Cord Neubersch

Diplom-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut

Gruppentherapie Angebotsübersicht

für Quartal 4/2026

(Stand: 05.10.2026)

Mit dieser Übersicht werden alle Gruppentherapie-Angebote mitgeteilt, die derzeit stattfinden. Bei weiteren Angeboten wird diese Übersicht aktualisiert und kann auf der Homepage von Freiraum Moers unter https://www.freiraum-moers.de/gruppentherapie-angebote eingesehen werden.

Bei Fragen bitte an info@freiraum-moers.de schreiben.

Wichtiges vorab zu den Gruppenangeboten:

- Die Gruppentherapie wird von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt, da es sich um eine Psychotherapieleistung nach dem Richtlinien-Verfahren handelt.
- Für jede Gruppentherapie-Sitzung der hier vorgestellten Angebote muss man sich jeweils anmelden. Die Anmeldung funktioniert über die App „Be Human“. Link zu den Infos der App: https://www.cordneubersch.de/appbehuman
- Bestimmte Angebote können erst genutzt werden, wenn man die Psychoedukation der Module 1-16 von PTBS nach dem Therapieansatz von Cord Neubersch mitgemacht hat.
- Die Angebote können auch dann wahrgenommen werden, wenn längere Zeit keine Sitzung mehr war und/oder die Therapie als beendet gilt.

Wann weiß ich, dass ich die Angebote nicht mehr brauche?
Wenn der Leidensdruck und die damit verbundenen Symptome nicht mehr vorhanden sind und/oder ich weiß, wie ich mit den noch vorhandenen Symptomen umgehen muss und ich mir das zutraue.

Erläuterung der Begriffe:

- **Offene Gruppe:** In dieser Gruppe sind Personen, die die Psychoedukation der Module 1-16 von PTBS nach dem Therapieansatz von Cord Neubersch mitgemacht haben und traumafokussiert und/oder stabilisierend Gruppentherapie machen möchten. Die aktive Teilnahme ist immer freiwillig. Die Gruppe wird von Cord Neubersch geleitet.
- **Emotionsfokussierte Selbstbegegnung:** In dieser Gruppe wird ausschließlich durch Teilnehmerinteraktion gearbeitet, um die Emotionsverarbeitung zu fördern. In dieser Gruppe sind Personen, die die Psychoedukation der Module 1-16 von PTBS nach dem Therapieansatz von Cord Neubersch mitgemacht haben und traumafokussiert Gruppentherapie machen möchten. Die Gruppe wird in **Beginner und Fortgeschritten** eingeteilt. Wer die ersten Male dabei ist, sollte mit **Beginner** starten. Danach kann man selber entscheiden. Die aktive Teilnahme ist immer freiwillig. Die Gruppe wird von Cord Neubersch geleitet.
- **Hochsensibel & Trauma:** In dieser Gruppe wird der Fokus gesetzt auf das Verstehen und Verändern der belastenden Dynamik zwischen Hochsensibilität und Trauma. Die Gruppe wird in regelmäßigen Abständen mit bis zu **6 und 9 Teilnehmer** angeboten. Die aktive Teilnahme ist immer freiwillig. Die Gruppe wird von Cord Neubersch geleitet.

- **Trigger, Sucht & Dissoziationen:** In dieser Gruppe wird der Fokus gesetzt auf das Verstehen von Triggern und wie ich diese konstruktiv nutzen kann. In dieser Gruppe sprechen wir auch über die Selbstbehandlungsversuche durch Süchte (Alkohol, Cannabis, Handy, Internet, Sex, ...) und wie wir damit umgehen können. Gleichzeitig wird auf das Thema Dissoziationen eingegangen, wofür sie stehen und wie der konstruktive Umgang damit aussieht. **Auch akute Traumatisierungen und Suizidgedanken können in dieser Gruppe besprochen werden, ohne dass die Themen eine Stigmatisierung erfahren!** Die aktive Teilnahme ist immer freiwillig. Die Gruppe wird von Cord Neubersch geleitet.
- **Trauer & Verluste:** In dieser Gruppe sprechen wir über die Themen Trauer und Verluste. Es können individuelle Fragen und Themen vorgestellt werden. Die aktive Teilnahme ist immer freiwillig. Die Gruppe wird von Ulrike Röhl und Cord Neubersch geleitet.
- **Bindung & Trauma:** In dieser Gruppe sprechen wir darüber, wie Bindungen uns traumatisieren können und wie wir damit umgehen können. Es können individuelle Fragen und Themen vorgestellt werden. Die aktive Teilnahme ist immer freiwillig. Die Gruppe wird Cord Neubersch geleitet.
- **Neurodiversität – Verstehen und Umgang:** In dieser Gruppe sprechen wir über alles rund um das Thema Neurodiversität und wie wir damit umgehen können. Es können individuelle Fragen und Themen vorgestellt werden. Die aktive Teilnahme ist immer freiwillig. Die Gruppe wird Cord Neubersch geleitet.
- **„Achtsamkeit & innere Kinder“:** In dieser Gruppe geht um den Fokus „Achtsamkeit“, „meine Bedürfnisse“ und „meine inneren Kinder“. In der Gruppe werden Techniken vermittelt, wie ich die „Sprache meines Körpers & meiner Psyche“ besser verstehen und wie ich mich versorgen kann. Die aktive Teilnahme ist immer freiwillig. Die Gruppe wird Cord Neubersch geleitet.
- **Verwaiste Eltern:** In dieser Gruppe liegt der Fokus auf Eltern, die ihre Kinder verloren haben. Es können individuelle Fragen und Themen vorgestellt werden. Die aktive Teilnahme ist immer freiwillig. Die Gruppe wird von Ulrike Röhl und Cord Neubersch geleitet.

Ausnahmen für das Ausfallen des Angebotes: Feiertage und Urlaub!

Die App „Be Human“, mit der man die Gruppentherapie-Angebote einsehen und buchen kann.

(Mit der Kamera auf dem Handy anvisieren und auf den Link klicken. Dort findet man die Infos zur App.)

Die Angebote im 4. Quartal 2026

(Stand: 05.10.26)

[KW41] 05.-11.10.2026

Dienstag, 06.10.26 von 11-13 Uhr = Emotionsfokussierte Selbstbegegnung (**Beginner**)
Dienstag, 06.10.26 von 13-15 Uhr = Emotionsfokussierte Selbstbegegnung (**Fortgeschritten**)
Dienstag, 06.10.26 von 16-18 Uhr = Offene Gruppe
Donnerstag, 08.10.26 von 14-16 Uhr = Trauer & Verluste
Freitag, 09.10.26 von 09-11 Uhr = Hochsensibel & Trauma (**9 Teilnehmer**)

[KW42] 12.-18.10.2026

Mittwoch, 14.10.26 → Cord nicht in der Praxis
Donnerstag,15.10.26 von 09-11 Uhr = Bindung & Trauma
Donnerstag,15.10.26 von 13-15 Uhr = Emotionsfokussierte Selbstbegegnung (**Beginner**)
Freitag, 16.10.26 von 10-12 Uhr = Trigger, Sucht & Dissoziationen
Freitag, 16.10.26 von 12-13:30 Uhr = Verwaiste Eltern

[KW43] 19.-25.10.2026

Keine Termine da Herbstferien und Cord nicht da!

[KW44] 26.10.-01.11.2026

Keine Termine da Herbstferien und Cord nicht da!

[KW45] 02.-08.11.2026

Dienstag, 03.11.26 → Cord nicht in der Praxis
Donnerstag, 05.11.26 von 14-16 Uhr = Trauer & Verluste
Freitag, 06.11.26 von 09-11 Uhr = Hochsensibel & Trauma (**9 Teilnehmer**)
Freitag, 06.11.26 von 11-13 Uhr = Trigger, Sucht & Dissoziationen
Samstag, 07.11.26 von 12-14 Uhr = Emotionsfokussierte Selbstbegegnung (**Beginner**)

[KW46] 09.-15.11.2026

Montag, 09.11.26 von 15-17 Uhr = Offene Gruppe
Dienstag, 10.11.26 von 11-13 Uhr = Hochsensibilität & Trauma (**6 Teilnehmer**)
Mittwoch, 11.11.26 von 12-14 Uhr = Emotionsfokussierte Selbstbegegnung (**Beginner**)
Mittwoch, 11.11.26 von 14-16 Uhr = Emotionsfokussierte Selbstbegegnung (**Fortgeschritten**)
Donnerstag, 12.11.26 von 09-11 Uhr = Bindung & Trauma
Freitag, 13.11.26 von 09-11 Uhr = Trigger, Sucht & Dissoziationen
Freitag, 13.11.26 von 11-12:30 Uhr = Verwaiste Eltern

[KW47] 16.-22.11.2026

Montag, 16.11.26 von 12-14 Uhr = Achtsamkeit & innere Kinder
Dienstag, 17.11.26 von 09-11 Uhr = Bindung & Trauma
Dienstag, 17.11.26 von 11-13 Uhr = Emotionsfokussierte Selbstbegegnung (**Beginner**)
Dienstag, 17.11.26 von 13-15 Uhr = Emotionsfokussierte Selbstbegegnung (**Fortgeschritten**)
Dienstag, 17.11.26 von 16-18 Uhr = Offene Gruppe
Donnerstag, 19.11.26 von 14-16 Uhr = Trauer & Verluste
Freitag, 20.11.26 von 09-11 Uhr = Trigger, Sucht & Dissoziationen
Freitag, 20.11.26 von 11-13 Uhr = Hochsensibel & Trauma (**9 Teilnehmer**)
Samstag, 21.11.26 von 14-16 Uhr = Emotionsfokussierte Selbstbegegnung (**Beginner**)

[KW48] 23.-29.11.2026

Dienstag, 24.11.26 von 09-11 Uhr = Hochsensibilität & Trauma (**6 Teilnehmer**)
Dienstag, 24.11.26 von 11-13 Uhr = Neurodiversität
Mittwoch, 25.11.26 von 12-14 Uhr = Emotionsfokussierte Selbstbegegnung (**Beginner**)
Donnerstag, 26.11.26 von 09-11 Uhr = Bindung & Trauma
Donnerstag, 26.11.26 von 13-15 Uhr = Emotionsfokussierte Selbstbegegnung (**Fortgeschritten**)
Freitag, 27.11.26 von 09-11 Uhr = Trigger, Sucht & Dissoziationen
Freitag, 27.11.26 von 11-12:30 Uhr = Verwaiste Eltern

[KW49] 30.11.-06.12.2026

Dienstag, 01.12.26 von 11-13 Uhr = Emotionsfokussierte Selbstbegegnung (**Beginner**)
Dienstag, 01.12.26 von 13-15 Uhr = Emotionsfokussierte Selbstbegegnung (**Fortgeschritten**)
Dienstag, 01.12.26 von 16-18 Uhr = Offene Gruppe
Donnerstag, 03.12.26 von 14-16 Uhr = Trauer & Verluste
Donnerstag, 03.12.26 von 16-18 Uhr = Trigger, Sucht & Dissoziationen
Freitag, 04.12.26 von 09-11 Uhr = Hochsensibel & Trauma (**9 Teilnehmer**)
Freitag, 04.12.26 von 11-13 Uhr = Bindung & Trauma

[KW50] 07.-13.12.2026

Dienstag, 08.12.26 von 10-12 Uhr = Hochsensibilität & Trauma (**6 Teilnehmer**)
Dienstag, 08.12.26 von 13-15 Uhr = Trigger, Sucht & Dissoziationen
Mittwoch, 09.12.26 von 12-14 Uhr = Emotionsfokussierte Selbstbegegnung (**Beginner**)
Mittwoch, 09.12.26 von 14-16 Uhr = Emotionsfokussierte Selbstbegegnung (**Fortgeschritten**)
Donnerstag, 10.12.26 von 09-11 Uhr = Bindung & Trauma
Donnerstag, 10.12.26 von 14-16 Uhr = Hochsensibilität & Trauma (**9 Teilnehmer**)
Freitag, 11.12.26 von 09-11 Uhr = Achtsamkeit & Innere Kinder
Freitag, 11.12.26 von 11-12:30 Uhr = Verwaiste Eltern
Samstag, 12.12.26 von 14-16 Uhr = Neurodiversität

[KW51] 14.-20.12.2026

Montag, 14.12.26 von 16-18 Uhr = Trigger, Sucht & Dissoziationen
Dienstag, 15.12.26 von 11-13 Uhr = Emotionsfokussierte Selbstbegegnung (**Beginner**)
Dienstag, 15.12.26 von 13-15 Uhr = Emotionsfokussierte Selbstbegegnung (**Fortgeschritten**)
Dienstag, 15.12.26 von 16-18 Uhr = Offene Gruppe
Donnerstag, 17.12.26 von 14-16 Uhr = Trauer & Verluste
Freitag, 18.12.26 von 09-11 Uhr = Hochsensibel & Trauma (**9 Teilnehmer**)
Freitag, 18.12.26 von 11-13 Uhr = Bindung & Trauma

[KW52] 21.-27.12.2026

Keine Termine da Weihnachtsferien und Cord nicht da!

[KW53] 28.12.-03.01.2026

Keine Termine da Weihnachtsferien und Cord nicht da!

Termine für 1. Quartal 2027 folgen

Ende Dezember 2026!