

Gruppentherapie

Neu: Gründung einer Therapiegruppe zum Herbst!

Donnerstags 19-21h

Beginn: 11. 10. 2018

Geplant ist eine fortlaufende, wöchentliche Gruppe, die in Blöcken von je **10 Terminen** gebucht werden kann.

Der erste Block geht von **11. Oktober bis 19. Dezember 2018**

Es können bis zu 7 Personen teilnehmen.

Kosten: 10 x 35,- € für den gesamten Block.

Im unterstützenden Kontakt der Gruppe und im Austausch miteinander sind andere seelische Entwicklungsprozesse möglich als in einer Einzeltherapie: Man merkt, dass man nicht alleine ist, lernt sich selber im Spiegel der anderen besser kennen und profitiert zusätzlich durch die Anteilnahme an den Themen der anderen Teilnehmer*innen.

Gruppentherapie ist daher eine besonders effektive Form der Psychotherapie. Sie fördert, sich zu akzeptieren und sich zu verändern, sich verbunden zu fühlen und sich gleichzeitig als einzigartig zu erleben.