

# Metakognitives Training bei Psychose

**online!**



# Möchten Sie lernen, wie Sie Gedanken, die psychotische Symptome fördern, verringern können?

## Dann nehmen Sie gern online an unserem 10-teiligen Gruppentraining teil.

Gemeinsam entdecken wir anhand einer Präsentation Denkstile, die bei der Entstehung und Aufrechterhaltung von Psychosen eine Rolle spielen können. Weitere Themen, wie Depression und Selbstwert, werden dabei ebenso betrachtet.

Wir entwickeln zusammen alternative Strategien und machen uns mit neuen Lösungswegen vertraut. Sie können deren Umsetzung im Alltag üben und - wenn Sie möchten - sich darüber in der Gruppe austauschen.

Das Metakognitive Training (MKT) wurde im Universitätsklinikum Eppendorf entwickelt, die Wirksamkeit wurde durch zahlreiche Studien belegt.

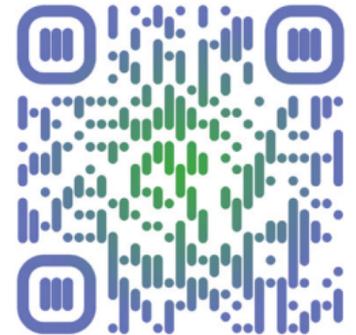
Zurzeit bieten wir die Gruppe über ein Videokonferenzprogramm online in Kooperation mit der Arbeitsgruppe Klinische Neuropsychologie des UKE an. Die Teilnahme ist für Sie kostenlos.

Für Ihre Fragen wenden Sie sich bitte per Email an [mkt.hamburg@insel-ev.de](mailto:mkt.hamburg@insel-ev.de) oder melden Sie sich direkt über ein Formular unter diesem QR-Code an:

Wir freuen uns auf Sie!



[www.insel-ev.de](http://www.insel-ev.de)



**Online Gruppe**    **Jeden Montag von 17 bis 18 Uhr**