Anmeldeformular

Name, Vorname*

_____

Geburtsdatum (TT.MM.JJJJ)*

_____

Straße, Hausnummer*

_____

Ort, PLZ*

_____

Telefon*

_____

Name der Krankenkasse*

_____

Name Bezugsperson

_____

Telefon Bezugsperson

_____

*Pflichtfelder

© November 2024-FS-SL | Universität Bielefeld

So erreichen Sie uns

Franziska Supe

Universität Bielefeld
Abteilung Psychologie
Arbeitseinheit 18
Universitätsstraße 25
33615 Bielefeld

Telefon
0521- 106 67533

E-Mail
franziska-marie.supe@uni-bielefeld.de

Anmeldungen möglich per Telefon, Post oder E-Mail

Standort Therapie

Die Therapie findet in der Neuropsychologischen Hochschulambulanz (NeuroPABi) statt.

Philipp-Reis-Platz 1a
33602 Bielefeld | 4. OG (barrierefrei)
Navigation: H1 Bielefeld

Wir beraten Sie gerne zu den Möglichkeiten eines Fahrdienstes.

UNIVERSITÄT BIELEFELD

Gruppenangebot

für mentale Gesundheit bei neurologischen Erkrankungen

Patient*innen Information

NeuroPABi
Therapie | Forschung | Lehre

Neuropsychologische Ambulanz

Für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

uni-bielefeld.de/neuropabi

Mentale Gesundheit bei neurologischen Erkrankungen

Neurologische Erkrankungen bedeuten für viele Menschen einen starken Einschnitt. Sie können das gewohnte Leben auf den Kopf stellen. Daher sind psychische Probleme häufig. Jede dritte Person leidet an einer Depression oder Angsterkrankung.

Anzeichen für eine Depression

- Gedrückte Stimmung
- Wenig Freude
- Große Erschöpfung
- Schlafprobleme
- Negative Gedanken

Anzeichen für eine Angsterkrankung

- Erhöhte Anspannung
- Sorgen um die Zukunft
- Angst vor erneuten Symptomen
- Angst, bewertet zu werden
- Panikartige Zustände

Gruppenangebot

Unser Gruppenangebot orientiert sich an der Akzeptanz- und Commitment-Therapie* oder kurz ACT.
ACT ist eine wissenschaftlich geprüfte Behandlung zur Förderung mentaler Gesundheit. Sie hat das Ziel, einen hilfreichen Umgang mit *allen* Gefühlen und Gedanken zu lernen, die zum Leben gehören – auch mit negativen.

Ziele der Gruppe

- Abstand zu hinderlichen Gedanken erhalten
- Sich auf das konzentrieren, was in Ihrer Hand liegt
- Bewusst im Augenblick leben
- Klarheit darüber gewinnen, was ein gutes Leben für Sie bedeutet

*Commitment (engl.): Engagement, Überzeugung, dass etwas richtig ist

Diagnostik und Forschung

Die Therapie ist mit einem Forschungsprojekt verknüpft. Dafür bitten wir Sie, vor und nach der Behandlung einige Fragebögen auszufüllen. Damit wollen wir die positiven Effekte der Therapie messen.

Ablauf

Mit den Kontaktinformationen auf der Rückseite oder per Telefon können Sie sich anmelden. In einem Vorgespräch erfassen wir Ihre aktuellen Beschwerden und geben Ihnen weitere Informationen zu der Therapie.
Die Gruppentherapie umfasst 8 wöchentliche Termine (je 100 min).
4-6 Personen nehmen an einer Gruppe teil.

Ansprechpartnerinnen

Eva Sonntag

Eileen Halstenberg

Franziska Supe