

Gruppeterapi – gruppe af mennesker med samme udfordring

Vi mødes ofte ca. 6 gange og prisen er 2.000 kr. for alle 6 gange som ikke refunderes ved sygdom eller anden udeblivelse.

Gruppeterapien afholdes hos mig i 8464 Galten. Der er fysisk fremmøde.

Du kan kontakte mig, hvis du har ønsker om et gruppeterapi-forløb sammen med 6-8 andre der har samme type udfordring som dig. Jeg vil samle sammen på de henvendelser jeg får, hvorfor der tit vil opleves ventetid på at et hold kan oprettes.

Det kan også være, at du allerede kender nogen der har det ligesom dig, og derfor kan samle et hold af minimum 6 personer, der ønsker at arbejde med et tema eller temaer gennem gruppeterapi og dermed deling af oplevelser og erfaringer.

Du kan kontakte mig på e-mail, så finder vi ud af, hvornår jeg har mulighed for at starte "dit" ønske-hold op.

Er holdet under 6 personer, kræver det en virkelig god mødedisciplin samt en højere deltagerpris.

Emner eller udfordringer der ofte efterspørges, er fx:

1. Tankemylder – jeg ønsker ro i mit hoved
2. Lavt selvværd – et ønske om at finde indre styrke og stå ved sig selv
3. Stress
4. Angst og usikkerhed
5. Far og mor skal skilles
6. Jeg føler mig udenfor

Skriv til mig hvis du ønsker at være med på et gruppeterapi-forløb.

Kontakt mig på:

Trine@coachogterapeut.dk

Kærligst

Trine Theilmann

Coach & Psykoterapeut MPF