



Gruppentherapie bei Depression - Ressourcenstärkung und Achtsamkeit

Wir bieten in unserer verhaltenstherapeutischen Praxis ein Gruppen-Programm für Patienten*innen mit depressiven Störungen an.

In 12 Sitzungen wird gemeinsam mit Hilfe von Achtsamkeitsübungen und klassischen bewährten verhaltenstherapeutischen Interventionen wichtiges Handwerkszeug zum Umgang mit der depressiven Erkrankung vermittelt und geübt.

Neben dem Verständnis für die Krankheit bietet die Gruppe die Möglichkeit der gegenseitigen Unterstützung und der Förderung sozialer Kompetenzen. Ziel des Angebots ist es, Patienten*innen mit Depression kurzfristig eine Behandlung zu ermöglichen.

Die Sitzungen werden von einer psychologischen Psychotherapeutin geleitet. Die Abrechnung erfolgt über die gesetzliche oder die private Krankenkasse, auch Selbstzahlung ist möglich.

Die Gruppe findet jeweils **mittwochs** von **14.00 Uhr bis 15.30 Uhr** statt.

Es wird empfohlen sich möglichst frühzeitig anzumelden, da zur Klärung der Indikation Einzeltermine im Rahmen der psychotherapeutischen Sprechstunde stattfinden.

Anmeldung:

Praxis für Psychotherapie Dagmar Müller
Karlsgraben 23, 52064 Aachen

www.psychotherapieaachen.de

E-Mail: praxis@psychotherapieaachen.de

Telefon: 0241 / 54 22 24 telefonische Sprechzeiten: dienstags 9:00 bis 10:30 Uhr,
donnerstags 9:00 bis 10:00 Uhr