

Information und Kontakt

Die Gruppe findet jeden Donnerstag von 11 bis 12 Uhr am Geriatrischen Zentrum am Universitätsklinikum für Psychiatrie und Psychotherapie in Raum 3.210 (Besprechungsraum) auf Ebene 3 (Westflügel) im Altbau statt. Sie begann im Herbst 2016 und wird fortlaufend weitergeführt. Der Einstieg kann zwischen den einzelnen Themeneinheiten flexibel gestaltet werden.



Kontakt:

Dipl.-Psych. Christina Reinert
Psychiatrische Institutsambulanz
Liebermeisterstraße 7
72076 Tübingen
christina.reinert@med.uni-tuebingen.de
Telefon: 07071-29-82666

Dipl.-Psych. Christian Mychajliw
Geriatrisches Zentrum/UKPP
Calwerstr. 14
72076 Tübingen
christian.mychajliw@med.uni-tuebingen.de
Telefon: 07071-29-85358

Sekretariat *Frau Kaiser:*
Telefon: 07071-29-87517
(an Wochentagen von 9 bis 13 Uhr)

So finden Sie uns:

Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie (UKPP)

Calwerstr. 14
72076 Tübingen

Raum 3.206 (Multifunktionsraum 2) im Westflügel des Altbaus am UKPP (Ebene 3), Bereich Geriatrisches Zentrum/ Memory Clinic

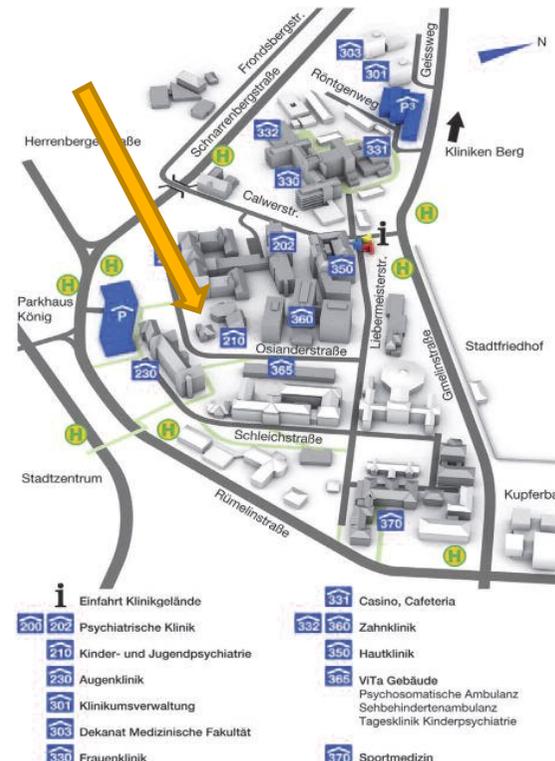
Line 5: Haltestelle Uni-Kliniken Tal

Linien 8, 9, 11, 12, 16, 30: Haltestelle Rümelinstraße

Linien E, 13, 14, X15, 18, 24: Haltestelle Calwerstraße

PKW: Parkhaus König oder P3 Talkliniken

Lageplan/Anfahrt

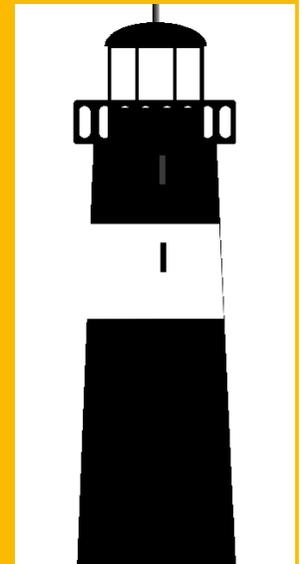
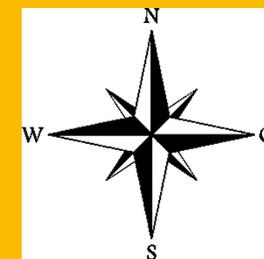


Geriatrisches Zentrum und Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Tübingen



Geriatrisches Zentrum
am Universitätsklinikum Tübingen

Gruppen-Angebot Verhaltensaktivierung bei Depression in der zweiten Lebenshälfte



Die Gruppe

Das Programm beinhaltet 9 Bausteine. Diese werden in insgesamt 12 Sitzungen behandelt, die jeweils 50 Minuten dauern. Der Einstieg in die Gruppe kann zwischen den einzelnen Themeneinheiten flexibel gestaltet werden.

Was ist Verhaltensaktivierung?

Verhaltensaktivierung ist eine von Prof. Martell in den USA entwickelte Therapiemethode zur Behandlung von Depression, die alle modernen und aktuellen Therapietechniken zur Depressionsbehandlung integriert.

Zahlreiche Studien weisen darauf hin, dass die Verhaltensaktivierung zu einer deutlichen Verbesserung der depressiven Symptomatik führt, die auch nach dem Ende der Therapie anhält.

Wichtige Therapieprinzipien sind:

- Der Schlüssel zur Veränderung der Gefühle ist die Änderung des Verhaltens.
- Klein anfangen
- Hindernisse beseitigen
- Nicht nur reden, sondern handeln.

Bausteine der Behandlung



Teilnahme

Wer darf teilnehmen?

- Teilnahme ab dem 50. Lebensjahr
- Diagnose einer Depression
- Patientinnen und Patienten des Universitätsklinikums für Psychiatrie und Psychotherapie sowie ambulante Patientinnen und Patienten

Voraussetzungen:

- Anmeldung bei C. Reinert
- Vereinbarung eines Vorgesprächs

Kosten:

- Die Kosten werden von den Krankenkassen übernommen, für die Teilnehmenden entstehen keine zusätzlichen Kosten.
- Fahrtkosten können leider nicht erstattet werden.

