

## Gruppen und Angebote im Fachkrankenhaus Hansenberg

Telefon Zentrale 04184/899-0, E-Mail [info.fkh@alida.de](mailto:info.fkh@alida.de)

Informationen über die Angebote erhalten Sie direkt über die Klinikleitung Dr. Stracke (Tel. -122) oder die therapeutische Leitung Dr. Hilge (Tel. -126). Stand 05/2018

Art des Angebots	Indikation (Wer ist geeignet?)
<b>Indikationsgruppen Komorbidität / Stress</b>	
1. Stressbewältigung	Persönlichkeitsbedingter Stress, auch im Beruf
2. Depressionsbewältigung und Burn-out	Depressionen, Burn out
3. Angstbewältigung	Angststörungen
4. Selbstsicherheitstraining	Schüchternheit, soziale Ängste
5. Emotionsregulierung	ADHS, Borderline, Depressionen, Ängste
5a. Stabilisierung bei Traumata	Traumafolgen und -probleme
<b>6. Computergestütztes Alkoholablehnungstraining (Neurokontrolltraining)</b>	
	Leicht durchführbares Trainingsprogramm für alle Patient/innen zum Anfang und Ende der Therapie
<b>Medizinische Indikationsgruppen</b>	
7. Bewegungsbad	Erkrankungen des Bewegungsapparats; Adipositas
8. Wirbelsäulengymnastik	Rückenbeschwerden
9. Aktivgymnastik	körperlich stark eingeschränkte Patienten
10. Rückenschule	Rückenbeschwerden
11. Gedächtnis / Konzentrationstraining (Cogpak)	Kognitive Störungen
12. Progressive Muskelentspannung	Stress Unruhezustände
13. Adipositas-Gruppe	Übergewicht
14. Lehrküche: gesunde Ernährung	Störungen bei Diabetes, Fettstoffwechsel, Adipositas, Bauchspeicheldrüse
15. Traditionelle chinesische Medizin und Akupunktur	Chronische Schmerzen, somatische und psychosomatische Beschwerden, Craving, Stress, PTSD
<b>Arbeits- und freizeitbezogene Rehabilitation</b>	
16. Arbeitssuche/ Bewerbungstraining	Arbeitslosigkeit
17. Berufsbezogene Kommunikation edukativ	Einführung in interaktionelle Verhaltensmuster am Arbeitsplatz
18. Arbeit und berufliche Orientierung	Unterstützung und Hilfe bei unklarer Arbeitsperspektive
19. Computerschulung (zertifiziert)	Angst vorm Computer. Fehlende Kenntnisse
20. Konflikte und Kommunikation am Arbeitsplatz	Arbeitsbezogene Konflikte mit Mitarbeitern u. Vorgesetzten
<b>Suchtspezifische Angebote</b>	
21. Raucherentwöhnung	Ambivalente und ausstiegswillige Patienten
22. Rückfallprävention	Indikation bei "Wiederholern" zusätzlich zu Basisgruppen
23. Angehörigenseminar	Interaktionelle Gruppe mit Patienten und Angehörigen
<b>Geschlechts- / altersspezifische Angebote</b>	
24. Zufrieden älter werden („Sucht im Alter“)	Ältere und berentete Menschen
25. Kinderseminare	Kinder stärken und besseren Kontakt zu Eltern herstellen
26. Frauengruppe	Gewalterfahrungen / Doppelbelastungen u.a. frauenspezifische Themen