



GÜNTHER GRUBER

Psychotherapeut

In Ausbildung unter Supervision
(Psychodrama)

KONTAKT

TELEFON:
0660 2385123

WEBSITE:
www.psychotherapie-gruber.net

E-MAIL:
psychotherapie-gruber@gmx.net

Psychotherapeutische Gruppe LIENZ

Zielgruppe:

Menschen mit Ängsten, Depressionen und Schicksalsschlägen von 18 – 99

Allgemeine Informationen:

Kleingruppe mit 3 – 8 TeilnehmerInnen;

Start ab 3 TeilnehmerInnen

Die Gruppe findet wöchentlich statt
(2 Einheiten inkl. Pause, mit Ausnahme der Ferienzeiten)

Ziel der Gruppe

Gemeinsam in der Gruppe werden mittels Reflexion und Übungen folgende Punkte erarbeitet:

- Selbstfürsorge
- Achtsamkeit
- Leichtigkeit im Leben entwickeln
- wieder Lebensfreude gewinnen
- Stärkung des Selbstwertes
- sich selbst und andere besser verstehen lernen
- eigene Handlungs- und Beziehungsmuster reflektieren
- Beziehungen klären und verbessern.

Kosten:

Die Teilnahme kostet 20 Euro/ Termin

Voraussetzungen:

Ein kostenloses Vorgespräch ist notwendig

Termine:

Donnerstag Abend ab 2.3.2023

18h00 bis ca. 19h30

Ort:

Psychotherapeutische Praxis Günther Gruber

Hauptplatz 9/3.Stock, 9900 Lienz