

WO FINDEN SIE UNS?

Die Psychotherapeutische Hochschulambulanz befindet sich im sogenannten WiWi-Gebäude, **Von-Melle-Park 5 (VMP 5), 5.Stock 20146 Hamburg.**

MIT DEM AUTO: Sie fahren bis zur Grindelallee oder von der Rothenbaumchaussee in die Moorweidenstraße und dann in die Schlüterstraße.

MIT DEM BUS: Linie 4 oder 5 bis Station „Universität/ Staatsbibliothek“. Alternativ können Sie auch an der S-Bahn Haltestelle „Dammtor“ aussteigen und von dort zu Fuß etwa 500 m bis Ecke Grindelallee/ Fröbelstraße gehen.

Im Gebäude („WiWi-Bunker“, VMP 5) nehmen Sie den Fahrstuhl des „Aufgangs A“. Fahren Sie in den 5. Stock und gehen Sie dann links durch die Glastür ins Wartezimmer, Raum 5024.



KONTAKT

Wenn Sie Interesse an einer Therapie haben, oder mehr erfahren möchten, können Sie unverbindlich und direkt Kontakt mit uns aufnehmen. Über unser Sekretariat können Sie einen ersten Termin vereinbaren:

**Von-Melle-Park 5 (VMP 5), Raum 5001
20146 Hamburg**

Tel.: +49 40 42838-5374

E-Mail: sekretariat-hsa.psych@uni-hamburg.de

Nach der telefonischen Anmeldung schicken wir Ihnen eine ausführliche Wegbeschreibung zu.

THERAPIEANGEBOT „ZIELE IM FOKUS“

BEHANDLUNG MOTIVATIONALER
SCHWIERIGKEITEN BEI PSYCHOSEN



Universität Hamburg

DER FORSCHUNG | DER LEHRE | DER BILDUNG



LIEBE PATIENTIN, LIEBER PATIENT,

Menschen, die an einer Psychose leiden, erleben nicht selten auch Beeinträchtigungen in ihrem Antrieb und ihrer Motivation. Wenn die psychotischen Symptome abklingen, rücken diese Veränderungen häufig stärker in den Fokus. Betroffene berichten, dass es ihnen schwerfällt, Dinge anzugehen oder ihre Ziele zu verfolgen.

Zusätzlich empfinden sie weniger Interesse und Freude an sozialen Beziehungen zu anderen oder an Unternehmungen, die ihnen früher Spaß machten.

Mit unserem Therapieangebot „Ziele im Fokus“ möchten wir Ihnen dabei helfen, diesen Motivationsschwierigkeiten zu begegnen. **Wir unterstützen Sie deshalb im Rahmen der Behandlung darin, die für Sie wichtigen Ziele zu erreichen. Dies tun wir, indem wir in einem ersten Schritt gemeinsam ein besseres Verständnis davon entwickeln, was für Sie wichtige Ziele sind und welche Hindernisse es Ihnen schwer machen, diese Ziele aktiv anzugehen.** Der Fokus der weiteren Therapie liegt dann auf der aktiven Arbeit an diesen Hindernissen. Dies können bspw. Gedanken sein, die Sie demotivieren, wie „Es hat keinen Sinn, das schaffe ich eh nicht.“, praktische Schwierigkeiten oder aber auch ein Fehlen von Vorfreude.

AN WEN RICHTET SICH DAS THERAPIEANGEBOT?

Zur Teilnahme müssen Sie mindestens **16 Jahre alt** sein und die Diagnose einer Psychose, z.B. **einer Schizophrenie oder einer schizoaffektiven Störung** erhalten haben. Zusätzlich erleben Sie die zuvor beschriebenen belastenden Symptome wie etwa Motivationsprobleme sowie vermindertes Interesse und Freude an Aktivitäten.

WEITERE INFORMATIONEN

Melden Sie sich auch dann gerne, wenn Sie nicht sicher sind, ob das Therapieangebot für Sie passt. In einem Gespräch mit einem/r unserer Therapeuten/innen können wir diese Frage klären und Ihnen ggf. eine alternative Therapie vorschlagen.

WIE VERLÄUFT EINE BEHANDLUNG BEI UNS?

Bei Interesse nehmen Sie Kontakt **mit unserem Sekretariat** auf und bekommen dann einen Termin für ein **erstes Gespräch**. Bei diesem Gespräch möchten wir Ihr Therapieanliegen kennenlernen und gemeinsam mit Ihnen entscheiden, ob unser Behandlungsansatz geeignet ist.

Die Therapie beginnt mit einer **diagnostischen Phase**, in der wir uns Zeit nehmen, die Art und Ursachen Ihrer Probleme zu erfassen und die Behandlung zu planen. Sie erhalten dann eine **kognitive Verhaltenstherapie mit Fokus auf der Arbeit an Hindernissen auf dem Weg zur Erreichung Ihrer persönlich wichtigen Ziele**.

Es handelt sich dabei um eine Kurzzeittherapie über 24 Therapiesitzungen. Sie kommen dazu in der Regel einmal wöchentlich über einen Zeitraum von 6-8 Monaten zu uns.

WELCHE RAHMENBEDINGUNGEN GIBT ES?

Die Psychotherapeutische Hochschulambulanz ist Teil des Arbeitsbereichs Klinische Psychologie und Psychotherapie am Institut für Psychologie der Universität Hamburg. Wir untersuchen die Wirksamkeit und Akzeptanz verschiedener Therapieformen im Bereich psychotischer Störungen, um Therapieangebote für Betroffene zu verbessern und weiterzuentwickeln. **Sie können dazu einen wichtigen Beitrag leisten.** Wir werden daher im Rahmen der Therapie Daten von Ihnen erheben und Sie um Ihre Zustimmung bitten, einen Teil dieser Daten in anonymisierter Form zu Forschungszwecken nutzen zu dürfen.

Nähere Informationen erhalten Sie dazu im ersten Gespräch. Sie haben ausreichend Zeit, Fragen zu stellen und für sich in Ruhe die Vor- und Nachteile abzuwägen.

KOSTENÜBERNAHME

Es entstehen Ihnen durch die Teilnahme keinerlei Kosten. Da es sich um eine Richtlinienpsychotherapie handelt, werden **die Kosten von Ihrer gesetzlichen Krankenkasse übernommen.**