

WELCHEN KONKRETEN RAHMEN BIETEN WIR IHNEN?

- Die Tagesklinik hat 16 Behandlungsplätze.
- Die Behandlung wird von Psychologen, Ärzten, Ergotherapeuten, Musik- und Bewegungstherapeuten sowie verhaltenstherapeutisch geschultem Krankenpflegepersonal geleistet.
- Die Therapien finden montags–freitags von 8–16 Uhr statt.
- Die Behandlungsdauer ist individuell unterschiedlich, sie beträgt in der Regel etwa 8 bis 10 Wochen.

WEN BEHANDELN WIR?

Unser Behandlungskonzept ist vor allem ausgerichtet auf Patienten mit:

- somatoformen Störungen (körperliche Beschwerden auf psychischer Grundlage)
- Angststörungen, wie z. B. soziale Ängste, Panikattacken, Platzangst
- Depressionen
- Zwangsstörungen

Nach individueller Absprache können auch Patienten mit anderen psychischen Störungen bei uns behandelt werden, wie z. B.

- Traumafolgestörungen
- Persönlichkeitsstörungen

WEN KÖNNEN WIR NICHT BEHANDELN?

Das betrifft Patienten mit:

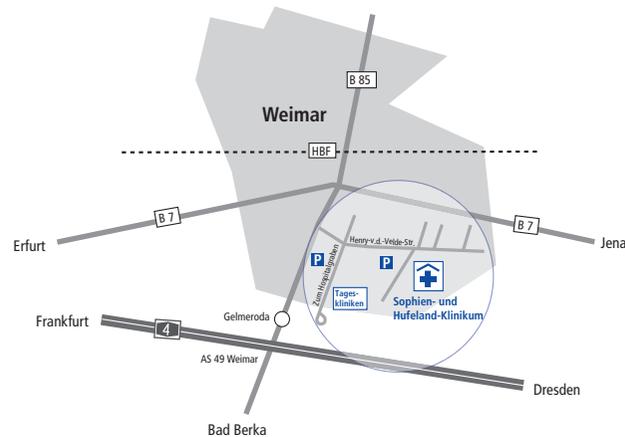
- organischen Gehirnerkrankungen (z. B. Demenzen)
- Suchterkrankungen
- akuten Psychosen
- schweren Essstörungen
- akuter Suizidgefahr

WIE KOMMEN SIE ZU UNS?

Bevor Sie zu uns kommen, sollte genau abgeklärt sein, ob die Tagesklinik für die Behandlung Ihrer Erkrankung und Ihr persönliches Therapieanliegen auch geeignet ist. Zunächst sollten Sie versuchen, dies mit Ihrem ambulanten Behandler (Facharzt für Psychosomatische Medizin, Psychiater, Psychotherapeut) zu klären, der Sie dann bei uns anmeldet. Im Anschluss daran laden wir Sie zu einem ambulanten Vorgespräch ein, in dem Sie Ihr Anliegen schildern können und Genaueres über unser Therapieangebot erfahren. Wenn eine tagesklinische Behandlung mit Ihnen vereinbart wurde, setzen wir Sie auf unsere Warteliste. Die Wartezeit variiert zwischen wenigen Tagen und 8 bis 10 Wochen. Wenn ein Platz für Sie frei ist, werden Sie telefonisch informiert.

Für die Aufnahme selbst ist ein normaler Einweisungsschein für Krankenhausbehandlung, den Ihnen auch Ihr Hausarzt ausstellen kann, ausreichend.

Weitere Informationen unter Tel.: 03643 / 57-2440



www.klinikum-weimar.de

Sophien- und Hufeland-Klinikum gGmbH
Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Psychosomatische Tagesklinik Weimar
Zum Hospitalgraben 3, 99425 Weimar
Sekretariat Tel. 03643 / 57-2400
E-Mail: psychosomatik@klinikum-weimar.de

PSYCHOSOMATISCHE TAGESKLINIK WEIMAR



Bildnachweis: Thomas Müller
57361/003-23



Klinik für Psychosomatische Medizin
und Psychotherapie



WAS IST EINE TAGESKLINIK?

Im Unterschied zur vollstationären Behandlung, wo Patienten nach den Therapien auch den Abend und die Nacht auf der Station verbringen, halten Sie sich in einer Tagesklinik nur für eine begrenzte Zeit auf. Sie kommen morgens und gehen nachmittags wieder nach Hause, auch die Wochenenden werden komplett zu Hause verbracht. Damit ist der Tagesablauf unserer Patienten einem Arbeitsalltag vergleichbar.

Dies bietet den Vorteil, dass der Kontakt zur Familie und zum heimischen Umfeld nicht völlig unterbrochen werden muss, häuslichen Pflichten, wie z. B. Kinderbetreuung, auch während des Aufenthaltes bei uns nachgegangen werden kann. Es setzt aber auch voraus, dass der Gesundheitszustand unserer Patienten so stabil ist, dass Alltagsbewältigung sowie der tägliche Anfahrtsweg möglich sind.

BEHANDLUNGSKONZEPT

Das Behandlungskonzept basiert auf einem integrativen psychosomatisch-psychotherapeutischen Ansatz. Hierbei werden medizinisch-biologische und psychosoziale Faktoren der Erkrankung gleichermaßen berücksichtigt. Ziel der Therapie ist eine konkrete und durchführbare Veränderung im Erleben, Denken und Verhalten, die Ihnen dabei helfen soll, Ihre Probleme im sozialen Umfeld und Lebensalltag besser anzugehen. Das genaue Vorgehen in der Therapie wird von Therapeut und Patient gemeinsam festgelegt. Die psychopharmakologische Behandlung (falls erforderlich) wird in das Gesamtbehandlungskonzept integriert.

Damit steht Ihnen eine Behandlung zur Verfügung, die über die Möglichkeiten und Intensität einer ambulanten Therapie hinausgeht.

PSYCHOTHERAPIE

Die Psychotherapie ist integrativ ausgerichtet, d. h. es werden Elemente verschiedener Therapierichtungen sinnvoll miteinander verknüpft. Der Schwerpunkt liegt dabei auf den wissenschaftlich

fundierten Prinzipien der Verhaltenstherapie. Ein problematisches Verhalten (oder Symptom), beispielsweise Angst vor überfüllten Kaufhallen, wird dabei zunächst genau herausgearbeitet. Diese Verhaltensanalyse bildet die Basis für die Planung konkreter und praktischer Therapieschritte, die Sie dann mit Hilfe des therapeutischen Teams zielgerichtet umsetzen.

BAUSTEINE DES BEHANDLUNGSPROGRAMMS

Einzelpsychotherapie

Hier werden Ihre individuellen Beschwerden – auch auf dem Boden Ihrer lebensgeschichtlichen Erfahrungen – erörtert, Problembereiche und Ziele festgelegt sowie Strategien im Umgang mit den Problemen erarbeitet.

In diesem Rahmen führen wir gezielte **verhaltenstherapeutische Übungen** durch. Entsprechend der Indikation sind diese sehr flexibel gestaltet und werden einzeln und/oder in Begleitung sowohl in der Tagesklinik als auch in der Öffentlichkeit, zu Hause oder am Arbeitsplatz durchgeführt.

Gruppentherapien

Hierbei geht es insbesondere um den Erwerb von Fertigkeiten im Umgang mit anderen Menschen, aber auch um den Austausch und das gemeinsame Erarbeiten von Lösungsmöglichkeiten für Lebensprobleme und Belastungen. Des Weiteren werden Ihnen Informationen zu den häufigsten psychischen Störungen vermittelt. Folgende Gruppen werden angeboten:

- Problemlösegruppe
- Informationsgruppe
- Soziales Kompetenztraining
- Depressionsgruppe
- Achtsamkeitsgruppe

Entspannungsverfahren

Viele Menschen stehen unter ständiger Anspannung, die die Entstehung von psychischen und psychosomatischen Beschwerden fördert. Aus diesem Grund werden folgende Entspannungsverfahren angeboten:

- Progressive Muskelentspannung
- Autogenes Training

Kreative und körperbezogene Verfahren

Ergotherapie, gestaltungs-, musik- und körpertherapeutische Methoden können einen neuen Zugang zu den Gefühlen und der inneren Wirklichkeit eröffnen. In diesen Therapiebausteinen können einerseits auslösende und aufrecht erhaltende Bedingungen Ihrer Erkrankung unter Einsatz von therapiebezogenen Medien (Farbe, Ton, Musik, eigener Körper) erarbeitet und erlebbar gemacht werden. Andererseits können die von Ihnen erarbeiteten Lösungsstrategien für Ihre Probleme in Übungssituationen praktisch umgesetzt werden. Außerdem können Sie Ihre persönliche Kreativität erfahren und weiterentwickeln. In einzelnen werden folgende Verfahren angeboten:

- Ergotherapie
- Musiktherapie
- Bewegungstherapie
- Yoga

Darüber hinaus stehen bedarfsweise folgende Angebote zur Verfügung:

- Ergänzung der Einzelgespräche durch Einbeziehung von Partner/In und/oder Familie
- Hirnleistungstraining am PC
- Arbeitserprobung am Ende der tagesklinischen Behandlung
- Krankengymnastische Behandlung
- sozialmedizinische Beratung

Für den Therapieerfolg sind die Aktivierung Ihres Selbsthilfepotentials und die Stärkung Ihrer Selbstkompetenz besonders wichtig. Die besten Erfolgsaussichten ergeben sich daher, wenn Sie in allen Therapieschritten aktiv mitarbeiten!