

Gruppeterapi

Kæmper du med angst, depression eller selvværdsproblemer?

Oplever du, at du ofte kommer til at slå dig selv oven i hovedet og blive selvkritisk?



Hos ViborgPsykologerne tilbyder vi gruppebaseret terapi med fokus på at skabe rum og plads til det, der er svært. Vi har et grundlæggende fokus på accept af, at livet er svært. I gruppen skaber vi et rum med fokus på forandring, udvikling og sensitivitet overfor dig. Gennem behandlingen vil der blive genereret følelser som venlighed og medfølelse og dermed et godt afsæt til at håndtere modgang i livet. Gruppeterapi giver dig muligheden for at se, at du ikke er alene med det, du kæmper med. Forløbet henvender sig primært til unge i alderen 18-25 år.

Der opstartes grupper løbende. Næste gruppestart er:

Onsdag d. 14.04. 2021 kl 14.30 - 16.00

Pris: Forløbet koster 5000,- i alt for en individuel samtale og derefter 9 gange á 1,5 timer i gruppe.

Sygeforsikring "danmark" giver tilskud til grupper på 100, kr. pr. gruppegang og 300,- pr. individuel samtale. Det vil sige, at de i dette forløb dækker 1200,-

Andre sundhedsforsikringer har måske også denne mulighed, ligesom fagforeninger og skoler nogle gange dækker udgiften til gruppeterapi helt eller delvist.

Du kan kontakte os på mail, telefon eller sms.

Line Marie Kirkegaard

Tlf: 40 52 84 60

Email: line@viborgpsykologerne.dk

Sara Holmelund Molsen

Tlf: 91 56 33 22

Email: sara@viborgpsykologerne.dk

Adresse: Psykologerne Preislers Plads, Preislers Plads 11, 1.sal, 8800 Viborg

www.viborgpsykologerne.dk facebook: Viborgpsykologerne