



ptgz

Psychotherapeutisches
Gesundheitszentrum

Aufmerksamkeitsdefizit- Hyperaktivitätsstörung (ADHS)



Konzentrationsprobleme, Schwierigkeiten beim Planen und Organisieren sowie das Verspüren einer inneren Unruhe sind wohl Phänomene, die die allermeisten von uns kennen. Was aber, wenn die Häufigkeit und das Ausmaß dieser und ähnlicher Erfahrungen Überhand nehmen und sich negativ auf den Alltag auswirken?

Lange galt die Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) als spezifisch für das Kindes- und Jugendalter. Erst seit einigen Jahren weiß man, dass bis zur Hälfte aller von ADHS Betroffenen auch im Erwachsenenalter noch immer unter der Symptomatik leiden. Durch psychotherapeutische und medikamentöse Maßnahmen lässt sich das Störungsbild jedoch meist zielgerichtet und wirksam behandeln. Zusätzlich können oft auch positive und bereichernde Fähigkeiten abgeleitet und genutzt werden.

In dieser Gruppe erfahren Sie im interaktiven Austausch, welche Faktoren bei der Entstehung von AD(H)S und dem Umgang damit eine Rolle spielen und welche Möglichkeiten und Strategien es gibt, um den Symptomen und ihren Folgen entgegenzuwirken und erfolgreich den Alltag zu meistern.

**Ein Gruppentherapieprogramm
für Erwachsene.**



