

## Wer kann mitmachen?

### Um teilnehmen zu können, sollten Sie....

- mindestens 18 Jahre alt sein,
- eine neurologische Erkrankung haben,
- eine emotionale Belastung an sich feststellen und
- ausreichend gut Deutsch sprechen.

### Leider können Sie nicht teilnehmen, wenn Sie...

- an einer anderen schweren psychiatrischen Erkrankung (z. B. Demenz, Intelligenzminderung, Persönlichkeitsstörung) leiden oder
- eine (neuro-)psychologische Therapie machen, die Sie für den Studienzeitraum nicht pausieren können.

### Wir freuen uns, Sie bald bei uns begrüßen zu dürfen!

## Neuropsychologische Hochschulambulanz der LMU München

### 📞 Kontakt

Zur Anmeldung oder bei Fragen wenden Sie sich bitte unter folgenden Kontaktdaten an das Studienteam:

**E-Mail:** [studie.np-ambulanz@psy.lmu.de](mailto:studie.np-ambulanz@psy.lmu.de)

**Telefon:** 089 2180 3119

### Postanschrift

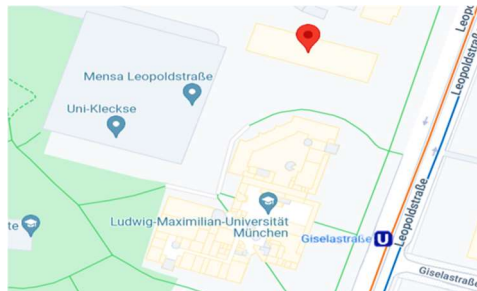
Ludwig-Maximilians-Universität München  
Lehrstuhl für Klinische Neuropsychologie  
Neuropsychologische Hochschulambulanz  
Leopoldstraße 13, 80802 München

### Ansprechpartnerinnen

Dr. Johanna Funk, Dr. Sigrid Seiler  
Madita Hörster, Adelpia Nierhoff-King

### 📍 Anfahrt

Neuropsychologische  
Hochschulambulanz  
Leopoldstraße 15, 80802 München



Klinische Neuropsychologie

## GRUPPENANGEBOT

### Gruppentherapie für mentale Gesundheit nach Hirnschädigung

In Kooperation mit



AE 18 – Klinische Neuropsychologie und  
Psychotherapie

## 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 / Grübeln

### 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 den Negativen.

Die Gruppentherapie umfasst 8 wöchentliche Termine (je 100 min). Es nehmen 4-6 Personen an einer Gruppe teil.

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

### 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

## Diagnostik und Forschung

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

### Ablauf

Wenn Sie Interesse an einer Teilnahme haben, können Sie sich telefonisch oder per E-Mail bei uns melden. In einem Vorgespräch erfassen wir Ihre aktuellen Beschwerden und geben Ihnen weitere Informationen zu der Therapie.

Nach dem Erstgespräch und dem Ausfüllen der ersten Fragebögen müssen wir Sie bitten, für 8 Wochen auf jegliche (neuro-)psychologischen Therapien zu verzichten und auf den Start der Gruppe zu warten. Dieser Zeitraum ist notwendig für die Prüfung der Wirksamkeit. Anschließend findet eine kurze Testung statt, bevor die Therapie beginnt. Nach 8 Wochen Gruppentherapie findet erneut eine kurze Testung statt.

