

Ви постійно згадуєте страшні події, свідком яких вам довелося стати до, під час або після втечі?

Ви часто почуваєтесь втомленими і не можете сконцентруватися?

Ви часто буваєте засмучені, відчуваєте пригніченість і безсилля?

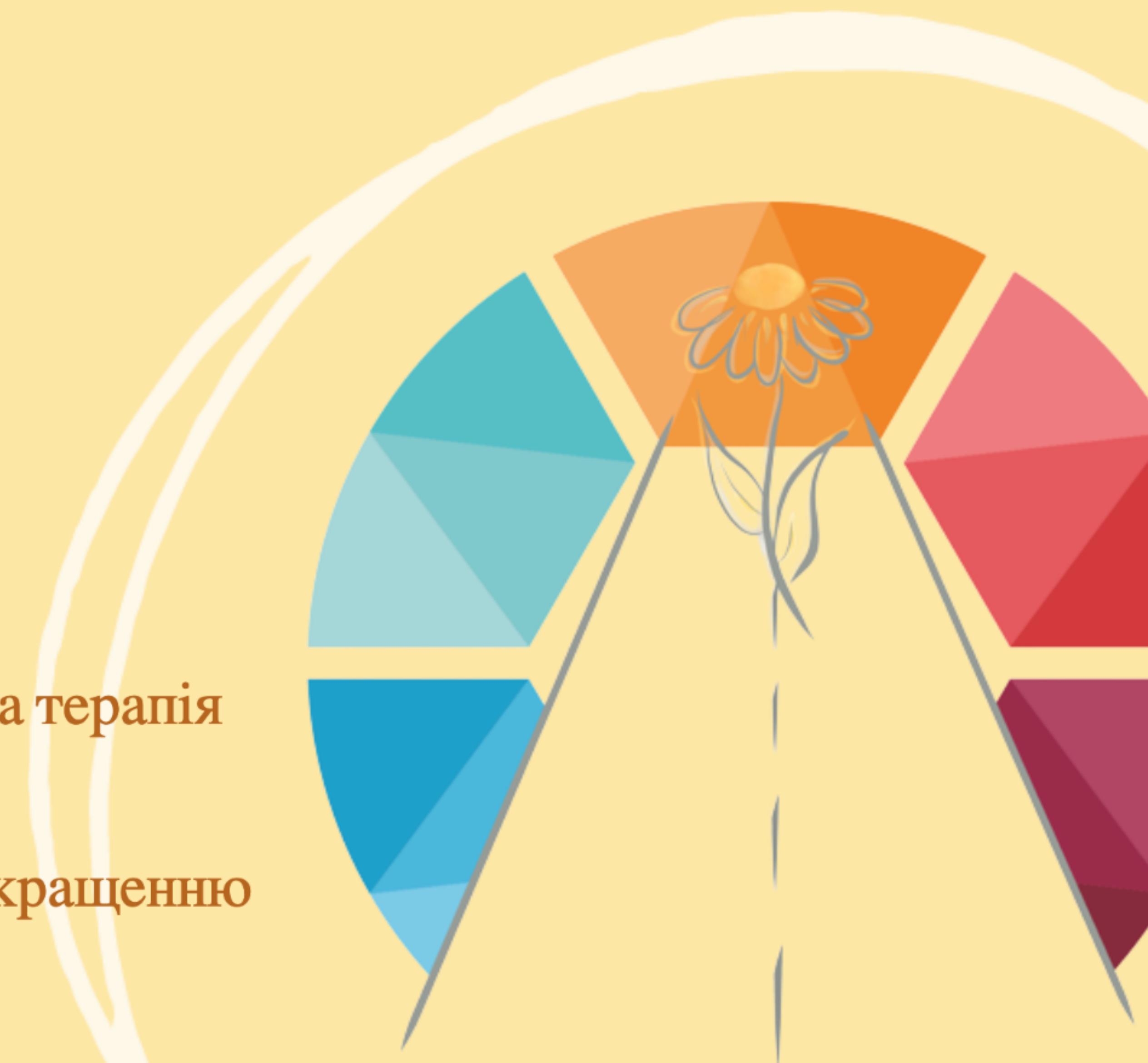
Такі симптоми часто проявляються після травматичного досвіду і можуть посилюватися.

Наративна
експозиційна терапія

NET

Підтверджено, що різні методи терапії, зокрема наративна експозиційна терапія (NET), можуть зменшити вплив цих симптомів на життя людини.

А заняття спортом підвищують ефективність лікування і сприяють покращенню самопочуття.



UNIVERSITÄT
DES
SAARLANDES



Sportmedizin
Saarbrücken

Gefördert durch
DFG

Deutsche
Forschungsgemeinschaft



@net_studie_uds



NET Studie UdS



Шукаємо бажаючих узяти участь у дослідженні

SCAN ME

Додаткову
інформацію
можна знайти на
нашому сайті:



Ми пропонуємо допомогу

NET застосовується переважно в разі тривалого психічного навантаження внаслідок травматичних переживань. Мета NET – забезпечити обробку інформації про травматичні події мозком людини і знайти для них постійне місце в пам'яті, щоб у такий спосіб послабити симптоми посттравматичного стресового розладу та зумовлене ними психічне навантаження. Для боротьби з негативними емоціями та думками найкраще допомагають види спорту на витривалість.

Перебіг дослідження

- Скринінг (заповнення анкет для оцінки психічного навантаження)
- Психологічна діагностика
- Медична діагностика
- Наративна експозиційна терапія
- У разі потреби заняття видами спорту на витривалість із помірним навантаженням

Місце лікування:

Psychotherapeutische
Universitätsambulanz,
Campus Gebäude A1.3
66123 Saarbrücken



Амбулаторне
психіатричне відділення
при Університеті землі
Саар, корпус А1.3, м.
Саарбрюкен

Для участі знання
німецької мови
необов'язкові, у
разі потреби
допоможуть
перекладачі.

Якщо у вас є запитання або ви зацікавлені в тому, щоб узяти участь у дослідженні, звертайтесь до нас
електронною поштою або по телефону:

Ел. пошта: charina.lueder@uni-saarland.de
Телефон: +49 681 302-71037



Ми забезпечуємо конфіденційність усієї інформації, що
надається під час дослідження.
Усі задіяні особи зобов'язані зберігати її в таємниці.



UNIVERSITÄT
DES
SAARLANDES



Sportmedizin
Saarbrücken

Gefördert durch
DFG Deutsche
Forschungsgemeinschaft