

# Institut für Systemische Therapie

Psychotherapie Einzel Paar Familie  
Supervision Coaching Fortbildung  
Am Heumarkt 9/2/22, A-1030 Wien  
01/714 38 00, [office@ist.or.at](mailto:office@ist.or.at)



## Hoffen, stärken, verändern Systemische Gruppentherapie



### Carmen Unterholzer & Evtimiya Radeva Kulnigg

Vieles ist in einer Gruppe **einfacher** als alleine. Wir können Entwicklungen bei anderen miterleben und so **Mut** zur eigenen Veränderung gewinnen. Die Gruppe kann uns bei Schwierigkeiten beistehen und positive Schritte unterstützen.

In der Gruppe arbeiten wir **ressourcenorientiert**, wir schauen, was bisher gut funktioniert hat, und verstärken es. Das, was weniger funktioniert, was weniger guttut, **verabschieden** wir. Die Gruppe soll unterstützen, aus dem Kreisen in negativen Gedanken, aus destruktiven Verhaltensweisen, aus unproduktiven Ideen rauszukommen. Stattdessen wollen wir **mehr Lebensqualität**, mehr Kraft und mehr Selbstliebe fördern.

Die Gruppe ist gedacht für Menschen, die ihre Stärken wieder leben, problematische Verhaltensweisen verändern und etwas für ihre Gesundheit tun wollen. **Teilnehmer:innenzahl** beschränkt auf maximal 12 Personen

**Dr.<sup>in</sup> Carmen C. Unterholzer** Psychotherapeutin (systemische Familientherapie) am Institut für Systemische Therapie, Wien, Lehrtherapeutin der ÖAS

**Evtimija Radeva-Kulnigg** Psychotherapeutin (systemische Familientherapie) am Institut für Systemische Therapie, Wien, Lehrtherapeutin der ÖAS

**Termine:** Samstag, 22. Februar 2025 (Beginn), 10 Termine, 1 x monatlich samstags (ab und an auch sonntags), 14.00 – 18.00 (kostenloses Vorgespräch verpflichtend)

**Kosten:** € 1 100,- (Teilrefundierung durch die Krankenkasse möglich)

**Ort** Institut für Systemische Therapie, Am Heumarkt 9/2/22, 1030 Wien

**Anmeldung** online über [www.ist.or.at](http://www.ist.or.at)