

Informationsblatt zum ambulanten Gruppenprogramm

„Krankheitsbewältigung bei MS“

Vor dem Hintergrund einer chronischen Erkrankung mit nur schwer vorhersehbarem Krankheitsverlauf ergibt sich die Notwendigkeit, die MS in die aktuelle Lebenssituation und individuelle Lebensplanung zu integrieren. Dabei müssen Betroffene nicht nur lernen, mit körperlichen und kognitiven Funktionsbeeinträchtigungen umzugehen, sondern auch, sich mit einem wachsenden Angebot an Therapieoptionen auseinanderzusetzen. Dies führt häufig zu Gefühlen von Verunsicherung, Hilflosigkeit, Ängsten und Depression, die die Lebensqualität merklich beeinträchtigen können. Da im Bereich der ambulanten Angebote zur Krankheitsbewältigung für Geringbetroffene eine Versorgungslücke existiert, haben wir das vorliegende Konzept entwickelt.

Ziele des Gruppenprogramms sind:

- Erhaltung der Lebensqualität und Bewältigung der Diagnose
- Umgang mit erlebten Veränderungen im beruflichen und privaten Umfeld
- verbesserte Stressbewältigung und Vermittlung von Strategien zum Umgang mit Erschöpfungszuständen (Fatiguemanagement)
- Erhöhung der internen Kontrollüberzeugung und Verringerung der erlebten Hilflosigkeit
- Reduktion von sorgenvollen Gedanken sowie Gefühlen von Depression und Hoffnungslosigkeit
- Aufzeigen von Unterstützungsmöglichkeiten und Stärkung von Ressourcen

Das Gruppenprogramm richtet sich dabei an **neu- und geringbetroffene MS-Patienten** (EDSS \leq 3,5). Durch die Teilnahme an dem Gruppenprogramm haben Sie die Möglichkeit Gleichbetroffene kennen zu lernen und sich auszutauschen.

Je nach Themenschwerpunkt der einzelnen Sitzungen stehen Erfahrungsaustausch und Diskussion, Informationsvermittlung und Übungen im Vordergrund.

Durchführende:

Dipl.-Psych. Juliane Otto

Langjährige Tätigkeit als Klinische Neuropsychologin in der stationären neurologischen Rehabilitation mit Tätigkeitsschwerpunkt in der Betreuung einer MS-Station für Geringbetroffene

Erfahrung in der Durchführung von stationären und ambulanten Coping-Gruppen

Fortgeschritten in der Ausbildung zur psychologischen Psychotherapeutin (Verhaltenstherapie)

Kontakt: juliane-otto@gmx.de

Dipl.-Psych. Thorsten Schütze

Klinischer Neuropsychologe in der Neurologie des UKE

Langjährige Tätigkeit als Klinischer Neuropsychologe in der stationären neurologischen Rehabilitation mit Tätigkeitsschwerpunkt in der Betreuung einer MS- Station für Geringbetroffene

Erfahrung in der Durchführung von stationären und ambulanten Coping-Gruppen

in der Ausbildung zum psychologischen Psychotherapeuten (Verhaltenstherapie)

tätig in der MS-Beratungsstelle der MS-Ambulanz des UKE

Kontakt: thorsten-schuetze@web.de