

# Psychotherapiegruppe

„Vom Du zum Ich“

## Zielgruppe:

- Erwachsene mit Depressionen und Angsterkrankungen
- Menschen, die eine Gruppe zur Selbstreflexion nützen möchten und am Austausch mit anderen interessiert sind

## Eine Gruppenpsychotherapie bietet die Möglichkeit...

- Selbstvertrauen, Selbstbild und Selbstachtung zu verbessern
- Persönliche Handlungs- und Beziehungsmuster zu erkennen und reflektieren
- Unterstützung zu empfangen bzw. selbst zu geben
- Beziehungen zu anderen Menschen und die Kommunikation zu fördern, Soziale Kompetenz und Handlungsfähigkeit zu erweitern.

## Leitung der Gruppe:

Claudia Rieß

Psychotherapeutin (Dynamische Gruppenpsychotherapie)

## Zeit und Ort:

Die Gruppe findet **14tägig** am Dienstag von 18.15-19.45 Uhr, in  
*3390 Melk, Rathausplatz 5 (1.Stock), statt.*

Verrechnungen mit der Krankenkasse sind möglich.  
Aufgrund der aktuellen Situation wird gegebenenfalls auch online gearbeitet.

## Anmeldung:

Claudia Rieß

0676/748 3880

[claudia.riess@hotmail.com](mailto:claudia.riess@hotmail.com)

