

## Ambulante Skills-Gruppentherapie nach DBT

Sehr geehrte Damen und Herren

Wir bieten Ihnen zwei ambulante Skillsgruppen nach dem Konzept der dialektisch-behavioralen Therapie (DBT) von Marsha Linehan an.

Inhalte der Gruppe sind Trainingsmodule zu den Themen „Stresstoleranz“, „Achtsamkeit“, „Umgang mit Gefühlen“, „Zwischenmenschliche Fertigkeiten“ und „Selbstwert“.

Die Gruppe richtet sich an Patienten mit einer emotional-instabilen Persönlichkeitsstörung oder akzentuierten emotional-instabilen Persönlichkeitszügen.

Eine Voraussetzung für die Teilnahme an der Gruppe ist, dass die Teilnehmenden sich zusätzlich in psychotherapeutischer Einzelbehandlung befinden.

<b>Wann:</b>	Montags 10.00 – 11.45 Uhr oder Dienstag 10.00 – 11.45 Uhr
<b>Dauer und Frequenz:</b>	ca. 1 Jahr, wöchentlich
<b>Teilnehmerzahl:</b>	max. 8 Teilnehmer
<b>Anmeldung bei:</b>	Dipl.-Psych. Anke Ruff Tel.: 044-240 09 55, anke.ruff@hin.ch oder Dr. med. Daniel Christen Tel.: 044-240 09 60, daniel.christen@hin.ch oder Lic.phil.Philippe Kaeser Tel.: 044-240 09 57, kaeser@hin.ch

Wir freuen uns über Anmeldungen zu einem Vorgespräch.

Freundliche Grüsse

Philippe Kaeser, Daniel Christen und Anke Ruff