



**Dr. Landmann
& Kollegen**

Praxis für Psychologische
Psychotherapie

Ambulante Gruppenpsychotherapie

An wen richtet sich dieses Angebot?

Das Angebot richtet sich an Menschen, die an einer psychischen Störung leiden. Die Indikation wird individuell gestellt. Das Behandlungsspektrum ist vielfältig und umfasst u.a.:

- Depression, Burnout
- Angst- und Zwangsstörungen
- Traumafolgestörungen, Krisensituationen
- Somatoforme Störungen
- Persönlichkeitsstörungen
- Essstörungen

Warum eine Gruppe?

Der Austausch mit anderen, die in einer ähnlichen Situation sind, kann sehr wertvoll sein. Die Gruppe bietet einen geschützten Rahmen, in dem sich neue Denk- und Verhaltensweisen und ein anderer Umgang mit den eigenen Gefühlen festigen.

Wie arbeiten wir?

Ziel der Gruppen ist, gemeinsam ein differenziertes Verständnis der individuellen Problematik zu erarbeiten und konkrete Veränderungsschritte im Alltag zu gehen. Kognitiv-verhaltenstherapeutische Techniken unterstützen den Prozess. Informationsvermittlung seitens der TherapeutInnen erfolgen im Wechsel mit einem Austausch in der Gruppe sowie Einzel- und Gruppenübungen. Aktuelle Anliegen der TeilnehmerInnen geben Inhalte vor.



Kombination mit Einzelpsychotherapie

Die Gruppentherapie kann mit einer Einzelpsychotherapie kombiniert werden.

| | |
|----------------------|---|
| Gruppengröße | 4–8 TeilnehmerInnen |
| Wo | Praxis für Psychologische Psychotherapie Dr. Nina Landmann & Kollegen |
| Wie oft | Wöchentliche Termine á 100 Minuten |
| Beginn | Nach Absprache. |
| Voraussetzung | Verbindliche Teilnahme. Die Gruppenteilnehmer*innen kennen sich nicht. Es besteht Schweigepflicht. |
| Kosten | Gesetzliche Krankenkassen: Kostenübernahme auf Antrag Private Krankenkassen/andere Kostenträger: Abhängig von Versicherer/Kostenträger und Tarif, bitte erkundigen Sie sich dort |
| Kontakt | Für die Vereinbarung eines Vorgesprächs kontaktieren Sie uns über das Kontaktformular auf unserer Homepage: praxis-nina-landmann.de/kontakt/ oder Tel. 0761/61258873. |

