Ziele

- Mehr Lebensqualität
- Mehr Selbstwert
- Ein sicherer Umgang mit Gefühlen, Stress und Anspannungszuständen
- Selbstständigkeit im Alltag
- Sicherheit im sozialen Kontakt
- Förderung von Motivation, Achtsamkeit und Kreativität
- Verbesserung der Ausdauer und Konzentration
- Bewältigung von Lebenskrisen
- Mehr Eigenverantwortung, Entscheidungskraft und Frustrationstoleranz
- Entwicklung von beruflichen Perspektiven

Kontakt

Landungsbrücke
Sozialpsychiatrische Hilfe GmbH

Praxis für Ergotherapie
Helene-Lange-Straße 1
20144 Hamburg
tel: 040 41485374
fax: 040 63940474

ergotherapie@landungsbruecke-hamburg.de
www.landungsbruecke-hamburg.de

Metrobus 4,5 oder 15
bis Bezirksamt Eimsbüttel
U3
bis Hoheluftbrücke

Praxis für Ergotherapie

LANDUNGSBRÜCKE
SOZIALPSYCHIATRISCHE HILFE

Was ist Ergotherapie?

Ergotherapie unterstützt und begleitet Menschen, die in ihrer Handlungsfähigkeit eingeschränkt oder von Einschränkung bedroht sind. Ziel ist, sie bei der Durchführung für sie bedeutungsvoller Betätigungen in den Bereichen Selbstversorgung, Produktivität und Freizeit in ihrer persönlichen Umwelt zu stärken.

Hierbei dienen spezifische Aktivitäten, Umweltanpassung und Beratung dazu, dem Menschen Handlungsfähigkeit im Alltag, gesellschaftliche Teilhabe und eine Verbesserung seiner Lebensqualität zu ermöglichen.

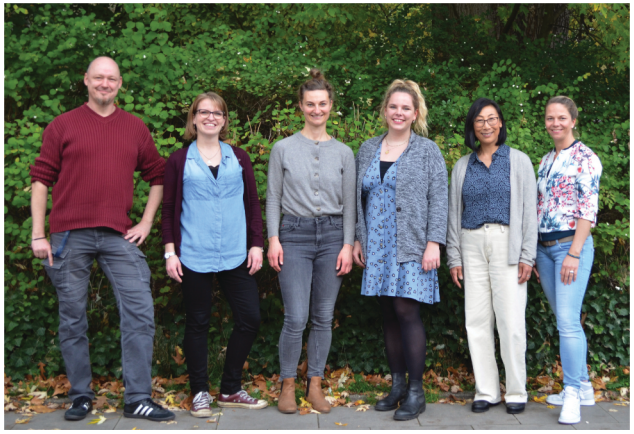
Wen behandeln wir?

Unser Schwerpunkt liegt in der Behandlung von Erwachsenen mit einer psychischen Diagnose. Hierbei spielt es keine Rolle, um welche Diagnose es sich handelt.

Unsere Angebote

Training der eigenaktiven Tagesstrukturierung
Stressbewältigung
DBT- Skillstraining nach M. Linehan (Gruppe/ Einzel)
Verbesserung der Selbstwahrnehmung
Entwicklung der Selbstsicherheit
Training der sozialen Kompetenzen nach Hinsch und Pfingsten (Gruppe/ Einzel)
Krisenintervention
Hirnleistungstraining
Berufsvorbereitendes Training
Entspannungstechniken (Gruppe/ Einzel)
Training der sozialen Kompetenzen (SKT – als Gruppen sowie im Einzel)
Gestalterische und spielerische Gruppen

Das Team



Wir sind ein aufgeschlossenes, freundliches Team mit jahrelanger Berufserfahrung.

Neben den fundierten Kenntnissen im Umgang mit psychisch erkrankten Menschen, verfügt unser Team u.a. über Zusatzausbildungen im Bereich der "Dialektisch Behavioralen Therapie" (DBT), der systemischen Beratung, dem sozialen Kompetenztraining, ausdruckszentriertem Gestalten und dem Umgang mit ADHS im Erwachsenenalter.

Rufen Sie uns an! Wir freuen uns auf Sie!

weitere Angebote

- Ambulante Sozialpsychiatrie (ASP)
- Hilfen zur Erziehung (HzE)
- Soziotherapie