

Wie kann ich an der Studie teilnehmen?

Melden Sie sich bitte per Telefon oder Email bei unseren Ansprechpartner*innen in Mainz:

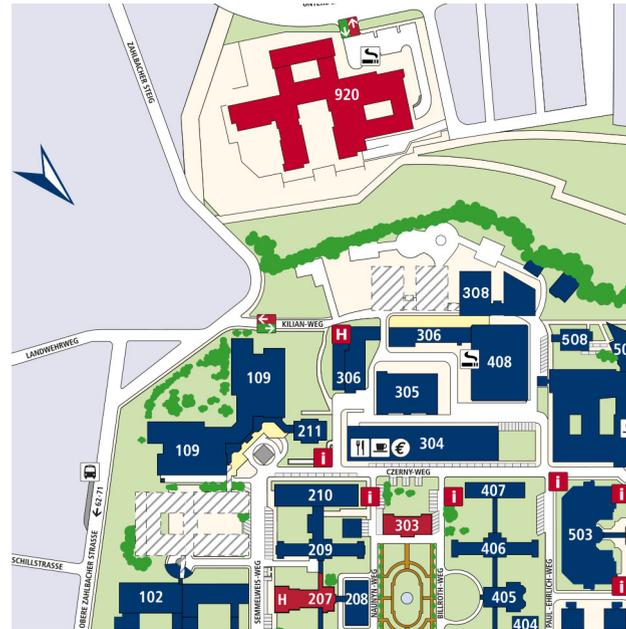
M.Sc. Psych. Lisa Mader
Tel. 06131-17 6148
Lisa.Mader@unimedizin-mainz.de

Dr. sc. hum. Dipl.-Psych. Klaus Wöfling
Tel. 06131-17 6147
woelfling@uni-mainz.de

Sekretariat
Tel. 06131-17 7381
Sekretariate-pt@unimedizin-mainz.de

Lageplan

Universitätsmedizin Mainz

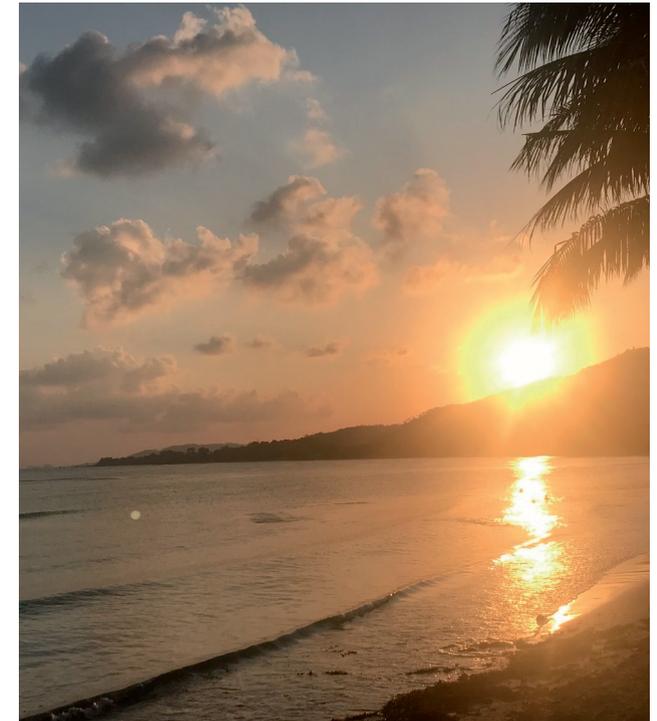


920

Universitätsmedizin
der Johannes Gutenberg-Universität Mainz,
Langenbeckstr. 1, 55131 Mainz

Grüsser-Sinopoli Ambulanz für Spielsucht
Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und
Psychotherapie
Untere Zahlbacher Str. 8
55131 Mainz

Auf unserer Homepage www.unimedizin-mainz.de finden
Sie Anfahrtsskizzen sowie mögliche Busverbindungen.



Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

START: Stress-Trauma- symptoms-Arousal- Regulation-Treatment

**in der Sabine M. Grüsser-Sinopoli
Ambulanz für Spielsucht**

Unser Wissen für Ihre Gesundheit

START: Stress-Trauma-symptoms-Arousal-Regulation-Treatment

Therapie bei Posttraumatischer Belastungsstörung

In dieser Studie bieten wir eine Psychotherapie (psychologische Gespräche) für erwachsene Menschen an, die aus ihrer Heimat nach Deutschland geflohen sind und ein Trauma erlebt haben.

Ein Trauma ist eine sehr gefährliche Situation, in der man große Angst hat und sich häufig hilflos fühlt.

Nach einem Trauma haben viele Menschen psychische (seelische) Probleme, sie fühlen sich zum Beispiel ängstlich, traurig oder sie spüren keine Gefühle mehr.

Viele Menschen haben auch Alpträume und unangenehme, plötzlich auftretende Erinnerungen an die gefährliche Situation.

Manche Menschen denken auch daran, sich das Leben zu nehmen.

Viele Personen, zu denen diese Beschreibung passt, haben eine Posttraumatische Belastungsstörung. Das ist eine psychische (seelische) Krankheit, die sehr belastend ist, aber auch sehr gut behandelt werden kann.

Das Ziel unserer Studie ist, die Posttraumatische Belastungsstörung zu therapieren.

Wer darf an der Studie teilnehmen?

Um an unserer Studie teilnehmen zu können, müssen Sie die folgenden Voraussetzungen erfüllen:

Sie leben als Flüchtling in Deutschland.

Sie sind 18 - 25 Jahre alt.

Sie können auf Deutsch oder Englisch einfache Gespräche führen (mindestens A1 - Stufe im Sprachkurs).

Sie haben traumatische (gefährliche und Angst machende) Dinge erlebt und haben seitdem emotionale (auf Ihre Gefühle bezogene) Schwierigkeiten.

Es dürfen Männer und Frauen an der Studie teilnehmen.

Ziele

- Verringerung der Angst, Traurigkeit, Alpträume und Erinnerungen an das traumatische Ereignis
- Verbesserung der Stimmung und des Schlafs
- Verringerung von Stress im Alltag

Inhalt

- Informationen zur psychischen Erkrankung Posttraumatische Belastungsstörung
- Entspannungsübungen
- Biofeedback-Training (Entspannung durch Übungen am eigenen Körper)
- Übungen zum Umgang mit Stress und unangenehmen Gefühlen

Die Form der Behandlung

- 8 Wochen lang zweimal pro Woche eine Gruppensitzung (je 1 Stunde)
- zusätzlich 3 Einzelsitzungen