

# Gruppentherapie zur Förderung von Emotionsregulation (ERT)



## Therapeutisches Angebot

### Gefühle im Griff - Emotionsregulation für Grundschulkinder

#### 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 Grundschulkinder 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



LUDWIG-  
MAXIMILIANS-  
UNIVERSITÄT  
MÜNCHEN

MÜNCHNER UNIVERSITÄRES INSTITUT FÜR KINDER- UND  
JUGENDLICHENPSYCHOTHERAPIE-AUSBILDUNG



Kontakt und Anmeldung:  
[Annika.Lueg@psy.lmu.de](mailto:Annika.Lueg@psy.lmu.de)  
[Fiona.Schwarz@psy.lmu.de](mailto:Fiona.Schwarz@psy.lmu.de)