

Musiktherapie

Musiktherapie verwendet neben Sprache die Musik als Ausdrucks- und Kommunikationsmittel. Sie kann Ihnen helfen mit anderen in Kontakt zu kommen und Ihre Kreativität zu fördern. Konzentration und Aufmerksamkeit werden spielerisch verbessert.

Sozialberatung

Wir unterstützen Sie gerne Ihre Anliegen bezüglich Schule, Ausbildung, Arbeit, Wohnen und Freizeit zu klären.

Habe ich Ausgang und kann ich Besuch empfangen?

Im Kontakt mit anderen lassen sich Krisen besser bewältigen. Deshalb können Sie außerhalb der Therapiezeiten und Termine Ihre eigenen Verabredungen treffen.

Wer arbeitet im FRITZ?

Es ist uns wichtig, dass Sie sich gut aufgehoben fühlen. Um Sie zu unterstützen steht ein Team aus Ärzten, Psychologen, Pflegekräften, Sozialarbeitern, Ergotherapeuten, Musiktherapeuten und Physiotherapeuten für Sie bereit.

Wie kann ich mit dem FRITZ Kontakt aufnehmen?

Bitte melden Sie sich telefonisch unter (030) 130 22 7228 an.

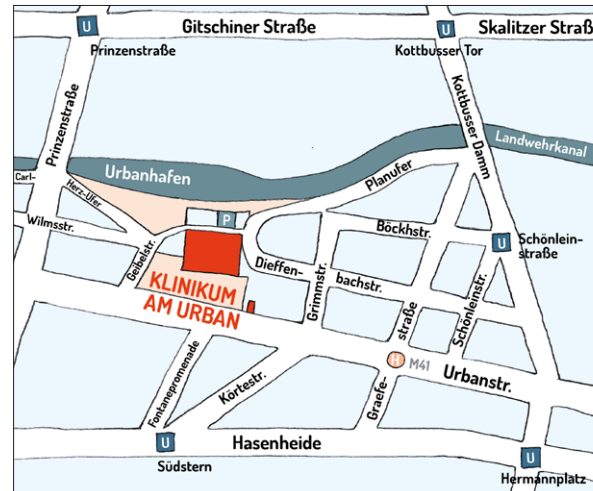
Sprechzeiten/Terminvergabe:
Montag-Freitag 9.00-16.00 Uhr

Termine sind zeitnah verfügbar.

Wie komme ich zum Fritz am Urban?

U1 Prinzenstraße; U8 Schönleinstraße; U7 Südsterne;
U7/U8 Hermannplatz, dann Bus M41 bis Geibelstraße;
U6 Hallesches Tor, dann Bus M41 bis Geibelstraße

Parkplätze stehen den Besuchern vor dem Klinikum zur Verfügung.



Vivantes Klinikum Am Urban
Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik
Fritz am Urban
Tel. (030) 130 22 7228
Akademisches Lehrkrankenhaus der
Charité – Universitätsmedizin Berlin
Dieffenbachstraße 1
10967 Berlin

www.fritz-am-urban.de

 Vivantes

FRITZ am Urban

Frühinterventions- und
Therapiezentrum



Ein Therapieangebot für junge Erwachsene
mit beginnenden psychischen Krisen.



Was ist FRITZ?

Wir wollen jungen Erwachsenen mit ersten psychotischen Krisen helfen sich selbst besser zu verstehen und ihre inneren Turbulenzen zu steuern.

Wenn Sie zum ersten Mal eine professionelle Meinung einholen möchten, dann ist FRITZ für Sie da. Unser Angebot einer stationären psychiatrisch-psychotherapeutischen Behandlung kann ungeheuer hilfreich sein.

Es ist uns wichtig, dass Sie sich bei uns gut aufgehoben fühlen. Die ersten Erfahrungen mit der Behandlung sind von entscheidender Bedeutung für die Bewältigung der Erkrankung. Junge Menschen haben besondere Bedürfnisse und deshalb bieten wir Ihnen ein spezielles Therapieangebot.

Je früher die Behandlung umso höher der Erfolg!

Wann brauche ich FRITZ?

Häufig erleben sich Menschen in beginnenden psychotischen Krisen anders als sie sich in gesunden Zeiten kennen.

Wir sind für Sie da, wenn

- Sie sich niedergeschlagen und gestresst fühlen oder stark beunruhigt sind.
- Sie sich zurückziehen und in Gesprächen das Gefühl haben nicht mitzukommen und sich überfordert fühlen.
- Sie Probleme in der Schule oder Ausbildung haben und Sie Schwierigkeiten haben sich zu konzentrieren.
- Sie über Ihre psychische Gesundheit beunruhigt sind.
- Sie Schwierigkeiten in Ihren Freundschaften haben.
- Sie Ihren Suchtmittelkonsum reduzieren wollen.
- Sie sich bedroht fühlen oder andere Menschen als Bedrohung erleben.
- Angehörige oder Ihr Arzt Ihnen sagen, dass sie Sie über einen längeren Zeitraum ungewöhnlich verändert erleben.

Wer sind meine Ansprechpartner?

Eine Psychologin, ein Arzt/eine Ärztin und ein Bezugspfleger/in werden Sie während Ihres Aufenthaltes begleiten.

Was bietet FRITZ an?

Therapeutisches Angebot

Viele Menschen sind es nicht gewohnt über ihren Seelenzustand zu sprechen. Sie versuchen Vertrauen zu entwickeln und können lernen Herausforderungen aus neuen Blickrichtungen zu sehen und neue Lösungsansätze finden. Unter Berücksichtigung Ihrer Möglichkeiten unterstützt Sie der Therapeut/die Therapeutin dabei. Im Kontakt mit uns können Sie ihre persönlichen Anliegen klären.

Über Psychosen lernen - Psycho- edukation

Wir helfen Ihnen zum Experten Ihrer Erkrankung zu werden. So können Sie selbstständig zur Besserung beitragen und an den Therapieentscheidungen aktiv mitwirken.

Zum Denken über das Denken - Metakognitives Training

In dieser Gruppenveranstaltung ist Ihre Beteiligung gefragt. Es geht vor allem um das „Denken über das Denken“. Es wird spielerisch die Beurteilung Ihrer Denkvorgänge sowie der Umgang mit Denkschwierigkeiten diskutiert.

Gesprächsgruppe

Viele Menschen schämen sich für ihre psychischen Krisen und werden Meister darin ihre Probleme zu verbergen. Wir diskutieren Fragen wie „Erzähle ich anderen von meiner Krankheit?“, „Wie verarbeite ich das Erlebte?“ oder „Was mache ich, wenn es ständig Streit in der Familie gibt?“. Gemeinsam werden individuelle Lösungsansätze entwickelt und notwendige Hilfen angeboten.



Bekomme ich Medikamente?

Seelische Beschwerden können durch ein chemisches Ungleichgewicht im Gehirn ausgelöst sein. Um dieses auszugleichen ist es daher manchmal sinnvoll, Medikamente zu nehmen. Medikamente können für manche Menschen ein notwendiger Bestandteil der Behandlung sein. Bestimmte Medikamente können dazu beitragen, Ihre psychische und körperliche Leistungsfähigkeit wiederherzustellen. In Absprache mit Ihnen behalten wir die Wirkweise der Medikation im Blick. Die optimale Medikations- und Dosisfindung braucht Fingerspitzengefühl und etwas Zeit. Deswegen benötigen wir Ihre Mithilfe und bitten Sie um Geduld.

Gibt es Angebote für Angehörige?

Oftmals sind Angehörige verunsichert und fühlen sich hilflos. Schließen Sie sich unserer Angehörigengruppe an und stärken Sie Ihr Selbstvertrauen. Der Kontakt mit Menschen, die Sie verstehen und Ihre Geschichte teilen, bietet Entlastung. Wir informieren Sie über die Erkrankung und vermitteln Wissenswertes über Frühsymptome und Therapiemöglichkeiten. Wenn Sie sich mit der Erkrankung auseinandersetzen, können Sie bei der Bewältigung entscheidend hilfreich sein.

Welche Aktivitäten werden noch angeboten?

Aktivitäten fördern die psychische Gesundheit. Wir bieten Ihnen eine Reihe von Sportmöglichkeiten an. Auf der Station finden Sie eine Tischtennisplatte. Es gibt die Möglichkeit den hauseigenen Basketballplatz zu nutzen. Des Weiteren werden Sport- und Laufgruppen angeboten. Auch Ausflüge und Kochen stehen auf dem Programm.

Ergotherapie

Mittels kreativer Medien und Übungsprogrammen am Computer können Sie Selbstvertrauen, Wahrnehmung, Konzentration und Belastbarkeit trainieren. Dadurch können Sie eine zufriedenstellende Handlungsfähigkeit im Alltag zuhause, im Arbeitsleben und der Freizeit entwickeln.