

Metakognitives Training (MKT) bei Psychose



JETZT AUCH ONLINE!

Online-Gruppe Jeden Mittwoch von 17:00 bis 18:00 Uhr

Das Metakognitive Training (MKT) für Menschen mit Psychose ist ein spielerisches Gruppen-Training, welches **10 Termine** umfasst.

Es wurde am Universitätsklinikum Eppendorf (UKE) entwickelt und die Wirksamkeit wurde durch zahlreiche Studien belegt.

Es geht darum, Denkstile zu erkennen, die bei der Entstehung und Aufrechterhaltung von Psychosen eine Rolle spielen.

Anhand einer Präsentation werden alternative Denkstile in der Gruppe besprochen und auf unterhaltsame Weise erfahrbar gemacht.

Sie können sich mit Lösungswegen vertraut machen und Übungen helfen bei der Umsetzung im Alltag.

Ziel ist es, Gedanken, die psychotische Symptome fördern, zu verringern. Auch die Bereiche Depression und Selbstwert werden im MKT behandelt.

Die Teilnahme ist für Sie kostenlos. Zurzeit bieten wir die Gruppe über ein Videokonferenzprogramm online in Kooperation mit dem UKE an, Sie benötigen lediglich einen PC mit Webcam oder ein Tablet/Smartphone, eine spezielle Software ist nicht notwendig.

Für ein erforderliches Vorgespräch, die Anmeldung und Rückfragen wenden Sie sich bitte per Email an mkt@insel-ev.de. Bitte geben Sie dabei auch Ihre Telefonnummer an, damit wir Sie zwecks Terminabsprache für das Vorgespräch kontaktieren können. Wir freuen uns über zahlreiche Anmeldungen.

Ximena del Villar
E-Mail: mkt@insel-ev.de