Unsere Arbeitsweise

Die Erziehungsberatung des Kantons Bern hat seit 1978 kontinuierlich ihr Therapiegruppenangebot für Kinder und Jugendliche weiter ausgebaut. Von anfänglich einem Gruppentherapieangebot in Form eines Jugendkellers und einer Therapiegruppe für Trennungs- und Scheidungskinder werden heute konstant 20 themenspezifische Therapiegruppen pro Jahr von spezialisierten Fachpersonen durchgeführt.
Zweimal im Jahr findet während den Schulwochen ein Gruppenzyklus von zirka 10-12 Gruppensitzungen à 2 Stunden statt. Die Gruppen sind spezifischen Problemen gewidmet (Förderung sozialer Kompetenzen, psychische Probleme / Suchterkrankungen in der Familie, Trennung/Scheidung der Eltern, Häusliche Gewalt).
Die Gruppentherapie setzt sich zum Ziel, die Kinder und Jugendlichen bei der Bewältigung ihrer sozialen und persönlichen Probleme zu unterstützen und präventiv der Entstehung schwerwiegender psychischer Erkrankungen entgegenzuwirken.

Das Mythodrama - Therapeutisches Arbeiten mit Geschichten

Schüchternes Verhalten, Schulverweigerung, Aggressionsausbrüche oder eine herausfordernde persönliche Lebenssituation: die Kinder oder Jugendlichen besuchen die Gruppen aus verschiedenen Gründen. Ziel der Gruppensitzungen ist, dem Kind oder Jugendlichen bei seinem individuellen Problem zu helfen, Selbstwert aufzubauen und sich als selbstwirksam zu erleben. Die Kinder werden unterstützt Lösungsstrategien und Kompetenzen zu entwickeln, um die eigenen Herausforderungen besser zu bewältigen. Viele Kinder sind überfordert, wenn sie sich direkt zu ihren Problemen äussern sollen. In der gruppentherapeutischen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen werden darum Methoden eingesetzt, die es den Kindern erleichtern ihre Gefühle und Anliegen zu äussern, sich mit betroffenen Kindern auszutauschen und Belastendes zu verarbeiten.

Die Gruppen werden von einem hauptverantwortlichen Gruppenleiter geführt. Die Gruppen werden von Psychologinnen/Therapeutinnen geleitet, die eine Ausbildung in Gruppenpsychotherapie mit Kindern und Jugendlichen absolviert haben. In jeder Gruppe arbeiten zwei Psychologen oder Psychologiestudenten mit, die ein Praktikum an der kantonalen Erziehungsberatung Bern absolvieren.
Die Therapiegruppen verstehen sich als Ergänzung zur Arbeit der zuweisenden Fachpersonen.

Beim Mythodrama steht der indirekte Zugang zu den Anliegen und Problemen der Kinder oder Jugendlichen im Vordergrund. Indem sie sich eine Geschichte anhören, die ihre Thematik widerspiegelt, und sich mit dieser auseinandersetzen, fällt es ihnen leichter sich persönlich zu äussern. Beschäftigt sie zum Beispiel der Kontakt zu den Gleichaltrigen, dann wird eine Geschichte erzählt, in der Freundschaften, Verrat und Beziehungen thematisiert werden. Leiden die Kinder unter Ängsten, dann hören sie sich eine Geschichte an, in der Angstgefühle vorkommen. Den Kindern oder Jugendlichen werden auf diese Weise Bilder und Metaphern angeboten, über die sie ihre eigenen Anliegen ausdrücken können. Den meisten Kindern fällt es dann leichter ihre Gefühle und Anliegen zu thematisieren.

Die Kinder hören sich die Geschichten nicht nur an, sondern sie fantasieren sie weiter und bearbeiten sie. Im Theaterspiel, beim Malen oder beim Maskenspiel nähern sie sich ihrem Kernthema und suchen im Dialog mit Kollegen oder den Gruppenleitern nach Lösungen für ihre konkreten Anliegen. Den Abschluss der mythodramatischen Gruppensitzungen bildet der konkrete Transfer auf die eigene Lebenssituation.

Erziehungsberatung
EB Bern

Bildungs- und Kulturdirektion
des Kantons Bern

Effingerstrasse 12
3011 Bern
Telefon +41 31 633 41 41
www.erz.be.ch/erziehungsberatung
eb.bern@be.ch

Ablauf der mythodramatischen Sitzungen

- Begrüssung
- Einstimmung über Spiele
- Geschichte
- Fantasiereise
- Dramatisierungen oder zeichnerische Ausgestaltung der Geschichte
- Kreisgespräch über eigene Lösungen und Anliegen
- Zvieri
- Abschlussaktivitäten

Je nach Altersstufe wird im Mythodrama auch mit Filmen, Rollenspielen, Aufstellungen oder thematischen Inputs (Konfliktdynamik, Sucht, Mobbing, Gewalt, etc.) gearbeitet.

Nicht jede Gruppe folgt diesem Ablauf, sondern die Gruppenleiter setzen je nach Dynamik und Profil eigene Akzente.

Erziehungsberatung
EB Bern

Bildungs- und Kulturdirektion
des Kantons Bern

Effingerstrasse 12
3011 Bern
Telefon +41 31 633 41 41
www.erz.be.ch/erziehungsberatung
eb.bern@be.ch