KOSTEN

Die Leistungen der PIA werden von den Krankenkassen übernommen, in der Regel können leider nicht parallel ambulante Therapie und PIA in Anspruch genommen werden.

KONTAKT

///// Katharina Harling
Dipl.-Psychologin, Psychotherapeutin

Termine zum Vorgespräch für die ambulante Skillsgruppe im St. Hedwig Krankenhaus werden über das Sekretariat der Psychiatrischen Institutsambulanz (PIA) unter der Nummer (030) 2311-2979 vergeben.

Dezember 2018

ST. HEDWIG-KRANKENHAUS

Große Hamburger Straße 5–11 | 10115 Berlin
Tel.: (030) 23 11 - 0 /// Fax: (030) 23 11 - 24 22
E-Mail: st.hedwig@alexianer.de
Internet: www.alexianer-berlin-hedwigkliniken.de

VERKEHRSVERBINDUNGEN

///// S-Bahn: Hackescher Markt (S3, S5, S7, S9) mit Aufzug
Oranienburger Straße (S1, S2, S25) mit Aufzug
///// U-Bahn: Weinmeister Straße (U8)
///// Regionalbahn: bis Alexanderplatz, Ostbahnhof oder Friedrichstraße; dann umsteigen und weiter mit der S-Bahn bis Hackescher Markt
///// Metro-Tram/Straßenbahn Hackescher Markt
M1, M4, M5 und M6, Monbijouplatz M1 und M5

Das St. Hedwig-Krankenhaus liegt in Trägerschaft der Alexianer St. Hedwig Kliniken Berlin GmbH, die zur Unternehmensgruppe der Alexianer GmbH gehört.
Weitere Informationen unter www.alexianer.de

Alexianer
ST. HEDWIG-KRANKENHAUS

Psychiatrische Universitätsklinik der Charité im St. Hedwig-Krankenhaus

AMBULANTE SKILLSGRUPPE

für Patienten mit Borderline-Persönlichkeitsstörung

Qualitätsmanagement ISO 9001 DEKRA zertifiziert

CHARITÉ
UNIVERSITÄTSMEDIZIN BERLIN

Sehr geehrte Damen und Herren,

Die Psychiatrische Institutsambulanz (PIA) im St. Hedwig-Krankenhauses bietet eine ambulante Skillsgruppe für Patienten mit Borderline-Persönlichkeitsstörung an.

das Skillstraining wurde von der amerikanischen Psychologin Marsha Linehan, als Bestandteil der Dialektisch-Behavioralen Therapie (DBT) entwickelt. In der Skillsgruppe werden psychosoziale Fertigkeiten, die sogenannten „Skills" trainiert. Das Skillstraining richtet sich an Menschen, die emotional sensibel und impulsiv auf Problemsituationen reagieren und unter häufigen inneren Anspannungszuständen leiden, die zu dysfunktionalem Verhalten führen. Dies kann aus selbstschädigenden Handlungen, Suchtmittelkonsum oder aggressivem Verhalten bestehen. Die Fertigkeiten werden in unserer Gruppe in verschiedenen Modulen vermittelt:

///// Stresstoleranz
///// Umgang mit Gefühlen
///// Selbstwert
///// Achtsamkeit
///// Zwischenmenschliche Fertigkeiten

Die einzelnen Module umfassen jeweils 3 Sitzungen, insgesamt beläuft sich die Dauer der Gruppe auf 12 Termine.

DIE MODULE IM ÜBERBLICK

Stresstoleranz:
In diesem Modul werden Fertigkeiten vermittelt, mit denen Stresssituationen und Krisen bewältigt werden können, die sonst zu dysfunktionalem Verhalten führen würden.

Umgang mit Gefühlen:
Ziel dieses Moduls ist es, mit den manchmal sehr unangenehmen, intensiven Emotionen besser umgehen zu können.

Zwischenmenschliche Fertigkeiten:
In diesem Modul üben die Teilnehmer Fertigkeiten zur Verbesserung der sozialen Kompetenz. Sie lernen Sicherheit im Umgang mit anderen Menschen, auch in schwierigen Situationen, zu erlangen.

Selbstwert:
Hier üben die Teilnehmer, negative Einstellungen gegenüber sich selbst zu erkennen, zu relativieren und durch hilfreichere Einstellungen zu ersetzen. Zusätzlich wird der Aufbau positiver Aktivitäten gefördert.

Achtsamkeit:
Die Teilnehmer lernen, sich ihrer Emotionen und ihres Einflusses auf ihre Handlungen besser bewusst zu werden und dadurch mehr Kontrolle über ihr Handeln zu erlangen.

ORGANISATORISCHES

Wann:
Montag jeweils von 15.00–17.00 Uhr

Wo:
Psychiatrische Tagesklinik
im St. Hedwig-Krankenhaus
Krausnickstraße 12a
10115 Berlin

Voraussetzungen für die Teilnahme:
Voraussetzung für die Teilnahme an der Gruppe ist die Anbindung an die Psychiatrische Institutsambulanz (PIA) sowie die Diagnose einer emotional-instabilen Persönlichkeitsstörung. Die Leistungen der PIA werden von der Krankenkasse übernommen, in der Regel können leider nicht parallel ambulante Therapie und PIA in Anspruch genommen werden.

Trainer:
Die Skillstrainer sind Ärzte bzw. Ärztinnen und Psychologen bzw. Psychologinnen, die eine Zusatzausbildung zu DBT-Therapeuten absolviert haben.