

# Ambulante Gruppe

## Sozialkompetenztraining

### Informationen für Patientinnen und Patienten

#### An wen sich das Angebot richtet

Die Gruppe ist geeignet für Menschen, welche Schwierigkeiten haben, eigene Bedürfnisse und Interessen angemessen zu vertreten und durchzusetzen und/oder auf andere Leute zuzugehen und die Sympathie anderer zu gewinnen. Davon sind häufig selbstunsichere Menschen betroffen, welche sich auf Grund dieser Schwierigkeiten sozial zurückziehen oder schnell in Konflikte mit anderen Leuten geraten.

#### Das Therapieangebot

Das Üben von selbstsicherem Verhalten steht im Zentrum des Gruppentrainings. In Rollenspielen mit Videofeedback und in Form von Hausaufgaben lernen die Teilnehmenden, ihre Rechte durchzusetzen, eigene Gefühle und Bedürfnisse auszudrücken und um Sympathie zu werben.

#### Ort:

Psychiatrischer Dienst Münsingen,  
Dorfmatweg 8A, 3110 Münsingen

#### Zeit:

Donnerstag, 14:30 - 16:30 Uhr

#### Dauer:

Wöchentliche Sitzungen während 14 Wochen

#### Leitung:

M. Sc. Aurelia Welzel, Psychologin  
Daria Mirkovic, dipl. Pflegefachfrau HF

Vor dem Eintritt ins Gruppentherapieprogramm finden zwei Vorgespräche und nach Abschluss ein Abschlussgespräch im Einzelsetting statt. Zur Verlaufskontrolle werden zu Beginn und am Schluss Fragebogen ausgefüllt und besprochen.

#### Anmeldung

Betroffene, welche an den Psychiatrischen Diensten oder bei niedergelassenen Fachpersonen der Region in Behandlung sind, können schriftlich oder über die Telefonnummer 058 636 56 00 zugewiesen werden.