

Gruppentherapie – Gruppenpsychoanalyse

Zeit: wöchentlich am Dienstag, 17:00 – 18:30, (Start der Gruppe am 4.11.2025)

Ort: Krenngasse 37/10 (4. Stock), 8010 Graz

Honorar: €40,- pro Doppelinheit (90 min.); bei Vorliegen einer psychischen Erkrankung ist ein Kostenzuschuss von der Krankenkasse möglich.

Die psychotherapeutische Gruppe unterliegt der **Verschwiegenheit!**

Psychotherapie kann nicht nur als Einzeltherapie stattfinden. Natürlich braucht es Mut, um sich vor Anderen zu zeigen und sich auf eine Gruppe einzulassen. **Gruppentherapie bietet Chancen, die oftmals sonst nicht möglich sind.**

So gut wie alle psychischen Erkrankungen und Probleme haben direkten Einfluss auf unsere sozialen Beziehungen. Gerade deswegen ist Gruppentherapie hoch wirksam und eignet sich unter anderem bei folgenden Punkten:

- Schwierigkeiten im Kontakt, in der Beziehung, im Umgang mit sich oder anderen Menschen sowie wiederkehrende Konflikte.
- Themen wie Abgrenzung, Durchsetzung, Einfühlung in die Bedürfnisse anderer.
- Wenn Sie unter einer psychischen Erkrankung bzw. Problemen leiden, wie: Aggressionen, Ängste, Depressionen, Essstörungen, Panikattacken, Persönlichkeitsstörungen, Selbstschädigendes Verhalten, Traumafolgestörungen, Zwänge, ...
- Bei aktuellen Lebenskrisen.
- Sie leiden unter Einsamkeit und verspüren Sehnsucht nach Gemeinschaft.
- Bei Unsicherheiten bezüglich der eigenen Identität.
- Sie haben Interesse an Selbsterfahrung und Reflexion Ihres Lebens oder Ihrer Lebenssituation
- Oder haben das Gefühl, Irgendwas stimmt nicht mit Ihnen.

Die Perspektive der Gruppe kann zu einem tieferen Verständnis der eigenen Probleme führen und somit nachhaltige Veränderungsprozesse in Gang setzen. Durch die Arbeit in der Gruppe kommt man mit eigenen, vielleicht unbewussten Anteilen in Kontakt, wodurch diese der Verarbeitung zugänglich werden und damit neue Erlebens- und Handlungsmöglichkeiten eröffnet werden.

Bei freien Plätzen ist ein Einstieg laufend möglich. Vor Teilnahme der Gruppe findet ein Einzelgespräch statt. Dieses dient dem Klären von Erwartungen, möglichen Ängsten und Zielen. **Bei Interesse oder weiteren Fragen nehmen Sie gerne Kontakt auf.**

Leitung: **Eva Moser** und **Dieter Dengel**

Eva Moser
praxis@evamoser.at
Tel.: 0699 11441784

Dieter Dengel
praxis@dieter-dengel.at
Tel.: 06801577234