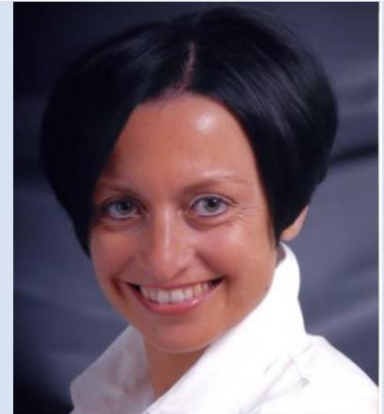




Den Austritt aus der Klinik und den Eintritt in den Alltag bewältigen

Ambulantes
gruppentherapeutisches Angebot
nach stationärem Aufenthalt



**Dipl.- Psych. Ariane
Kroll**

eidg. anerkannte
Psychotherapeutin



Während eines stationären Aufenthaltes befinden sich Patienten/innen in einem geschützten Rahmen und erhalten durch Fachpersonen und Mitpatienten/innen fachliche und menschliche Unterstützung und Verständnis.

Mit dem Austritt aus einer Klinik reduzieren sich die Hilfsangebote, gleichzeitig wachsen die Anforderungen: Der Alltag, die Arbeit, die Familie oder fehlende soziale Kontakte und natürlich der individuelle Umgang mit der psychischen Erkrankung lösen bei vielen Patienten/innen Ängste, Unsicherheit und Überforderung aus.

Die **Praxis beim Spalentor** möchte Sie über einen stationären Aufenthalt hinaus und zusätzlich zu einer Einzeltherapie bei der **Bewältigung dieser Aufgaben unterstützen**. Stationär erreichte Therapiefortschritte sollen vertieft sowie in den Alltag integriert werden. Für diesen Prozess werden die Vorteile einer Gruppe genutzt.

Angeleitet von einer Psychologin und Psychotherapeutin trifft sich eine **Gruppe ehemaliger stationärer Patienten/innen** verschiedener Kliniken über einen Zeitraum von einem halben Jahr alle zwei Wochen für eineinhalb Stunden in den Räumlichkeiten der Praxis beim Spalentor, Missionsstrasse 7, 4055 Basel.

Es handelt sich um eine halboffene Gruppe mit sich wiederholenden Modulen, dadurch ist der Einstieg jederzeit möglich.

Der theoretische Bezugsrahmen dieses gruppentherapeutischen Angebotes orientiert sich an der klassischen KVT, der Schematherapie nach Young, der Akzeptanz- Commitment Therapie nach Hayes und der Self Compassion Focused Therapie nach Gilbert.



Themen/Module:

- Strategien im Umgang mit negativen Emotionen
- Beruflicher Wiedereinstieg und Sozialversicherungen
- Tagesstruktur und sozialer Rückzug
- Umgang mit negativen Gedanken
- Akzeptanz
- Werte/Sinn im Leben
- Selbstwert
- Gestaltung von Beziehungen
- Arbeit mit dem inneren Kind
- Selbstmitgefühl
- Narzissmus
- Ein optionaler Termin

Informationsanlass für Interessierte:

Dienstag, 21.01.20, 17:00 bis 18:30 Uhr

Voraussetzung: Gleichzeitige Behandlung in einer Einzeltherapie
Start: Februar 2020, Einstieg jederzeit möglich
Ablauf: 12 Treffen, Treffen alle 14 Tage, jeweils dienstags 17:00 bis 18:30 Uhr
Kosten: Kosten werden von Zusatzversicherungen der Krankenkassen übernommen oder für Selbstzahler
Anmeldung: Dipl. Psychologin Ariane Kroll
Tel.: 079 831 18 00
ariane.kroll@praxisbs.ch
Kursort: Praxis beim Spalentor,
Missionsstrasse 7
4055 Basel

Praxis beim Spalentor
Dipl.- Psych. Ariane Kroll
eidg. anerkannte Psychotherapeutin
Missionsstrasse 7
4055 Basel

ariane.kroll@praxisbs.ch
T 079 831 18 00
www.praxisbs.ch