

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 leichter mit anderen in Kontakt kommen, Ihre Anliegen und Probleme teilen und gemeinsam nach Lösungen suchen? In der Gruppe können Sie Ihre inneren Haltungen und Einstellungen zu anderen untersuchen und erforschen.

Dabei entwickeln Sie mehr Selbstwertgefühl für sich und anderen gegenüber und fördern Ihre 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, den PartnerInnen und FreundInnen, 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. 18 – 80 Jahre

Frequenz: ca. wöchentlich bis 14 tägig statt,
jeweils mittwochs: 16.30 bis 18.00 Uhr

Eintritt: slow open Gruppe **Dauer:** ca. 1 -2 Jahre

Leitung: Dr. Susanne Kunz-Mehlstaub

Start: Januar 2020

Gruppenkonditionen:

Verbindliche und regelmässige Teilnahme sind nach einem Vorgespräch und damit die Entscheidung für die Gruppe erwünscht.

Ort: Praxis Glockengasse 4 9000 St. Gallen

Kosten: wird von der Krankenkasse übernommen.

Anmeldungen nach Vorgesprächen Telefon: Dr. Kunz 071 220 10 46