



PSYCHO THERAPIE GRUPPE

für Jugendliche & junge Erwachsene

Die
Gruppe
ermöglicht
es dir...

... mit
dir selbst
wohlwollend
umzugehen

... deinen
Körper, der Ort
all deiner bisherigen
Erfahrungen ist,
als Ressource
wahrzunehmen

... mit anderen
in Kontakt zu
kommen und dich
auszuprobieren

... in einem
sicheren
Gruppenrahmen
gute Erfahrungen
zu sammeln und
Selbstsicherheit
aufzubauen

... deine
Gefühle und
Bedürfnisse
genauer zu
erkennen und
auszudrücken

Wie arbeiten wir:

Psychodrama

„Handeln ist heilender als Reden.“

(Jakob Levy Moreno)

Das Psychodrama ist eine handlungs- und ressourcenorientierte Psychotherapiemethode, die den Menschen dabei unterstützt, wieder ins Handeln zu kommen und das Leben aktiv zu gestalten und zu verändern. Deshalb arbeiten wir neben Gesprächen auch mit verschiedenen kreativen Mitteln wie Bildern und Gegenständen, Musik oder Aufstellungen – je nachdem, was gerade passend ist. Auch das Lachen und der Spaß sollen dabei nicht zu kurz kommen!

Konzentriative Bewegungstherapie (KBT)

Mein Körper, das bin ja ich!

Die KBT versteht den Körper als Ort des gesamten psychischen Geschehens. Dabei spielt die Wahrnehmung im Hier und Jetzt sowie die Beziehung zum eigenen Körper eine zentrale Rolle. Wir arbeiten vorrangig mit Angeboten zur Körperwahrnehmung. Die Therapie findet nicht nur im Sitzen statt, sondern wir nutzen den gesamten Therapieraum – sitzen am Boden, gehen durch den Raum, sind in Bewegung – je nachdem, was gerade hilfreich ist.

In der KBT arbeiten wir auch mit unterschiedlichen Gegenständen, die du aus deinem Alltag kennst. In der Therapie nutzen wir sie, um damit Erlebtes darzustellen und somit sichtbar und gemeinsam besprechbar zu machen.

Psychotherapiegruppe

Ich – Du – Wir:

Wann: Montag 17:00-18:30 Uhr
wöchentlich

Wo: Hoffmannngasse 15
9020 Klagenfurt
Bewegungsraum im EG

Zielgruppe: ca. 16 bis 24 Jahre



MMag.ª Petra
Schurian-Pokorny



Mag.ª Christiana
Schaschl, MSc

Gruppenleitung:

MMag.ª Petra Schurian-Pokorny
Klinische Psychologin, Gesundheits-
psychologin, Sportpsychologin,
Pädagogin, Psychotherapeutin
in Ausbildung unter Supervision (KBT)
www.petra-schurian-pokorny.at
Tel: +43 660 4121292

Mag.ª Christiana Schaschl, MSc
Psychotherapeutin (Psychodrama)
www.christiana-schaschl.at
Tel. +43 664 2033483

Wir freuen
uns auf dich!