



Sigmund Freud  
PrivatUniversität  
Wien Ljubljana

## VABILO V TERAPEVTSKO SKUPINO ZA OKM

Po dobrih izkušnjah večletne skupine Ambulanta SFU sestavlja novo skupino za ljudi, ki se srečujejo z obsesivno kompulzivno motnjo (OKM). OKM je ozdravljiva duševna motnja, pri čemer so se dobri učinki zdravljenja pokazali v skupinski psihoterapiji. Delo v skupini nudi varno in podporno okolje, kjer bo vsak lahko pod terapevtskim vodstvom premagoval svoje težave, simptomi OKM pa bodo izgubljali svojo moč.

### Več o OKM

Za **obsesivno kompulzivno motnjo** (OKM) so značilne vsiljive misli (obsesije) in prisilna dejanja (kompulzije). Obsesije so misli mučne vsebine, ki so večinoma v nasprotju z osebnimi načeli in se posamezniku vsiljujejo vedno znova. Kompulzija je neobvladljiva potreba po opravljanju neke dejavnosti ali giba, ki ima le to funkcijo, da znižuje tesnobo. Bolj ko se oseba simptomom upira, večja je spremljajoča tesnoba. Občutki nemoči ob vsiljevanju misli ljudi strašijo z občutkom, da izgubljajo zdrav razum.

**Simptomi obsesivno-kompulzivne motnje** se sicer izražajo na različne načine, vendar vsi izhajajo iz notranje negotovosti in potlačenih, zadržanih čustev. Najpogostejše oblike simptomov so vezane na:

- pretiran strah pred okužbo ali onesnaženjem,
- začarani krog preverjanja in stalnega dvoma,
- občutke sramu ob neprimernih mislih,
- strah pred neprimernim vedenjem,
- prisilno iskanje magične podpore v ritualih vraževerja,
- perfekcionizem, ki ni dosegljiv,
- zagotavljanje navidezne varnosti s kopičenjem stvari ali podatkov.

Najrazličnejše oblike simptomov nikakor niso nekaj naključnega, kar bi se dalo preprosto odmisлити. Simptome je potrebno razumeti na simbolni ravni, kakor šifrirano sporočilo ter klic po spremembi.

Fakulteta za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani  
Rovšnikova ulica 2, SI - 1000 Ljubljana

Zavod je vpisan v sodni register pri Okrožnem sodišču v Ljubljani, matična št.: 6428878000, davčna št.: 38029812,  
transakcijski račun: SI56 3400 0101 5852 361 pri banki Sparkasse d.d.

[www.sfu-ljubljana.si](http://www.sfu-ljubljana.si)



Sigmund Freud  
PrivatUniversität  
Wien Ljubljana

### Več o delu v skupini

- V skupini se bo ustvaril varen krog zaupanja, kjer boste lahko izmenjevali svoje stiske in ostali razumljeni.
- Med člani s podobnimi težavami se bo povečevalo upanje na rešitev.
- Mučne misli in tesnobni občutki bodo v skupini razpoznani kot le simptomi, kar bo znižalo njihovo strašljivost.
- S predelavo vzrokov se zdravi motnjo v samem izvoru.
- Skozi medsebojno komunikacijo v skupini boste poglobljali samospoznavanje.
- Večje razumevanje sebe in drugih bo izboljšalo medosebne odnose.
- Poglobljanje samozavedanja dviguje samozavest.

**Terapevtska skupina** se bo v nekaj srečanjih oblikovala v zaupljiv krog stalnih 8 članov/članic ter vzpostavila varno okolje za delo. Skupina bo delovala po psihodinamskih načelih z iskanjem in odpravljanjem vzrokov duševnih težav. Vzporedno z zdravljenjem simptomov bo posameznik poglobljal stik s samim seboj ter se osvobajal lastnih omejitev.

Skupino bosta vodili **Ana Matijević** in **Lea Prešern McCann**, obe specializantki psihoanalitične psihoterapije.

- ➔ **Srečanja terapevtske skupine bodo potekala 1 x tedensko v večernem terminu.**
- ➔ **Srečanja se bodo pričela v oktobru 2017.**
- ➔ **Cena srečanja skupine je 15 evrov.**
- ➔ **Prijave zbiramo do zapolnitve skupine (8 članov/članic).**

### Potek prijave:

Izpolnjeno prijavnico pošljite na E-naslov: [ana.psihoterapija@gmail.com](mailto:ana.psihoterapija@gmail.com)

ali na poštni naslov: Ambulanta SFU, Rovšnikova ulica 2, 1000 Ljubljana.

Pred pričetkom skupine boste vabljeni na individualni pogovor (ki je brezplačen).

Toplo vabljeni,  
SFU Ambulanta

Fakulteta za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani  
Rovšnikova ulica 2, SI - 1000 Ljubljana

Zavod je vpisan v sodni register pri Okrožnem sodišču v Ljubljani, matična št.: 6428878000, davčna št.: 38029812,  
transakcijski račun: SI56 3400 0101 5852 361 pri banki Sparkasse d.d.

[www.sfu-ljubljana.si](http://www.sfu-ljubljana.si)