



SELBSTSICHERHEIT



PRIVATKLINIK WYSS

SEIT 1845



SICH SELBST MEHR ZUTRAUEN

Die Privatklinik Wyss bietet Patient*innen Informationen, Anleitungen und Austausch auf dem Weg zu mehr Selbstsicherheit.

Anmeldung

Privatklinik Wyss AG
Psychiatrie und Psychotherapie
Tel.: +41 31 868 37 60
Fax: +41 31 868 37 61
sekretariatambibern@pkwyss.ch

Kosten

Die Kosten für die ambulanten Gruppentherapien werden von der Grundversicherung übernommen.

UNSICHER? SICHER! WEGE ZU MEHR SELBSTSICHERHEIT

Für ambulante Patient*innen

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

Eine regelmässige Teilnahme an den Gruppengesprächen wird erwartet.

Zeit

Die Durchführungszeiten sind auf der Website ersichtlich: www.privatlinik-wyss.ch/leistungsangebot/behandlung/ambulante-dienste/aktuelle-termine-bern

Ort

Die Gruppengespräche finden in den Ambulanten Diensten an der Schläflistrasse 17 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