

Ви постійно згадуєте страшні події, свідком яких вам довелося стати до, під час або після втечі?

Ви часто почуваетесь втомленими і не можете сконцентруватися?

Ви часто буваєте засмучені, відчуваєте пригніченість і безсилля?

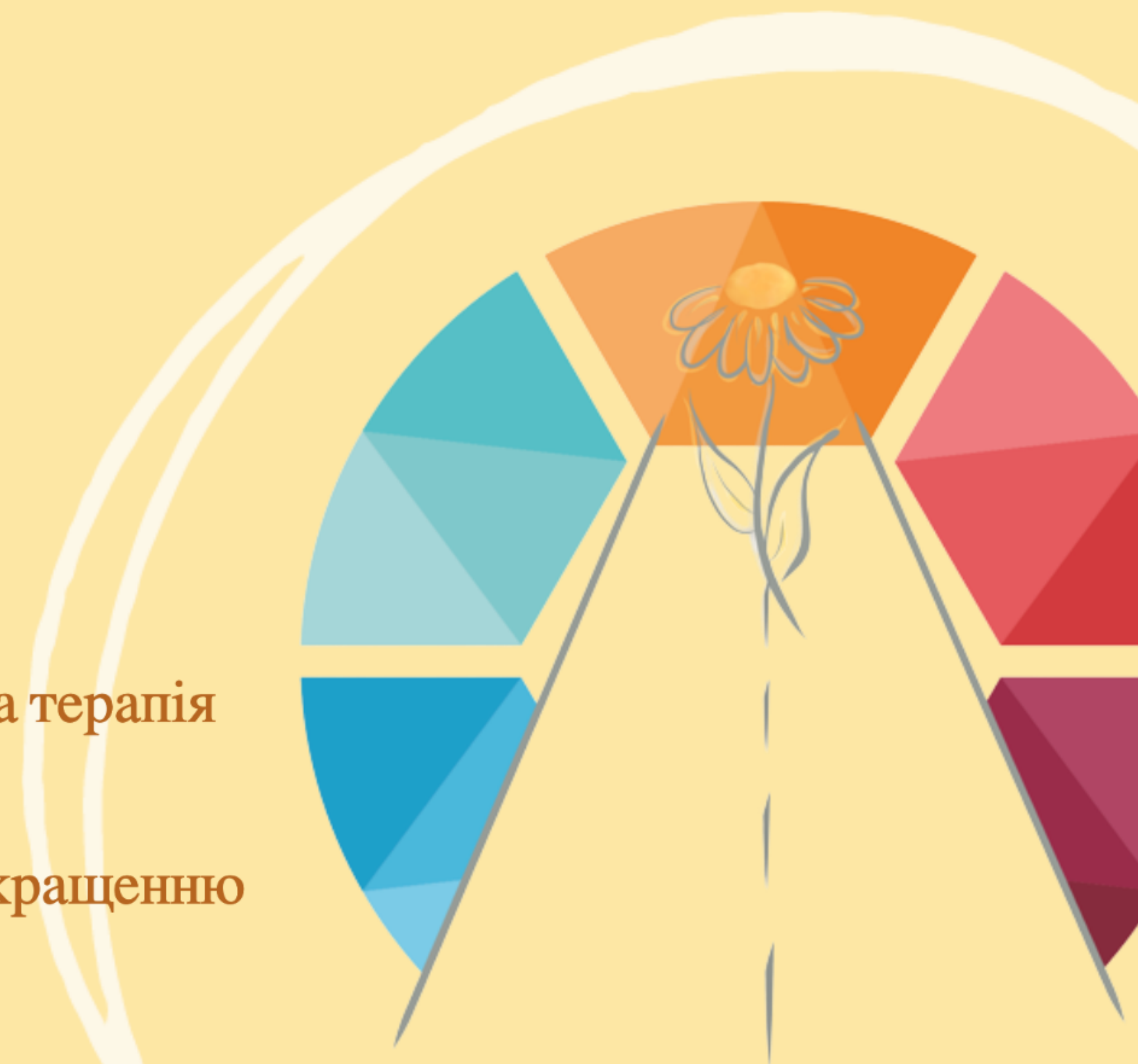
Такі симптоми часто проявляються після травматичного досвіду і можуть посилюватися.

Наративна
експозиційна терапія

NET

Підтверджено, що різні методи терапії, зокрема наративна експозиційна терапія (NET), можуть зменшити вплив цих симптомів на життя людини.

А заняття спортом підвищують ефективність лікування і сприяють покращенню самопочуття.



UNIVERSITÄT
DES
SAARLANDES



Sportmedizin
Saarbrücken

Gefördert durch

DFG

Deutsche
Forschungsgemeinschaft



@net_studie_uds



NET Studie Uds

