

Unsere Arbeitsweise

Die Erziehungsberatung der Stadt Bern bietet ein breites Spektrum an therapeutischen Kinder- und Jugendgruppen an. Zweimal im Jahr findet während den Schulwochen ein Gruppenzyklus von zirka 12 Gruppensitzungen à 2 Stunden statt. Im Vordergrund der Therapie stehen die Behandlung von Verhaltens-, Milieu- und Kontaktschwierigkeiten. Einzelne Gruppen sind spezifischen Problemen gewidmet (Alkohol oder psychischen Problemen in der Familie, Scheidung der Eltern). Die Gruppentherapie setzt sich zum Ziel, den Kindern und Jugendlichen bei der Bewältigung ihrer sozialen und persönlichen Probleme zu helfen.

Die Gruppen werden von einem hauptverantwortlichen Gruppenleiter geführt. Die Gruppen werden von Psychologen 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. Bei den Praktikanten handelt es sich um Psychologen oder aber Psychologiestudenten in höherem Semester. Die Gruppenleiter und Psychologiestudenten nehmen wöchentlich an Supervisionssitzungen teil.

Die Therapiegruppen verstehen sich als Ergänzung zur Arbeit der zuweisenden Fachpersonen.

Das Mythodrama - Therapeutisches Arbeiten mit Geschichten

Schüchternes Verhalten, Schulverleider, 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. Es soll Lösungsstrategien und Kompetenzen entwickeln, um die eigenen Herausforderungen besser meistern. Viele Kinder sind überfordert, wenn sie sich direkt zu ihren Problemen äussern und an ihnen arbeiten sollen. Sie weichen aus, passen ihre Antworten den Erwartungen der Erwachsenen an oder beginnen sich zu langweilen. In der gruppentherapeutischen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen werden darum Methoden eingesetzt, die es den Kindern erleichtern ihre Gefühle und Anliegen zu äussern, ohne sich zu schämen oder das Gefühl zu haben ihre Eltern oder Kollegen zu verraten. Ausserdem sollen die Kinder oder Jugendlichen die Sitzungen als lustvoll erleben.

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