



Praxis Anna Moor
Währinger Straße 188-190/1/1
1180 Wien

Jahresgruppe

ESSSTÖRUNGEN

Das Angebot richtet sich an Menschen, die sich mit Essproblemen in ihrem Alltag auseinandersetzen möchten und eine nachhaltige Veränderung anstreben.

Voraussetzung für die Teilnahme ist ein Erstgespräch um abzuklären, ob die Gruppe das geeignete Setting ist. Es handelt sich dabei NICHT um eine „Abnehmgruppe“ oder um eine diagnose-spezifische Gruppe.

Therapiemethode

Es handelt sich um eine verhaltenstherapeutische Gruppe. Neben dem Austausch während der Gruppentreffen entstehen die Veränderungen vor allem durch Hausaufgaben zwischen den Terminen. Sie trainieren neue Verhaltensweisen und lernen sich selbst zu regulieren.

Inhalte

- Symptome der Essstörung
- Selbstmanagement
- Achtsamkeit und Akzeptanz
- Gesundes Essverhalten
- Umgang mit Emotionen
- Umgang mit Beziehungsmustern
- Stresstoleranz

Zielgruppe

Erwachsene Menschen mit einer Essstörungs-Diagnose, die bereit sind, sich mit der eigenen Person auseinanderzusetzen und aktiv an sich arbeiten möchten

Gruppengröße

6-8 Personen

Dauer und Häufigkeit der Gruppen-Treffen

Es handelt sich um eine Jahresgruppe, die zwischen September und Juni 2x monatlich stattfindet. Sie nehmen am gesamten Turnus teil. Anschließend ist es möglich, eine fortführende Gruppe zu besuchen.

Kosten

Erst- & Abschlussgespräch: 60€

Personen, die bereits bei mir in Einzelbehandlung sind, benötigen kein Erst- bzw. Abschlussgespräch.

Gruppentreffen à 90 Minuten (= 2 Einheiten): 60€

ergänzende Einzelgespräche (max. 1 pro Quartal): 60€

Termine

Die jeweiligen Termine erhalten Sie beim Erstgespräch.

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt ausschließlich nach einem persönlichen Gespräch.

Die Kosten für das Erstgespräch sind direkt im Anschluss zu begleichen.

Die Kosten für die ersten 10 Gruppeneinheiten (600€) sind vor Beginn der Teilnahme zu begleichen, die zweite Hälfte nach einem halben Jahr.

Um die Teilnahme neben einem Arbeits- oder Studienalltag ermöglichen, finden die Termine vorzugsweise am frühen Abend statt.

Weitere Infos

Bei den Gruppenterminen sind keine Begleitpersonen vorgesehen.

In den Gruppen herrscht Verschwiegenheit nach außen. Diese und weitere Gruppenregeln werden beim Erstgespräch besprochen und akzeptiert.

Ein Einstieg in die laufende Gruppe ist nicht möglich. Am Ende steht ein Einzelgespräch zur Evaluierung des Therapieprozesses.

Die gesetzlichen Krankenkassen sehen eine Refundierung für Gruppenpsychotherapie vor. Genaue Informationen erhalten Sie im Erstgespräch.

In diesem Fall ist es nötig, spätestens vor der 2. Gruppeneinheit eine ärztliche Untersuchung zu absolvieren.

Kontakt

Praxis Anna Moor

Diätologie & Psychotherapie

Anna Moor, BEd MSc nutr. med.

Diätologin

Psychotherapeutin (Verhaltenstherapie)

Währinger Straße 188-190/1/1, 1180 Wien

+43 699 18663704

office@praxis-moor.at

<https://www.praxis-moor.at>

