



'Gruppeterapi er en åben og fri samtale, hvor samspillet mellem deltagerne udnyttes i det terapeutiske arbejde. Der er ingen fast dagsorden og indholdet styres af de enkelte deltagers problemer og viden.

Gruppeterapi er en terapiform af længerevarende karakter, hvor man forpligter sig til et forløb på minimum 6 mdr. (ca. 20 gange). Det sikrer stabilitet og tryghed i gruppen og giver tid og rum til bearbejdelse af den enkeltes problemer.

Dynamisk gruppeterapi er evidensbaseret. Det betyder, at der er belæg for at det virker. Terapien er rettet mere mod bagvedliggende årsager end mod symptombehandling.

Teorigrundlaget stammer fra dynamisk korttidsgruppeterapi, gruppeanalyse, teorier om tilknytning og mentalisering.

En gruppe består typisk af 5-8 medlemmer, der mødes en gang om ugen.

I **Gruppeterapi** får deltagerne mulighed for at lære af hinandens erfaringer og mulighed for at arbejde direkte med relationer og kommunikation med andre mennesker.

Alle har tavhedspligt og ingen kan være i gruppe med nogen, de kender. Desuden har gruppens medlemmer ingen kontakt udenfor gruppen.

Deltagerne skal være klar til at

- Tale om relevante ting fra eget liv.
- Være åben og lyttende overfor de andre.

Gruppeterapeutens opgave er at lytte til samtalen og fremme gruppens forståelse af den enkelte deltagers reaktioner, følelser og tanker i forhold til andre og sig selv.

Opstart og deltagelse. Inden start er der en forsamtale, hvor vanskeligheder og baggrund afdækkes. Det giver mulighed for at blive klar over, om gruppeterapi er et relevant tilbud.

Praktiske informationer.

Tid: Tirsdage Kl. 17.00 – 18.30

PRIS: KR. 1200,- pr. mdr.



Lars Bo Jørgensen.
Nørregade 12, 41 00 Ringsted.
mail: lars@psyc.dk, tlf 23662390

Autoriseret psykolog, specialist og supervisor godkendt i psykoterapi og uddannet gruppeanalytiker.