



Freie Universität



Berlin

# Hochschulambulanz

## Psychotherapie • Diagnostik Gesundheitsförderung

Schwerpunkt Kindes- und Jugendalter

### Leitung

Prof. Dr. Claudia Calvano

### Anmeldung

Telefon: +49 30 838-56305

Fax: +49 30 838-456305

[kjp-ambulanz@psychologie.fu-berlin.de](mailto:kjp-ambulanz@psychologie.fu-berlin.de)

[www.fu-berlin.de/psychologische-ambulanz](http://www.fu-berlin.de/psychologische-ambulanz)

### Anfahrt

Hochschulambulanz für Psychotherapie

Freie Universität Berlin

Schwerpunkt Kindes- und Jugendalter

Schloßstraße 1, 12163 Berlin

Zugang über Gutmuthsstraße über Turm 2

**S-Bahn:** S1 Feuerbachstraße

**U-Bahn:** U9 Walther Schreiber Platz

**Bus:** 181, 186, M48, M76, M85, X76



## Soziale Angst – Gruppe für Jugendliche

### Worum geht es?

Die verhaltenstherapeutische Gruppentherapie richtet sich an Jugendliche, die in sozialen Situationen Ängste haben oder sich sehr unwohl fühlen. Ziel der Gruppe ist es, mit Hilfe von praktischen Übungen diese Ängste abzubauen.

Die Kosten für die Gruppentherapie werden nach Antragsstellung von der Krankenkasse übernommen.

### Inhalte

- Wissen über die Entstehung und Aufrechterhaltung von sozialen Ängsten
- Schwierige Situationen besprechen und neue Verhaltensweisen erproben
- Negative Denkmuster erkennen und verändern
- Körperliche Symptome verstehen und situationsangemessen deuten

Die Gruppe besteht aus vier bis sechs Teilnehmer:innen und wird von psychologischen Psychotherapeut:innen und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut:innen durchgeführt.