

Sich
selber *neu entdecken* und
ausprobieren



Ambulante Gruppe
zum Thema
«Mutig sein»

Ein Gruppenangebot des Ambulatoriums Wolhusen

Luzerner
Psychiatrie ***lups.ch***
Luzern | Obwalden | Nidwalden

Ambulante Gruppe zum Thema «Mutig sein»

Die Gruppe ermöglicht es den Teilnehmerinnen und Teilnehmern, in eine neue, fantastische Welt einzutauchen. In einer alternativen Dimension zur realen Alltagswelt werden verborgene Ressourcen erfahrbar gemacht, neue Perspektiven eröffnet und Handlungsalternativen zutage gefördert.

In der Gruppe erhält das Thema «Mut» einen geschützten Rahmen. Gemeinsam werden neue Zugänge zum eigenen Mut entdeckt. Mut haben heißt, sich in eine unbekannte Situation zu begeben, um diese dann spielerisch zu bewältigen. Dies stellt eine aktivierende Herausforderung dar, die mit theatertherapeutischen Mitteln angegangen wird. Ziel des Angebots ist es, Hemmungen und Ängste abzubauen und Selbstvertrauen, Mut und Spontaneität zu fördern. Im gegenseitigen Austausch können alle Teilnehmer*innen ihre neuen Erfahrungen teilen.

Therapieinhalte sind

- Steigerung der Selbstwirksamkeit und des Selbstvertrauens
- Auseinandersetzung mit eigenen Mustern und Handlungsalternativen
- Schulung der Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Schulung der sozialen Kompetenz und der Teamfähigkeit



In der Gruppe erhält das Thema «Mut» einen geschützten Rahmen. (Symbolbild)

Leitung

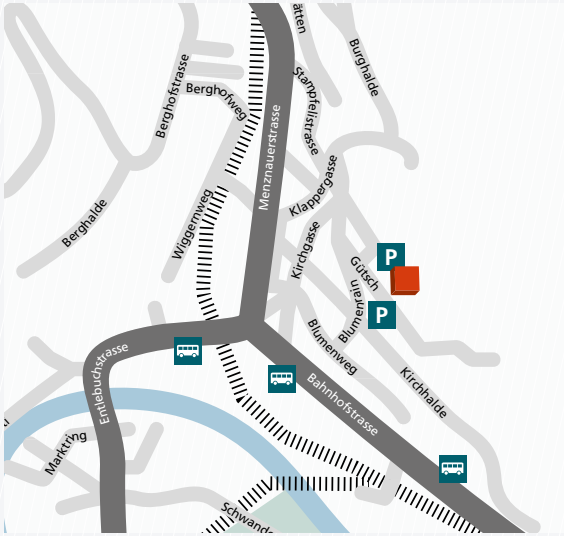
– Matthias Bürgler, Theaterpädagoge und Sozialpädagoge HF

Durchführung

Es handelt sich um eine geschlossene Gruppe mit 6–12 Patient*innen. Der Einstieg ist nur zu Beginn möglich. Die Daten entnehmen Sie bitte dem Beiblatt. Das Angebot wird ab sechs Anmeldungen durchgeführt. Die Anmeldung ist verbindlich.

Auskünfte

Für weitere Auskünfte stehen Ihnen die Mitarbeiter*innen des Ambulatoriums Wolhusen gerne zur Verfügung:
T 058 856 58 40.



Luzerner Psychiatrie AG

Ambulatorium Wolhusen

Josefshaus

Gütsch 1

6110 Wolhusen

Anmeldung

Bitte melden Sie sich telefonisch oder per E-Mail an. Die Kontaktdaten finden Sie untenstehend. Bei Patient*innen, die sich nicht in einer ambulanten Behandlung bei der Luzerner Psychiatrie befinden, ist ein Zuweisungsschreiben von der Hausärztin/vom Hausarzt notwendig.

Kosten

Die Kosten werden mit Ausnahme von Franchise und Selbstbehalt von den Krankenkassen übernommen.

Luzerner Psychiatrie AG | Ambulatorium Wolhusen
Josefshaus Gütsch 1 | 6110 Wolhusen
T 058 856 58 40 | ambulatorium.wolhusen@lups.ch | www.lups.ch

Luzerner
Psychiatrie **lups.ch**

Luzern | Obwalden | Nidwalden

Beziehung im Mittelpunkt