



**Informationsabend am 29.08.2013 zum**

## **Fertigkeiten -Training nach DBT-A** **für Jugendliche und Eltern**

Liebe Gruppenteilnehmer und Gruppenteilnehmerinnen,  
mit diesem Infoblatt möchten wir Euch und Eure Eltern offiziell einladen.  
Wir freuen uns auf Euer Kommen!

**Ziele und Inhalte des Trainings:** Umgang mit Stress und Impulsivität; Selbstverletzungen und Aggressionen; Bewältigung von Konflikten im Alltag/ Familie und Schule; Auseinandersetzung mit eigenen Unsicherheiten und Schwierigkeiten sowie mit Essstörung und Sucht.

**Informationsgespräch:** 17.30 -18.30 Praxis Beckmann-Fieber, Heinrichstr.3 64342 Seeheim

**Beginn:** in ca. 4-6 Wochen nach dem Infogespräch

**Dauer:** 17 Gruppensitzungen und einem Abschlusstreffen. (Keine Gruppe in den Ferien)

**Ort:** Psychotherapeutische Praxis Beckmann-Fieber, Heinrichstr.3; 64342 Seeheim

**Alter:** 13-19 Jahre **Gruppengröße:** 5-6 Jugendliche mit einem Elternteil

### **Ablauf des DBT-A-Gruppentrainings:**

1. Begrüßung – 2. Achtsamkeitsübung – 3.Blitz-Licht – 4. Hausaufgaben – 5. neue Informationen -6.Achtsamkeitsübung – 7. Abschluss

#### **WAS ?**

- 5 Module/Einheiten: \* Achtsamkeit => Identitätsstörung  
\* Stresstoleranz => Impulsivität  
\* Emotionsregulation => emotionale Instabilität  
\* Zwischenmenschliche Beziehungen => soziale Schwierigkeiten  
\* Einen guten Mittelweg finden => Konflikte innerhalb der Familie

#### **WARUM ?**

**Gruppentrainer:** Frau Dipl.-Psych. Petra Beckmann-Fieber u. Herr Dipl.-Psych.Marco Unali

**Kosten: Einzeltherapie = Krankenkasse**

**Gruppentraining = Selbstzahler: 350,-€ pro Person (für 18 Doppelstunden)  
(und auch Krankenkasse)**

**Anmeldung:** Praxis Beckmann-Fieber 06257/ 86 81 18 - Praxis Marco Unali 06151/ 660 24 82

Hiermit melde ich mich mit meiner Tochter/Sohn verbindlich für das DBT- Fertigkeiten -[Training](#) an.  
Die Summe von 2 x 350,- € werde ich zu Beginn des Trainings mitbringen.

Name:

Datum und Unterschrift:

