

# Systemische Gruppentherapie für psychisch belastete Eltern

Dr. phil. Holger Zapf, M.Sc.

Stand der Information: 26.2.2025

Die Erziehung ihrer Kinder ist für Eltern mal mehr, mal weniger herausfordernd. Wenn bei Kindern und/oder Eltern zusätzlich psychische Probleme vorliegen, kann es passieren, dass Eltern sich vom Verhalten ihres Kindes deutlich überfordert und hilflos fühlen. Das Gruppenangebot richtet sich an Eltern, die im Kontext psychischer Probleme des Kindes selbst psychisch belastet sind und sich in der Erziehung wieder als wirksam erleben möchten. Die systemische Gruppentherapie für Eltern bietet einen Rahmen, um elterliche Präsenz zurückzugewinnen, die Beziehung zum Kind zu verbessern, Paarkonflikte über den Umgang mit schwierigem Verhalten zu reduzieren, Ressourcen zu aktivieren und sich mit anderen Eltern auszutauschen. Das Programm baut neben anderen systemischen Therapiekonzepten insbesondere auf Haim Omers Ansatz des gewaltlosen Widerstands und der verbindenden Autorität auf.

## Kurzübersicht:

- Dauer: 15 Sitzungen á 100 Minuten; Gruppenart: Geschlossene Gruppe
- Gruppengröße: 3-4 Eltern(paare), d.h. 3-8 Personen
- Zielgruppe: Eltern von Kindern/Jugendlichen (6-17), die durch herausfordernde Verhaltensweisen von Seiten der Kinder (verursacht z.B. durch Ängste, Zwänge, Schulabsentismus, Asperger-Autismus, ADHS, oppositionellem Verhalten, ...) psychisch belastet sind.
- Finanzierung über die gesetzliche Krankenversicherung im Rahmen einer ambulanten Gruppenpsychotherapie.
- Ort: Psychotherapiepraxis Sonnabend/Wahle/Seemann, Louise-Schroeder-Straße 31, 22767 Hamburg; Zeit: vrsl. freitags, 18:30–20:10.

## Zugang:

- Kontaktieren Sie vorab Herrn Zapf am besten per E-mail ([kontakt@holgerzapf.de](mailto:kontakt@holgerzapf.de)) oder ggf. telefonisch (0176 / 8441 2529) um die Indikation zu klären.
- Ggf. ist ein weiterer Sprechstundentermin in der Psychotherapiepraxis Sonnabend, Wahle und Seemann in Altona (<https://www.pt-sonnabend-wahle.de/>) nötig.
- Bei entsprechender Indikationsstellung erfolgt das Erstgespräch sowie mindestens eine weitere Sitzung für Anamnese, Diagnostik und Vorbereitung auf die Gruppenteilnahme bei Herrn Zapf. Hierzu wie auch zur Gruppenteilnahme sind ggf. beide Elternteile eingeladen.
- Der genaue Beginn ist abhängig vom Zeitpunkt des Erreichens der Mindestgruppengröße, voraussichtlich Frühjahr 2025.

## Kontakt bei Rückfragen (Gruppenleitung):

Dr. phil. Holger Zapf, M.Sc., Psychol. Psychotherapeut in Ausbildung (ST)  
E-mail: [kontakt@holgerzapf.de](mailto:kontakt@holgerzapf.de)  
Mobil: 0176 / 8441 2529

