

## „Ausblicke und Auswege“

### Psychotherapie-Gruppe für Menschen rund ums Gerade-Erwachsenwerden oder Gerade-Erwachsengeworden-Sein.“

Junge Heranwachsende und Erwachsene zwischen 16 und 27 Jahren berichten, beraten über... und helfen sich gegenseitig bei ihren Ausblicken und Auswegen.

Ausblicke: „Probleme“ sind laut griechischer Sprache Aus-Blicke. Das, was wir vor uns sehen. Die subjektive Wahrnehmung kann sich durch das Mitteilen in der Gruppe verändern. Eine Problemstellung kann sich als Entwicklungschance entpuppen.

Auswege: Beim Erwachsenwerden verlassen wir vertraute Bereiche und entdecken Neues. Vieles davon kann uns in innere und äußere Konflikte bringen, manchmal auch in Überforderung und Rückzug. Durch das gemeinsame Gehen eines Stücks dieses Weges werden der Mut in die eigenen Fähigkeiten und das Vertrauen in die – eigenen und der anderen - sozialen Kompetenzen gestärkt.

12 Sitzungen, meistens an Donnerstag-Vormittagen (ab 9.15 Uhr), je 90 Minuten, von April bis November 2019. Eine Weiterführung 2020 ist geplant.

5 bis 8 TeilnehmerInnen (nur noch wenige Plätze vorhanden)

Methoden: Psychodrama, Psychoanalytisch-orientierte Psychotherapie.

Kosten: 36.- (á 90 Min.), Übernahme durch die Krankenkassa oder Zuschuss möglich.

Leitung/Ort: **Mag. Christoph Haberl**, Praxis in Ternitz, Kornblumengasse 41.

Anmeldung bis 4.4.2019

#### Kontaktaufnahme:

02630-33 115 (bitte Rückruf-Telefonnummer aufsprechen)

0680 14 26 590 (SMS „Gruppe“)