

## **Gruppentherapie Angebot für Kinder mit Ängsten**

---

### **Was und für wen?**

Das Angebot richtet sich an Kinder im Alter von ca. 7-11 Jahren, welche im Alltag von Ängsten betroffen sind und einen Umgang mit diesen erlernen möchten. Gemeinsam erlernen die Kinder weshalb Ängste entstehen, welche Prozesse im Körper stattfinden. Wir erkunden Techniken, wie sie sich stärken können, um schwierige Situationen zu meistern. Die Kinder unterstützen sich gegenseitig im Prozess und können Erfahrungen in der Gruppe teilen.

Mögliche Themen:

- soziale Ängste, ausgeprägte Schüchternheit im Umgang mit anderen Menschen
- Ängste im Zusammenhang mit schulischen Themen
- spezifische Ängste, z.B. vor: Dunkelheit, Lift fahren, Tieren etc.

Wichtig: das Kind sollte weiterhin in der Lage sein einer Tagesstruktur (Schulbesuch) nachzugehen.

### **Wann und wie?**

Die Gruppentherapie findet insgesamt 5x in einer geschlossenen Kleingruppe mit ca. 4 Kindern statt. Jeweils Dienstag-Nachmittag von 13:30 – 15:00 Uhr. Start ist im September (das genaue Datum wird noch festgelegt).

Ergänzend zur Gruppentherapie finden 2-3 Familiengespräche zur Zieldefinition und -auswertung statt. Die Termine werden individuell festgelegt.

### **Kostenübernahme?**

Kosten: Die Therapie wird über die Grundversicherung der Krankenkasse Ihres Kindes oder über die IV (medizinische Massnahmen) zum Gruppentherapietarif abgerechnet oder auf Ihren Wunsch privat bezahlt. Pro Familie fällt ein Unkostenbeitrag für Material von CHF 30.- an.

## Wo?

PRAXIS BÄRN

Frau Nicole Leibundgut

Psychologin und Psychotherapeutin

Schwarztorstrasse 7

3007 Bern.

Die Türe öffnet automatisch nach dem Klingeln. Die Praxis liegt im 1. Stock.

## Fragen und Anmeldung

Bei Interesse am Angebot bitten wir um eine kurze kinder- oder hausärztliche Zuweisung an:

[leibundgut@praxisbaern.ch](mailto:leibundgut@praxisbaern.ch)