

Psychotherapeutische Jahres- und Selbsterfahrungsgruppe

Die Gruppe bietet Ihnen eine Möglichkeit, sich selbst in einem geschützten Rahmen in Beziehung zu anderen zu erleben, typische Beziehungsmuster und Verhaltensweisen zu erforschen, Neues auszuprobieren, oder bislang unbekannte Ressourcen aufzudecken, die Ihnen das Leben leichter machen können.

In der Gruppe können Sie voneinander lernen und unmittelbar erleben, dass Sie mit Ihren Themen und Fragen nicht alleine sind – der Austausch mit anderen erleichtert und ermutigt.

Die Gruppe eröffnet Chancen, sich selbst und andere besser kennen zu lernen und den eigenen Handlungs- und Erlebensspielraum zu erweitern. Sie bietet in einer geschützten und angstfreien Atmosphäre Raum für neue Erfahrungen abseits der jeweiligen Alltagsrealität.

Diese Gruppe ist für all jene gedacht, die...

... unter psychischen und/oder psychosomatischen Symptomen oder Erkrankungen leiden und wieder mehr Lebensfreude gewinnen wollen

...die ihre Probleme im Berufsleben hinterfragen und neue Lösungsmöglichkeiten bzw. Bewältigungsstrategien entdecken und entwickeln wollen

...die in ihren Beziehungen etwas verändern wollen, damit diese wieder harmonischer und befriedigender gelebt werden können

...die neue Wege bei Konfliktlösungen entdecken und erproben wollen

...die wieder mehr Gelassenheit und Leichtigkeit in ihr Leben bringen wollen

... die ihre Kreativität und Spontaneität (wieder-)entdecken wollen

Zeit & Beginn:

Die Therapiegruppe findet ab 7. Oktober jeden Dienstag von 18.00 – 19.30 Uhr statt

Kosten & Anmeldung:

Pro Abend 20,-- Euro

Terminvereinbarung unter 0664 / 655 58 68 oder office@psychotherapie-poelzl.at

Ort:

Die Praxis befindet sich am Brunnenplatz 3 / Stiege 1 im 8. Stock / Tür 30 in 7210 Mattersburg. Voraussetzung für die Teilnahme ist ein persönliches Vorgespräch. Laufender Einstieg möglich.