



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.

IVAHA-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.



Für wen ist unsere Gruppentherapie geeignet?

Für alle Patienten, die die besondere Chance eines Gruppentherapieangebotes ergreifen möchten.

Für alle Patienten, für die eine Gruppentherapie die Methode der Wahl darstellt, wobei die Gruppe alle 3 Monate mit einem Einzelgespräch mit ihrer Bezugstherapeutin ergänzt wird. Mit dieser führen Sie auch eine ausführliche Probatorik (5 Einzelsitzungen) zur diagnostischen Abklärung durch. Die Therapeutinnen werden regelmäßig von qualifizierten Supervisoren angeleitet.

Zur Abklärung der Indikation werden Sie einmal mit unserer Ambulanzleitung sprechen.



Organisatorische Rahmenbedingungen:

Ab Februar 2021 findet wöchentlich donnerstags von 17:00 – 18:40 unsere IVAH-GRUPPENTHERAPIE statt und wird in der Regel von 2 gleichzeitig anwesenden Therapeutinnen betreut. Parallel zur IVAH-GRUPPENTHERAPIE kann keine gesonderte Einzeltherapie stattfinden.

Die Therapiedauer beträgt ca. 2 Jahre und die maximale Teilnehmerzahl liegt bei 8 Patienten. Teilnehmende können in Ausnahmefällen vorzeitig ausscheiden. Dann können auch wieder neue Teilnehmende in die Gruppe aufgenommen werden.

Die IVAH-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 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.
In Ausbildung zur
Psychotherapeutin
0176/53590511



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