

Psychologie

Schwerpunkte im Bereich Klinische und Gesundheitspsychologie

1. Klinisch psychologische Diagnostik
2. Psychologische Behandlungsmethoden

Was sind die Angebote des klinisch-psychologischen Bereichs im Anton Proksch Institut

1. Klinisch psychologische Diagnostik hilft, die bestmöglichen Behandlungsmethoden für Sie auszuwählen, um Ihren Behandlungsverlauf zu verbessern. Zudem kann mit Hilfe der klinisch psychologischen Diagnostik in einem weiteren Schritt auch Ihr Behandlungserfolg überprüft werden. Typische Fragestellungen betreffen Probleme mit dem Gedächtnis, Vorhandensein und Ausmaß depressiver Verstimmungen sowie Abklärung von Trinkmotiven.

2. Klinisch psychologische Behandlung:

- Progressive Muskelentspannung nach Jacobson: Die Jacobson Entspannungstechnik ist eine aktive, von Ihnen selbst durchgeführte Entspannungstechnik, d.h. Sie arbeiten aktiv mit Ihren Muskeln, indem Sie lernen, einzelne Muskelgruppen in ihrer Spannung bewusst wahrzunehmen und zunehmend unterschiedliche Spannungszustände zu unterscheiden. Dazu werden einzelne Muskelgruppen aktiv angespannt und danach aktiv und bewusst entspannt. Findet in wöchentlichen Sitzungen à 30 Minuten statt.
- Biofeedback: Das Wort „Feedback“ bedeutet Rückmeldung. Biofeedback meldet Informationen über im Körper stattfindende Vorgänge zurück, für die sonst keine Wahrnehmung vorhanden ist. Ein Messsystem wird verwendet, um Vorgänge wie Durchblutung, Herzschlag, Atmung und Muskelspannung am Computerbildschirm sichtbar zu machen. So kann man schrittweise erlernen, sie zu verändern oder gezielt zu trainieren. Die Behandlung von u.a. Angst- und Paniksymptomen, Bluthochdruck oder Spannungskopfschmerz kann damit unterstützt werden.
- Hirnleistungstraining im Gruppen- und/oder Einzeltraining: Im Hirnleistungstraining werden anhand von Übungen mit Zahlen und Wörtern auf spielerische Art unterschiedliche Hirnfunktionen trainiert. Ihre Konzentrationsfähigkeit, Gedächtnis, Flüssigkeit des Denkens und Logik können sich rascher erholen. Ideenfindung, Kreativität und Phantasie werden angeregt. Damit wird Ihr Behandlungserfolg wesentlich unterstützt. Darüber hinaus bietet die Gruppe Raum zur Förderung und Verbesserung sozialer Fertigkeiten und der Kommunikation.

Achtung: Es werden keine Befunde für verschiedene Behörden ausgestellt (z.B. Führerschein, Frühpensionierungen).

Wichtig: Alle hier dargestellten Leistungen können nur nach Rücksprache und Zuweisung Ihres behandelnden Therapeuten/Ihrer behandelnden Therapeutin durchgeführt werden!