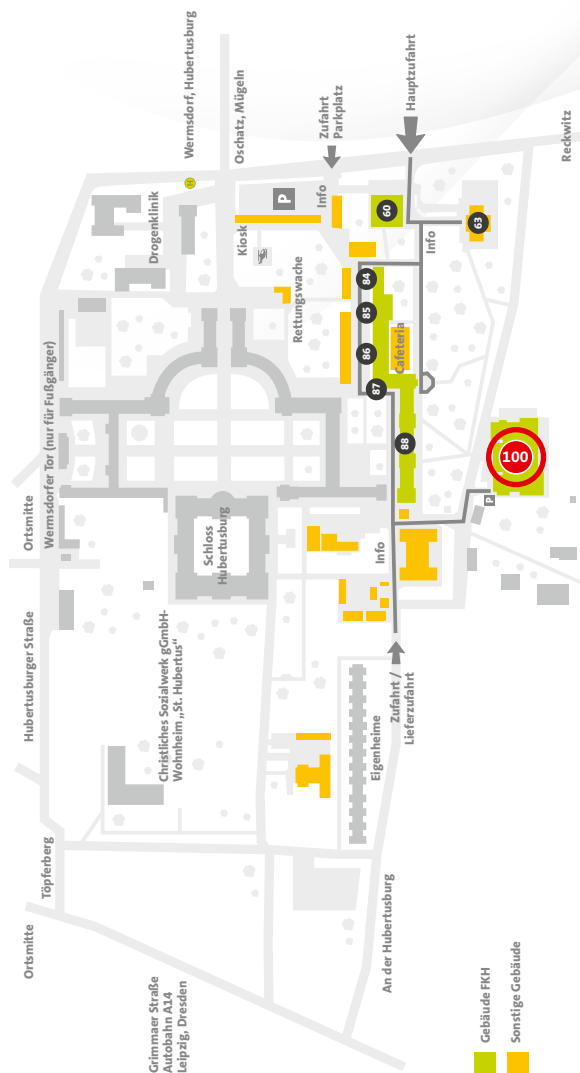


Fachkrankenhaus Hubertusburg gGmbH • 04779 Wermisdorf
Psychiatrische Institutsambulanz für Kinder und Jugendliche
Gebäude 100



Anfahrtsbeschreibung

Sie erreichen uns mit dem Kraftfahrzeug über die A 14 – Abfahrt Mutzschen. Von der Abfahrt Mutzschen fahren Sie in Richtung Mutzschen-Wermisdorf-Oschatz. In Wermisdorf bzw. aus Richtung Oschatz kommend folgen Sie der Ausschilderung des Fachkrankenhauses. Vor dem Oschatzer Tor (Zufahrt zum Schloss Hubertusburg) biegen Sie links ab. Auf der rechten Seite finden Sie die Einfahrt zum Parkplatz.

Skillstraining für Jugendliche

„Meine Gefühle überfluten mich.“

„Ich habe ständig starke Anspannungszustände.“

„Keiner versteht mich!!!“



Foto Umschlag: ArtTower • pixabay

An wen richtet sich das Angebot?

Altersgruppe: 13 – 17 Jahre

Das Angebot richtet sich an Jugendliche, die überflutende Gefühle, starke Anspannungszustände und intensives Stresserleben kennen und Probleme haben, diese Gefühlszustände zu regulieren, d. h., dass sie häufig ein erwünschtes oder schädliches Verhalten zeigen, wodurch sie in Krisensituationen mit sich selbst und anderen geraten.

Was ist das Ziel des Trainings?

Das zentrale Ziel wäre es, das unerwünschte bzw. schädliche Verhalten abzubauen und alternative Strategien für sich zu erlernen (Skills). Zusammengefasst geht es um die Stabilisierung der Jugendlichen.

Wie kann man sich den Aufbau des Trainings vorstellen?

Das Training sollte ergänzend bzw. parallel zur einer ambulanten Therapie stattfinden. Das Skillstraining setzt sich dabei aus 8 Modulen (jeweils 2 – 10 Sitzungen) zusammen. Am Ende eines jeden Moduls sind die Bezugspersonen aufgefordert, an dem Training teilzunehmen. Wir weisen darauf hin, dass eines der Module vollständig von den Eltern begleitet werden sollte, da Eltern-Kind-Themen spezifisch thematisiert werden.

Das Training wird mit wenigen Ausnahmen im **zweiwöchentlichen Rhythmus** stattfinden. Entscheidend für einen Therapieerfolg sind die regelmäßige Teilnahme am Training und die Durchführung von Therapieaufgaben.

Wie lauten die Trainingszeiten?

Die Trainingszeiten sind zweiwöchentlich
donnerstags von 14:30 – 16:00 Uhr

Bitte unbedingt vorher über unsere Institutsambulanz anmelden!

☎ 034364 6 2930

Erreichbarkeit

Fachkrankenhaus Hubertusburg gGmbH
Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychosomatik
und -psychotherapie

Psychiatrische Institutsambulanz für Kinder
und Jugendliche
Gebäude 100 | 04779 Wermsdorf

Sekretariat | Annett Rost

✉ annett.rost@kh-hubertusburg.de

☎ 034364 6 2930

Skills-Trainerinnen | Caroline Marinos • Elisabeth Weber

Notfallnummern | KJP Wermsdorf ☎ 034364 6 2910

Rettungsdienst ☎ 112