

## Soziales Kompetenztraining für Kinder zwischen 7 und 10 Jahren (2. - 4. Klasse)

### Zielgruppe:

Kinder von ca. 7 - 10 Jahre, bzw. 2. – 4. Klasse, die durch internalisierende und mitunter externalisierende Verhaltensweisen auffallen. Typische Symptome sind:

- Soziale Unsicherheit, wie etwa ausgeprägte Schüchternheit oder dominantes Auftreten
- Selbstwertprobleme und Selbstunsicherheit
- Depressive Verstimmungen oder nicht erklärbare Wutsymptomatik, die in scheinbaren Zusammenhang stehen
- Ängstlichkeit und Überempfindlichkeit
- Körperliche Symptome, wie Kopf- oder Bauchschmerzen mit psychischem Hintergrund
- Leistungsangst
- Die Überzeugung, benachteiligt oder abgelehnt zu werden
- Sich unverstanden und nicht gesehen zu fühlen
- Schwierigkeiten, Kontakte zu Gleichaltrigen aufzubauen, auf andere zuzugehen
- Probleme in der sozialen Wahrnehmung

In insgesamt 14 Sitzungen sollen neue Einsichten gewonnen, die soziale Perspektivenübernahme aufgebaut und erweitert werden sowie der Zusammenhang zwischen Verhalten und Konsequenzen erkannt und somit prosoziales Verhalten aufgebaut werden. Die Kinder sollen lernen, wie sie mit Gleichaltrigen in Kontakt kommen können und Freundschaften aufbauen und pflegen. Außerdem soll der Umgang mit Ablehnung und frustrierenden Erlebnissen geübt werden. Weiterhin sollen die Kinder den angemessenen Umgang mit unangenehmen Gefühlen erlernen.

Durch Übungen zur Stärkung des Einfühlungsvermögens, die gegenseitige Rückmeldung und die Umsetzung persönlich formulierter Ziele soll die Selbst- und Fremdwahrnehmung gestärkt werden.

Die Kinder sollen darin bestärkt werden, ihre Bedürfnisse angemessen zu formulieren und eigene Gefühle unter Berücksichtigung ihres Gegenübers adäquat auszudrücken.

Sequenzen von Achtsamkeit, Entspannungs- und Wahrnehmungsübungen sind ein wichtiger Bestandteil dieser Gruppentherapie.

### Formalitäten:

Anmeldung und Diagnostik im Rahmen der psychotherapeutischen Sprechstunde. Ausführliches Kennenlernen der Kinder und der Bezugspersonen, ggf. Kontakt mit außerfamiliären Institutionen (z. B. Schule).

Abrechnung als psychotherapeutische Leistung im Rahmen einer Kurzzeit- / Langzeittherapie über die Krankenkasse des Kindes bei gesetzlich Krankenversicherten; privat Versicherte / Selbstzahler nach Absprache.

In der Regeln findet jeweils ein Gruppensitzung (100min) in zwei aufeinanderfolgenden Wochen statt, die Folgeweche ist für Einzeltermine mit den Kindern reserviert – jeweils abhängig von der individuellen Bedürfnislage und therapeutischer Notwendigkeit.

Außerdem ist die begleitende Beratung der Bezugspersonen in Einzelsitzungen möglich. Bei ausreichend Interesse ist eine Elterngruppe möglich. Wenn nötig, besteht die Möglichkeit die Schule oder andere bestehende Hilfesysteme mit einzubeziehen.

Vor Beginn der Gruppe findet ein Informationsabend statt. Dieser ist verpflichtend. Es wird über die Inhalte der Kindergruppe informiert und es besteht die Möglichkeit die Eltern der anderen Kinder kennenzulernen. Der Transfer der Inhalte des Kindertrainings in den Alltag wird erklärt, so gibt es z. B. kleine Aufgaben der Kinder, bei deren Umsetzung die Hilfe der Eltern notwendig ist. Nur so können die im Kindertraining erarbeiteten Strategien in den Alltag umgesetzt werden.

Es handelt sich um geschlossene Gruppen mit festen Teilnehmern, so dass es zu Wartezeiten kommen kann. In der Regel sind vier Kinder in einer Gruppe. Die Therapiegruppe findet in der Regel am Nachmittag statt (ab ca. 14:00h).

Frau Falkenberg wird in der Gruppentherapie von einer therapeutischen / pädagogischen Kollegin unterstützt.