

Gruppentherapie

Trauma

Basismodule 1-8

Modul Nr.	Thema	Beschreibung
01	Einführung, Allgemeines, Symptome	<i>Wieso eine Gruppentherapie? Was ist „krank“? Was sind „Symptome“? Was sind meine individuellen Symptome?</i>
02	Diagnose, Abgrenzung von anderen Diagnosen	<i>Warum eine Diagnose? Was ist ein Trauma?</i>
03	Beziehungs dynamiken	<i>Tätersein – Täterhaltung Opfersein – Opferhaltung Trigger und Spiegelungen</i>
04	Therapie, Angebote	<i>Welchem allgemeinen Behandlungsangebote gibt es? Wie kann man die Diagnose behandeln?</i>
05	Klinik, Medikamente und Selbstbehandlung	<i>Wie kann eine stationäre Behandlung helfen? Was sollte ich über Medikamente wissen? Brauche ich wirklich einen Therapeuten? Kann ich mich selbst behandeln?</i>
06	Umfeld, Angehörige	<i>Wie gehe ich mit dem Umfeld um? Wie kann ich das vermitteln? Was sollten die Anderen wissen?</i>
07	Krisenplan	<i>Was mache ich in Krisen? Was ist eine Krise und woran erkenne ich diese? Was sollte ich bzgl. Überforderung wissen?</i>
08	Rückfälle, Prophylaxen, Abschluss & Ausblick	<i>Was muss ich über Rückfälle wissen? Welche Prophylaxen kann ich treffen? Das Ende der Gruppe und wie es weitergeht!</i>

Stand: 20.11.19