

## PSYCHOTHERAPIE in der Jahresgruppe Psychodramatische SELBSTERFAHRUNG

Die Jahresgruppe bietet die Möglichkeit sich mit belastenden Lebenssituationen konsequent auseinanderzusetzen. Um Klarheit für persönliche Lebensrollen zu gewinnen, werden dabei Szenen des Lebens rekonstruiert und eigene Handlungs- und Beziehungsmuster reflektiert. Sie lernen sich selbst und auch andere besser zu verstehen, sowie ihre Gefühle angemessen zu regulieren. Schließlich dürfen neue Handlungsstrategien entwickelt und in der Gruppe bzw. im alltäglichen Leben erprobt werden.

Im Hinblick auf ein „gegenseitiges Geben und Nehmen“ verpflichten sich alle Teilnehmer/innen der Gruppe zur Verschwiegenheit und bilden damit den geschützten Rahmen zur Bearbeitung persönlicher Themen.

**Leitung:** Michaela Schotzger, MSc | Psychotherapeutin (Psychodrama)

**Termine:** Montags, 14-tägig ab 19. September 2022  
jeweils von 17.30 bis 20.45 Uhr  
Donnerstags, 14-tägig ab 15. September 2022  
jeweils von 9.00 bis 12.15 Uhr

*Je nach freien Plätzen ist der Einstieg in die Jahresgruppe auch noch bis Jänner möglich.*

**Zielgruppe:** Menschen mit psychischen Belastungen oder psychosomatischen Beschwerden, sowie in emotional unsicheren Lebenslagen oder mit sich wiederholenden Beziehungsproblemen, Selbsterfahrungsinteressierte, die sich im Rahmen einer Psychodrama-Gruppe besser kennen lernen wollen, Ausbildungskandidat:innen.

**Voraussetzung:** Persönliches Vorgespräch, regelmäßige Teilnahme, Kostenzuschuss der Krankenkasse möglich / Kassenplätze verfügbar.

**Ort:** Begegnungsbühne, Bahnhofstraße 7/EG/Tür 1, 3300 Amstetten

Nähere Informationen und Anmeldung telefonisch unter **T 0664-1315320**  
oder per E-Mail an **info@begegnungsbuehne.at**