

Schulpsychologischer Dienst der Stadt Zürich

Der Schulpsychologische Dienst der Stadt Zürich (SPD) steht Kindern und Jugendlichen, die in der Stadt Zürich die Volksschule besuchen, sowie ihren Eltern und Lehrpersonen kostenlos zur Verfügung. Schulpsychologen/-innen beraten und unterstützen Kinder, Jugendliche und Lehrpersonen bei Lernschwierigkeiten, Verhaltensauffälligkeiten und schulischen Laufbahnfragen. Der Schulpsychologische Dienst ist eine Abteilung der Schulgesundheitsdienste, die dem Schul- und Sportdepartement angegliedert sind.

Stadt Zürich
Schulgesundheitsdienste
Schulpsychologischer Dienst
Parkring 4, Postfach
8027 Zürich

www.stadt-zuerich.ch/schulpsychologie

Schulpsychologischer Dienst

Angebot für Kinder und Jugendliche in der Stadt Zürich

Gruppentherapie

Erlebnisse verarbeiten, um Verluste trauern, Identität neu entwickeln und wieder in die Zukunft schauen



Gruppentherapie für Kinder und Jugendliche mit traumatischen Erfahrungen

Kinder und Jugendliche die Krieg, Flucht, physische oder psychische Gewalt erlebt haben, Zeugen von Gewalt oder von schweren Unfällen geworden sind, Kinder und Jugendliche, die ihre Liebsten und / oder ihr Umfeld plötzlich und unter traumatischen Umständen verlieren, erleben grosse Unsicherheit, Einsamkeit und Überforderung. Zuverlässige Tagesstrukturen, wie die Schule, vermitteln Stabilität. Doch ihre Erlebnisse, Trauer und Ängste, überwältigen die Kinder und Jugendlichen immer wieder. Diese müssen sie erst verarbeiten. Dabei hat sich die Gruppentherapie als hilfreich erwiesen.

Ziele

- ▶ **Die Kinder und Jugendlichen** können sich in einem geschützten Rahmen ihrer neuen Realität langsam annähern und traumatische Erfahrungen, begleitet durch erfahrene Therapeuten/-innen, verarbeiten. Indem sie ihre schweren Erlebnisse hier angehen, können sie sie andernorts ruhen lassen, sich z.B. besser auf die Schule einlassen.
- ▶ **Eltern und Lehrpersonen** erfahren eine Entlastung. Für Lehrpersonen und interessiertes Schulpersonal wird im Schuljahr eine dreiteilige Weiterbildung zu Traumapädagogik angeboten.
- ▶ **Einbezug aller Beteiligten**
Der Austausch zwischen Lehrpersonen, Eltern, Therapeuten ermöglicht eine fortlaufende Reflexion.



So arbeiten wir

Die Methode der Gruppentherapie ist der kindlichen Entwicklung angemessen und setzt auch gestalterische, non-verbale Mittel ein.

Wir suchen gemeinsam **Ressourcen**, auf die sich die Kinder verlassen können, z. B. Talente, Kenntnisse oder Fertigkeiten. Wir machen ihnen diese bewusst, um sie zu stärken.

Mittel

Mit Trommeln sprechen

Wenn Kinder / Jugendliche in ihrem Schweigen gefangen sind, ist Trommeln ein gutes Ausdrucksmittel für ihre Gefühle. Es hilft auch Spannungen abzubauen. Gemeinsames Trommeln ermöglicht ein Gruppengefühl und erinnert einige Kinder auch an gute Zeiten vor den einschneidenden Erfahrungen. Gute Erinnerungen sind Ressourcen für die Kinder.

Das Schweigen durchbrechen

Mit Hilfe von Spielen oder Karten lernen sie therapeutisch begleitet über ihre Gefühle und Erlebnisse zu sprechen. Das Formulieren hilft ihnen unterschiedliche Erfahrungen einzuordnen. Sie erleben, dass sie nicht alleine sind mit ihren belastenden Erfahrungen.

Gewaltfreie Konfliktlösungen

in den Gruppen bilden ein Gegengewicht zu gewalttätigen Erfahrungen, die die Kinder / Jugendlichen in sich tragen.

Mit Identität die Zukunft stärken

Die Kinder und Jugendlichen suchen Antworten auf Fragen zu sich selber: Was ist mir wichtig? Was möchte ich gerne lernen? Was sind meine Perspektiven. Sie werden dabei begleitet, ihr Leben vor und nach den belastenden Erlebnissen wieder zusammen zu fügen.

Teilnehmende

- ▶ Kinder und Jugendliche, die unter den Folgen traumatisierender Ereignisse leiden.
- ▶ Kindergarten bis Sekundarstufe

Anmeldung

- ▶ Durch Schulverantwortliche, die bei einem Kind / Jugendlichen eine Notlage wahrnehmen.
- ▶ In Absprache und mit Einwilligung der Eltern (evtl. mit Übersetzung).
- ▶ Anmeldeformular senden an die Fachleitung Trauma des SPD.
- ▶ Neue Kinder können aufgenommen werden, sobald ein Platz frei wird.

Therapiegruppen

- ▶ Unterschiedlich nach Alter, Themen oder Lebenssituation der Kinder / Jugendlichen
- ▶ 8 bis 12 Kinder / Jugendliche pro Gruppe
- ▶ 1 Mal pro Woche, 1 Stunde in der normalen Schulzeit.

Weiterbildung für Schulen

- ▶ Dreiteiliger Kurs zu Traumapädagogik im Schuljahr.

Haben Sie Fragen?

Stadt Zürich
Schulpsychologischer Dienst
Fachleitung Trauma
Frau Catherine Paterson
Telefon 044 413 40 13