



Pothmann

**THERAPIE-TOOLS**



# Schematherapie in der Gruppe mit Kindern



Online-Material auf  
[psychotherapie.tools](https://psychotherapie.tools)

**BELTZ**

Dr. Marion Schmitman gen. Pothmann  
info@praxis-pothmann.de  
Praxis Pothmann  
Großer Burstah 53  
20457 Hamburg

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme. Die Verlagsgruppe Beltz behält sich die Nutzung ihrer Inhalte für Text und Data Mining im Sinne von § 44b UrhG ausdrücklich vor.



Dieses Buch ist erhältlich als:  
ISBN 978-3-621-29153-8 Print  
ISBN 978-3-621-29154-5 E-Book (PDF)

1. Auflage 2025

© 2025 Programm PVU Psychologie Verlags Union  
Verlagsgruppe Beltz  
Werderstraße 10, 69469 Weinheim  
service@beltz.de  
Alle Rechte vorbehalten

Lektorat: Franziska Rohde  
Umschlagbild: Lina-Marie Oberdorfer  
Herstellung: Myriam Frericks  
Satz: WMTP Wendt-Media Text-Processing GmbH, Birkenau  
Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza  
Beltz Grafische Betriebe ist ein Unternehmen mit finanziellem Klimabeitrag (ID 15985-2104-1001).  
Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autor:innen und Titeln finden Sie unter: [www.beltz.de](http://www.beltz.de)

# Inhalt

Verzeichnis der Arbeits- und Informationsblätter	6
Vorwort	9
Einleitung: Mut zur Schematherapie in der Gruppe	10
<b>1 Planung und Organisation</b>	<b>14</b>
<b>2 Schematherapeutische Rahmenelemente</b>	<b>26</b>
<b>3 Bedürfnisse</b>	<b>45</b>
<b>4 Einführung in die Modusarbeit</b>	<b>62</b>
<b>5 Glückliche und clevere Modi</b>	<b>78</b>
<b>6 Kindmodi</b>	<b>94</b>
<b>7 Bewältigungsmodi und strafende / fordernde Modi</b>	<b>130</b>
<b>8 Positive und negative Schemata</b>	<b>154</b>
<b>9 Schematherapeutische Kindergruppe: Checker-Club</b>	<b>174</b>
<b>10 Umgang mit schwierigen Gruppensituationen</b>	<b>211</b>
Literatur	220
Bildnachweis	220

# Vorwort

Vielseitige Chancen vereinen sich im Rahmen von Gruppen und Gruppentherapien. Kinder treffen endlich andere Kinder, die sie verstehen, und Erwachsene, die sie wohlwollend sehen und unterstützen. In einem kleinen, vertrauensvollen Rahmen können stärkende, gesunde und – wenn nötig – korrigierende heilende Beziehungserfahrungen gemacht werden. Kinder lernen am besten von anderen Kindern und merken, dass sie oft in ein- und derselben Therapiestunde sowohl nehmen als auch geben können. Gruppentherapien bilden den Rahmen für vielseitige kreative Therapiemethoden, die alltagsnah durch die Gemeinschaft leben. Die Schematherapie bietet durch ihre emotionsfokussierte, erlebnisorientierte Ausrichtung eine ausgezeichnete Grundlage, von der sich Gruppeninterventionen wunderbar ableiten lassen. Gruppen bieten – teilweise einzigartige – Chancen, Grundbedürfnisse von Kindern zu befriedigen. Dadurch entsteht ein guter Nährboden, auf dem sich Kinder gesund entwickeln und all das, was an Besonderheit, Ressourcen und Schönheit in ihnen steckt, zur Entfaltung kommen kann.

Mit leuchtenden Augen stürmt Jana (8) ins Wartezimmer: »Ich habe eine Urkunde – weil ich in der Gruppe war.« Das Bedürfnis nach Wertschätzung und Anerkennung wird befriedigt, wenn ein Kind in der eigenen Individualität gesehen wird und bereits für das »Da-Sein« Wertschätzung erfährt. *Ich bedanke mich bei meinen Eltern und Angi, meiner Schwester: Danke, für eure bedingungslose – endlose – Wertschätzung und Liebe, die mich immer und überall trägt.*

Salich (9 Jahre) überrascht seine Eltern, indem er das erste Mal in seinem Leben Kinder zu seinem Geburtstag einlädt: die Kinder der Gruppentherapie. »Ich war immer alleine, aber nun habe ich Freunde!« Das Bedürfnis nach Bindung und Beziehung zu Gleichaltrigen wird durch die Gruppe befriedigt. *Ich danke all meinen Freund:innen für all unsere Freundschaften, zum Teil von Kindheit an. Danke für das Miteinander-Teilen, das gemeinsame Erleben und Durchleiden, Lachen, Beten. Einfach, dass ich weiß, dass wir füreinander da sind.*

Die 7-jährige Frieda, die zum dritten Mal die Gruppe besucht, nimmt den schüchternen 6-jährigen Joshi an die Hand, der zum ersten Mal da ist: »Komm mit, wir machen das immer so, dass wir ...« Wiederkehrende Elemente der Gruppentherapie befriedigen die Bedürfnisse nach einem sicheren Rahmen, Orientierung und Kontrollerleben, sodass Frieda schon nach 2 Stunden von »wir« und »immer« spricht. *Ich danke den vielen Menschen, die mir im Leben sichere Rahmenbedingungen geschaffen und meine Ressourcen aktiviert haben. Helga Westermann, die mich schon mit 13 Jahren ermutigt hat, eine Kindergruppe in der Kirchengemeinde selbstständig zu leiten, und Dr. Herman Meyer, der mich als Klinikleiter bereits als Berufsanfängerin ermutigt hat, eigene Therapiegruppen zu entwickeln.*

»Papa, ich will jeden Tag zur Therapie!«, sagte der 10-jährige Jonathan. Dieser Tools-Band soll dazu beitragen, dass das Bedürfnis nach Freude, Spaß, Unlustvermeidung durch die Gruppentherapie befriedigt wird. *Ich danke allen Kindern, die meine Therapiegruppen besuchen: Eure Begeisterungsfähigkeit, Echtheit und Kreativität ist es, weshalb ich die Zeit mit euch liebe. Und ich danke meinen Co-Therapeut:innen: Ohne eure Bereicherung würden die Gruppen nur halb so viel Freude machen und Wirkung zeigen. Hanna Fabian, dir danke ich besonders für das gemeinsame Entwickeln des Checker-Clubs, der hier im hinteren Drittel als Therapiekonzept vorgestellt wird.*

Dieser Tools-Band ist entstanden, weil meine Teams und ich seit Jahrzehnten sehr bereichernde und beglückende Erfahrungen mit Gruppentherapien haben und die Schematherapie tolle Inspirationen gibt. Ich möchte ermutigen und befähigen, Hemmungen, Hindernisse und Herausforderungen, die auch mit Gruppen einhergehen, zu überwinden, damit noch mehr Kinder und auch Sie selbst als Therapeut:innen so schöne und befriedigende Erfahrungen sammeln können. Vielen Dank auch an den Beltz Verlag, im Besonderen Andrea Glomb und Franziska Rohde, für die Unterstützung!

Hamburg, im Sommer 2024

Marion Pothmann

# Einleitung: Mut zur Schematherapie in der Gruppe

Schematherapeutische Interventionen eignen sich aufgrund ihrer Erlebnisorientierung, Emotionsfokussierung und dem Raum zur Kreativität äußerst gut für die Therapie mit Kindern. Die auf Young et al. (2003, 2008) basierte Arbeit von Loose et al. (2013, 2015) trägt maßgeblich dazu bei, dass die Schematherapie immer mehr Einzug in die deutschsprachige Kindertherapie erhält. Viele Impulse und Ideen zu einzeltherapeutischen Interventionen für Kinder und Jugendliche können darüber hinaus Graaf et al. (2021) entnommen werden.

Angestoßen von Farrell und Shaw (2013) gaben immer mehr Arbeiten Impulse, Schematherapie auch in Gruppen durchzuführen. Die Wirksamkeit konnte in Studien deutlich gemacht werden (Farrell et al., 2009; Faßbinder et al., 2016). Praktische Methoden für die Arbeit mit schematherapeutischen Gruppen von Erwachsenen wurden unter anderem durch Reiss et al. (2015) und Demmert und Faßbinder (2021) im deutschsprachigen Raum zugänglich gemacht. Viele gute Impulse daraus lassen sich auch für die Arbeit mit Jugendlichen ableiten.

Diese Therapie-Tools sollen Inspirationen für die schematherapeutische Arbeit mit Kindern in Gruppen unter Einbezug der Familien geben, die in ambulanten Praxen, Kliniken, Jugendhilfeeinrichtungen oder anderen Orten durchgeführt werden können. Die Interventionen sind so beschrieben, dass sie ohne vertiefte Vorkenntnisse der Schematherapie angewendet werden können.

Sie haben die Möglichkeit, sich auf unterschiedliche Art und Weise inspirieren zu lassen.

## ► **Situationspezifische Auswahl einzelner Interventionen**

Abhängig von der aktuellen Gruppensituation und Ihren eigenen Präferenzen können Sie einzelne Interventionen in Ihre bestehenden oder in neue Gruppen integrieren, dafür sind die Übungen in den unterschiedlichen Kapiteln nach Themen sortiert. Werden situationspezifische Interventionen aus den unterschiedlichen Bereichen auch mit anderen Interventionen kombiniert, können Sie sehr gut auf die speziellen Bedürfnisse der jeweiligen Gruppenteilnehmer:innen eingehen.

## ► **Zusammenstellung eines eigenen schematherapeutischen Gruppenkonzeptes**

Wenn Sie ein auf Ihre Situationen angepasstes Konzept erarbeiten möchten, bieten diese Tools Ideen für schematherapeutische, sitzungsübergreifende Elemente, die den Rahmen bilden können, innerhalb dessen Sie dann je nach Erfordernissen Interventionen aus den verschiedenen Bereichen zusammenstellen können.

## ► **Nutzung eines kompletten schematherapeutischen Gruppenmanuals: Checker-Club**

Sollten Sie ein fertig ausgearbeitetes, erprobtes Konzept nutzen wollen, finden Sie im hinteren Teil das 15-stündige Programm *Checker-Club* mit praktischen Sitzungsbeschreibungen mit Materialien. Verschiedenste Interventionen aus den ersten Kapiteln werden dort so kombiniert, dass die Kinder und deren Familien die wichtigsten Grundlagen der Schematherapie kennenlernen und interaktiv erleben können. Es eignet sich für Kleingruppen (ca. 3–7 Kinder) zwischen 8 und 11 Jahren. Eine Handpuppe (Känguru »Checki«) ist der Prototyp für den cleveren Modus, der für Bedürfniserfüllung sorgt und gut mit Gefühlen umgeht. Als Chef des Checker-Clubs lädt Checki die Kinder ein, Teil seines Teams zu werden.

### ■ **Tipp**

Die Auswahl der Interventionen sollte sich immer an den Bedürfnissen der Kinder in der Gruppe orientieren und sich für die Therapeut:innen »überzeugend« anfühlen, sodass diese »Ich-Synton« durchgeführt werden.

## Chancen und Herausforderungen

Obwohl viele Chancen mit der Gestaltung von schematherapeutischen Kindergruppen einhergehen, gibt es doch auch immer wieder einige Herausforderungen, mit denen wir konfrontiert sind. Diese lassen sich in der Regel größtenteils überwinden, sodass am Ende die Chancen überwiegen – diese sind vielfältig.

**Chancen für Kinder und deren Familien.** Kinder erleben in der Gruppe Bedürfnisbefriedigung. Sie merken, dass sie nicht alleine sind und fühlen sich verstanden. Der emotionsfokussierte erlebnisorientierte Ansatz der Schematherapie eignet sich hervorragend, um unterschiedliche kreative, kindgerechte Interventionen abzuleiten, sodass alle Kinder zusammen neben der vertieften psychotherapeutischen Arbeit immer wieder gemeinsam Freude erleben. Das alltagsnahe Setting der Gruppe hilft, dass Themen aktiviert werden und erleichtert auch den Transfer in den Alltag. Dieser kann noch verstärkt werden, wenn die Eltern oder Bezugspersonen mit einbezogen werden.

**Chancen für Therapeut:innen.** Wir erleben die Kinder in einem deutlich »natürlicheren Setting«, in dem Seiten zu Tage treten, die uns im Einzelsetting verborgen bleiben. Unsere diagnostischen Einschätzungen lassen sich gut modifizieren oder verifizieren. Therapieziele können besser formuliert und umgesetzt werden. Uns stehen deutlich mehr Methoden zur Verfügung und wir sind nicht alleine – oft sind Hinweise und Kommentare der anderen Kinder viel treffender und wirkungsvoller als unsere eigenen. Nicht zuletzt beleben Gruppentherapien unseren Therapiealltag.

**Chancen für die Gesellschaft.** Gruppen wirken der Tendenz von Vereinsamung und Isolierung entgegen, sodass auch die Gesamtgesellschaft, vielleicht sogar die Demokratie, profitiert (Sacks, 2020).

**Wirtschaftlicher Nutzen.** Über den individuellen Nutzen hinaus ergibt sich auch ein wirtschaftlicher Nutzen auf allen Ebenen. Es können mehr Patient:innen gleichzeitig behandelt werden und – sofern über die gesetzliche Kasse abgerechnet wird – die Patient:innen erhalten mehr Therapiestunden, während die Kasse pro Patient:in weniger zahlt. Therapeut:innen verdienen pro Einheit sogar etwas mehr Geld.

Trotz der vielseitigen Chancen von Gruppentherapien sind diese auch mit Herausforderungen verbunden.

**Herausforderungen in der Organisation und Planung.** Gerade im ambulanten Setting ist es nicht einfach, genug Familien unter einen Hut zu bekommen und dann auch noch alle Abrechnungsformalitäten rechtzeitig zusammen zu haben.

**Herausforderung in der Zusammenstellung der Gruppen.** Es ist oft nicht leicht zu entscheiden, welche Kinder zusammen und überhaupt in eine Gruppe passen.

**Herausforderungen in der Durchführung.** In der Durchführung leiden manche Kinder unter Disziplinproblemen, es gibt außerdem Kinder, die nur schweigen, welche, die keine Lust haben, mit aktuellen Konflikten belastet sind oder schräge Aussagen tätigen.

Die Grundlagen der Gruppentherapie werden nun am Beispiel der »Power-Bande« erklärt.

### ■ Fallbeispiel

#### **Die Power-Bande**

Fünf Kinder im Alter zwischen 7 und 9 Jahren kommen in die schematherapeutische Gruppe: »Checker-Club«. Micha (9) steht schon lange auf der Warteliste mit ADHS und sozialen Problemen. Stina (8) hat zuhause immer wieder so starke Wutanfälle, dass schon Scheiben zu Bruch gegangen sind und der Bruder Narben hat – wohl eine Störung des Sozialverhaltens auf den familiären Rahmen beschränkt. Jannis (9) hat Autismus, er kann Menschen in seiner Nähe kaum ertragen und regt sich sehr auf, wenn andere aufgrund seiner langen blonden Haare denken, er sei ein Mädchen. Sehr kurzfristig kam Emmi (10) dazu, sie lebt bei Pflegeeltern und es kommt vor, dass sie tagelang nur faucht und kein weiteres erkennbares Wort von sich gibt. Der fünfte Teilnehmer der Gruppe ist Fernando (8), der Sohn einer sehr angestregten, alleinerziehenden Professo-

rin, der in allen Gruppen Probleme hat und durch eine psychiatrische Praxis ebenfalls mit Verdacht auf ADHS oder Autismus überwiesen wurde.

### **Silent Stars**

In dieser schematherapeutischen Gruppe treffen sich vier Kinder im Alter von 11 bis 13 Jahren. Johanna ist eine 12-jährige Gymnasiastin mit beginnender Anorexie und Prüfungsangst; Jack, 13 Jahre, kommt aufgrund einer Störung des Sozialverhaltens mit oppositionellem Trotzverhalten und hat sehr viele Fehltage in der Schule. Er sitzt mit seinem Cappi in der Runde und vermittelt, dass er auf dieses »ganze Reden« eigentlich keine Lust habe. Trotzdem kommt er jede Woche pünktlich und zuverlässig. Silja (12 Jahre) erlebt in der Schule Mobbing, weil sie eine Lidheberschwäche hat und ein Auge immer wieder zufällt. Sie ist daher mit einer Anpassungsstörung diagnostiziert. Ensie (11 Jahre) hat ihren älteren Bruder vor 3 Jahren verloren, der auf der Flucht von Syrien übers Mittelmeer umgekommen ist, und zeigt seit ca. einem Jahr zunehmend depressive Symptome. Alle drei Mädchen sind eher still und zurückgezogen und sprechen wenig. Auch Jack bringt sich verbal kaum in die Gruppe ein, dafür rollt er gelegentlich mit den Augen und scheint lustlos.

Während vielen schwierigen Situationen durch den Aufbau guter therapeutischer Beziehungen, ressourcenorientierter Haltung, hilfreicher Rahmenbedingungen und geschickter Planung und Organisation schon im Vorfeld vorgebeugt werden kann, kann es auch immer wieder Situationen geben, in denen wir als Therapeut:innen spontan reagieren müssen. Jahrelange praktische Erfahrung von Kolleg:innen und mir fließen in den ersten Seiten zusammen und sollen Impulse und Handwerkszeug zur Verfügung stellen, um Herausforderungen zu meistern und den Mut zu bekommen, Gruppen anzubieten und diese mit schematherapeutischen Interventionen zu bereichern.

### **Schematherapeutisches Vorgehen in der Gruppe**

Die therapeutische Haltung zeichnet sich aus durch:


- ▶ **Authentizität.** Kinder spüren besonders, ob ihr Gegenüber »echt« ist. Therapeut:innen dürfen es sein und müssen weder besonders »psychomäßig« sprechen oder handeln. Sondern echt und spontan. Hier können Sie die Kinder als Vorbild nehmen.
- ▶ **Begrenzte Selbstoffenbarung.** Kinder fühlen sich ernstgenommen, wenn man ihnen auf Augenhöhe begegnet. Es schafft Vertrauen, wenn die Kinder auch einige persönliche Dinge von den Therapeut:innen erfahren oder erleben, dass sie etwaige Fehler oder Versäumnisse offen ansprechen und sich entschuldigen. Es ist hilfreich, auch eigene Emotionen zu zeigen, man sollte die Kinder jedoch nicht damit überfluten. Sie sollten aus dem gesunden Erwachsenenmodus heraus kommuniziert werden, damit sich die Kinder emotional sicher fühlen.
- ▶ **Ressourcenorientiert.** Kinder werden ermutigt, sich sowohl mit ihren Ressourcen als auch Sorgen und Nöten in die Gruppe einzubringen. Die gesunden Anteile im Sinne des cleveren Modus werden gestärkt.

Die Interventionen sind:

- ▶ **Emotionsevozierend.** Wenn therapeutische Inhalte auf emotionaler Ebene erlebt werden, ist die Chance besonders gut, dass sich auch emotionale Veränderungen einstellen. Für Kinder ist dieser emotionale Zugang deutlich einfacher und natürlicher als für Erwachsene, die deutlich kognitiver »unterwegs« sind. Ziel ist es, emotionales Erleben nicht zu bremsen, sondern weiter wachsen zu lassen, emotionalen Zugang zu verletzlichen Seiten zu erlangen und neue heilsame Erfahrungen zu initiieren.
- ▶ **Erlebnisorientiert.** Kinder lernen vorwiegend durch neues Erleben. Daher ist das erlebnisorientierte Vorgehen der Schematherapie für Kinder sehr stimmig und natürlich umzusetzen. Alle Inhalte sollten erlebt werden. Einzelne Phasen in den Stunden sind abwechslungsreich und dauern in der Regel nicht zu lange. Aktive Phasen wechseln sich mit ruhigen Phasen ab.

- ▶ **Ganzheitlich.** Auch wenn ein Schwerpunkt auf der emotionalen Arbeit liegt, ist es wichtig, therapeutische Inhalte auf allen Ebenen zu durchdringen.
  - **Emotionale Öffnung.** Es bietet sich an, alle Inhalte mit einer emotionalen »Vor-Bahnung« einzuführen. Wenn sich die Kinder emotional mit dem Thema identifizieren und eigene emotionale Betroffenheit spüren, kann es zu neuem, heilsamem Erleben kommen. Wenn generelle Sitzungsthemen oder Themen einzelner Gruppenmitglieder im Fokus sind, ist es wichtig, alle Kinder emotional zu beteiligen: »Wann habt ihr so etwas erlebt?«, »Spielt mal nach, wie ihr euch in einem ähnlichen Moment fühlt!«.
  - **Körperliches Erleben.** Die Kinder werden ermutigt, ihren Körper zu erleben und die emotionale Verortung zu spüren: »Welchen Teil eures Körpers spürt ihr besonders, wie fühlt sich das bei euch an?« Oft reagiert der Körper auf Veränderungen schnell, sodass die Kinder direkt körperlich erleben können, dass es ihnen besser geht. Jedes Kind der Gruppe wird gebeten, verbesserte Körperempfindungen darzustellen.
  - **Kognitives Erfassen und Entwickeln.** Die Kinder lernen Erlebtes auch gedanklich zu erfassen und zu verbalisieren. Dies ist oft für Kinder eher fremd, aber es schafft Klarheit und hilft der Kommunikation mit der »Erwachsenenwelt«. An der Stelle sind zusammenfassende Arbeitsblätter hilfreich, die auch dem Alltagstransfer und der Erinnerung dienen. Beim »Ausfüllen« sollten Sie keinen Druck aufbauen, um eine Assoziation mit der Schule zu vermeiden. Sie können auch vorschreiben oder die Blätter für die Kinder ausfüllen.
  - **Handlungsorientierung.** Alle Veränderungen werden auf der Handlungsebene vertieft. Kinder gehen selbstbewusst durch den Raum, spielen neue Problemlösungen in Rollenspielen und ähnlichem.

#### Kurze Übersicht zu den Icons im Buch

- T** **Therapeut:in:** Diese Materialien richten sich direkt an den oder die Therapeut:in.
- K** **Kind:** Arbeitsblätter mit diesem Icon sind für die Kinder selbst zur Bearbeitung vorgesehen.
- E** **Eltern:** Arbeits- und Informationsblätter mit diesem Icon richten sich an Eltern bzw. andere nahe Angehörige wie Geschwister.
-  **Wie sag ich's?** Wenn Stellen mit diesem Icon ausgezeichnet sind, findet sich dort das entsprechende therapeutische Wording – also Vorschläge zur direkten Ansprache der Kinder.



# 1 Planung und Organisation

Der Planung und Organisation werden relativ ausführlich Raum gegeben, weil diese Komponenten maßgeblich dazu beitragen, ob und wie eine Gruppe gelingt. Es sind die Prozesse, die bei Gruppen mehr »Fallstricke« mit sich bringen und daher oft der Grund sind, warum Therapeut:innen Hemmungen haben, Gruppentherapien anzubieten.

Eine der hauptsächlichen Herausforderungen, besonders im ambulanten Setting, liegt darin, eine angemessene Anzahl von Kindern zusammen zu bekommen, die alle zum gleichen Zeitpunkt Zeit haben und noch dazu zueinander passen. Sobald wir als Therapeut:innen mit den Familien in Kontakt treten, ist dieser in der Regel therapeutischer Natur und von Einfühlungsvermögen und Verständnis geprägt. Dies kann für die Terminfindung und Planung zur Überforderung führen. Unsere therapeutische Haltung, möglichst auf alle Bedürfnisse angemessen einzugehen, kann an dieser Stelle zu einer Flut von Telefonaten und Mails führen.

## ■ Beispiel • Ein »beispielhafter Klassiker« für therapeutische Terminplanung

Sie haben eine Gruppe um 14:00 Uhr geplant. Weil Sie Verständnis und Mitleid für eine alleinerziehende Mutter haben, die den kleinen Bruder von der Kita abholen muss, rufen Sie alle anderen an, ob sie nicht auch 30 Minuten später können. Eine Familie kann nicht, eine andere ist sauer, weil sie schon einen Babysitter organisiert hatte. Sie sind hin- und hergerissen und einigen sich auf 14:15 Uhr. Um nicht nochmal alle anzurufen (viele sind beim ersten Versuch ja auch nicht erreichbar), entscheiden Sie sich, eine Mail zu schreiben mit der neuen Zeit und der Bitte um Verständnis und Rückmeldung, ob die neue Uhrzeit so passt. Alle drei sind etwas enttäuscht und Sie als Therapeut:in haben 15 Minuten weniger Pause bis zum nächsten Termin.

## Weg von therapeutischer Terminplanung, hin zu organisatorischer Terminplanung

- ▶ Beenden Sie therapeutische Terminplanung. Zu viel Empathie und Verständnis an dieser Stelle wecken falsche Hoffnung und führen zu Verstrickungen, Verwirrung und Enttäuschungen.
- ▶ Beginnen Sie organisatorische Terminplanung. Wenn Termine klar, freundlich und ohne starke Emotionen kommuniziert werden, können sich Familien in der Regel sehr gut einstellen und sich so organisieren, dass der Termin wahrgenommen werden kann.

Für viele Therapeut:innen ist der Switch von einer »therapeutischen Haltung« zu einer »organisatorischen Haltung« eine Herausforderung. Sollte es Ihr Rahmen ermöglichen, ist es sinnvoll, diese Aufgabe von einer Verwaltungskraft durchführen zu lassen.

Im Rahmen der Planung spielen Vorgespräche eine entscheidende Rolle. Nicht nur, um Ziele und Erwartungen zu besprechen und Gruppenfähigkeit zu überprüfen, sondern auch, um eine ressourcenorientierte und tragfähige Beziehung aufzubauen. Wenn Sie die Ressourcen der Kinder kennen, können Sie auf diese in der Gruppe, besonders auch in Konflikt- und Krisensituationen, zurückgreifen.

## **Arbeits- und Informationsmaterial**

### **INFO 1 Grundsatzentscheidungen**

Dieses Informationsblatt zeigt Therapeut:innen Fragen und Entscheidungsmöglichkeiten auf, die im Vorfeld einer konkreten Gruppenplanung zu klären sind. In Bezug auf Gruppengröße, Form, Anzahl und Dauer der Sitzungen, Einbezug von Co-Therapeut:innen werden Vor- und Nachteile diskutiert.

### **INFO 2 Konkrete Gruppenplanung**

Dieses Informationsblatt gibt Anregungen, um die konkrete Organisation einer Gruppe in Bezug auf Termine, Wochentag, Startpunkt der Gruppe und Kommunikation zu erleichtern.

### **INFO 3 Vorgespräche**

Diese Informationsblätter betonen die Wichtigkeit von Vorgesprächen und geben konkrete Hinweise auf Inhalte, sowohl für Gespräche mit den Kindern als auch mit den Eltern. Es werden Beispiele für Fragen nach Ressourcen und möglichen kritischen Situationen vorgeschlagen. Ein Fallbeispiel verdeutlicht die Wichtigkeit von Vorgesprächen.

### **INFO 4 Zusammenstellung der Gruppen**

Dies Informationsblatt liefert konkrete Hinweise und diskutiert Kriterien, auf die Sie bei der Zusammenstellung der Gruppen achten können. Ein Fallbeispiel macht Mut, Gruppen heterogen zusammenzustellen.

### **AB 1 Checkliste zur Planung von Gruppentherapien**

Auf dieser Checkliste sind alle Hinweise und Entscheidungsmöglichkeiten zur Planung von Gruppentherapien zum Abhaken oder Ankreuzen als Erinnerungsstützen zusammengefasst.

## Grundsatzentscheidungen

Bevor Sie eine konkrete Gruppe planen, können Sie je nach Setting grundlegende Überlegungen anstellen.

### Gruppengröße

Für Gruppenzusammenhalt, Ziel und Methodenauswahl macht es große Unterschiede, mit welcher Gruppengröße Sie arbeiten. Je nach Einsatzort können Sie entscheiden, ob Sie mit Kleingruppen (ca. 3–6 Kinder) oder Großgruppen (ab ca. 7 Kindern) arbeiten wollen.

Kleingruppe	Großgruppe
<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ hohe individuelle Bedürfnisorientierung</li> <li>▶ größerer Gruppenzusammenhalt</li> <li>▶ bessere Planbarkeit, schneller genug Personen zusammen</li> <li>▶ leichtere Konfliktlösungen</li> <li>▶ weniger Disziplinprobleme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ mehr Kinder versorgen</li> <li>▶ mehr Anonymität möglich</li> <li>▶ mehr Psychoedukation</li> <li>▶ Untergruppen oder Partnerarbeit gut möglich</li> <li>▶ bei Ausfall immer noch genug Teilnehmer:innen</li> <li>▶ weniger enge therapeutische Beziehung</li> </ul>

### Gruppenform

Die Gruppenform entscheidet, ob Kinder während einer laufenden Gruppe noch hinzukommen können. In geschlossenen Gruppen beginnen alle Kinder gleichzeitig und beenden die Gruppe auch gleichzeitig. Offene Gruppen ermöglichen, dass Kinder jederzeit in die Gruppe hineinkommen oder die Teilnahme an der Gruppe beenden können.

Geschlossene Gruppen	Offene Gruppen
<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ größere Verlässlichkeit</li> <li>▶ mehr Vertrauen</li> <li>▶ mehr Sicherheit</li> <li>▶ besserer Zusammenhalt in der Gruppe</li> <li>▶ Konflikte müssen gruppenintern gelöst werden</li> <li>▶ Themen können aufeinander aufbauen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ mehr Flexibilität</li> <li>▶ mehr Veränderungsmöglichkeit bei Konflikten oder »Nicht-Passung«</li> <li>▶ Möglichkeit, Gruppenteilnahme »nur mal auszuprobieren«</li> <li>▶ können Wartezeiten reduzieren</li> </ul>

### Anzahl der Therapeut:innen

Wenn irgendwie möglich, sollten Sie Gruppen je nach Gruppengröße mit mindestens zwei Personen durchführen. So können Sie sich immer abwechseln und ergänzen. In herausfordernden Situationen können Sie die Gruppe bei Bedarf trennen oder einzelne Kinder situationsabhängig separat betreuen.

## Grundsatzentscheidungen

### ■ Tipp

Es gibt viele Menschen, die im Rahmen von Studium, Fort- oder Weiterbildung (Psychologie, Psychotherapie oder auch andere soziale Berufe) Interesse an co-therapeutischen Tätigkeiten haben. Sie erhalten einen praktischen Einblick in die therapeutische Arbeit und können, je nach Bedarf, Praktikumsstunden sammeln. Kooperieren Sie mit Universitäten, psychotherapeutischen Aus- und Weiterbildungsstätten oder Berufsschulen. Machen Sie es zur Bedingung, dass mindestens ein kompletter Gruppendurchlauf mit begleitet werden sollte. Wechsel bringt Unruhe in die Gruppe.

### Sitzungsanzahl

In Bezug auf die Dauer muss die Grundentscheidung getroffen werden, ob es sich um eine zeitlich befristete Gruppe oder eine zeitlich unbefristete Gruppe handeln soll.

Pro: Begrenzte Sitzungsanzahl	Contra: Begrenzte Sitzungsanzahl
<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ für Familien besser planbar</li> <li>▶ höhere Bereitschaft zur Gruppenteilnahme</li> <li>▶ höhere Motivation</li> <li>▶ gemeinsamer Beginn und gemeinsames Ende ermöglicht besseren Zusammenhalt</li> <li>▶ inhaltlich abgeschlossenes Curriculum möglich</li> <li>▶ Themen bauen aufeinander auf</li> <li>▶ weniger Therapieabbrüche</li> <li>▶ gut laufende Gruppen können ggf. verlängert werden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ häufigere neue Gruppenplanung notwendig</li> <li>▶ Anzahl der Sitzungen kann nicht an den individuellen Bedürfnissen der Gruppe orientiert werden</li> <li>▶ Wenn alle Themen des Curriculums behandelt werden sollen, können sie jeweils nur sehr begrenzt vertieft werden.</li> </ul>

### ■ Tipp

Wenn Sie sich für eine begrenzte Anzahl an Sitzungen entschieden haben, sind 15 Sitzungen eine Möglichkeit, die sich gut bewährt hat. Es ist eine überschaubare Anzahl für die Familien. Wenn Sie in den Ferien ausfallen lassen, läuft die Gruppe circa ein halbes Jahr, sodass der Planungsaufwand noch im angemessenen Verhältnis steht.

### Dauer der Sitzungen

Eine optimale Dauer der Sitzungen hängt auch von der Programmgestaltung und dem Alter der Kinder ab. Wichtig ist es, die Aufmerksamkeitsspanne nicht zu überschreiten. Jeweils nach ca. 20 Minuten sollten die Methoden gewechselt werden. Für Gruppen bieten sich Doppelstunden an, da es immer dauert, bis alle angekommen und bereit sind. Sollten Sie längere Zeiteinheiten wählen, sind auch Pausen oder kurze Trinkunterbrechungen sinnvoll.

## Grundsatzentscheidungen

---

### **Alterspanne**

Je nach Konzept der Gruppe kann die Altersspanne der Kinder variieren. Wenn der Aspekt des Modelllernens untereinander fokussiert werden soll, bietet es sich an, den Altersabstand der einzelnen Kinder nicht größer als 2 bis 3 Jahre zu planen. Für eine gezielte Methodenplanung ist es sinnvoll, Kinder, die noch nicht schreiben können, nicht mit Kindern zu mischen, die schon schreiben und lesen können.

### **Ausnahme: »Familiengruppen«**

Eine Ausnahme ist das Konzept von Familiengruppen, in denen bewusst Kinder und Jugendliche mit sehr unterschiedlichen Altersgruppen zusammenkommen. Hier erfordert die Methodenauswahl hohe Differenzierungskunst. Der Vorteil liegt darin, dass die Teilnehmer:innen eine hohe Bedürfnisbefriedigung untereinander erlangen können, indem sie sich umeinander kümmern und versorgt werden.

## Konkrete Gruppenplanung

Für die konkrete Planung und Organisation der einzelnen Gruppen muss genug Zeit und Energie freigehalten und eingeplant werden. Oft braucht es Durchhaltevermögen, wenn es hakt – aber es lohnt sich!

- ▶ **Wochentag und Zeitpunkt.** Optimal sind Zeitpunkte außerhalb der regulären Schulzeit, was den Anschein erwecken könnte, im ambulanten Setting ausschließlich Gruppen um 16:00 oder 17:00 Uhr anbieten zu können. Dies ist nicht der Fall. Vorschulkinder, Kinder mit Schulangst oder auch Jugendliche, die die Schule beendet haben, können auch an Vormittagsgruppen teilnehmen. Denken Sie immer auch an zunächst ungewöhnliche Terminmöglichkeiten wie Intensiv-Therapiegruppen in den Ferien oder an Wochenendtagen. Für Grundschulkindern lässt sich in der Regel alles ab 14:00 Uhr gut einrichten. Obwohl die Kinder gerade am Freitag oft eher Schulschluss haben, sollten Sie bedenken, dass es doch immer mal wieder Familientermine gibt, die dazu führen, dass die Kinder unregelmäßig kommen.
- ▶ **Datum des Gruppenstarts.** Legen Sie den Termin für den Start der Gruppe ca. 2 bis 3 Monate vor Beginn fest und kommunizieren Sie diesen auch an die potenziellen Familien. So haben alle genug Zeit, etwaige kollidierende Termine zu verschieben oder eine Schulbefreiung zu erwirken. Außerdem haben Sie je nach Abrechnungsart genug Zeit, Kostenübernahmen zu beantragen.
- ▶ **Klare Kommunikation.** In Bezug auf Datum des Gruppenstarts, Tag und Uhrzeit führt klare Kommunikation zu deutlicher Erleichterung in der Planung. Besonders bei den ersten Gruppen wird oft mit bester Absicht versucht, alle zeitlichen und familiären Bedürfnisse abzufragen und zu berücksichtigen. Ein zu starkes Einbeziehen der Familien kann an dieser Stelle jedoch dazu führen, dass die Eltern das Gefühl bekommen, den Zeitpunkt selbst entscheiden zu können. Es kann zu großem Organisationschaos und zu Enttäuschungen führen (»Warum haben Sie meinen Wunsch nicht berücksichtigt?«). Es bietet sich an, alle Daten sofort klar zu kommunizieren und auch die Möglichkeit zu nennen, für diesen Termin ein Attest für die Schule auszustellen. Erstaunlich viele Familien orientieren sich dann an diesem Termin und machen ihn möglich.
- ▶ **Ferien.** Da die Pläne von Familien in der Regel sehr unterschiedlich sind, bietet es sich für die bessere Planbarkeit an, die Gruppen in den Ferien von vornherein abzusagen. Bei Bedarf und Kapazität können zu der Gruppenzeit Einzelgespräche angeboten werden. Alternativ wäre es möglich, langfristig eine komplette Gruppe als Intensivtherapie oder »Ferienkurs« anzubieten, zu dem Familien ihre Kinder dann gesondert anmelden können. Diese könnte beispielsweise innerhalb einer Woche an drei oder vier Nachmittagen stattfinden. Oft ist das für Familien eine interessante Alternative und kann zu Entlastung der Ferienplanung und des Alltags führen.

### Fazit

Vereinfachte Planung durch klare Festlegung und Kommunikation von ...

- ▶ Wochentag
- ▶ Uhrzeit
- ▶ Therapiebeginn

## Vorgespräche

Vorgespräche sind Dreh- und Angelpunkt für den Erfolg von Gruppen. Sie sollten sowohl die Kinder als auch die Eltern ausreichend kennenlernen. Sie legen hier die Grundlage für die therapeutische Beziehung und klären alles, was zu einer gelingenden Gruppenteilnahme hilfreich ist. Nehmen Sie sich genug Zeit. In der Regel sollten Sie mindestens drei Termine zum Kennenlernen einplanen. Es ist hilfreich, wenn ein Termin mit Eltern und Kind und jeweils ein getrennter Termin durchgeführt wird.

Durch die Vorgespräche können alle Beteiligten einschätzen, ob die entsprechende Gruppentherapie die richtige Therapieform ist.

### Ziele von Vorgesprächen

- ▶ Aufbau vertrauensvoller therapeutischer Beziehung
- ▶ Kennenlernen der Stärken und Ressourcen der Kinder, die sie auch in die Gruppe einbringen können
- ▶ Erhebung von Anamnese durch die Bezugspersonen
- ▶ Erfassung von Gruppenerfahrungen (auch problematische oder traumatisierende Erfahrungen)
- ▶ Abstimmung von Therapiezielen
- ▶ Erläuterung des Therapiekonzeptes und des Einbezugs der Eltern zur Verbesserung des Alltagstransfers
- ▶ Erläuterung des organisatorischen Rahmens
- ▶ Erläuterungen von Chancen und Risiken der Gruppentherapie
- ▶ Besprechung von Regelungen bei Ausfall (Absagefristen/ Ausfallhonorar)
- ▶ Schließen des Behandlungsvertrags mit Unterschrift aller Sorgeberechtigten

### Die Chance von Ressourcen

Wenn Sie Kinder mit ihren Stärken und Ressourcen gut kennen und die Kinder merken, dass Sie ihnen mit einer positiven Haltung entgegentreten, können viele kritische Gruppensituationen verhindert oder zumindest rascher entschärft werden. Sie können Ressourcen sofort im Gruppengeschehen nutzen. Nehmen Sie sich daher ausreichend Zeit – es lohnt sich, eine ganze Stunde zum Erfassen der Ressourcen zu verwenden.

Konkrete ressourcenorientierte Fragen für Gruppenvorgespräche:

- (1) Hast du gute Erfahrungen mit Gruppen gemacht? Was war daran gut für dich? Wie hast du es gemerkt?
- (2) Was macht dir Freude? Was kannst du besonders gut? Was sind deine Hobbys? Was fällt dir leicht?
- (3) Wie hast du schon mal anderen geholfen? Was kannst du anderen beibringen? Worin bist du Experte?
- (4) Was können die anderen von dir lernen? Warum kann es schön sein, anderen zu helfen?

## Vorgespräche

### Ressourcenorientierte Aufgaben in der Gruppe

Geben Sie den Kindern ressourcenorientierte Aufgaben in der Gruppe. Dies können Sie mit den Kindern schon vor dem Gruppenbeginn besprechen und fragen, ob sie die bestimmte Rolle übernehmen würden. Oder Sie schlagen einzelne Rollen im Verlauf der Gruppentherapie vor. Sobald Sie beispielsweise merken, dass ein Kind in der Gruppendynamik etwas untergeht, können Sie ihm eine prosoziale Rolle zusprechen. Sollte ein Kind andere beispielsweise durch hyperaktives Verhalten stören oder ablenken, können Sie ihm ebenfalls eine Aufgabe zukommen lassen, mit der es sich positiv in die Gruppe einbringt.

#### ■ Fallbeispiel • Ressourcen der Power-Bande

In den Vorgesprächen mit den Kindern der Gruppe »Power-Bande« hat die Therapeutin erfahren, dass Emmi gerne malt und schon für viele Menschen Postkarten gestaltet hat. Die Therapeutin erklärt sie von vornherein zu der Gruppenkünstlerin, die z. B. gemeinsame Projekte, wie das Regelplakat, illustrieren darf. Micha und Fernando machen Sport, sodass die Therapeutin sie nach einigen Stunden, in denen besonders Micha sehr unruhig war, zu den Bewegungscoaches der Gruppe gemacht hat: »Micha, ich merke, du brauchst Bewegung, oder? Das ist gut, dass du es zeigst. Ich glaube, das geht vielen von uns so, oder? Ich habe eine Idee ... Ich weiß von dir, Micha, und von dir, Fernando, dass ihr Fußball spielt, richtig? Was haltet ihr davon, wenn ihr unsere Bewegungscoaches werdet? ...« Immer wenn einer von den beiden oder die Therapeutin das Gefühl haben, es wird zu langweilig und die Gruppe braucht Bewegung, durften die beiden kurz rausgehen und sich eine kurze Bewegungsübung für uns alle ausdenken. Dadurch musste die Therapeutin Micha kaum mehr ermahnen, ruhiger zu sein.

### Antizipation von Schwierigkeiten

Sobald die Ressourcen der Kinder erfasst sind und die therapeutische Beziehung tragfähig erscheint, ist es wichtig, auch potenzielle kritische Situationen zu erfragen. Hierbei sollten zum einen negative Gruppenerfahrungen sowohl über die Eltern als auch von dem Kind direkt erfragt werden, und zum anderen auch mögliches »schwieriges Verhalten« oder »Fettnäpfchen«. Dies hat zum Ziel, dass das Kind in der Therapiegruppe bessere Erfahrungen machen kann als in vergangenen Situationen.

#### Konkrete Fragen nach Schwierigkeiten für Gruppenvorgespräche:

- ▶ Welche blöden Erfahrungen hast du mit Gruppen gemacht? Was ist da passiert? Was war doof für dich?
- ▶ Was hättest du damals gebraucht? Wie könnte ich dir in einer ähnlichen Situation helfen?
- ▶ Gibt es etwas, was du gar nicht ertragen kannst?
- ▶ Gibt es Momente, in denen andere sich von dir gestört fühlen? Oder sagen: »Du bist schuld«?
- ▶ Lass uns mal einen Plan machen, was wir machen können, wenn ein Konflikt entsteht, denn das kann ja auch bei uns in der Gruppe passieren! Wenn andere Kinder sich von dir geärgert fühlen, was brauchst du dann? Einige Kinder brauchen dann Ruhe, andere wollen das Problem gleich klären, wieder andere müssen sich erstmal auspowern oder ausweinen ... was könnte dir helfen?



## Vorgespräche

### ■ Fallbeispiel • Antizipierte Schwierigkeiten in der Power-Bande

- ▶ Die Pflegeeltern von Emmi berichteten der Therapeutin, dass Emmi den Übergang von einer Aktivität zur anderen zunächst verweigert. Auch im Erstkontakt dauerte es, bis Emmi das Wartezimmer verließ und in den Raum kam. Emmi und ihre Pflegeeltern sagten, dass es dann am besten sei, wenn man sie in Ruhe lasse. Dann würde sie in 3 bis 5 Minuten von alleine kommen. Ferner könnte es sein, dass sie hin und wieder zappelig werde. Emmi lernte die Therapeutin erst eine Woche vor Gruppenbeginn kennen. Keiner berichtete zu diesem Zeitpunkt von der Tatsache, dass sie bei Auftreten von Drucksituationen oft mit »Fauchen« reagiert und sie deswegen schon aus vielen Gruppen rausgeflogen war bzw. gar nicht erst aufgenommen wurde.
- ▶ Jannis berichtet selber, dass er es gar nicht ertragen könne, wenn andere ihn berühren würden. Er würde dann verrückt werden und schlagen und beißen.

Durch die Vorgespräche können sich alle Beteiligten optimal auf die Gruppe vorbereiten und es kann potenziellen Konflikten vorgebeugt werden.

### Rechtliches

Auch bei Gruppentherapien brauchen Sie die schriftliche Einwilligung aller Sorgeberechtigten, einen Behandlungsvertrag mit Ausfallregelung, Hinweise und Einwilligungen zum Datenschutz.

Bei der GKV (Gesetzliche Krankenversicherung)-Abrechnung brauchen Sie vor Antragstellung mindestens eine Sprechstunde und zwei Probatorikstunden sowie einen Konsiliarbericht.

### Chancen und Risiken von Gruppentherapie

Wie in jeder Therapie ist es auch in der Gruppentherapie wichtig, Eltern und Kinder über mögliche Chancen und Risiken und auch Grenzen der Gruppentherapie aufzuklären.

Chancen Gruppentherapie	Risiken Gruppentherapie	Grenzen Gruppentherapie
<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Mehr Spaß durch andere Kinder.</li> <li>▶ Kinder lernen voneinander am besten.</li> <li>▶ Kinder merken, dass sie nicht alleine sind.</li> <li>▶ Kinder können anderen helfen.</li> <li>▶ Bedürfnisse werden durch Gleichaltrige befriedigt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Es können Konflikte entstehen.</li> <li>▶ Kinder können sich unerwünschtes Verhalten von anderen »abgucken«.</li> <li>▶ Alte Rollen können sich manifestieren.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Auf individuelle Situationen kann nicht sehr intensiv eingegangen werden.</li> <li>▶ Ggf. ist eine ergänzende oder ersetzende Einzeltherapie indiziert, auf jeden Fall bei Selbstverletzung, Suizidalität, starken Essstörungen oder spezifischen Ängsten /Zwängen.</li> </ul>

## Vorgespräche

---

### **Freiwilligkeit**

Sofern es das Gruppensetting zulässt, ist Freiwilligkeit auch bei jüngeren Kindern höchstes Gebot. In Kontexten wie Klinik oder anderen Einrichtungen führt der Zwang zur Teilnahme oft zu großen Herausforderungen. Im ambulanten Bereich werden Grundschul Kinder oft nicht gefragt. Aber deren ganz persönliches Commitment zu haben, ist von entscheidender Wichtigkeit. Für die persönliche Entwicklung und die Motivation in der Gruppe ist es unerlässlich, dass die Kinder gerne in die Gruppe kommen und dies auch selbst entschieden haben. Diese Freiwilligkeit bezieht sich auf die generelle Entscheidung, an der Gruppe teilzunehmen. Wenn sie Teil der Gruppe sind, kann es an einzelnen Tagen natürlich passieren, dass sie keine Lust haben oder sich lieber verabreden. Da ist es dann wichtig, die Kinder zu ermutigen, trotzdem zu kommen, weil die anderen Kinder in der Gruppe auf sie zählen. Es ist gut, dann Verständnis zu zeigen und zu honorieren, dass das Kind trotzdem gekommen ist, auch wenn es gar keine Lust hatte.

## Zusammenstellung der Gruppen

Sobald Sie alle potenziellen Kinder kennengelernt haben, stellen Sie nun endgültig die Gruppen zusammen. Soll die Gruppe homogen oder heterogen (bzgl. Geschlecht und Diagnosen) sein? Hier gibt es kein generelles Richtig oder Falsch, sondern es liegt an Ziel und Ausrichtung der Gruppe. Beide Formen haben Chancen.

Homogene Gruppe	Heterogene Gruppen
<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ viel Verständnis füreinander</li> <li>▶ gute Tipps aus eigener Erfahrung</li> <li>▶ hohes Zusammengehörigkeitsgefühl</li> <li>▶ weniger neue Impulse</li> <li>▶ weniger Ermutigung, sich mit anders wirkenden Kindern zu beschäftigen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Akzeptanz in der Einzigartigkeit</li> <li>▶ Feststellung von Gemeinsamkeiten trotz Unterschiedlichkeit</li> <li>▶ Erweiterung des Horizontes</li> <li>▶ Gefahr, sich nicht verstanden zu fühlen</li> <li>▶ neue Impulse</li> </ul>

### Fallbeispiel • Wunderbare Heterogenität bei den Silent Stars

Der supercoole Null-Bock-Jack passt mit seinem Cap eigentlich überhaupt nicht in die Runde der sehr stillen zurückgezogenen Mädchen. In einer der Anfangsrunden berichtet er, er wolle nie wieder in die Schule, weil die Lehrer einfach unfair seien. So eine: »Scheißstreberin« hätte mal wieder eine 1 für eine Präsentation bekommen, obwohl seine doch viel besser gewesen wäre. Die Therapeutin spricht den Konflikt direkt an: »Spannend, Jack, dass du das mit der Streberin gerade gesagt hast! Das liebe ich an Gruppen, hier lernen sich Menschen kennen, die scheinbar so unterschiedlich sind, dass sie in der Schule Stress miteinander hätten oder nie miteinander reden würden. Johanna, vielleicht kannst du dich in das Mädchen aus Jacks Klasse hineinversetzen, das er als »Streberin« bezeichnet?« In der Folge arbeitet die Therapeutin mit der Gruppe heraus, dass sich Jack und Johanna eigentlich sehr ähnlich sind. Sie haben beide große Angst vor Misserfolg und hatten beide schon sehr schmerzhaft Erfahrungen damit. Jack schützt sich durch Vermeidung, Johanna durch Überkompensation. Beide brauchen eigentlich Wertschätzung und lassen es in der Gruppe zu, dass sie sich gegenseitig Dinge sagen, die sie an dem anderen mögen.

### Kontraindikation für Gruppentherapie

Sofern Sie entscheiden können, wer an der Gruppe teilnimmt und dies nicht z. B. durch ein Kliniksetting vorgegeben ist, haben Sie den Mut, auch Kinder abzulehnen. Nicht für jedes Kind ist die Teilnahme an einer Gruppentherapie geeignet. Einige Kinder brauchen mehr individuelle Zuwendung, einige brauchen durch ihr Verhalten so viel Aufmerksamkeit, dass es auf Kosten der anderen Kinder geht oder Ihnen zu viel Energie raubt. Manchmal ist es auch eine Frage der Zeit und nach einer vorbereitenden Einzeltherapie ist zu einem späteren Zeitpunkt eine Gruppentherapie besser geeignet.

### Wichtig

Keine Gruppentherapie bei ...

- ▶ akuter Selbst- oder Fremdgefährdung
- ▶ wenn ein regulärer Schulbesuch nicht möglich ist
- ▶ sehr dominierenden Individual-Themen