



# HiPsy

Sozialpsychiatrische Hilfen im Landkreis Harburg

## KONTAKT:

## Intensives Fertigkeiten Training – IFT

### HiPsy IFT-Team

Lindenstraße 12  
21244 Buchholz/Nordheide

Tel.: 0 41 81 / 99 86 17

E-Mail: [ift@hipsy.de](mailto:ift@hipsy.de)  
Internet: [www.hipsy.de](http://www.hipsy.de)



## Träger

### HiPsy gGmbH

Sozialpsychiatrische Hilfen im Landkreis Harburg

Rote-Kreuz-Straße 6 • 21423 Winsen  
Tel.: 04171/84884-0 • Fax: 04171/84884-1  
E-Mail: [info@hipsy.de](mailto:info@hipsy.de) • [www.hipsy.de](http://www.hipsy.de)

Die HiPsy gGmbH ist Mitglied im Paritätischen  
Niedersachsen e.V. und als gemeinnützig anerkannt.

**Spendenkonto:** BFS

IBAN: DE78251205100007465803, BIC: BFSWDE33HAN



Teilstationäre Hilfen



Ambulante Hilfen



Stationäre Hilfen



## Intensives Fertigkeiten Training – IFT

### Angebot

Das Angebot richtet sich an seelisch behinderte Menschen mit einer emotional-instabilen Persönlichkeitsstörung/Borderline Persönlichkeitsstörung.

### Trainer Team

Das Trainer- Team wurde ausgebildet in Dialektisch-Behavioraler Therapie (DBT) nach Marsha Linehan und orientiert sich an diesem Konzept. Regelmäßige Fachsupervision und Weiterbildung sind selbstverständlich.

Im modularen Training erlernen und üben die Klienten spezielle Fertigkeiten und Strategien, um

- sich selbst und ihre Umgebung achtsamer und bewusster wahrzunehmen
- Anspannung und Stress, auch in schwierigen Situationen, zu reduzieren
- mit schmerzhaften Gefühlen und Stimmungsschwankungen umzugehen
- Gefühle wahrzunehmen
- zwischenmenschliche Beziehungen erfolgreich zu gestalten
- ihre Lebensziele zu erreichen

### Das Training umfasst

- die Teilnahme an der wöchentlichen, 2-stündigen skills-Gruppe unter der Leitung von 2 Trainern, mit einer Laufzeit von ca. 8 Monaten; ein zweiter Durchlauf ist möglich
- ein wöchentliches 1-stündiges Einzeltraining, um die in der Gruppe vermittelten Fertigkeiten zur Lösung individueller Problemlagen einsetzen zu können
- telefonische Bereitschaft für Krisenfälle
- eine enge Vernetzung mit anderen Angeboten wie Ambulanter Betreuung, Kliniken, Institutsambulanzen, Fachärzte, Therapeuten
- nach Absprache Einzeltraining bis zu drei Monate, zur Vorbereitung auf die Teilnahme an der skills-Gruppe

### Der Rahmen

- Die skills-Gruppen finden in Buchholz oder Winsen in den Räumen der HiPsy gGmbH statt.
- Die Übernahme der Kosten für das IFT kann im Rahmen der Eingliederungshilfe für behinderte Menschen nach §53ff SGB XII bei der örtlich zuständigen Kommune beantragt werden.
- Fachärztliche / Psychotherapeutische Behandlung wird erwartet bzw. vor Trainingsbeginn angeregt.