



## KJP Barmbek

Praxisgemeinschaft für  
Kinder- u. Jugendpsychia-  
trie und Psychotherapie

Ein Info-Flyer, der in kurzer  
Form erklärt:

- > Was ist Therapie?
- > Was ist Gruppentherapie?
- > Was können wir Ihnen in der  
KJP-Barmbek anbieten?



### Was ist Therapie?

Therapien unterstützen das seelische  
Gesundwerden, stärken die eigenen  
Kräfte und das Bewusstsein für sich  
als Mensch & in der Gruppe.  
Kinder und Jugendliche sollen gesund  
und sicher groß werden können.  
Eine Therapie kann auf dem Weg  
dahin sehr hilfreich sein.



### Was ist Gruppentherapie?

In der Gruppentherapie arbeiten  
mehrere Kinder und Jugendliche mit  
dem/der Therapeut\*in zusammen.  
Sie können voneinander und  
miteinander lernen und erfahren,  
welche Stärken sie haben.  
Diese Stärken helfen ihnen, wenn  
intensive Gefühle, Sorgen und  
Ängste da sind.

### ANGEBOTE:



Musiktherapie



Tanztherapie



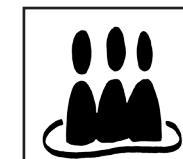
Kunsttherapie



Eltern-Kind-Gruppe



SKT  
Soziales Kompetenz  
Training



Elterngruppen



## Musiktherapie

Musik ist eine Urausdrucksform, die wir schon im Mutterleib mit dem Herzschlag der Mutter erfahren. Diese Erfahrung tragen wir in uns. Sie kann dem Kind/ Menschen helfen, seine Gefühle und Bedürfnisse auszudrücken, die schwer in Worte zu fassen sind.

Musik öffnet über Stimme, Melodie, Harmonie, Klang und Rhythmus die Tür zu inneren Erlebnisräumen.

Die therapeutisch genutzten Möglichkeiten des musikalischen Ausdrucks stärken das Kind innerlich und stabilisieren die gesamte Persönlichkeitsentwicklung.



## Tanztherapie

In der Tanztherapie geht es um Bewegung. Mit vielen verschiedene Arten der Bewegung und des Tanzes kommen die Kinder und Jugendlichen miteinander in Kontakt und können sich ausprobieren.

Die Wahrnehmung der eigenen Körperlichkeit und die Interaktion mit Anderen stärken das Selbstbewusstsein und die Handlungskompetenzen.

Tanz und Bewegung geben die Möglichkeit auch Gefühle und Bedürfnisse auszudrücken die nur schwer in Worte zu fassen sind.

Neben Spiel, Tanz und Bewegung haben die Kinder und Jugendlichen in der Gruppe einen geschützten Raum um über Themen und Probleme zu sprechen, die sie bewegen.



## Kunsttherapie

In der Kunsttherapie wird gemalt, gezeichnet, mit Ton modelliert und vieles mehr. Mit Hilfe der entstehenden Kunstwerke können die Kinder und Jugendlichen über ihre Stärken und Probleme sprechen, Sorgen und Ängste benennen und auf diese Weise mit sich selbst stärker in Kontakt kommen.

Allein das künstlerische Tun an sich erleben viele in der Kunsttherapie als wohltuende Auszeit. Sie erleben sich als produktiv und erfahren Wertschätzung für ihre Werke. Auch die künstlerische Interaktion mit anderen Gruppenteilnehmern kann zur Stärkung des Selbstbewusstseins beitragen.