clienia

Führend in Psychiatrie
und Psychotherapie

Recovery-Gruppe bei Clienia Littenheid

Erfahrungsaustausch unter Patientinnen und Patienten

Stationsübergreifende Recovery-Gruppe

Die Recovery-Gruppe ist ein ausschliesslich Peer-geleiteter Austausch für alle Patientinnen und Patienten, die sich in stationärer Behandlung befinden und mindestens 18 Jahre alt sind.

Ziel der Gruppe
Anregungen für den ganz persönlichen Genesungsprozess zu erhalten und Erfahrungen in der Erkrankung als Chance für ein sinnerfülltes Leben zu sehen.

«Wenn du etwas willst,
was du noch nie gehabt hast,
musst du etwas tun,
das du noch nie getan hast.»

Die Gruppe ist modular aufgebaut und umfasst die folgenden Themen:

- **Modul 1**
  Recovery: Der persönliche, eigene Genesungsweg
- **Modul 2**
  Sinnhafte Alltags- und Krisenbewältigung
- **Modul 3**
  Stigma und Selbstmitgefühl
- **Modul 4**
  Inklusion: Sinnhafte Beschäftigung – Beziehungen zurück zur Normalität
- **Modul 5**
  Resilienz und Zuversicht: Was hält mich lebendig auf meinem Recovery-Weg?

Voraussetzungen für die Teilnahme

- Ich traue mir zu, dem Gruppengeschehen zu folgen und werde mich aktiv daran beteiligen
- Bei akuter Suizidalität sowie bei akutem Selbstverletzungs- oder Dissoziationsdrang bin ich willens und fähig, mir Hilfe zu holen
- Die Teilnahme wurde mit dem Einzeltherapeuten/der Einzeltherapeutin oder der Bezugsperson abgesprochen

Durchführung

Donnerstags von 16:15 bis 17:30 Uhr im Haus Erle «Schulungsraum gross».

Leitung

Andreas Salina
Peermitarbeiter
E-Mail: andreas.salina@clienia.ch

An- und Abmeldungen

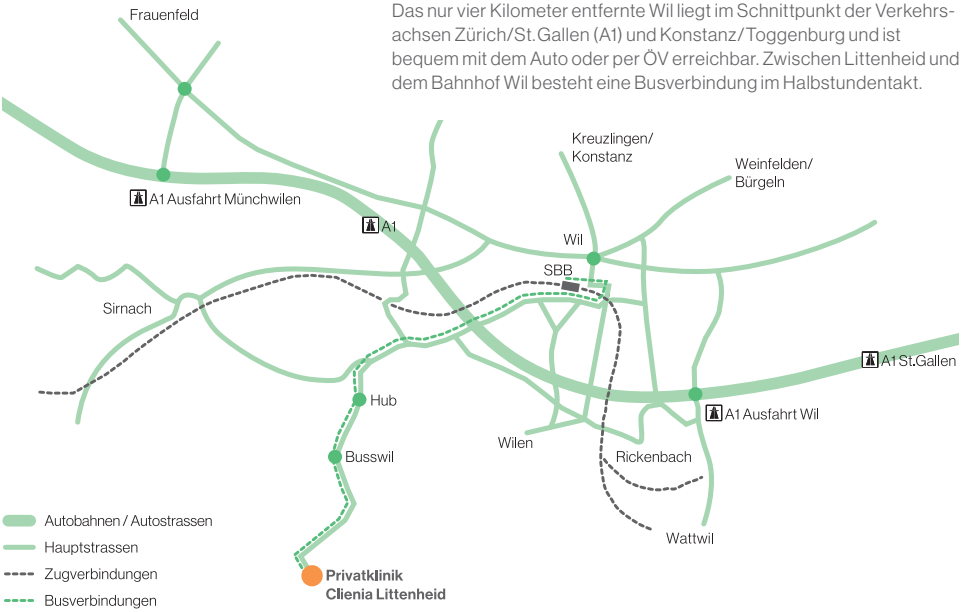
via INES-Workflow
bei Sevérina Kümin
Peermitarbeiterin

Wichtig zu wissen

- Die Teilnehmerzahl ist auf maximal sieben Personen beschränkt
- Die Teilnahme ist auf maximal fünf Module ausgelegt und wird danach automatisch beendet
- Wer zweimal fehlt, wird aus der Gruppe ausgeschlossen

Anreise

Das nur vier Kilometer entfernte Wil liegt im Schnittpunkt der Verkehrsachsen Zürich/St. Gallen (A1) und Konstanz/Toggenburg und ist bequem mit dem Auto oder per ÖV erreichbar. Zwischen Littenheid und dem Bahnhof Wil besteht eine Busverbindung im Halbstundentakt.



Clienia Littenheid AG

Privatklinik für Psychiatrie
und Psychotherapie
Hauptstrasse 130
CH-9573 Littenheid
Telefon +41 71 929 60 60
info.littenheid@clienia.ch
www.clienia-littenheid.ch

SIWF FMH ISFM
zertifizierte Weiterbildungsstätte 2023

Recognised by EFQM ★★★★ 2021

Clienia-Institutionen

Privatklinik Littenheid | Privatklinik Schlössli | Bergheim | Psychiatriezentrum Frauenfeld | Psychiatriezentrum Sirnach | Psychiatriezentrum Wetzikon | Gruppenpraxen Dietikon, Frauenfeld, Männedorf, Muri, St. Gallen, Uster, Winterthur, Zürich-Oerlikon und Zürich-Seefeld | Ambulatorium für Kinder und Jugendliche Winterthur | ZKJF Zentren für Kind Jugend und Familie Amriswil, Frauenfeld und Kreuzlingen

01.23