

„Schnupper-Gruppe“ zum Thema Depression

Sie haben Interesse, Gruppentherapie kennenzulernen und sich mit anderen Betroffenen auszutauschen? Gleichzeitig möchten Sie erst mal herausfinden, wie so eine Gruppentherapie funktioniert und ob es das Passende für Sie ist? Dann könnte diese „Schnuppergruppe“ mit 6 Sitzungen hilfreich für Sie sein.

Die Gruppe richtet sich an Menschen mit Depressionen, die an einem besseren Verständnis der Depression sowie einer ersten Besserung depressiver Symptome interessiert sind.

Die Gruppe ist vor allem ein Angebot für Teilnehmer*innen,

- die noch keinen Therapieplatz für Einzeltherapie haben und die Wartezeit gut nutzen möchten
- oder die gerade mit der Einzeltherapie starten
- oder die ihr Wissen über Depressionen auffrischen möchten und sich begleitend zur Einzeltherapie mit anderen Menschen über Depressionen und deren Bewältigungsmöglichkeiten austauschen möchten

Abrechnung

Die Abrechnung ist mit allen Krankenkassen oder als Selbstzahler möglich. Die Gruppensitzungen werden nicht auf die Einzeltherapie angerechnet und können unabhängig davon durchgeführt werden.

Ablauf und Organisatorisches

Die Gruppe findet als Kleingruppe mit max. 4-6 TeilnehmerInnen statt. Es finden 6 Termine, davon dauern 2 Termine je 100min, alle weiteren 50min.

Haben Sie Interesse? Wir freuen uns, von Ihnen zu hören und beantworten gerne bei einem persönlichen Vorgespräch alle Ihre Fragen.