

GRUPPE

Gruppenpsychotherapie für Erwachsene

ZIELE

- ▶ Verbesserung des Selbstwertgefühls
- ▶ Erhöhung der Zufriedenheit in Beziehungen
- ▶ Stärkung der Konfliktlösungsfähigkeit
- ▶ Reflexion über die eigene Rolle in Gruppenkonstellationen
- ▶ Differenzierung der Selbst- und Fremdwahrnehmung

INFORMATIONEN

Kontinuierliche, halboffene Gruppe

Wöchentliche Sitzungen à 75 min

Fokus: Selbstwert- und Beziehungsprobleme;
Schwierigkeiten am Arbeitsplatz

Verfahren: psychodynamisch- interaktionell

Kosten: von der Grundversicherung übernommen,
Überweisung vom Hausarzt erforderlich

Anmeldung und Zusatzinformationen: bei der
Kursleitung Filipa.Kaymakanova@lestois.ch



Standort

Standort Bern

Eigerstrasse 13 | CH - 3007 Bern



8 Teilnehmende **Halboffene Gruppe**



1h15 **Das ganze Jahr über**



Dienstag von 16:45 bis 18:00



Mindestalter : **18 Jahre**



Gruppenleitung :

Filipa Kaymakanova

Fachärztin für Psychiatrie und
Psychotherapie; Oberärztin

Vielen Dank, dass Sie an die Umwelt denken, drucken Sie dieses Dokument nicht unnötig aus.