



Gruppenleitung:

Isabel Rüdüsli

Dipl. Pflegefachfrau HF
Leiterin Standort Langnaudes
Psychiatrischen Dienstes

Gruppengrösse: ca 8-10 Personen

Zeit: Donnerstag 09.45 - 11.00

Ort:

Psychiatrisches Ambulatorium des Spitals Langnau,
Dorfbergstrasse 10 (Bettenhaus 2, 3. Stock)
3550 Langnau

Anmeldung und Kontakt:

> Interne Anmeldung via „Aufträge“ im KIS

> Externe Anmeldung mittels „Anmeldeformular für
Gruppen“

Sie finden dieses auf www.spital-emmental.ch > Psychi-
atrie > Gruppentherapien oder fordern es per Mail oder
telefonisch an.

Benachrichtigungen und Auskünfte über

gruppentherapien@spital-emmental.ch oder

Telefon: 034 421 37 00 (Sekretariat)

Co-Leitung:

Kristine Schor

Psychologin in Weiterbildung
am Ambulatorium Langnau



Gesprächsgruppentherapie
Mich und Andere besser verstehen

Wieso soll ich in eine Gruppe gehen?

Es gibt mir Gelegenheit, Prägungen aus der Kindheit kennenzulernen und sie zu transformieren.

In der Gruppe kann ich selbstsicheres Verhalten üben.

Es hilft mir jede Woche einen fixen Termin zu haben.

Von Erfahrungen der Anderen in der Gruppe kann ich lernen.

Ich kann ein besseres Verständnis für mich und andere üben.

Die Gruppe

Gruppenanalytische Psychotherapie

Unser ganzes Leben verbringen wir in Gruppen. In die erste werden wir hineingeboren – in die Familie.

Frühe familiäre Erfahrungen prägen unser Verhalten in der Beziehung zu anderen Menschen auch in späteren Gruppen, in der Schule, im Freundeskreis, am Arbeitsplatz etc...

Da die Gruppe also eine essentielle soziale Bedeutung für jeden von uns hat, bildet sie den idealen Rahmen, um sich in Beziehung zu anderen Menschen besser kennen zu lernen und besser zu verstehen.

In unserer therapeutischen Gruppe finden sich bis zu 10 Personen in einem Kreis zusammen. Sie haben die Möglichkeit, über alles zu sprechen, was sie beschäftigt. Es gibt keine vorgegebenen Themen. Über die Inhalte und die Beziehungen die sich in der Gruppe entwickeln wird es möglich, unbewusste Muster zu erkennen, in Worte zu fassen und zu bewältigen.

Die Teilnehmenden verpflichten sich zur Diskretion.

Ziel ist, dass Sie sich und damit auch andere besser verstehen lernen und Beziehungen zu Ihrer Zufriedenheit gestalten können.