

## Wichtig

Die Teilnahme an den Gruppenangeboten kann nur nach Absprache mit Ihrem behandelnden ärztlichen oder psychologischen Therapeut\*innen erfolgen.

Die Teilnahme an den Gruppen, für die Sie angemeldet sind, ist verbindlich. Falls Sie einmal nicht teilnehmen können sollten, melden Sie sich bitte direkt bei den Ansprechpartner\*innen der jeweiligen Gruppe ab.

Bitte bringen Sie zu den Gruppen ihre eventuellen Sehhilfen und ausgeteilten Arbeitsmaterialien mit.

Die Zeiten und Orte der jeweiligen Gruppenangebote entnehmen Sie bitte den Aushängen auf den Stationen.

### Station G01

Telefon: 04321 405-6450

Mail: stationG01@fek.de

### Station G02

Telefon: 04321 405-6350

Mail: StationG02@fek.de

### Station G22

Telefon: 04321 405-6550

Mail: StationG22@fek.de

### Psychiatrische Institutsambulanz (PIA)

Telefon: 04321 405-6150

Mail: PIA@fek.de



## FRIEDRICH-EBERT-KRANKENHAUS NEUMÜNSTER GMBH

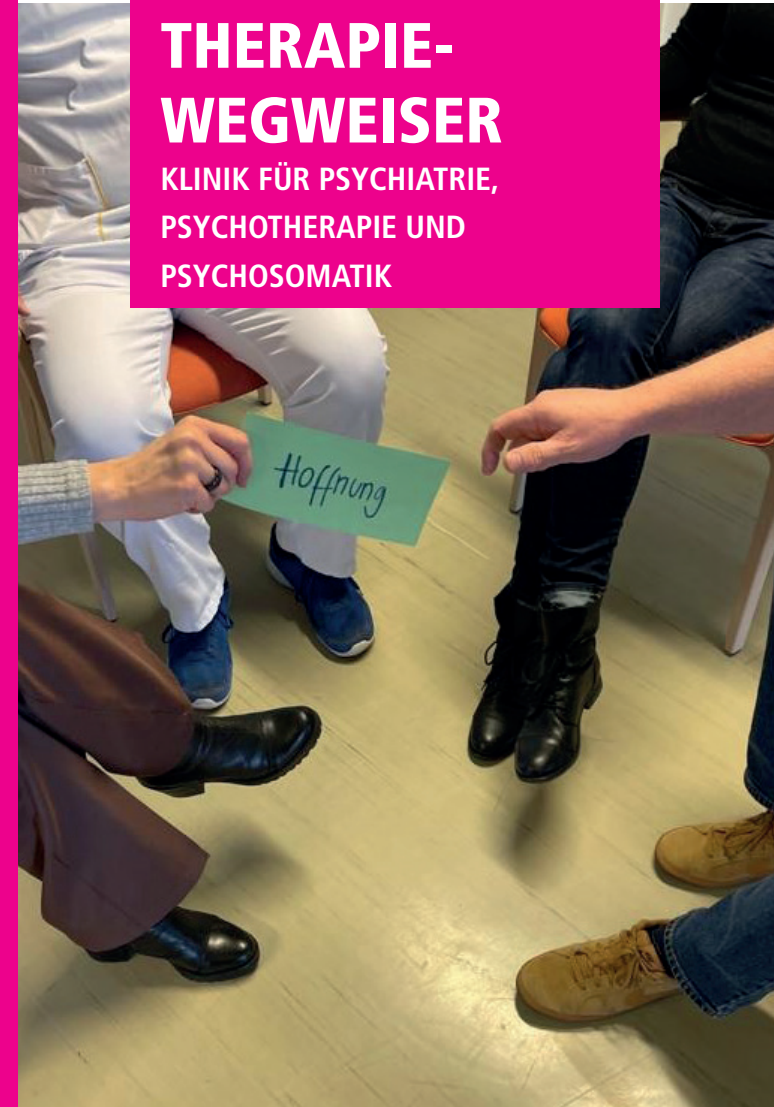
Akademisches Lehrkrankenhaus für die  
medizinischen Fakultäten der Christian-  
Albrechts-Universität zu Kiel und der  
Universität Hamburg

Friesenstraße 11  
24534 Neumünster  
Telefon-Zentrale: 04321 405-0  
Homepage [www.fek.de](http://www.fek.de)



## GRUPPEN- THERAPIE- WEGWEISER

KLINIK FÜR PSYCHIATRIE,  
PSYCHOTHERAPIE UND  
PSYCHOSOMATIK



## Achtsamkeitstraining

Durch Achtsamkeit im Alltag gelassener werden.

## Ausflugsgruppe

Offene Spaziergänge sowie geplante Aktivitäten außerhalb des stationären Settings zur Herstellung und Stärkung von Realitätsbezügen.

## Autogenes Training

Eine Entspannungsmethode zur Anwendung im Alltag.

## Bewegung, Entspannung und Achtsamkeit (BEA)

Ein Wechsel aus Bewegungs- und Entspannungsübungen für einen guten Start in den Tag.

## DBT Basisgruppe

Ein spezielles Therapieangebot für Menschen, die Schwierigkeiten haben, mit starken Gefühlen umzugehen. In der Basisgruppe werden Grundlagen für die Skillsgruppe vermittelt.

## DBT Skillstraining

Ein spezielles Therapieangebot für Menschen, die Schwierigkeiten haben, mit starken Gefühlen umzugehen.



## Ergotherapie

Handlungsfähigkeit im Alltagsleben wiederherstellen, um eigene Aufgaben zufriedenstellend erfüllen und ein sinngebendes Leben mit größtmöglicher Selbstständigkeit erlangen zu können. (Nähere Information zu unserem vielfältigen Ergotherapieangeboten entnehmen Sie dem Ergotherapiewegweiser).

## Fitness und Sport

im Sportraum der Station G02 oder in unserem Therapiezentrum (Vitaleffekt).

Nur für stationäre Patient\*innen und nach vorheriger Rücksprache und Anmeldung durch Ihre Behandler\*innen.

## Metakognitives Training (MKT) Depression

Depressive Denkmuster aufdecken und durch hilfreichere ersetzen.

## Move It

Bewegungs- und Tanzübungen zu flotter Musik.

## Musikgruppe

Mit Musik Gemeinsamkeit und Leichtigkeit erleben.

## Progressive Muskelentspannung (PMR)

Eine körperorientierte Entspannungsmethode, die Sie im Alltag anwenden können.

## Psychose Seminar

Was ist eine Psychose und wie kann ich mit ihr leben?

## Psychotherapeutische Gesprächsgruppen

Themenoffene, zielorientierte Gruppenpsychotherapien mit verhaltenstherapeutischer und tiefenpsychologischer Ausrichtung.

## Relax-Gruppe

Durch Imaginationen und hypnotherapeutische Anleitungen entspannen.

## Soziales Kompetenz Training (SKT)

Im Umgang mit anderen Menschen den richtigen Ton treffen.

## Suchttherapeutische Gruppe für ambulante Patient\*innen

Ein Gruppenangebot für Menschen mit süchtigem Verhalten (Glücksspiel, Cannabis, Tabletten, Alkohol).

## Suchttherapeutische Gruppe für stationäre Patient\*innen

Ein Gruppenangebot für Menschen mit süchtigem Verhalten (Glücksspiel, Cannabis, Tabletten, Alkohol und andere Drogen).

## Walking Gruppe

Vielmehr ein achtsames Spaziergehen, als sportliches „Walken“.

## Wochen- und Wochenendplanung

Therapieplanbesprechung zur Etablierung einer haltgebenden Tagesstruktur.