

## Gruppenpsychotherapie an der Drogenberatung

Wir verbringen fast unser ganzes Leben in Gruppen. Wir wachsen in einer Gruppe auf, wir lernen, spielen, arbeiten und leben in Gruppen. Sie prägen unser Selbst mit all den guten, aber auch schlechten Erfahrungen.

Die Therapiegruppe bietet die Möglichkeit sich mit aktuellen, vergangenen und zukünftigen Themen und Problemfeldern auseinanderzusetzen, sich von anderen Rückmeldungen zu holen und sich unterstützen zu lassen. Das Teilen einer Problemlage mit anderen wirkt entlastend und handlungsmotivierend. Darüber hinaus ist es durch einen respektvollen Umgang und eine wertschätzende Atmosphäre möglich positive Gruppenerfahrungen zu machen und somit anderen Menschen zu begegnen und in Kontakt zu sein.

Im Rahmen der Gruppenpsychotherapie werden Ressourcen sichtbar gemacht, soziale Kompetenzen gefördert und kreatives Gestaltungspotential aktiviert. Die Erfahrung von Selbstwirksamkeit innerhalb der Gruppe fördert die durch unterschiedliche Einflüsse (z.B. Sucht) beeinträchtigte Regiekompetenz im Leben.

Alle Gruppenmitglieder unterliegen der Schweigepflicht. Vor Einstieg in die Gruppe erfolgt eine detaillierte Besprechung der Rahmenbedingungen.

## Zielgruppe

Menschen, die von Suchterkrankung betroffen sind oder waren sowie Angehörige und Bekannte

## Organisatorisches

<i>Termine:</i>	25.02.2025	20.05.2025
	10.03.2025	03.06.2025
	25.03.2025	17.06.2025
	15.04.2025	01.07.2025
	06.05.2025	

Die Gruppentermine finden immer in der Zeit von 16.15 Uhr bis 18.30 Uhr statt.

*Ort:* Drogenberatung des Landes Steiermark

*Leitung:* Dr.<sup>in</sup> Dana Moore, MSc  
Mag. (FH) Paul Sprenger

*Kosten:* Das Angebot ist kostenlos.

## Interesse!?

Melden Sie sich entweder per *Telefon (0316/326044)* oder per *Mail (paul.sprenger@stmk.gv.at)* um ein Vorgespräch bei mir (Paul Sprenger) zu vereinbaren. So können alle Fragen ganz unverbindlich und natürlich vertraulich geklärt werden. Ich nehme mir gerne Zeit für Sie!

## Weitere Gruppenangebote an der Drogenberatung Kompetenz-Gruppe Sucht

In der Kompetenzgruppe treffen sich Fachkräfte aus verschiedenen Bereichen der Kinder- und Jugendhilfe, der Kinder- und Jugendarbeit und anderen psychosozialen Suchthilfeeinrichtungen aus Graz und der Steiermark. Die Gruppe soll in erster Linie die Möglichkeit von Fallbesprechungen bieten; in zweiter Linie werden auch aktuelle suchtspezifische Schwerpunktthemen behandelt. Die Vielfalt, die durch die vertretenen Professionen und Arbeitsbereiche entsteht, ermöglicht einerseits eine reichhaltige Mischung aus differenzierten Blickwinkeln im Austausch und in der Reflexion und andererseits kreative Lösungsansätze und neue Ideen im professionellen Alltag.

### Die NADA-Ohrakupressur hilft Menschen die

- ein Abhängigkeitsproblem überwinden wollen
- unter innerer Unruhe und Schlafstörungen leiden
- unter Druck stehen
- Angst haben
- unter dauernder Müdigkeit und Erschöpfung leiden

Die Ohrtherapie nach dem NADA-Protokoll findet in einer Gruppe statt.

Ihnen werden fünf kleine Magnetpflaster beidseitig an bestimmte Stellen des Ohres geklebt, danach folgt eine Ruhephase von 20-30 Minuten, währenddessen Sie im Behandlungsraum sitzen bleiben und die Anwendung auf sich wirken lassen. Im Anschluss können Sie den NADA-Tee trinken, der die positiven Effekte verstärkt.

## Drogenberatung des Landes Steiermark

### Psychotherapeutische Gruppe

Was heilt  
ist die  
Beziehung  
(Irvin D. Yalom)

