

# Information über gruppenanalytische Psychotherapie

## Allgemeines:

Gruppen wecken starke Gefühle. Die ersten Erfahrungen mit Gruppen machen wir in der Familie, auf dem Spielplatz, im Kindergarten, in der Schule. Auch unser späteres Leben findet überwiegend in Gruppensituationen statt. Obwohl wir uns an vieles nicht mehr erinnern können, beeinflussen die frühen Erfahrungen unsere Wünsche und Ängste und unser späteres Verhalten in Beziehungen und Gruppen. Menschen verhalten sich in Gruppensituationen etwa wie die Worte in einem Satz. Sie stehen in Beziehungen, haben Bedeutungen und verständigen sich darüber.

## Die therapeutische Situation:

In der therapeutischen Gruppe finden sich vier bis zehn Personen in einem Kreis zusammen. Sie haben die Möglichkeit wöchentlich regelmässig über alles zu sprechen, was sie beschäftigt und bewegt. Entlang dieser freien Assoziationen entwickelt sich der Gruppenprozess.

Unbewusste Anteile gelangen dabei zur spontanen Darstellung, können im Hier und Jetzt der Gruppe im gegenseitigen Austausch erkannt, in Worte gefasst und schrittweise bewältigt werden. Die Teilnehmenden verpflichten sich zur Diskretion.

## Zeitlicher Rahmen:

Die Sitzungen finden jeweils wöchentlich während 12 Monaten an der Gärtnerstrasse 15 statt und dauern immer 90 Minuten.

## Voraussetzungen:

Um vom Gruppenprozess optimal zu profitieren, sollten sich die Teilnehmenden auf deutsch verständigen können und wöchentlich regelmässig während der Dauer der Gruppe (12 Monate) kommen können.

## Kosten:

Fr. 70.-/Sitzung, zahlbar monatlich.

Beim Vorliegen einer ärztliche Verordnung richten die Zusatzversicherungen für „Nichtärztliche Psychotherapie“ oder auch die HMO Praxen Beiträge aus.

**Nächste Gruppe :** Psychotherapiegruppe für Frauen und Männer  
**voraussichtlicher Beginn :** 21..2. 2011  
jeweils montags 19.30- 21 Uhr

**Anmeldung zum obligatorischen Vorgespräch an der nachstehenden Adresse**