Titel:
Grenzen und Möglichkeiten psychodynamischer Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen im digitalen Zeitalter

Autorin:
Prof. Dr. Lalenia Zizek; Winnicott-Institut Hannover, Hochschule Hannover; zizek@winnicott-institut.de

Keywords:
Psychotherapie und Digitalität, Qualitative Forschung, Therapeutische Beziehung

Abstract:
Digitale Medien prägen zunehmend die Sozialisation von Kindern und Jugendlichen und verwischen dabei die Grenzen zwischen virtuellen und realen Lebenswelten. Studien zeigen, dass Kinder und Jugendliche spätestens mit Eintritt in die Pubertät über eingehende Erfahrungen mit sozialen Medien, verschiedenen Plattformen und unterschiedlichen Formaten verfügen, einschließlich KI-generierter Programme wie ChatGPT. Diese Entwicklung stellt die psychodynamische Psychotherapie vor neue Herausforderungen: Grenzen der Selbstwahrnehmung, der psychischen Entwicklung und der therapeutischen Beziehung verschieben sich. Diese neue Sozialisationsrealität gilt es wahrzunehmen und angemessene Formen des Umgangs mit schädlichem, aber auch mit dem alltäglichen parallelen Gebrauch digitaler Medien im Kontext psychischer Störungen zu finden.
Der Beitrag untersucht diese Dynamiken anhand qualitativer Analysen von Gesprächsprotokollen und Chatverläufen mit jungen Patient:innen. Ziel ist es, ein differenziertes Bild des Einflusses digitaler Medien auf psychische Prozesse und Psychotherapien zu gewinnen und therapeutische Haltungen zu entwickeln, die für Patient:innen nachvollziehbar sind und beziehungsorientiert bleiben. Damit soll ein Beitrag zur Diskussion über Grenzen und Möglichkeiten psychodynamischer Therapie im digitalen Zeitalter geleistet werden.