



Frei
sein

Gruppentherapie für mehr Mut und Selbstsicherheit für Jugendliche und junge Erwachsene

Die **Psychotherapeutische Hochschulambulanz für Babys, Kinder, Jugendliche und (werdende) Eltern** der LMU München bietet eine **Gruppentherapie** für junge Menschen von 15 bis 20 Jahren mit Angststörungen an:

- Fällt es dir schwer, auf neue Leute zuzugehen oder Freund*innen zu finden?
- Stehst du ungern im Mittelpunkt?
- Ist es dir unangenehm, zu telefonieren, Referate zu halten oder von Anderen beobachtet zu werden?
- Machst du dir oft Sorgen?



Dann kann dir diese **Gruppentherapie** helfen, gemeinsam mit Anderen, emotionale und soziale Fertigkeiten zu lernen, zu üben und mehr Selbstbewusstsein zu bekommen.

Die **Gruppentherapie** beruht auf anerkannten verhaltenstherapeutischen und achtsamkeitsbasierten Methoden und umfasst 8 wöchentliche Termine zu je 100 Minuten (*außer in den Ferien*). Die genauen Termine findest du auf unserer Homepage <http://www.psy.lmu.de/kiju/kiju-hochschulambulanz/>

Anmeldung

Bei Interesse vereinbare bitte per Mail oder telefonisch einen Termin für ein Erstgespräch.

Psychotherapeutische Hochschulambulanz der LMU München für Babys, Kinder, Jugendliche und (werdende) Eltern

Leopoldstraße 44, 80802 München

Tel.: 089 / 2180 - 72 578

Fax: 089 / 2180 - 72 517

Email: kiju-hochschulambulanz@psy.lmu.de

Homepage: <http://www.psy.lmu.de/kiju/kiju-hochschulambulanz/>

Leitung

■ Dipl.-Psych. **Tanja Kretz-Bünese** (Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin); ■ Prof. Dr. **Corinna Reck**

■ Ansprechpartnerinnen: Dr. **Ursula Geisler** (Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin); Dipl.-Psych. **Pilar Gámez Moreno** (Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin)

Kosten

Die Kosten werden in der Regel von den Krankenkassen übernommen. Die Teilnahme an einer **Gruppentherapie** ist auch parallel zu einer Einzeltherapie möglich.

Wo findest Du uns?

U3

U6

154

Die **Psychotherapeutische Hochschulambulanz** liegt in München-Schwabing. Mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichst du uns mit der U3/U6 *Giselastraße* oder mit dem Bus 154, Haltestelle *Giselastraße*.