

Gruppentherapie zur Förderung von Emotionsregulation (ERT)



Therapeutisches Angebot

Gefühle im Griff – Emotionsregulation für Grundschul Kinder Gruppentraining für mehr Sicherheit im Umgang mit starken Gefühlen

Starke Gefühle wie Wut, Traurigkeit oder Angst sind ganz normal – doch manchmal fällt es Kindern schwer, diese zu erkennen und passend damit umzugehen. In unserem kindgerechten Gruppentherapieangebot lernen Grundschul Kinder spielerisch:

- eigene Gefühle besser wahrzunehmen und zu benennen,
- hilfreiche Strategien zur Emotionsregulation kennen,
- neue Wege im Umgang mit schwierigen Situationen zu finden,
- den Austausch mit anderen Kindern in einer geschützten Gruppe.

Das Training basiert auf psychotherapeutisch fundierten Methoden aus der Verhaltenstherapie und ist speziell für Kinder im Grundschulalter (ca. 7-11 Jahre) konzipiert. Die Gruppe besteht aus bis zu sechs Kindern sowie zwei Therapeutinnen.



Zeitraum

- Start ab Januar 2026, Anmeldung und Vorgespräche bereits ab sofort möglich
- wöchentliche Termine, immer Dienstags von 17-18:30 Uhr

LMU

LUDWIG-
MAXIMILIANS-
UNIVERSITÄT
MÜNCHEN

MÜNCHNER UNIVERSITÄRES INSTITUT FÜR KINDER- UND
JUGENDLICHENPSYCHOTHERAPIE-AUSBILDUNG

MUNIK

Kontakt und Anmeldung:
Annika.Lueg@psy.lmu.de
Fiona.Schwarz@psy.lmu.de