

Was wir vermitteln wollen

- Erlernen von Stressbewältigungsstrategien
- Achtsamkeitsschulung
- Selbstwerttraining
- Förderung zwischenmenschlicher Fähigkeiten
- Regulation von Gefühlsschwankungen und Spannungszuständen
- Verringerung von selbstschädigendem Verhalten

Diese Gruppe ist für Menschen mit

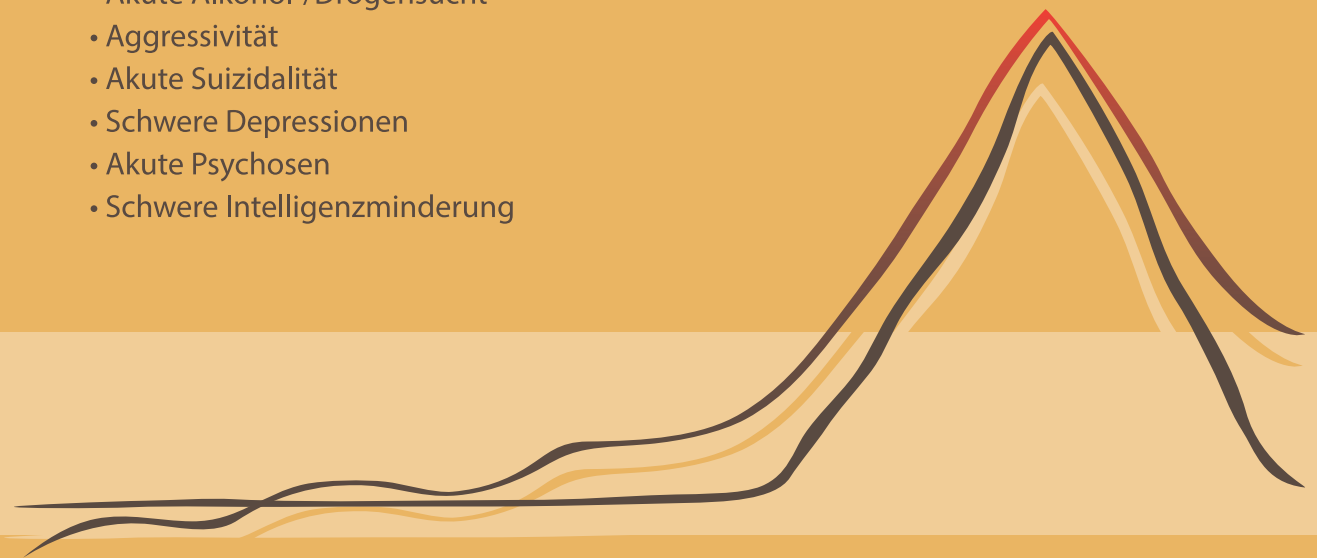
- Borderline-Persönlichkeitsstörungen
- dissoziativen Zuständen
- Emotionsregulationsstörungen
- selbstschädigendem Verhalten
- Spannungszuständen
- ADHS
- Posttraumatischer Belastungsstörung

Ausschlusskriterien:

- Akute Alkohol-/Drogensucht
- Aggressivität
- Akute Suizidalität
- Schwere Depressionen
- Akute Psychosen
- Schwere Intelligenzminderung

Setting

- wöchentliche Treffen
- kostenlose Teilnahme (für die Arbeitsunterlagen wird ein Unkostenbeitrag von 16 Euro erhoben)
- Gruppengröße 6 bis max. 8 Teilnehmer
- fortlaufende Gruppe (Quereinstieg möglich)



Die Treffen finden statt in
den Räumen der Pauline 13
Gemeindepsychiatrisches Zentrum
Paulinenstraße 12
88046 Friedrichshafen

Einmal wöchentlich 17:00 Uhr - 18:30 Uhr

Kontakt

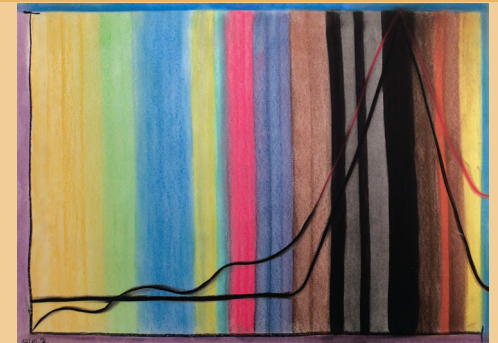
- Fr. Riede 0 75 41/4094 - 233
jutta.riede@pauline13.de
- Fr. Seefelder 0 75 41/4094 - 227
eva.seefelder@pauline13.de
- Fr. Kuhnhäuser 0 75 41/4094 - 232
teresa.kuhnhaeuser@pauline13.de
- Fr. Tarantino
sylvia.tarantino@pauline13.de

Interesse

Wenn Sie Interesse an unserer Skillsgruppe haben, melden Sie sich bitte unter einer der angegebenen Telefonnummern oder per Email. Es erfolgt dann ein Aufnahmegespräch, bei dem wir alles Weitere gerne mit Ihnen persönlich klären.



Ambulante
Skillsgruppe



der



PAULINE 13 e.V.