



## Informationsblatt

### Gruppentherapie Zürich Nord: Selbstverteidigung für traumatisierte Kinder

#### Ein Angebot des Schulpsychologischen Dienstes Zürich

**Start:** An Schultagen, jeweils am Freitag  
Im Schuljahr 2023/24 mit Start am 25.08.23

**Zeit:** 15.30 – 17.10 Uhr

**Treffpunkt:** 15.30 Uhr in der oberen Turnhalle  
des Schulhauses Liguster, Ligusterstrasse 20,  
8057 Zürich-Oerlikon

**Mitnehmen:** Trainingskleider und  
Hallenturnschuhe, eine Flasche Wasser

#### Information zum Angebot

Die Kinder lernen mit dem ausgebildeten Karate-Do-Trainer Herr **Patricio Ortiz** Methoden der Selbstverteidigung kennen und anwenden. Karate-Do bedeutet "der Weg der leeren Hand" und ist eine alte Kampfkunst. In der Gruppentherapie lernen sie, die Verteidigungstechniken des Karate-Do in realen Situationen einzusetzen. Gleichzeitig wird den Kindern von der erfahrenen Psychotherapeutin Frau **Mirjam Straub** ein sorgfältiger Umgang mit ihren traumatischen Erfahrungen vermittelt.

Die Therapiegruppe nimmt Schüler\*innen der Stadt Zürich ab der 4. Klasse auf. Mindestens zweimal pro Jahr findet ein Austausch der Gruppenleiter/innen mit den Lehrpersonen des Kindes statt. Das Angebot wird durch die Fachleiterin Frau Catherine Paterson koordiniert und beaufsichtigt. Die Teilnahme an der Gruppentherapie ist für die Schüler und Schülerinnen kostenlos.

#### Ziele der Therapiegruppe

Nach dem erprobten Konzept des sozialpädiatrischen Zentrums des Kantonsspitals Winterthur arbeiten die Kinder mit Methoden der Psychotherapie und der Selbstverteidigung an ihrer Emotionsregulierung und ihrer Impulskontrolle. Durch Psychoedukation und Selbstreflexion solle ein Bewusstsein für ihre Biografie und ein sorgfältiger Umgang mit der Traumatisierung sowie eine Stärkung des Selbstvertrauens erzielt werden.



### **Vorgehen der anmeldenden Person und Klärung des Einverständnisses**

Das Angebot steht Kindern zur Verfügung, die unter den Folgen von traumatischen Erlebnissen leiden, unter anderem im Zusammenhang mit Kriegsereignissen und Flucht. Das Verhalten der Schülerin oder des Schülers lässt die anmeldende Person an einen möglichen Therapiebedarf, an eine mögliche Traumatisierung denken. Die Indikation kann mit der jeweils zuständigen Schulpsychologin oder mit der Fachleiterin Traumatherapie Frau Catherine Paterson besprochen werden. Die anmeldende Person klärt mit den Eltern, bei Bedarf auch zusammen mit einem/er Kulturvermittler/in ab, ob die Eltern mit der Teilnahme ihres Kindes an der Therapiegruppe einverstanden sind.

### **Anmeldung**

Die Anmeldung erfolgt nach Rücksprache mit der Fachleiterin Traumatherapie zusätzlich schriftlich mit speziellem Anmeldeblatt. Über die Aufnahme des Kindes entscheidet die Fachleiterin. Sie informiert die Eltern und die anmeldende Person über den Entscheid. Anmeldungen sind jederzeit möglich. Sie sind verbindlich für mindestens ein Semester. Ein vorheriger Schnupperbesuch ist nach Absprache möglich.

**Fachleitung Trauma - Catherine Paterson**

Telefon 044 413 40 13

[catherine.paterson@zuerich.ch](mailto:catherine.paterson@zuerich.ch)

Sekretariat Fachleitung Traumatherapie: Monika Zellweger 044 413 40 16

**Lageplan** Turnhalle, Schulhaus Liguster, Ligusterstrasse 20, 8057 Zürich

