

Das Team hinter dem Programm



Svenja Geissler, M.Sc.
Klinische Psychologin,
Gruppenleitung



Alannah Booth, M.Sc.
Psychologin,
Gruppenleitung



Prof. Dr. Gerd Schulte-Körne
Leitung der LMU Kinder-
und Jugendpsychiatrie



PD Dr. Belinda Platt
Leitung der PRODO AG

Haben wir Ihr Interesse an unserem Präventionsprogramm geweckt?

Gerne laden wir Sie zu einem unverbindlichen, **telefonischen Kennenlerngespräch** ein, um herauszufinden, ob das Programm zu Ihnen und Ihrem Kind passt!

Bei Fragen und Interesse können Sie unsere Gruppenleitung unter den folgenden Kontaktdaten erreichen:

kjp-prodo@med.uni-muenchen.de

089 - 4400 56933

<http://www.prodo-group.com>



Sie möchten das GuG-Auf-Projekt unterstützen?
Das können Sie gerne tun:

Spendenkonto des LMU Klinikums, IBAN:
DE38 7005 0000 0002 0200 40

Verwendungszweck:
1671010 Depressionsprävention Kinder (bitte stets angeben)

LMU KLINIKUM

Klinik und Poliklinik für Kinder-
und Jugendpsychiatrie,
Psychosomatik und Psychotherapie

**Gesund
und glücklich aufwachsen**

GuG-Auf

Ein Präventionsprogramm
für Kinder
zur Stressbewältigung



Was ist GuG-Auf?

In vielen Familien in Deutschland ist ein Elternteil von Depression betroffen. Das kann eine große Herausforderung für die ganze Familie darstellen. GuG-Auf ist ein **wissenschaftlich überprüftes Präventionsprogramm**, mithilfe dessen Kinder und Jugendliche mit der Auswirkung einer elterlichen Depression besser umgehen können. Durch **Rollenspiele** und den **Austausch** mit anderen Kindern erlernen und üben die Kinder vier Strategien zur Stressbewältigung. Auch die Eltern bekommen Gelegenheit, sich auszutauschen und lernen dabei verschiedene Strategien kennen, die eine **warme Erziehung** (auch während depressiver Phasen) fördern. Unsere zertifizierten Gruppenleitungen begleiten Kinder und ihre Eltern **vertrauensvoll** durch das Programm.

Wer kann mitmachen?

Familien mit:

- Eltern mit Depressions-Erfahrung (eine ärztliche Diagnose ist nicht nötig)
- Kinder zwischen 8 und 17 Jahren (getrennte Gruppen für 8 - 12 und 13 - 17)
- Das Programm stellt **keine psychotherapeutische Behandlung** dar und ist deswegen nicht geeignet für Kinder, die aktuell von einer psychiatrischen Krankheit betroffen sind

Was gefällt Kindern an dem Programm?

„Die Aufklärung über Depression“

„Ich und meine Mutter sind uns jetzt sehr viel näher gekommen. Wir verstehen uns besser“

„Also mir hat es auch einfach Spaß gemacht“

Was berichten Eltern über das Programm?

„Dass ich keine schlechte Mama bin. Das war für mich wichtig zu hören“

„... vor allem das Verhältnis zwischen mir und meinem Sohn ... das ist noch mal um einiges besser geworden.“

„Für mich war wichtig zu sehen, dass es tatsächlich Familien gibt, die mit den gleichen Problemen zu kämpfen haben. Erst mal die kennen zu lernen. Von den vollkommen unterschiedlichen sozialen Hintergründen, familiären Situationen ...“

„Der Vorteil war, dass man psychologisch die ganze Zeit begleitet wurde“

Was sind die Rahmenbedingungen des Programmes?

- Ein **unverbindliches Familiengespräch** mit uns, bei dem wir das Programm näher beschreiben und Ihre Wünsche und Ziele besprechen
- **3-5 Familien** in einer festen Gruppe
- **10 Sitzungen je 90 Minuten zur Stressbewältigung** über einen Zeitraum von 3 Monaten
- **2 zusätzliche Sitzungen zum Thema Depression** in der Familie
- Die Sitzungen finden am späten Nachmittag im St. Vinzenz Haus (Forschungsabteilung der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie) statt



St. Vinzenz Haus, Nußbaumstraße 5, München

- Aktuelle Informationen zu den nächsten Terminen finden Sie auf unserer Webseite
- Die Kosten für eine Teilnahme sind unserer Webseite zu entnehmen
- Ein Teil der Kosten ist von den gesetzlichen Krankenkassen erstattungsfähig (mehr Informationen dazu auf unserer Webseite)
- Sie sind nicht von Depression betroffen und haben trotzdem Interesse? Gerne können Sie sich bei uns melden und wir beraten Sie weiter!