



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