

DR. MED. SUSANNE KUNZ MEHLSTAUB
Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie FMH
Tel: 071 220 10 46 Fax: 071 220 10 47
Glockengasse 4, CH-9000 St. Gallen

Sehr geehrte InteressentInnen!

Hier finden Sie einige Informationen zur ambulanten Gruppentherapie!

Dieses Angebot richtet sich an Menschen, die gemeinsam in Gruppen Anliegen einbringen und Lösungen suchen möchten. Möchten Sie gern besser in Kontakt mit anderen kommen, soziale Ängste überwinden und mehr Vertrauen und Selbstvertrauen entwickeln. In der Gruppe können Sie Ihre inneren Haltungen und Einstellungen zu anderen untersuchen und erforschen. Dabei entwickeln Sie mehr Selbstwertgefühl und Bewusstheit für sich und andere. Neben den Begegnungen lassen sich die alltäglichen und wesentlichen Themen des Lebens problematisieren wie z. B. wie die Wiederaufnahme einer Beschäftigung, die Arbeitssituation oder aber auch der Umgang mit mehr Selbstverantwortung und die Beziehungsgestaltung, um nur einige Themen zu nennen.

Mit kreativen Methoden, z. B. Rollenspielen wird Spontaneität, Kreativität und Initiative gefördert. Die Methoden der Wahl sind analytisch orientierte Gespräche und Psychodrama.

Themenschwerpunkte: Beziehungen und Alltagsbewältigung

Gruppengrösse: 6 -10

Frequenz: wöchentlich, mittwochs 17.00 bis 18.30 Uhr

Alter: ca. 18 -70 Jahre

Eintritt: slow open Gruppe

Leitung: Dr. S. Kunz-Mehlstaub

Gruppenkonditionen

Verbindliche Teilnahme nach einem Vorgespräch und der Entscheidung für die Gruppe ist erwünscht

Ort: Praxis Glockengasse 4 9000 St. Gallen

Bezahlung: wird über Krankenkasse abgerechnet

Anmeldungen nach telefonisch vereinbartem Vorgespräch

Falls Sie weitere Informationen brauchen, melden Sie sich gern!

Freundliche Grüsse
S. Kunz