

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

---

## Gruppenangebot in der Praxis

Dieses Angebot richtet sich an Menschen, die gern in Gruppen sind oder auch Ängste in Gruppen überwinden möchten.

Möchten Sie gern besser in Kontakt mit anderen kommen, Ihre Anliegen und Probleme teilen und gemeinsam Lösungen suchen? In der Gruppe können Sie Ihre inneren Haltungen und Einstellungen zu anderen untersuchen und erforschen. Dabei entwickeln Sie mehr Selbstwertgefühl und Bewusstsein für sich und andere und damit auch die Förderung Selbstverantwortung...

Neben den Begegnungen kommen auch die alltäglichen Dinge des Lebens zur Sprache wie z. B. wie die Wiederaufnahme einer Beschäftigung, die Arbeitssituation oder aber auch der Umgang mit KollegInnen am Arbeitsplatz sowie der Familie und mehr Selbstverantwortung, um nur einige Themen zu nennen.

Mit kreativen Methoden, bei Bedarf mit Rollenspielen, wird Spontaneität und Initiative gefördert. Die Methoden der Wahl sind tiefenpsychologische Gespräche und Psychodrama.

**Themen:** Beziehungen und Alltagsbewältigung

**Gruppengröße:** 8-12

**Alter:** ca. 20 - 70

**Frequenz:** ca. wöchentlich  
jeweils mittwochs: 16.30 bis 18.00 Uhr

**Start:** 23.08.2019

**Eintritt:** slow open Gruppe **Dauer:** ca. 1 Jahr

**Leitung:** Dr. S. Kunz-Mehlstaub

### **Gruppenkonditionen:**

Verbindliche und regelmässige Teilnahme nach einem Vorgespräch

**Ort:** Praxis Glockengasse 4 9000 St. Gallen

**Bezahlung:** wird über Krankenkasse abgerechnet.

**Anmeldungen:** Telefon: Dr. Kunz 071 220 10 46,  
E-Mail: sukumeh@bluewin.ch