

## Gruppe Outdoor, für Kinder mit sozialen Hemmungen und Ängsten

Wenn Kinder Schwierigkeiten in sozialen Situationen mit Gleichaltrigen haben, fühlen sie sich zunehmend unsicher. Solche Kinder zeigen oft soziale Ängste, sie entwickeln nicht zuletzt psychosomatische Beschwerden wie z.B. Bauchweh oder Kopfweh und würden gerne zuhause bleiben, anstatt in die Schule zu gehen, um sich vor unangenehmen Erfahrungen und Emotionen zu schützen. Solche Kinder versuchen oft sich zurückzuziehen. Manchmal ist ein solcher Rückzugsort unter anderem die «Game Welt». Soziale Misserfolgerlebnisse wirken wiederum negativ auf die weitere Entwicklung und die schulischen Leistungen des Kindes.

In dieser Therapiegruppe geht es darum, unmittelbar beim Start im neuen Schuljahr den Kindern in einer Gruppe der Gleichaltrigen ein Erfolgserlebnis zu ermöglichen und damit das Gefühl der Gruppenzugehörigkeit zu aktivieren.

Die Therapiesitzungen finden draussen im Park statt. Unterwegs reduzieren Bewegung und Entspannung den Stress der Kinder. Kinder werden unterstützt, Zugang zu eigenen Emotionen zu finden und sie werden ermutigt, sich in schwierigen sozial Situationen zu wehren.

- Angebot** Gruppe für Mädchen und Knaben von 9 – 13 Jahren  
Donnerstag 16.00 – 17.30 Uhr
- Zielgruppe** Mädchen oder Knaben, die sich in sozialen Situationen mit den Gleichaltrigen unsicher fühlen und Mühe damit haben, sich zu wehren.
- Ziel** Aktivierung eines Gefühls der Gruppenzugehörigkeit. Eine bessere Reflexion eigener Gefühle. Mut finden, sich zu wehren.
- Konzept** Anhand von Beispielgeschichten werden die Schwierigkeiten der Kinder aufgegriffen und angesprochen, gestalterisch weiterentwickelt und schliesslich in der Gruppe besprochen und gemeinsam nach Lösungen gesucht.
- Arbeitsweise** Emotionsfiguren dienen der Erkennung eigener Emotionen. Lösungsideen für schwierige sozialen Situationen werden in der Gruppe gesammelt und als Bewältigungsstrategien implementiert.
- Dauer** 5 Gruppensitzungen
- Anmeldungen** Anmeldungen erfolgen über die Erziehungsberatungsstellen, zuweisende Fachpersonen oder die Kinder- und Jugendpsychiatrische Poliklinik. Eltern können sich für Anfragen direkt an diese wenden.
- Rahmenbedingungen**
- Regelmässige Teilnahme
  - Gruppensitzungen finden draussen statt. Kinder sind dem Wetter entsprechend angezogen.
  - Versicherung/Unfallversicherung ist Sache der Eltern
  - Im Schadensfall behält sich die EB Bern vor, die Kosten über die Haftpflichtversicherung der Eltern decken zu lassen



Wege finden

**Erziehungsberatung  
EB Bern**

Bildungs- und Kulturdirektion  
des Kantons Bern

Effingerstrasse 12  
3011 Bern  
Telefon +41 31 633 41 41  
[www.erz.be.ch/erziehungsberatung](http://www.erz.be.ch/erziehungsberatung)  
[eb.bern@be.ch](mailto:eb.bern@be.ch)