

# Gemeinsam stark Kurs gegen soziale Ängste und für selbstsichere Kommunikation

Was erwartet Sie?

Einfühlsame Gespräche und Austausch mit Gleichgesinnten  
Unterstützung und Verständnis in einer vertrauensvollen Atmosphäre  
Gemeinsame Strategien zur Bewältigung sozialer Ängste



**Katrin Lankisch**

3002 Purkersdorf

1140 Wien

+43 681 843 519 66

[office@katrinlankisch-psychotherapie.at](mailto:office@katrinlankisch-psychotherapie.at)

[www.katrinlankisch-psychotherapie.at](http://www.katrinlankisch-psychotherapie.at)

Nein sagen  
auf Kritik reagieren  
Widerspruch äußern  
sich entschuldigen  
Komplimente annehmen  
ins Gespräch kommen  
um Hilfe bitten  
Gefühle zeigen

Zwei Verhaltenstherapeutinnen in  
Ausbildung unter Supervision  
begleiten Sie



**Maria Paier**

1160 Wien

+43 699 193 620 22

[kontakt@psychotherapie-paier.at](mailto:kontakt@psychotherapie-paier.at)

[www.psychotherapie-paier.at](http://www.psychotherapie-paier.at)

## Kursdetails:

Ort: Hauptstraße 29, 1140 Wien

Dauer: 28 Einheiten à 45 Minuten, geblockt auf 7 Abende

Kosten: 25 Euro pro Einheit (entspricht 100 Euro pro Abend)\*

\*Diese Preise sind von der Gesundheitskasse nicht refundierbar

## Termine

Montag, 14.10.2024 17:00 – 20:15

Montag, 21.10.2024 17:00 – 20:15

Montag, 04.11.2024 17:00 – 20:15

Montag, 11.11.2024 17:00 – 20:15

Montag, 18.11.2024 17:00 – 20:15

Montag, 25.11.2024 17:00 – 20:15

Montag, 02.12.2024 17:00 – 20:15

Im Erstgespräch finden wir gemeinsam heraus, ob diese Gruppe die richtigen Angebote für Sie bereithält.  
Kosten: 70 Euro

Bitte beachten Sie, dass bei zu geringer Teilnahme, die Gruppe nicht stattfinden kann. Den Betrag für das Erstgespräch bekommen Sie natürlich zurückerstattet.