

Psychotherapeutische Praxis  
Zita Stoltenberg und Andreas Renold  
Innerer Rettenbachweg 7, 8400 Winterthur  
052 232 54 08 und 052 202 62 25  
stoltenberg-zehnder.praxis@bluewin.ch  
andreas.renold@psychologie.ch

## **PSYCHODRAMA - GRUPPENTHERAPIE** FÜR JUNGEN UND MÄDCHEN 1. - 5. EV. 6. KLASSE

### **Durchführungsort:**

Innerer Rettenbachweg 7  
8400 Winterthur

### **Gemeinsame Leitung der Gruppen:**

Zita Stoltenberg, lic. phil. I,  
Psychotherapeutin FSP  
Andreas Renold, lic. phil. I,  
Psychotherapeut FSP

### **Zeitpunkt:**

Montag 16.30 1. - 5. Klasse, Jungen  
Dienstag 16.30 1. - 5. Klasse Jungen  
Mittwoch 15.00 1. - 5. Klasse Mädchen  
Mittwoch 16.30 1. - 5. Klasse Mädchen

### **Kosten:**

Gruppensitzung 120 Fr.  
Einzelsitzungen 150 Fr.

### **Kostenträger:**

Krankenkasse mit Zusatzversicherung,  
Schulen, IV

### **Dauer:**

nach Bedarf, in der Regel 2 Semester



## Was bedeutet „Psychodrama“?

Drama kommt aus dem Griechischen und bedeutet „Handlung“ oder „etwas, was geschieht“. Statt nur zu reden, werden Erlebnisse nochmals handelnd erfahren, d.h. sie werden gespielt. Nach J.L. Moreno, dem Gründer dieser Therapiemethode, ist „Handeln heilender als reden“. Die Kinder entwickeln und spielen zusammen Geschichten. Damit erweitern sie ihr persönliches Handlungsrepertoire. Durch die Rollenwahl und die eigenen Inszenierung verarbeiten sie ihre tieferliegenden Konflikte. Durch mehr Spontaneität und Kreativität im Handeln soll es möglich werden, flexibler in Situationen zu reagieren, weniger „symptomatisch“ zu reagieren.

## Für wen ist die Gruppentherapie geeignet?

Durch den „geschützten Ort der Therapie“ lernen überangepasste, **gehemmte und ängstliche** Kinder beim Zusammensein mit anderen Kindern ihre Ängste im Rollenspiel zu überwinden. Auch **aggressive Aussenseiter oder Anführer**, die im Sozialverband ständig die erlaubten Grenzen sprengen, profitieren sehr. Sie lernen sich besser wahrzunehmen und wagen mit der Zeit, ihre „weichen und bedürftigen Seiten“ auch zu leben.

Kinder mit **psychosomatischen Beschwerden** wie Kopfschmerzen, Bauchweh usw. erleben in der Gruppentherapie, dass es „völlig in Ordnung ist, seine Gefühle auszuleben“. Dadurch muss nicht mehr so stark somatisiert werden.

**Traurige und depressive Kinder** entdecken im Spiel ihre Vitalität wieder und haben die Möglichkeit, im Rollenspiel ihre traurigen Erlebnisse zu verarbeiten.

### **Dauer der Therapie**

Durchschnittlich dauert der Therapieprozess in der Gruppe **ein Jahr**. Nach einem halben Jahr wird überprüft, ob das zweite halbe Jahr für das Kind sinnvoll ist. Nach einem Jahr Gruppentherapie werden bei Bedarf Gespräche vereinbart, um den Behandlungserfolg zu festigen. Die Gruppentherapie findet einmal in der Woche statt. Das Spiel dauert 60 Minuten. Mit Einfinden und Ausklang muss mit 70-80 Minuten Zeitaufwand gerechnet werden.

### **Vereinbarung**

Mit den Eltern und dem Kind werden die angestrebten Veränderungen festgehalten. Nach einer ersten Phase von 3-4 Sitzungen wird die Vereinbarung zur Behandlung definitiv. Der Umfang der begleitenden Eltern- und Familienarbeit wird je nach Problemstellung ebenfalls festgelegt.

### **Setting**

Die Gruppe wird von einer Therapeutin und einem Therapeuten geleitet. Es braucht zwei Therapeuten, am besten Mann und Frau, damit der Prozess jedes Kindes genügend unterstützt werden kann. Jede Sitzung wird von der Leitung protokolliert und nachher analysiert. Der Gruppenprozess wird ständig reflektiert und es werden entsprechende Interventionen vorbereitet.

**Prozedere:**

Nach der Anmeldung erfolgt ein erstes Gespräch mit der/dem Jugendlichen und den Eltern. Es folgen ev. 1-2 Sitzungen alleine mit dem Kind, um seine Problemstellung und Beweggründe für eine Gruppentherapie kennen zu lernen. Spätestens nach den ersten 3-4 Gruppensitzungen wird definitiv entschieden, ob die Gruppentherapie für das Kind das Richtige ist.

**Finanzierung:**

Bei vorhandener Zusatzversicherung bezahlt die Krankenkasse einen Teil des Betrags (je nach Kasse unterschiedlich).

Nach einer Indikation der Gruppentherapie über den Schulpsychologischen Dienst übernimmt die Schule (Antrag an die Schulpflege) möglicherweise die (Rest-)Kosten.

Bei vorhandener IV-Verfügung für Psychotherapie können die Kosten über die IV abgerechnet werden.

**Anmeldung:**

Psychotherapeutische Praxis

Zita Stoltenberg oder Andreas Renold

Innerer Rettenbachweg 7

8400 Winterthur

052 232 54 08 oder 052 202 62 25

stoltenberg-zehnder.praxis@bluewin.ch

andreas.renold@psychologie.ch