



Training sozialer Kompetenzen

Therapieangebote für Kinder und Jugendliche
im Ambulatorium der Clenia Littenheid in Winterthur

Training sozialer Kompetenzen

Das Training sozialer Kompetenzen richtet sich an Kinder und Jugendliche, die Schwierigkeiten haben, sich durchzusetzen, unter Schüchternheit leiden oder die Mühe haben, mit Gefühlen wie zum Beispiel Ärger, Wut oder Angst umzugehen.

In kleinen Gruppen und geleitet von Fachpersonen werden soziale Fertigkeiten anhand von Rollenspielen und in Gesprächen mit Gleichaltrigen geübt und reflektiert. Dabei sollen die Kinder und Jugendlichen unter anderem einen adäquaten Umgang mit anderen erlernen (Lob und Kritik annehmen, Hilfe anbieten, Kompromisse eingehen usw.) und sich Durchsetzungsfähigkeit im Sinne von Selbstsicherheit aneignen (Gespräche von sich aus beginnen, Freunde gewinnen, sich an Aktivitäten beteiligen usw.). Im Training sozialer Kompetenzen sollen die Kinder und Jugendlichen lernen, sich ihrer eigenen Gefühle bewusst zu werden, sie zu akzeptieren und zu regulieren sowie die Gefühle anderer zu erkennen.

Bei Bedarf werden mit den Eltern der Teilnehmer und Teilnehmerinnen begleitende Gespräche durchgeführt.

Durchführung

Ein Umlauf dauert 8 bis 10 Sitzungen in wöchentlichen Abständen. Während der Schulferien und an Feiertagen finden keine Termine statt. Innerhalb der ersten drei Wochen nach Beginn der einzelnen Angebote ist ein Einstieg in eine der bestehenden Gruppen möglich.

Aktuelle Angebote

Beginn nach den Sportferien 2024
für Jugendliche von 14 bis 17 Jahren
montags von 16 bis 17:15 Uhr
Leitung: T. Blechinger und L. Ochsenbein

Beginn nach den Sportferien 2024
für Kinder von 10 bis 14 Jahren
montags von 16 bis 17:15 Uhr
Leitung: I. Handlir und P. Fraungruber

Beginn nach den Sportferien 2024
für Kinder von 7 bis 10 Jahren
donnerstags von 16 bis 17:20 Uhr
Leitung: D. Valiplackal und C. Schmidt

Voraussichtlicher Start und Dauer des
übernächsten Zyklus: Sommerferien 2024 bis
Sportferien 2025

Auskunft und Anmeldung

ZIP Clenia Littenheid
Zentraler Infopoint Psychiatrie
Telefon 0848 92 92 92
zip@clenia.ch



Abklärung und Abrechnung

Zur vertieften Information und Klärung, ob die Gruppe für die individuelle Problemstellung passend erscheint, wird ein Vorgespräch mit den Kindern ohne vorbestehende psychiatrische Diagnose durchgeführt.

Teilnehmerzahl

Mindestens 4, maximal 6 bis 8 Teilnehmer und Teilnehmerinnen

Teilnehmende

Aktuell wird ein Training für Kinder im Alter von 7 bis 10 Jahren und von 10 bis 14 Jahren sowie für Jugendliche von 14 bis 17 Jahren angeboten.

Begleitende Elterngruppe

Als Unterstützung der Kinder wird eine Elterngruppe angeboten. Die regelmässige Teilnahme an der Elterngruppe ist empfehlenswert, jedoch nicht verpflichtend. Diese findet in unregelmässigen Zeitabständen, mit reduziertem Umfang parallel zur laufenden Gruppe und zu von der jeweiligen Gruppenleitung festgelegten Zeiten statt.



Anja Kümin
Leitende Psychologin



Johanna Schröder
Leitende Ärztin



Dr. med. Tobias Blechinger
Oberarzt



Irmgard Handlir
Psychologin



Christiane Schmidt
Psychologin



Dr. med. Deepa Valiplackal
Oberärztin



Leila Ochsenbein
Psychologin



Patricia Fraungruber
Ärztin



Anreise

Das Ambulatorium in Winterthur ist gut über den öffentlichen Verkehr erreichbar und liegt nur wenige Gehminuten vom Bahnhof entfernt. Für die Anreise mit dem Auto stehen in nahe gelegenen Parkhäusern öffentliche Parkplätze in grosser Anzahl zur Verfügung.



Clenia Littenheid AG

Ambulatorium für Kinder- und Jugend-
psychiatrie und -psychotherapie
Neumarkt 4
CH-8400 Winterthur
Telefon +71 929 66 11
zkjpp.winterthur@clenia.ch
www.clenia.ch

SIWF^{FMH}
ISFM

zertifizierte
Weiterbildungsstätte
2024

THE SWISS
LEADING 
HOSPITALS

Best in class.

Recognised by EFQM
★★★★ 2021

Clenia-Institutionen

Privatklinik Littenheid | Privatklinik Schlössli | Bergheim | Psychiatriezentrum Frauenfeld |
Psychiatriezentrum Sirnach | Psychiatriezentrum Wetzikon | Gruppenpraxen Dietikon,
Frauenfeld, Männedorf, Muri, St. Gallen, Uster, Winterthur, Zürich-Oerlikon und
Zürich-Seefeld | Ambulatorium für Kinder und Jugendliche Winterthur | ZADZ Zentrum
für Angst- und Depressionsbehandlung Zürich | ZKJF Zentren für Kind Jugend und
Familie Amriswil, Frauenfeld und Kreuzlingen | ZADZ Zentrum für Angst- und
Depressionsbehandlung Zürich

