

Ansprechpartner

Kirstin Hansen

Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie

Dr. rer. nat. Nicole Bührsch

Dipl.-Psychologin
Psychologische Psychotherapeutin

Jacqueline Pasatu

Seminarleiterin

Dipl.-Psychologin
Psychologische Psychotherapeutin
Inhaberin Pilotenlizenz

Wo kann ich mich anmelden?

Wenn Sie Interesse an unserem Psychotherapieangebot haben, melden Sie sich in unserer Ambulanz unter 030/204597-0.

Eine Anmeldung ist jederzeit möglich.



www.fliednerklinikberlin.de

Kontakt

Fliedner Klinik Berlin
Ambulanz und Tagesklinik für psychologische Medizin

Ambulanz

Markgrafenstraße 34 (Am Gendarmenmarkt)
10117 Berlin-Mitte

Telefon (030) 20 45 97-0
Telefax (030) 20 45 97-29
eMail: info@fliednerklinikberlin.de



Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

U-Bahn: U2, U6 bis Stadtmitte
S-Bahn: S1, S2, S25, S3, S5, S7, S75, S9 bis Friedrichstraße

Fliedner Klinik Berlin



Fliegen ohne Angst



Theodor Fliedner Stiftung

Fliegen ohne Angst

„Herzrasen, Enge in der Brust, zittern, Atemnot“ – schon der Gedanke, ein Flugzeug zu besteigen, löst Panik bei mir aus!“

Wird die Angst vor dem Fliegen sehr groß, kann das zu bedeutsamen Einschränkungen führen: Ihre Geschäftstermine leiden unter der hohen Stressbelastung auf dem Hin- und Rückflug. Sie verzichten ganz auf das Fliegen und sind in Ihrer Flexibilität durch lange Reisezeiten eingeschränkt. Geplante Urlaubsreisen in andere Länder werden nicht angetreten. Oder Sie beschränken sich – oft zum Ärger Ihrer Familie – auf gut erreichbare Nahziele.

Angstfreies, entspanntes Fliegen bedeutet sowohl für Ihre Karriere als auch im Freizeitbereich einen erheblichen Gewinn an Freiheitsgraden und Lebensqualität.

Unser Seminarangebot richtet sich sowohl an Personen, die aufgrund ihrer Angst das Fliegen ganz vermeiden, als auch an Menschen, die das Fliegen nur mit großer Anstrengung aushalten.

Wir bieten ein individuelles Vorgehen in einer **kleinen Gruppe**, die von einer Psychotherapeutin mit Fluglizenz geleitet wird. Mit einem erfahrenen Piloten können Sie im Kleinflugzeug im Übungsteil ganz spezifische, auf Ihre Angstsituation ausgerichtete Flugerfahrungen sammeln und so eine deutliche Angstreduktion erfahren.

Ziele und Inhalte

Die wichtigsten Therapieziele und Inhalte sind:

- § Wiedererlangen von Selbstkontrolle während Ihrer Kurz- und Langstreckenflüge
- § Erarbeiten eines individuellen Erklärungsmodells
- § Üben von effektiven Strategien im Umgang mit der Angst
- § Aufklärung über Technik und Aerodynamik
- § Vorbereitung der Flugexposition

Unser **ambulant**es Angebot umfasst folgende Leistungen:

- § initialer diagnostischer ärztlicher oder psychotherapeutischer Termin zur Indikationsstellung
- § vorbereitendes Einzelgespräch mit der Seminarleiterin
- § Gruppenseminar an 4 Abenden à 100 Minuten bei Psychotherapeutin mit Fluglizenz
- § zeitnahe Begleitung der individuellen Flüge im Kleinflugzeug

Die Seminare werden in Gruppen von 4-max. 6 Teilnehmern durchgeführt

Rahmenbedingungen:

Einzelkontakte und Seminare finden statt in der:

Ambulanz der Fliedner Klinik Berlin
Markgrafenstr. 34
10117 Berlin

Flugpraxis er leben Sie:

Flugplatz Strausberg
Flugplatzstr. 20
15344 Straußberg
(erreichbar mit S-Bahn / eigenem PKW)

Kosten:

Ärztliche oder Psychotherapeutische Diagnostik und Indikationsstellung

Die Liquidation erfolgt über die GOÄ und GOP (Gebührenordnung für Ärzte/ Psychotherapeuten). Diese sind in der Regel bei den privaten Krankenkassen oder der Beihilfe erstattungsfähig.

Vorbereitung, Seminar und Begleitung des Fluges:

€ 650,- Eigenanteil

Flugpraxis:

Abrechnung im Minutentakt und Anzahl der Landungen: ca. € 150,- Eigenanteil