

- psychologische Beratung
- Psychotherapie- alle Kassen -
- Supervision
- Lehranalyse
- Gutachten

Tiefenpsychologisch fundierte Gruppentherapie

- Ressourcenaktivierung zur Stressbewältigung -

Die Anforderungen in unserem Leben sind vielfältig und führen gerade in heutiger Zeit immer wieder zu Überforderungsreaktionen. Die eigenen Ressourcen zu kennen und auszubauen hilft diesen Anforderungen gestärkt begegnen zu können und sich damit vor Überforderungen zu schützen.

Ausgehend von den eigenen Erfahrungen und Schwierigkeiten werden mittels Übungen und thematischen Inputs u.a. an folgenden Themen gearbeitet:

- Achtsamkeitstraining
- sicherer Ort -Übung
- Trosterfahrungen
- Stressmodell
- Ressourcendiagramm – Säulen der Persönlichkeit
- u.a. Imaginationen, Kreativität

Die Gruppenerfahrung kann ebenso eine weitere Quelle der Kraft in schwierigen Lebenssituationen bilden.

Die Teilnehmer verpflichten sich für mindestens 5 Termine in Folge montags 17.30 -19.10 Uhr (100 Min.), ca. 2 x mtl.

Kosten: 60.- €/Termin (5 Termine= 300,- €)

*Bei nicht besuchten Terminen erfolgt **keine** Kostenrückerstattung.*

Termine:

1. 03. April 2017
2. 24. April 2017
3. 08. Mai 2017
4. 22. Mai 2017
5. 19. Juni 2017

Anmeldung zur Gruppentherapie (Beginn 03.April 2017):

Name: _____ Vorname: _____ geb. am: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____ Email: _____

Die Anmeldung erfolgt verbindlich für 5 Trainingseinheiten in Folge. Vom Teilnehmer nicht wahrgenommene Trainingseinheiten können nicht rückerstattet werden. Hiermit melde ich mich verbindlich zur Gruppentherapie an. Das Honorar von 300.-€ (5x60.-€) überweise ich vor der ersten Gruppensitzung.

Datum: _____ Unterschrift: _____