PDT - Psychiatrische Dienste Thun

Dorfmattweg 8A
CH-3110 Münsingen
T 058 636 56 00
F 058 636 56 01
psychiatrie@spitalstsag.ch
www.spitalstsag.ch

Ambulante Gruppe Sozialkompetenztraining

Informationen für Patientinnen und Patienten

An wen sich das Angebot richtet

Die Gruppe ist geeignet für Menschen, welche Schwierigkeiten haben, eigene Bedürfnisse und Interessen angemessen zu vertreten und durchzusetzen und/oder auf andere Leute zuzugehen und die Sympathie anderer zu gewinnen. Davon sind häufig selbstunsichere Menschen betroffen, welche sich auf Grund dieser Schwierigkeiten sozial zurückziehen oder schnell in Konflikte mit anderen Leuten geraten.

Das Therapieangebot

Das Üben von selbstsicherem Verhalten steht im Zentrum des Gruppentrainings. In Rollenspielen mit Videofeedback und in Form von Hausaufgaben lernen die Teilnehmenden, ihre Rechte durchzusetzen, eigene Gefühle und Bedürfnisse auszudrücken und um Sympathie zu werben.

Ort:

Psychiatrischer Dienst Münsingen,
Dorfmattweg 8A, 3110 Münsingen

Zeit:

Donnerstag, 14:30 - 16:30 Uhr

Dauer:

Wöchentliche Sitzungen während 14 Wochen

Leitung:

M. Sc. Aurelia Welzel,
Eidg. anerkannte Psychotherapeutin
Sabine Bigler-Dörr, dipl. Pflegefachfrau HF

Vor dem Eintritt ins Gruppentherapieprogramm finden zwei Vorgespräche und nach Abschluss ein Abschlussgespräch im Einzelsetting statt. Zur Verlaufskontrolle werden zu Beginn und am Schluss Fragebogen ausgefüllt und besprochen.

Anmeldung

Betroffene, welche an den Psychiatrischen Diensten oder bei niedergelassenen Fachpersonen der Region in Behandlung sind, können schriftlich oder über die Telefonnummer 058 636 56 00 zugewiesen werden.