



Depressionsbewältigungsgruppe

Diese kognitiv-verhaltenstherapeutisch orientierte Gruppe mit psychoedukativen Modulen umfasst folgende Inhalte: Krankheitsmodell einschliesslich Ursachen und aufrechterhaltenden Bedingungen, Aufbau positiver Aktivitäten, kognitive Umstrukturierung, Rückfallprophylaxe inklusive Frühanzeichen und Notfallplan. Neben der Vermittlung von Informationen und Modellen der Depression werden Bewältigungsstrategien erarbeitet.

Altersgruppe

Erwachsene

Zielgruppen

Depression, Burnout

Versorgung

Spezialversorgung

Typ

Ambulantes Angebot

ANMELDUNG UND AUFNAHME

Zuweisungen sind nur durch Ärztinnen und Ärzte, Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten möglich.

KONTAKT

**UNIVERSITÄRE PSYCHIATRISCHE
DIENSTE BERN (UPD)**

**Universitätsklinik für Psychiatrie
und Psychotherapie**

Kriseninterventionstagesklinik (KIT)

Barbara Schwab
Murtenstrasse 21
3008 Bern
Telefon 031 632 88 11
E-Mail: barbara.schwab@upd.ch
www.upd.ch
