



Institut für **Verhaltenstherapie-**
Ausbildung Hamburg

Veranstaltungsort:

Das IVAH finden Sie im Hans- Henny-
Jahn-Weg 51/53 im Hamburger Stadtteil
Uhlenhorst (an der Grenze zu Winterhude
und Barmbek Süd).

Die nächstgelegenen Bushaltestellen sind:
Herderstraße (172, 173)
Mühlenkamp/Hofweg bzw. Hans-Henny-
Jahn-Weg (25, 17, 6)

Die **Kosten** der Behandlung trägt die
gesetzliche Krankenkasse.



Die Gruppe als Lern- und Erfahrungsraum nutzen

In der Gruppe werden zentrale individuelle
Lebensthemen für alle Teilnehmenden
identifiziert. Wir erarbeiten gemeinsam,
weshalb und inwieweit die psychischen und
psychosomatischen Probleme aus diesen
Lebensthemen resultieren, wie mit
Emotionen umgegangen wird und prüfen,
ob günstigere Bewältigungsmöglichkeiten
gefunden werden können. Der Einbezug
der anderen Gruppenmitglieder ermöglicht
hierbei, ein breiteres Spektrum
unterschiedlicher Herangehensweisen und
Rollenmodelle kennenzulernen als in der
Einzeltherapie. Ein besonderer Ort des
gegenseitigen sozialen Lernens kann
entstehen, um gemeinsam Lösungen für
den Umgang mit aktuellen Belastungen zu
finden. In der Gruppe können wichtige
Kompetenzen (z.B. die Fähigkeit zur
Selbst-Offenbarung, Grenzsetzung, sowie
den sozialkompetenten Umgang mit
Anderen) direkt sehr praxisnah geübt
werden. Dies führt erfahrungsgemäß dazu,
dass die psychische und psychosomatische
Symptomatik deutlich abnimmt.

TGT-GRUPPENTHERAPIE diagnoseübergreifend und individuell problemorientiert

Für Menschen mit unterschiedlichen
psychischen und psychosomatischen
Erkrankungen, die sich aktuell in keiner
Einzeltherapie befinden. Diese Erkrankungen
entstehen oft durch schwierige Erfahrungen
in der Familie und anderen Gruppen. Deshalb
bietet die Behandlung in Gruppen eine
besondere Chance für heilsame
Beziehungserfahrungen und gegenseitiges
Feedback.



Für wen ist unsere Gruppentherapie geeignet?

Für alle Patient*innen, die die besondere Chance eines Gruppentherapieangebotes ergreifen möchten. Sie sollten aktuell keine Indikation für eine stationäre Behandlung (stark selbstverletzendes Verhalten, akute Suizidalität, psychotisches Erleben, fremdgefährdendes Verhalten) aufweisen. Außerdem setzen wir eine Wartezimmerfähigkeit voraus (selbstständiges Auffinden der Räumlichkeiten und zuverlässige Teilnahme, möglichst frühzeitige Absage bei Verhinderung).

Patient*innen mit einem noch gut erhaltenen Funktionsniveau (intakte Körperpflege, weiterhin bestehende Alltagsbewältigung) und bereits bestehender Veränderungsbereitschaft profitieren unserer Erfahrung nach am besten von diesem Gruppenangebot.



Organisatorische Rahmenbedingungen:

Ab September/Oktober 2022 findet wöchentlich mittwochs von 15:30 – 17:10 unsere TGT-GRUPPEN-THERAPIE statt und wird in der Regel von zwei zeitgleich anwesenden Therapeutinnen betreut. Parallel zur IVAH-GRUPPENTHERAPIE kann keine gesonderte Einzeltherapie stattfinden.

Die Therapiedauer beträgt ca. 1,5 Jahre und die maximale Teilnehmendenzahl liegt bei 8 Patienten. Teilnehmende können in Ausnahmefällen vorzeitig ausscheiden. Dann können auch wieder neue Teilnehmende in die Gruppe aufgenommen werden.

Sie haben eine feste Bezugstherapeutin (s.r.), welche Ihnen vor Beginn der Gruppentherapie eine ausführliche Probatorik (4 Einzelsitzungen) zur diagnostischen Abklärung anbietet. Die Therapeutinnen werden regelmäßig von qualifizierten Supervisor*innen angeleitet, am Ende erfolgt eine externe Evaluation.

Die TGT-GRUPPENTHERAPIE ist eine psychotherapeutische Heilbehandlung. Über die jeweils geltenden aktuellen behördlichen Hygienevorgaben (derzeit Maske im Wartezimmer und auf dem Gang, in der Gruppe sitzen mit Abstandsregelung und je nach Situation mit oder ohne Maske) informieren wir Sie rechtzeitig.

Anmeldung:

Wenn Sie an unserer Gruppe teilnehmen möchten, führen wir gerne möglichst zeitnah ein ca. 50minütiges Vorgespräch mit Ihnen, um gemeinsam die Passung in unsere Gruppe, eventuelle Befürchtungen, Erwartungen und Ziele mit Ihnen zu besprechen. Unsere Plätze sind begrenzt, melden Sie sich daher bei Interesse bitte rechtzeitig!

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!
Viele Grüße,



Svenja Wilhelm
Dipl.-Psych.
Psychologische
Psychotherapeutin
0176/53590511



Irina Heitmeyer
Mag.rer.nat.
Psychologische
Psychotherapeutin
0175/9764571

svenja.wilhelm@ivah.hamburg
irina.heimmeyer@ivah.hamburg

**Richten Sie Ihre Anmeldung bitte an:
Irina Heitmeyer**