

Wie erreichen Sie uns?

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Psychiatrische Institutsambulanz
Starkenburgring 66
63069 Offenbach am Main

Öffnungszeiten

Montag bis Donnerstag 08:00 bis 17:00 Uhr
Freitag 08:00 bis 16:00 Uhr

In dringenden Notfällen können Sie sich außerhalb der Öffnungszeiten in unserer Zentralen Notaufnahme melden.

Anmeldung und Terminvereinbarung sind während der Öffnungszeiten möglich unter:

Tel.: 069 8405-4033

Fax: 069 8405-4668

E-Mail: PIA-SOF@sana.de

Wir sprechen auch Russisch, Ukrainisch, Italienisch, Englisch und Französisch.



Sana Klinikum Offenbach GmbH
Akademisches Lehrkrankenhaus der
Johann Wolfgang Goethe-Universität Frankfurt am Main
Starkenburgring 66 | 63069 Offenbach
Tel.: 069 8405-0 | E-Mail: info-sof@sana.de
www.sana.de/offenbach

Sana Klinikum
Offenbach

Klinik für Psychiatrie
und Psychotherapie



Version 1 | Dr. Eva-Maria Hoffmann | 03.2024

Gruppe zur Depressions- bewältigung

Ein ergänzendes Angebot der
Psychiatrischen Institutsambulanz (PIA)
des Sana Klinikums Offenbach



Liebe Patientinnen und Patienten,

psychotherapeutische Ansätze spielen in der Behandlung von Depressionen, neben dem Einsatz von Psychopharmaka, eine sehr wichtige Rolle. Dazu gehört auch die Gruppentherapie. Eine Kombination verschiedener Behandlungsansätze erhöht die Chance auf Verbesserung der depressiven Symptomatik. Daher bieten wir, als ergänzenden Baustein unserer Behandlung in der PIA, auch eine gruppentherapeutische Begleitung an.

Wie hilft dieses Angebot?

Unser Gruppenangebot basiert auf einem kognitiv-verhaltenstherapeutischen Programm nach Schaub, Roth und Goldmann, das 2013 entwickelt wurde und sich weltweit bewährt hat.

Der inhaltliche Schwerpunkt der Gruppe liegt dabei zum einen auf dem moderierten **Austausch mit Anderen** und der **Vermittlung von Wissen** über die eigene Erkrankung und Strategien zur Bewältigung.

Themen sind zum Beispiel:

- Symptome, Ursachen, Behandlungsformen der Depression
- Was können Sie selbst tun, um wieder aktiver zu werden und Freude im Leben zu finden?
- Welche typisch depressiven Denkmuster beeinflussen die Stimmung? Wie können diese erkannt und verändert werden?
- Was können Sie tun, um stabil zu bleiben?

Wann und wie oft findet die Gruppe zur Depressionsbewältigung statt?

Dieses Gruppenangebot findet im Zweiwochen-takt statt und erstreckt sich **über 12 Termine**. Je Termin sollten Sie etwa **90 min.** einplanen. Es können max. **10** Patient*innen an der Gruppe teilnehmen.

Genaue Zeiten und Veranstaltungsort erfahren Sie in der PIA.

Anmeldung

Um an dem Gruppenangebot teilnehmen zu können, müssen Sie Patient*in unserer PIA sein, an einer depressiven Symptomatik leiden und verbindlich an einem zweiwöchentlichen Gruppenangebot teilnehmen können.

Zu Beginn findet zur Klärung Ihrer individuellen Ziele und Fragen ein kurzes Vorgespräch mit der Kursleitung statt.

Zwecks verbindlicher Anmeldung melden Sie sich bitte im Sekretariat der PIA.

Ihr direkter Link zur PIA
www.sana.de/offenbach/medizin-pflege/psychiatrie-und-psychotherapie/pia

