



Gruppenprogramm Herbst / Winter 2022

Gruppenpsychotherapie ist eine evidenzbasierte und wirksame Form der Psychotherapie, die gerade bei psychischen Erkrankungen mit sozialer Komponente sowie Störungen des zwischenmenschlichen Beziehungsverhaltens indiziert ist. Aufgrund verschiedener Forschungsergebnisse ist davon auszugehen, dass Gruppenpsychotherapie eine gleichrangige Alternative zur Einzeltherapie darstellt. Alle angebotenen Gruppen arbeiten nach verhaltenstherapeutischen Prinzipien und werden je nach Gruppenzusammensetzung entsprechend ausgerichtet.

Die Gruppentherapien finden in der Praxis für Psychotherapie in der Grazer Str. 27 statt. Die Gruppengröße kann variieren, beträgt aber mindestens 3 Teilnehmer*innen und maximal 9 Teilnehmer*innen. Die Anzahl der stattfindenden Sitzungen kann je Teilnehmer*innen variieren, da es sich in der Regel um halboffene Gruppen handeln, d.h. das Patient*innen zu bestimmten Zeitpunkten auch in eine laufende Gruppenpsychotherapie einsteigen können.

Ablauf der Beantragung und Gruppenanmeldung

Für die Anmeldung nutzen Sie bitte das Formular ganz am Ende des Dokuments. Senden Sie dieses ausgefüllt an info@vt-feuerbach.de.

Vor Eintritt in die Gruppe muss eine psychotherapeutische Sprechstunde und eine probatorische Sitzung im Einzelsetting stattgefunden haben. Diese Stunden können in der Praxis durchgeführt werden. Es muss zudem die Kostenübernahme der Therapie bei der gesetzlichen Krankenkasse beantragt werden, wobei ich Sie gerne unterstütze. Hierfür ist auch eine medizinische Untersuchung (Konsiliarbericht) von Ihrem Hausarzt oder Facharzt notwendig. Nach Erhalt der Anmeldung werde ich mich mit Ihnen für die Vereinbarung der Termine in Verbindung setzen. Geben Sie deshalb auf der Anmeldung bitte Ihre vollständigen Kontaktdaten an.

Sollten Sie sich bereits extern (nicht in der Praxis) in Einzeltherapie befinden, fragen Sie bitte nach, ob eine Kombinationsbehandlung aus Einzel- und Gruppentherapie bereits beantragt ist und wie hoch das bewilligte Stundenkontingent ist. Eine Aufnahme in die Gruppe ist nach einem Einzelgespräch und nach Genehmigung durch die Krankenkasse möglich.

Sollten Sie in den letzten 2 Jahren bereits eine Therapie gemacht haben, fragen Sie bitte bei der Krankenkasse nach, ob eine erneute Kostenübernahme in Betracht kommt oder dafür vor Aufnahme in die Gruppe ein Bericht an einen Gutachter notwendig ist.

Die Kosten für eine Gruppenpsychotherapie werden meist auch von den privaten Krankenkassen übernommen. In welcher Höhe und wie viele Stunden übernommen werden, variiert jedoch je nach Vertrag. Erfragen Sie dies bitte direkt bei Ihrem Versicherer. Dort erhalten Sie auch die notwendigen Antragsformulare.

An der Gruppe können Sie auch auf Selbstzahlerbasis teilnehmen. Kontaktieren Sie mich für weitere Infos unter info@vt-feuerbach.de



Angst und Depressionsgruppe

Ängste und Depressionen gehen oft Hand in Hand. Ängste können sich auf die Zukunft, auf eigenes Handeln (Angst vor Fehlern, vor Versagen) oder die eigene Person, aber auch auf bestimmte Objekte (Phobien wie Höhenangst, Angst vor Spinnen u.a.) oder Situationen (Angst vor Menschenansammlungen, vor sozialen Interaktionen, vor Prüfungen u.a.) beziehen. Dabei geht mit der Angst eine hohe psychische Belastung einher und oftmals leidet das Selbstbild, der Selbstwert und die soziale Teilhabe. Umgekehrt treten Ängste im Rahmen von primär depressiven Entwicklungen auf, wenn z.B. berufliche Situationen plötzlich nicht mehr bewältigbar erscheinen, Energie- und Kraftlosigkeit die Angst vor weiteren Problemen schüren. Die Ängste können dabei ein Ausmaß von eigenständigen psychischen Störungen annehmen oder eine Nebenerscheinung der Depression sein.

In der Gruppenpsychotherapie werden schwerpunktmäßig, aber nicht ausschließlich verschiedene Ängste sowie Depressive Störungen und die damit einhergehenden Belastungen psychotherapeutisch bearbeitet und die darunterliegenden Problematiken in den Gedankengängen, im Selbstbild und im emotionalen Erleben verändert.

Therapietermin: **Dienstag 15 Uhr – 16:40 Uhr**, wöchentliche Termine
Beginn: **08.11.2022**

Themenoffene Verhaltenstherapeutische Gruppe

Eine themenoffene verhaltenstherapeutische Gruppe ist in der Regel eine gemischte (verschiedene Störungsbilder, verschiedene Patient*innen) Psychotherapiegruppe, in der die Themen und Inhalte stark durch die Probleme und Belastungen der Teilnehmer*innen bestimmt werden. Es wird nach dem Prinzip der Einzeltherapie in der Gruppe gearbeitet, d.h. es werden Themen genauso wie im einzeltherapeutischen Setting psychotherapeutisch bearbeitet und die Patient*innen hier im Prozess der Veränderung begleitet. Im Gruppenprozess werden die jeweiligen Fokusthemen festgelegt und gemeinsam bearbeitet, wodurch sich Transfereffekte für alle Teilnehmer*innen ergeben und die Gruppe als stützender und wertschätzender Rahmen für neue Lern- und Beziehungserfahrungen genutzt werden kann. Zudem werden auch Interaktionsprozesse innerhalb der Gruppe thematisch einbezogen.

Therapietermin: **Dienstag 18:15 Uhr – 20:05 Uhr**, wöchentliche bis zweiwöchentliche Termine
Beginn: **08.11.2022**



Anmeldebogen für die Gruppenpsychotherapie

Ich habe Interesse an folgender Gruppentherapie und möchte mich dafür gerne anmelden:

- Angst und Depressionsgruppe, dienstags 15 Uhr
- Themenoffene Verhaltenstherapeutische Gruppe, dienstags 18:15 Uhr

Name, Vorname: _____

Geburtsdatum: _____

Adresse: _____

Telefon/ Mobil: _____

E-Mail-Adresse: _____

Ich bin Gesetzlich versichert Private KV Selbstzahler

Ich bin bereits in therapeutischer Behandlung:

Ja Nein

Wenn ja: Seit wann?: _____

Anzahl Stundenkontingent: _____

Kombinationsbehandlung? _____

Ich war schon einmal in psychotherapeutischer Behandlung:

Ja Nein

Wenn ja: Wann und wie lange (ambulant oder stationär)?

Bekannte Diagnosen: _____

Medikation: _____

Datum, Ort

Unterschrift