



SELBSTSICHERHEIT



PRIVATKLINIK WYSS

SEIT 1845



SICH SELBST MEHR ZUTRAUEN

Die Privatklinik Wyss bietet Patientinnen und Patienten mit fehlender Selbstsicherheit ambulante Lösungen an.

Anmeldung
Privatklinik Wyss AG
Psychiatrie, Psychotherapie
und Psychosomatik

Ambulante Dienste Bern
Tel. +41 (0)31 868 37 60
Fax +41 (0)31 868 37 61

Kosten
Kostenübernahme durch
die Krankenkasse bei ärztlicher
Verordnung

UNSICHER? SICHER! WEGE ZU MEHR SELBSTSICHERHEIT

Für ambulante Patientinnen und Patienten

Das Gruppenangebot richtet sich an Menschen, die sich im Umgang mit anderen Leuten unwohl fühlen und die an ihrem Selbstvertrauen arbeiten möchten.

Ziel der Behandlung ist, eigene Bedürfnisse und Gefühle bewusster wahrzunehmen und im Kontakt mit anderen Menschen besser für sich einstehen zu können. Anhand eigener Beispiele wird erlernt, wie man sich abgrenzt, seine eigene Meinung äussert, nein sagt, Gefühle zum Ausdruck bringt, Kritik äussert und mehr.

Selbstsicherheit und entsprechende sozial kompetente Verhaltensmöglichkeiten werden in Diskussionen, Rollenspielen und Übungen erarbeitet.

Teilnahmebedingungen

Regelmässige Teilnahme in der Gruppe während höchstens 20 Sitzungen.

Zeit

Die Durchführungszeiten sind auf der Website publiziert siehe www.privatklinik-wyss.ch/patienten/ambulant-alltag/aktuelle-termine-ambulanter-gruppen-therapien.

Ort

Die Gruppengespräche finden im Ambulanten Dienst (Areal Lindenhofspital, Hochhaus, 17. Stock) in Bern statt.



Privatlinik Wyss AG

Fellenbergstrasse 34
 3053 Münchenbuchsee
 Tel. +41 (0)31 868 33 33
 Fax +41 (0)31 868 34 00
 info@privatlinik-wyss.ch
 www.privatlinik-wyss.ch

