



AMBULANTE GRUPPENTHERAPIE NEUES ANGEBOT STARTET

Kurz zusammengefasst

- > Tiefenpsychologische Gruppe
- > Verhaltenstherapeutische Interventionsgruppe im Kurzzeitformat (24 Sitzungen)
- > Plätze noch verfügbar

Wenn Veränderung im Miteinander gelingt

Manchmal fühlt sich der Weg aus psychischen Belastungen lang und einsam an. Hier kann Gruppentherapie helfen: In einem geschützten Rahmen treffen Menschen aufeinander, die ähnliche Herausforderungen erleben. Durch den Austausch, gegenseitige Unterstützung und die Reflexion eigener Erfahrungen entstehen oft neue Einsichten – und manchmal auch überraschende Lösungen, die allein schwer zu finden wären.

Ein neues Angebot: Kurzzeitgruppe mit Fokus auf Verhalten

Mit den ambulanten Gruppentherapieangeboten erweitert die private Ambulanz und Tagesklinik in Hamburg ihr Angebot nun um ein Kurzzeitformat: 24 Sitzungen, klar strukturiert und praxisnah. Ziel ist es, Menschen mit akuten Anliegen gezielt zu unterstützen.

„Die Wirksamkeit von Gruppentherapie ist in Studien belegt und spiegelt auch unsere positiven Erfahrungen aus den Behandlungen in der Tagesklinik wider. Ich freue mich sehr, dass wir dem Wunsch vieler Patient:innen nachkommen konnten und nun ein entsprechendes Angebot in unserer Ambulanz haben“, erklärt Dr. Anna-Katharina Siem, Chefärztin der Blumenburg Hamburg.

Dieses direkte Miteinander wird durch das Zusammenspiel von Teilnehmer:innen und Therapeut:innen möglich. Im Gruppengeschehen können eigene Verhaltensmuster reflektiert und neue Strategien erprobt werden – alles in einem sicheren, geschützten Rahmen. Die Dynamik der Gruppe schafft Motivation, Austausch und manchmal auch überraschende Einsichten, die eine Einzeltherapie allein nicht leisten kann.

„Mit der neuen verhaltenstherapeutischen Gruppe möchten wir diejenigen abholen, die den Wunsch nach Veränderung verspüren und offen dafür sind in einem geschützten Rahmen gemeinsam Themen zu reflektieren“, ergänzt Frau Dr. Siem.



Damit reagiert die Blomenburg Hamburg auf unterschiedliche Bedürfnisse: Während die tiefenpsychologische Gruppe langfristige Begleitung bietet, richtet sich die neue Gruppe an Menschen, die erste Schritte aus belastenden Lebenslagen unter professioneller Anleitung gehen wollen.

Termine und Anmeldung

Die Gruppen finden statt am:

- Tiefenpsychologische Gruppe: Mittwoch | 17:30 Uhr für 100 Minuten
- Verhaltenstherapeutische Gruppe: Montag | 16:00 Uhr für 100 Minuten

Für beide Gruppen sind aktuell noch Plätze frei. Zu Beginn der Gruppentherapie findet ein Vorgespräch statt in dem gemeinsam die Möglichkeit der Teilnahme an der Gruppe besprochen wird.

Weitere Informationen und Anmeldung: [Blomenburg Private Tagesklinik & Ambulanz Hamburg - Ambulante Gruppentherapie](#)