



Therapeutische Gruppenarbeit für Frauen mit Ego-States

In dieser Gruppe können sich Frauen mit Ego-States in einem geschützten Rahmen kennen lernen und austauschen.

Die menschliche Antwort auf traumatischen Stress ist die Dissoziation. Durch Dissoziationen können in Folge von Traumatisierungen in der Persönlichkeit Ego-States (Ich-Zustände) entstehen, die der Seele helfen zu überleben. Auch wenn das belastende Erlebnis / die Traumatisierung schon lange zurückliegt, bleiben diese States bestehen.

Es kann sowohl kindliche als auch erwachsene Ego-States in der Persönlichkeit geben, mit jeweils eigenen Wahrnehmungen, Bedürfnissen, Rollen und Motivationen. Ego-States können auch in Stimmungen oder Symptomen zum Ausdruck kommen. Oft können Ego-States angesprochen und befragt werden wie Personen. Sie tragen viele Ressourcen und Stärken in sich.

In dieser Gruppe können Frauen im Austausch mit anderen Frauen z.B.: ihre Ego-States kennenlernen, den Austausch und die Zusammenarbeit mit den eigenen Ego-States entwickeln, lernen, sich die Stärken und Ressourcen ihrer Ego-States nutzbar zu machen, Ideen für die Versorgung von kindlichen States sammeln.

Die Gruppe ersetzt keine Psychotherapie, kann allerdings eine begleitende Ergänzung sein.

Methoden: Die Gruppe arbeitet mit wechselnden Methoden und Angeboten, die sich an den Wünschen und Bedürfnissen der Teilnehmerinnen orientieren.

Termin: 14-tägig voraussichtlich montags

Kosten: 20,00 € pro Termin/ Sozialtarif ist nach Absprache möglich

Leitung: Britta Neumann, Psychologische Psychotherapeutin, Gestalttherapeutin, Psychotraumatheapeutin DeGPT

Michaela Welzel, Dipl.- Sozialpädagogin, Gestalttherapeutin, Traumafachberaterin

Anmeldung: zu Vorgesprächen ab sofort unter 0531 / 47221028



Goslarsche Str. 88
38118 Braunschweig
Tel. 0531 • 47221028
kontakt@DISundDas-Gbr.de
www.DISundDas-GbR.de