

PSYKOTERAPIARYHMÄ ALOITTA ELO-SYYSKUUSSA 2012

Ryhmäpsykoterapia soveltuu lähes kaikille, joille voidaan suositella psykoterapiaa ja se soveltuu myös jatkohoitona yksilöterapian jälkeen. Ryhmä sopii erityisesti masentuneisuudesta, ahdistuneisuudesta, itsetunto-ongelmista, työuupumuksesta tai psykosomaattisista oireista kärsiville.

Hoidon onnistuminen edellyttää terapiaan hakeutuvalla hakuk-kuutta puhua itsestään, elämästään, ihmissuhteistaan ja ongelmistaan ryhmässä. Ryhmän jäseniltä vastaavasti edellytetään halukkuutta kuunnella muita ja samalla tarkastella omaa tapaansa olla vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Ryhmään osallistuminen vaatii sitoutumista ryhmäprosessiin, johon liittyy myös salassapidon velvoite.

Ryhmäpsykoterapian tuloksellisuus perustuu vuorovaikutukseen: sitoutumiseen, jakamiseen, palautteen antamiseen ja vastaanottamiseen, oivaltamiseen sekä välittämiseen. Nämä tekijät tukevat itseymmärryksen lisääntymistä ja henkilökohtaisten vaikeuksien lievittymistä.

Ryhmä kokoontuu Psykoterapiakeskus Mind Repressionin tiloissa, Kaisaniemenkatu 1C:ssä, tiistai-iltaisoin klo 17-18.30. Ryhmän toiminnan kannalta on tärkeää, että jokainen sitoutuu vähintään yhden vuoden ajaksi ja säännöllisesti ryhmän toimintaan.



Sirpa Kumpuniemi
psyk.sh,
ET-ryhmäpsykoterapeutti,
depressiokouluohjaaja
VALVIRA, KELA

Osallistumismaksu on 50 euroa kokoontumiskerralta.
Ryhmään valinta tapahtuu yksilöhaastattelun kautta.
Kustannuksiin voi hakea Kelan tukea. Kela korvaa 26-67
vuotiaille 20,89€, 16-25 vuotiaille 33,64€. Kelakorvaus
edellyttää psykiatrin kirjoittamaa B-lausuntoa.

Tiedustelut ja haastatteluajan varaus
puh. 044 334 3237
tai s.kumpuniemi@luukku.com