



## **Gruppenprogramm Frühjahr 2026**

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**

Bei Vorliegen einer krankheitswertigen Störung können die Kosten für die Gruppentherapie meist von der gesetzlichen Krankenkasse übernommen werden. Es können, wenn dies organisatorisch möglich ist, 4 Gruppensitzung im Rahmen der Psychosomatischen Grundversorgung (antrags- und genehmigungsfrei) wahrgenommen werden und damit das Gruppensetting erprobt werden. Nutzen Sie bitte das Anmeldeformular um sich für die „Probetermine“ und die Gruppe anzumelden.

Vor Eintritt in die Gruppenpsychotherapie 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 unterstützen. Hierfür ist auch eine medizinische Untersuchung (Konsiliarbericht) von Ihrem Hausarzt oder Facharzt notwendig.

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. Ggf. ist eine Verlängerung der bisherigen Therapie durch die/den jeweilige/n Einzeltherapeut\*in notwendig.

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. Dabei werden die Kosten nach der Gebührenordnung für Psychotherapeuten (GOP) abgerechnet. Kontaktieren Sie mich für weitere Infos unter [info@vt-feuerbach.de](mailto:info@vt-feuerbach.de)



### Angstgruppe

Angststörungen gehören zu den häufigsten psychischen Störungen und gehen mit einem hohen Leidensdruck einher. Ängste können sich auf die Zukunft, auf eigenes Handeln (Angst vor Fehlern, vor Versagen, vor Blamage, vor Erbrechen) 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 auch im Rahmen von primär depressiven Entwicklungen oder anderen Störungen und Erkrankungen (körperliche Erkrankungen, stressbezogene Störungen wie Belastungsreaktionen) 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, sodass eine leitliniengerechte Behandlung indiziert ist.

In der Gruppenpsychotherapie werden schwerpunktmäßig verschiedene Ängste und die damit einhergehenden Belastungen psychotherapeutisch bearbeitet und die darunterliegenden Problematiken in den Gedankengängen, im Selbstbild und im emotionalen Erleben verändert. Dabei wird in der Gruppe leitliniengerecht und evidenzbasiert mit verhaltenstherapeutischen Ansätzen gearbeitet, die Mittel erster Wahl bei den Erkrankungen sind und die beste Wirksamkeit bieten.

Termine für die Grundversorgung

(4 „Probetermine“ zu Angst):

**Dienstag 14:30 Uhr bis 16:10 Uhr**

Voraussichtlich ab 04/2026

Therapietermin Angstgruppe:

Beginn:

**Dienstag 14:30 Uhr – 16:10 Uhr**

ab 05/2026 wöchentliche Termine



### Anmeldebogen für die Gruppenpsychotherapie

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

- 4 Probetermine Psychosomatische Grundversorgung  
 Angstgruppe (Regelgruppe)

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