

## Interesse?

Liebe Jugendliche,  
liebe Eltern,

für unsere Studie suchen wir neugierige Jugendliche, die uns unterstützen, mehr über die Wahrnehmung von Empfindungen im eigenen Körper zu verstehen. Mit eurer Hilfe wollen wir neue Einblicke erlangen, wie Emotionen besser reguliert werden können.

Besteht Interesse?

Dann würden wir uns sehr über einen Anruf oder eine Nachricht **per Telefon** (z.B. WhatsApp) oder **per E-Mail** freuen. Mit freundlichen Grüßen,

Mira Lorenz (Cand.med.) und Anna-Lena Schachtner (B.Sc.)

Dr. Irina Jarvers  
Wissenschaftliche Mitarbeiterin  
Angelika Ecker, M. Sc.  
Wissenschaftliche Mitarbeiterin

Prof. Dr. Romuald Brunner  
Ärztlicher Direktor

[www.medbo.de](http://www.medbo.de)

medbo

Bezirksklinikum Regensburg  
Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie,  
Psychosomatik & Psychotherapie der Universität  
Regensburg

HAUS 25  
Universitätsstraße 84  
93053 Regensburg

Tel +49 (0) 176 38593877 (Mira Lorenz)  
Tel +49 (0) 160 92149012 (Anna-Lena Schachtner)  
E-Mail: Anna-Lena.Schachtner@outlook.de oder  
E-Mail: Mira.Lorenz@stud.uni-regensburg.de

Wir freuen uns sehr, wenn Sie und Ihr Kind unsere Studie unterstützen würden.

medbo – Medizinische Einrichtungen  
des Bezirks Oberpfalz KU

Die medbo bietet medizinische Leistungen in den Fachgebieten Psychiatrie, Kinder- und Jugendpsychiatrie, Neurologie, Neurologische Rehabilitation, Neuroradiologie sowie Pflege und Forensik an. Das Unternehmen betreibt dazu Kliniken, Ambulanzen, Institute und Pflegeheime zur Versorgung der etwa einen Million Einwohner der Oberpfalz. Seine Einrichtungen befinden sich in Amberg, Cham, Parsberg, Regensburg, Weiden und Wöllershof.

Als Krankenhausträger verbindet das Unternehmen in besonderer Weise die Aufgaben einer differenzierten regionalen und überregionalen Versorgung auf höchstem medizinischem und pflegerischem Niveau mit den Möglichkeiten von Forschung und Lehre.

Zwei Kooperationskliniken der Universität Regensburg zählen ebenso zur medbo wie das Institut für Bildung und Personalentwicklung IBP, das größte Bildungsinstitut im Gesundheitsbereich in Ostbayern, und die Berufsfachschule für Krankenpflege Regensburg.

[www.medbo.de](http://www.medbo.de)

1NRH12-1606-00052 medbo KU

medbo

## Hast du Lust...?

Auf eine Teilnahme an  
unserer Studie

„Körper-  
wahrnehmung  
bei Jugendlichen“



## Worum geht es?

In dieser Studie untersuchen wir, wie sich die Wahrnehmung von Empfindungen im eigenen Körper bei verschiedenen Emotionen verändert.

Die Körperwahrnehmung hängt sehr stark mit der Regulation von Gefühlen zusammen. Deswegen richtet sich diese Studie auch an Jugendliche, die sich selbst verletzen. Diese werden mit gesunden Gleichaltrigen verglichen.

Wir werden die Körperwahrnehmung mit einer Aufgabe untersuchen, bei der man gut in sich hinein spüren kann. Außerdem leiten wir eine Achtsamkeitsübung an, bei der man innerlich auf eine „Reise“ durch seinen Körper geht.

### **Interozeption**

„Die Wahrnehmung von Vorgängen im Körperinneren“

## Wie?

### **So viel Zeit musst du mitbringen**

- Ein Termin am Bezirksklinikum
- Ca. 2,5 Stunden

### **Das erwartet dich**

- Beantwortung verschiedener Fragebögen
- Aufgabe zur Selbstwahrnehmung
- Übungen zu verschiedenen Emotionen
- Eine kleine Achtsamkeitsübung

### **Das ist dein Vorteil**

- Gutschein im Wert von 25€ für deine Teilnahme
- Kennenlernen des eigenen Körpers bei verschiedenen Emotionen

## Wer?

### **Wann kann ich teilnehmen?**

- Jugendliche zwischen **13 und 17 Jahren**

### **Wann kann ich nicht teilnehmen?**

- Bei Vorliegen einer psychischen Erkrankung
- Bei Einnahme von Psychopharmaka (z.B. Antidepressiva, Medikinet bzw. Ritalin)
- Aktuelle oder vergangene psychiatrische oder psychotherapeutische Behandlung