



Angebot für Kinder und Jugendliche in der Stadt Zürich

Schulpsychologischer Dienst

Gruppentherapie

Trauma



Gruppentherapie für Kinder und Jugendliche mit traumatischen Erfahrungen

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

Kinder und Jugendliche mit Traumata erleben grosse Unsicherheit, Einsamkeit und Überforderung. Sie sind z.B. Zeugen von Gewalt oder von schweren Unfällen geworden, haben Krieg, Flucht, physische oder psychische Gewalt erlebt oder ihre Liebsten bzw. ihr Umfeld plötzlich verloren.

Gruppentherapie kann helfen

Auch wenn zuverlässige Tagesstrukturen wie die Schule Stabilität vermitteln: Die Kinder und Jugendlichen können von ihren Erlebnissen, der Trauer und ihren Ängsten immer wieder überwältigt werden. Für die Verarbeitung des Geschehenen hat sich die Gruppentherapie als hilfreich erwiesen.

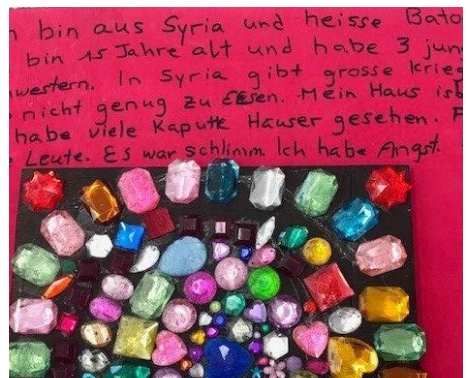
Ziele

- ▶ Die **Kinder und Jugendlichen** können sich in einem geschützten Rahmen der neuen Realität langsam annähern und traumatische Erfahrungen - begleitet durch erfahrene Therapeuten/-innen - verarbeiten. Indem sie ihre schweren Erlebnisse angehen, können sie sie an demorts ruhen lassen und sich z.B. besser auf die Schule einlassen.
- ▶ Entlastung für **Eltern und Lehrpersonen**

nen

Arbeitsweise

- ▶ Je nach Entwicklung der Kinder setzen wir unterschiedliche gestalterische und nonverbale Mittel ein.
- ▶ Gemeinsam suchen wir nach Ressourcen der Kinder, z.B. nach Talenten, Kenntnissen oder Fertigkeiten, um ihnen diese Stärken bewusst zu machen.
- ▶ Das Erleben gewaltfreier Konfliktlösungen in der Gruppe bildet ein Gegengewicht zu gewalttätigen Erfahrungen, die die Kinder und Jugendlichen in sich tragen.
- ▶ Der Austausch zwischen Lehrpersonen, Eltern und Therapeuten führt zu Klärungen und gemeinsamem Problem





Methoden und Werkzeuge

Mit Trommeln sprechen

Trommeln hilft nicht nur Spannungen abzubauen, es ist auch ein gutes Ausdrucksmittel für Gefühle - insbesondere, wenn Kinder in ihrem Schweigen gefangen sind. Gemeinsames Trommeln verhilft zu einem guten Gruppengefühl und ermöglicht Anknüpfungen an gute Zeiten. Gute Erinnerungen sind stärkende Ressourcen für die Kinder.

Das Schweigen durchbrechen

Mit Hilfe von Spielen oder Karten lernen die Kinder über Gefühle, Erlebnisse und Erfahrungen zu sprechen und diese einzuordnen. Zudem erleben sie, dass sie mit ihren belastenden Erfahrungen nicht alleine sind.

Identität stärken

Was ist mir wichtig? Was möchte ich gerne lernen? Was sind meine Perspektiven? Die enge Begleitung bei solchen Fragen ermöglicht es, das Leben vor und nach den belastenden Ereignissen wieder zusammenzufügen.

Alter Teilnehmende

- ▶ Kindergarten bis Sekundarstufe

Anmeldung

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

Therapiegruppen

- ▶ 8 - 12 Kinder / Jugendliche pro Gruppe
- ▶ 1 Mal pro Woche, 1 Stunde während der normalen Schulzeit

Weiterbildung für Schulen

- ▶ Dreiteiliger Kurs zu Trauma-Pädagogik während des laufenden Schuljahres

Haben Sie Fragen?

Schulpsychologischer Dienst

Fachleitung Trauma

Frau Catherine Paterson

Telefon 044 413 40 13

catherine.paterson@zuerich.ch

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 ein Fachdienst der Schulgesundheitsdienste, welche dem Schul- und Sportdepartement angegliedert sind.

**Stadt Zürich
Schulgesundheitsdienste
Schulpsychologischer Dienst
Parkring 4, Postfach
8027 Zürich
www.stadt-zuerich.ch/schulpsychologie**

Fotos: Thomas Egli



Stand: April 2025