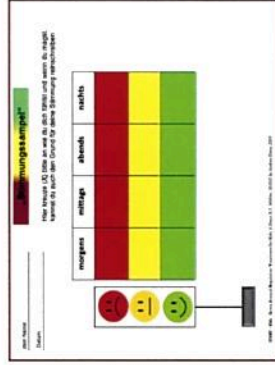
Frühe Interventionen und präventive Ansätze können hingegen die Entwicklung positiv beeinflussen.

START-Kids setzt sich zum Ziel bereits frühzeitig leicht durchführbare Übungen und Interventionen in einem breiten Anwendungsfeld anzubieten, um so Kinder im Umgang mit Stress und emotionalen Belastungen zu stärken und Resilienz zu fördern.

Nach dem international gut etablierten *START Programm für Jugendliche* (Dixius & Möhler, 2016, www.startyourway.de) wurde von Andrea Dixius in Zusammenarbeit mit Eva Möhler nun auch für Kinder mit START-Kids (Dixius & Möhler, 2019) ein Programm und Manual zur Stressresilienz und Emotionsregulation entwickelt.

In 8 Modulen werden in START-Kids altersentsprechend und mit spielerischen Übungen, Strategien Skills zur Stressregulation, Gefühlsregulation und sowie zwischenmenschliche Kompetenzen für Kinder im Alter von 6-12 Jahren vermittelt.

START-Kids basiert auf Interventionen Dialektisch-Behavioralen Therapie (DBT) und integriert Interventionen zur Behandlung von Traumafolgen und Stressverarbeitung (TF-CBT, EMDR).



Das Programm ist als Manual verfasst, in dem bildreiche Materialien praxisnah für eine einfache Anwendbarkeit sorgt. START Kids validiert altersentsprechend und auch kulturintegrativ die Bedürfnisse der Kinder. Eltern, Betreuer und Caregiver erhalten im Manual psychoedukative Informationen und praktische Handlungsempfehlungen.

Adressaten:

PsychotherapeutInnen, ÄrztInnen, Kliniken, Kinder- und Jugendhilfe, psycho-soziale Einrichtungen, LehrerInnen, Schoolworker, Schulpsychologischer Dienst, ErzieherInnen, SozialarbeiterInnen



START-Kids auf einen Blick

8 Module & 3 Bezugspersonen - Module

- **START-Kids Module 1 - 4**
Schwerpunkte: Achtsamkeit, Stressregulation, zwischenmenschliche Fertigkeiten
- **START-Kids Modul 5 - 8**
Schwerpunkte: Achtsamkeit, Emotionswahrnehmung, Emotionsregulation, zwischenmenschliche Fertigkeiten
- **adaptierte Elemente aus:**
DBT, TF-CBT, EMDR
- **Einsatz:** Gruppensetting (auch Einzelsitzung möglich)
- **Besonderheiten:**
Medienvielfalt kulturintegrativ, multilingual, audio-files
spielerische, bildreiche, Materialien
- **Bezugspersonen-/ Elternmodule als add-on**