HERZ-JESU-KRANKENHAUS
DERNBACH

DERNBACHER GRUPPE
KATHARINA KASPER

Tagesklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik

Patienteninformation

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Patientinnen und Patienten,

mit dieser Broschüre informieren wir Sie über die Angebote der Tagesklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik am Herz-Jesu-Krankenhaus Dernbach.
Weitere Informationen erhalten Sie von unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die Ihnen für Fragen gerne zur Verfügung stehen.

Ihr Team der Tagesklinik

Anschrift
Tagesklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik
am Herz-Jesu-Krankenhaus Dernbach
Südring 8
56428 Dernbach/Ww.
Tel.: 02602 684 – 123
Fax: 02602 684 – 119
tagesklinik@krankenhaus-dernbach.de
www.krankenhaus-dernbach.de

Chefarzt:
F. Lücke
Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie

Träger:
Katharina Kasper
ViaSalus GmbH

INHALT

Anschrift	2
Ihr Weg zu uns	5
Für wen ist die Tagesklinik geeignet?	5
So nehmen Sie Kontakt auf	5
Zeiten	6
Kostenträger	6
Ziel der Behandlung	6
Am Aufnahmetag	7
Ankunft am Krankenhaus	7
Aufnahmegespräch	7
Bezugstherapeuten	7
Patientenpaten	7
Gruppenregeln	8
Therapievereinbarung	8
Das Therapieangebot	10
Morgenrunden	10
Abschlussrunden	10
Wochenziele	10
Gruppenpsychotherapie	10
Einzeltherapie	11
Visite	11
Medikamente	11
PMR	12
Training sozialer Kompetenzen	12
Kunsttherapie	13
Offene Gruppe	13
Themenzentrierte Gruppe	14
Ergotherapie	14
Physiotherapie	15
Aktivierende Therapien (Gruppenaktivitäten)	15
Sozialpädagogische Beratung	15
Psychoedukation Psychose	16

Sucht-Informationsgruppe	16
Genusstraining	16
Literaturkreis	17
Kognitives Training	17
Achtsamkeit	17
Weitere Informationen	18
Qualitätssicherung	18
Seelsorge	18
Ehemaligentreffen	18
Leitbild	19

Ihr Weg zu uns

Für wen ist die Tagesklinik geeignet?

Die Tagesklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik im Herz-Jesu-Krankenhaus Dernbach ist mit ihren 40 Plätzen eine teilstationäre gemeindenahe Einrichtung zur Behandlung von Erwachsenen mit psychischen Erkrankungen und in Lebenskrisen.

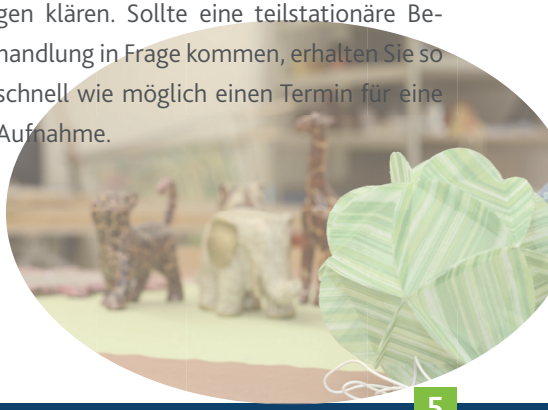
Wir nehmen erwachsene Patienten auf, bei denen einerseits die ambulante Behandlung ihrer psychischen Krankheit nicht ausreicht, die jedoch andererseits so stabil sind, dass sie keiner vollstationären Behandlung (mehr) bedürfen. Ob unser Behandlungsprogramm für den Einzelnen geeignet ist, klären wir in einem Vorgespräch.

Aufgenommen werden Erwachsene mit z.B. Depressionen, Ängsten, Zwangsstörungen, nichtorganischen Schlafstörungen, Psychosen, Essstörungen, Persönlichkeitsstörungen, nach traumatischen Erfahrungen und in Lebenskrisen (z.B. nach Trennung, Verlust eines Angehörigen, Krankheit, Überarbeitung, Arbeitslosigkeit usw.); zudem auch Menschen mit körperlichen Erkrankungen, bei denen psychische Faktoren eine Rolle spielen.

Sie werden rasch merken, dass Sie mit Ihrer Erkrankung nicht allein sind und Unterstützung auch von anderen Betroffenen erhalten können. Psychische Störungen sind kein Makel; neueste wissenschaftliche Studien haben gezeigt, dass etwa die Hälfte der Deutschen mindestens einmal im Laufe ihres Lebens an einer psychischen Störung erkranken. Andere Untersuchungen zeigten, dass von den Patienten im Wartezimmer von Hausärzten mindestens ein Drittel dringend psychotherapeutischer oder psychiatrischer Hilfe bedarf.

So nehmen Sie Kontakt auf

Rufen Sie uns zunächst unter 02602-684 -123 an. Telefonisch vereinbaren wir einen Termin für ein Vorgespräch. In diesem Vorgespräch lernen Sie die Räumlichkeiten der Tagesklinik kennen und können erste Fragen klären. Sollte eine teilstationäre Behandlung in Frage kommen, erhalten Sie so schnell wie möglich einen Termin für eine Aufnahme.



Zeiten

Unsere Tagesklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik ist montags bis donnerstags von 8:00 bis 16:30 Uhr und freitags von 8:00 bis 15:00 Uhr geöffnet. Sie bietet den Patientinnen und Patienten ein strukturiertes Programm in einer therapeutischen Gemeinschaft an.

Als Patient der Tagesklinik erhalten Sie täglich ein kostenloses Mittagsmenü.

Die Abende und Wochenenden verbringen Sie bei sich zuhause. Mit therapeutischer Anleitung können Sie so das in der Therapie Erlernte in Ihrem persönlichen Alltag umsetzen und es bleibt nicht theoretisch. Dadurch wird der Wiedereinstieg in den häuslichen und beruflichen Alltag nach Ende der Therapie deutlich leichter.

Die Behandlungsdauer richtet sich nach Ihrer Erkrankung und wird im einzelnen besprochen.

Kostenträger

Kostenträger sind alle gesetzlichen und privaten Krankenkassen, nach Einzelfall-Genehmigung auch Rentenversicherungsträger.

Ziel der Behandlung

Ziel der Behandlung ist es, psychische Erkrankungen zu erkennen und Krankheitsbeschwerden zu lindern beziehungsweise zu heilen. Krank machende Umwelteinflüsse auf die Psyche werden herausgearbeitet und Informationen über seelische Krankheiten vermittelt. Ein weiteres Ziel der Behandlung ist es, neue Wege im Umgang mit der Krankheit und ihren Folgen zu gehen. Wir entwickeln zu Beginn Ihres Aufenthaltes nach einer gründlichen Untersuchung und Bestandsaufnahme gemeinsam mit Ihnen das individuelle Behandlungsziel.

Durch die Aufnahme in unsere Tagesklinik können vollstationäre Behandlungen oftmals vermieden werden. In der Regel trägt die Tagesklinik dazu bei, stationäre Aufenthalte zu verkürzen. Zusätzlich erleichtert sie den Übergang in den häuslichen und beruflichen Alltag.

Unser Therapiekonzept ist psychosomatisch und sozialpsychiatrisch orientiert.

Am Aufnahmetag

Ankunft am Krankenhaus

Am Aufnahmetag kommen Sie zunächst zum Krankenhaus. Falls Sie mit dem eigenen Auto kommen, dann ziehen Sie ein Ticket und benutzen Sie den normalen Parkplatz. Falls Sie eine Parkkarte haben möchten, dann bekommen Sie diese bereits am ersten Tag und können nachmittags damit den Parkplatz wieder verlassen. Am Aufnahmetag dann melden Sie sich um 8 Uhr mit einer Einweisung Ihres Hausarztes oder Facharztes und Ihrer Krankenversichertenkarte in der Patientenaufnahme des Krankenhauses. Anschließend begeben Sie sich zur Tagesklinik und melden sich dort bei der Anmeldung; dort wird Ihnen weitergeholfen.

Aufnahmegespräch

Im Aufnahmegespräch am ersten Tag erhalten Sie Gelegenheit, ausführlich mit Ihrem Einzeltherapeuten über Ihre bestehenden Probleme zu sprechen. Um sich ein genaues Bild zu machen, wird der Therapeut gezielt nachfragen. Schließlich werden ausgehend von Ihren Wünschen Therapieziele vereinbart, die innerhalb der tagesklinischen Behandlung erreicht werden sollen.

Bezugstherapeuten

Als Ansprechpartner in allen Belangen steht Ihnen ein Bezugstherapeutenteam zur Verfügung. Die Bezugstherapeuten werden Sie am Aufnahmetag begrüßen und Sie während der Behandlung in einem Großteil der Gruppenangebote begleiten. Als Mitglied einer festen Patientengruppe haben Sie darüber hinaus die Möglichkeit, sich bei Fragen, formellen Angelegenheiten, aktuellen Krisen oder Problemen an diese für Sie zuständigen Mitarbeiter auch außerhalb der Gruppenangebote oder der regulären Einzelgespräche zu wenden.

Patientenpaten

Ein Mitpatient aus Ihrer Gruppe übernimmt für die erste Woche eine so genannte Patenschaft für Sie. Der Patientenpate kennt sich bereits gut aus in der Tagesklinik und hilft Ihnen, sich leichter und schneller bei uns zurecht zu finden.

Gruppenregeln

Für eine erfolgreiche Therapie ist es zwingend notwendig, dass einige Regeln von allen eingehalten werden.

1. Versuchen Sie sich während der Therapie so zu verhalten, wie Sie es sich von den anderen wünschen.

2. Bestimmen Sie selbst, wann Sie etwas sagen, wann Sie schweigen und was Sie sagen.
(Wenig Mitarbeit führt jedoch stets zu wenig Therapieerfolg; extreme Teilnahme führt bei einigen Patienten dazu, dass sie sich selbst oder ihre Mitpatienten überfordern.)

3. Es darf nie mehr als einer zu einer Zeit reden.

4. Unterbrechen Sie das Gespräch, wenn Sie nicht wirklich teilnehmen können.

5. Sprechen Sie möglichst nicht mit den Worten „man", „wir" oder „jeder", sondern mit dem Wort „ich".

6. Sprechen Sie mit anderen, nicht über andere.

7. Alle Patienten müssen die folgende Therapievereinbarung einhalten.

Therapievereinbarung

1.Teilnahme und Pünktlichkeit
Ich erkläre mich während der teilstationären Behandlung in der Tagesklinik dazu bereit, an allen Angeboten des Therapieplanes teilzunehmen. Dazu gehört auch das pünktliche Erscheinen zu den Therapiezeiten. Wenn gesundheitliche Gründe einer Teilnahme an einem Therapieangebot entgegenstehen, werde ich frühzeitig ein entsprechendes ärztliches Attest vorlegen.

2. Abmeldung
Wenn ich aus gesundheitlichen oder sonstigen Gründen die Tagesklinik zwischenzeitlich nicht besuchen kann, melde ich

mich bei Bekanntwerden dieser Gründe telefonisch ab. Dabei bin ich verpflichtet, Termine möglichst außerhalb der Therapiezeiten zu vereinbaren. Eine Befreiung von der Therapie ist nur in Ausnahmefällen möglich und muss vorher schriftlich beantragt werden.

3. Schweigepflicht

Ich erkläre mich zum Schweigen über alle persönlichen Informationen meiner Mitpatienten bereit, die mir im Rahmen der gemeinsamen Therapie zugänglich wurden; dies gilt auch nach dem Aufenthalt.
Die Mitarbeiter der Tagesklinik sind ebenso der Verschwiegenheit verpflichtet; ein Austausch findet nur innerhalb des Teams statt.

4. Eigene Verantwortung

In den Therapieangeboten entscheide ich weitestgehend selbst, wie sehr ich mich beteilige. Dabei nehme ich zur Kenntnis, dass ein Fortschritt in der Therapie nur möglich ist, wenn ich aktiv teilnehme.

5. Versicherungsschutz

Ich bin darüber informiert, dass ich während der Therapieangebote (einschließlich Außenaktivitäten) und in den Pausen unfallversichert bin. Dies gilt auch für die direkte Hin- und Rückfahrt. Der Versicherungsschutz erlischt allerdings, wenn ich das Klinikgelände eigenständig verlasse.

6. Alkohol- und Suchtmittelabstinenz

Ich verpflichte mich, während der teilstationären Behandlung keinen Alkohol und keine Drogen zu konsumieren. Die Abstinenzfähigkeit und Abstinenzbereitschaft ist eine Behandlungsvoraussetzung und aus therapeutischer Sicht notwendig. Falls dies nicht möglich ist, erfolgt keine Aufnahme bzw. die Entlassung. Liegt aus ärztlich/therapeutischer Sicht eine Suchtproblematik vor, bin ich mit Drogen-/Alkoholtests einverstanden und erkläre mich zur Teilnahme an der Suchtinformationsgruppe bereit.

7. Nutzung Ihres Mobiltelefons

Ich nehme zur Kenntnis, dass ich aus therapeutischen Gründen auf die Nutzung meines Mobiltelefones innerhalb der Tagesklinik besser verzichten sollte. Telefonieren, Nachrichten senden, Handyspiele und surfen im Internet haben einen störenden Einfluss auf das therapeutische Milieu und stehen dem Miteinander in der Behandlung entgegen. Auch im Sinne des Achtsamkeitskonzeptes sollte meine Aufmerksamkeit ganz hier sein. Während der Therapieeinheiten schalte ich das Telefon ganz aus.

Das Therapieangebot

Morgenrunden

Die Behandlungstage beginnen in der Regel zwischen 8.15 und 9.00 Uhr mit den Morgenrunden. Die Morgenrunden stellen in erster Linie ein Forum für den Informationsaustausch zwischen dem Therapeutenteam und den einzelnen Patienten dar. Gemeinsame Aktivitäten werden hier geplant und Fragen können gestellt werden. Erlebnisse und Erfahrungen vom Vortag oder vom Wochenende werden berichtet. Mit therapeutischer Unterstützung besteht auch die Möglichkeit, die eigene Befindlichkeit mitzuteilen.

Abschlussrunden

Der Behandlungstag endet mit der Abschlussrunde. Hier berichten die Patienten über ihre Befindlichkeit im Tagesverlauf und über geplante Aktivitäten am Abend. Falls notwendig hilft Ihnen Ihr Bezugstherapeut bei der Tagesplanung.

Wochenziele

Mit therapeutischer Unterstützung werden kleinere Ziele für jeweils eine Woche formuliert. Dies hilft, mit kleinen Schritten den persönlichen Therapiezielen näher zu kommen. Im Sinne eines Problemlösetrainings wird es Ihnen dann zunehmend selbst gelingen, Ihre Probleme zu lösen.

Gruppenpsychotherapie

In der Gruppenpsychotherapie hat jeder Patient die Möglichkeit, die eigenen Probleme oder Belastungen zu thematisieren. Unter therapeutischer Anleitung werden Ursachen und Lösungen der Probleme gemeinsam in der Gruppe erarbeitet. Jeder Patient kann auch hierbei selbst entscheiden, wie weit er oder sie sich einbringen möchte. Beispiele für Themen in der Gruppe sind: Probleme am Arbeitsplatz, familiäre Sorgen, Ängste, Stimmungseinbrüche, Selbstwertprobleme und vieles mehr. Extrem belastende Themen, beispielsweise nach einer traumatischen Erfahrung, werden allerdings nicht in der Gruppe, sondern nur in der Einzeltherapie besprochen. Sie können das Thema, das Sie in der Gruppe ansprechen möchten, auch vorher kurz mit Ihren Therapeuten absprechen. Diese werden Ihnen bei der Themenfindung helfen.

Einzeltherapie

In der Einzeltherapie werden ergänzend zur Gruppentherapie Probleme des Patienten bearbeitet. Mit therapeutischer Unterstützung werden Ursachen und Lösungen der aktuellen Probleme gesucht und Strategien erarbeitet, wie Sie Ihr Befinden oder Ihre Situation verändern können.

Alle, die in der Tagesklinik behandelt werden, haben ihre persönliche Geschichte und Gründe, warum sie in Behandlung sind. Damit alle von der Therapie profitieren können, gehören besondere Probleme wie schwere biografische Ereignisse ausschließlich in die Einzeltherapie. Falls es Ihnen zwischen den Terminen schlecht geht, melden Sie sich bitte bei Ihrem Bezugstherapeuten. Sollten Sie mitbekommen, dass MitpatientInnen schwere Themen außerhalb der Therapie ansprechen, schützen Sie sich und Ihr Gegenüber, indem Sie auf die Bezugstherapeuten verweisen.

Visite

Die wöchentlichen Visiten dienen dem regelmäßigen Austausch von Informationen über den Therapieverlauf zwischen Ihnen und dem Behandlungsteam. Hier können Sie – sofern Sie das wünschen – selbst Themen oder Fragen einbringen. Weitere Inhalte können Fortschritte oder Hindernisse während der Therapie sein oder die Planung ergänzender physikalischer Maßnahmen wie Massage, Krankengymnastik oder Shiatsu. In den Visiten wird die medikamentöse Behandlung auf ihre Wirksamkeit hin überprüft und ggf. umgestellt oder angepasst. Durch das teilstationäre Setting ist eine medikamentöse Umstellung oder Neueinstellung leichter und sicherer möglich (Näheres siehe Medikamente) als ambulant. Weiterhin kann in den Visiten auch die voraussichtliche Behandlungsdauer mit dem Patienten geplant werden und ggf. eine Weiterbehandlung nach der Entlassung aus der Tagesklinik koordiniert werden.

Medikamente

Grundsätzlich besteht bei vielen psychischen Erkrankungen die Möglichkeit einer medikamentösen Behandlung. Wichtig ist es uns, Sie über die Therapieaussicht und auch über mögliche Nebenwirkungen der Medikamente aufzuklären, so dass Sie selbst mündig über eine Behandlung entscheiden können. In der Tagesklinik wird grundsätzlich keiner gezwungen, Medikamente einzunehmen.

Eine tagesklinische Behandlung soll zum Beispiel zu einer Aktivierung des Patienten führen. Deshalb werden vermehrt Medikamente mit einer aktivierenden Nebenwirkung anstatt einer beruhigenden Neben-

wirkung eingesetzt, außer bei erheblichen Schlaf- und Unruhezuständen. Ziel der medikamentösen Behandlung ist aber meist die Besserung der Stimmungslage (Antidepressiva).

Antidepressiva machen generell nicht abhängig. Antidepressiva verbessern meistens den Serotonin- und Noradrenalinstoffwechsel, der bei Depressionen – unabhängig von der Ursache der Depression – auch häufig gestört ist.

Bei den neueren Medikamenten treten als Nebenwirkungen sogenannte „Wohlfühlstörungen" auf. Dies ist in der Regel nur vorübergehend, die körperliche Gesundheit des Patienten wird aber nicht beeinträchtigt.

Durch Medikamente werden keine irreversiblen Veränderungen wie bspw. durch Operationen geschaffen, so dass die medikamentöse Behandlung häufig auch eine Chance darstellt. Bei fehlender Besserung kann die Medikation problemlos wieder weggelassen werden. Grundsätzlich muss bei einer modernen medikamentösen Behandlung die gesamte Situation des Patienten abgewogen werden.

PMR

Progressive Muskelentspannung (PMR) ist eine Technik, die man erlernen kann wie z. B. Schwimmen oder Radfahren. Dabei wird gelernt, alle Muskelteile des Körpers in einer bestimmten Reihenfolge zu entspannen, indem die Muskeln erst angespannt und dann gelockert werden. Damit können körperliche und seelische Anspannung und Nervosität verringert werden. Alltägliche Stresssituationen können gelassener und kreislaufschonender bewältigt werden.

In der Tagesklinik werden zudem weitere Entspannungsmethoden vermittelt, z.B. Autogenes Training, Phantasiereisen oder Achtsamtkeitsübungen.

Training sozialer Kompetenzen

Häufig werden Alltagsituationen im Berufs- oder Privatleben als unbefriedigend, problematisch und schwer lösbar erlebt. Daher werden in diesem Gruppenangebot vorgegebene und persönliche Fallbeispiele gemeinsam bespro-

chen und spielerisch eine mögliche Lösung eingeübt.

Die Ziele des Trainings sozialer Kompetenzen sind:

- Verbesserung der Selbst- und Fremdwahrnehmung
- selbstsichereres Verhalten in verschiedenen Lebenssituationen
- verbesserte Kritikfähigkeit
- zielgerichteter sprachlicher und körperlicher Ausdruck
- Reduzierung bzw. Vermeidung von unsicherem und aggressivem Verhalten.

Kunsttherapie

Kunsttherapie ist eine vorwiegend nichtsprachliche Therapieform, die über den Einsatz von künstlerischen Mitteln einen Beitrag zur ganzheitlichen Förderung und Heilung des Menschen leistet. Sie findet ihre Einsatzgebiete im medizinischen, rehabilitativen, psychologischen sowie pädagogischen Bereich und eignet sich u. a. für Menschen in psychischen Krisen oder belastenden Lebenslagen, die etwas für ihre persönliche Entwicklung, Selbstwahrnehmung, Entspannung, Ressourcenaktivierung oder Stressbewältigung tun möchten. In der Tagesklinik Dernbach wird Kunsttherapie in der Regel als Gruppentherapie durchgeführt. Eine künstlerische Begabung oder Vorerfahrung ist nicht erforderlich.

Offene Gruppe

In der offenen Kunsttherapie-Gruppe kann das gesamte Spektrum künstlerischer Materialien und Techniken aus dem zeichnerischen, malerischen und plastischen Bereich zur Anwendung kommen. Die Auswahl in der Tagesklinik Dernbach reicht von Blei-, Bunt- und Filzstiften über Pastell- und Ölkreiden bis hin zu Aquarell- und Acrylfarben sowie Linoldruck. Zum plastischen Gestalten von Objekten dienen Ton, Holz, Stein und Pappmaché. Durch das kreative Gestalten können Identitätsgefühl, Autonomie und Selbstwert gesteigert, Ressourcen und Selbstheilungskräfte aktiviert sowie Entwicklungsmöglichkeiten gefördert werden.

Themenzentrierte Gruppe

In der themenzentrierten Gruppe wird im Gestalten mit den verschiedensten künstlerischen Materialien zu vorgegebenen Themen der Ausdruck von „inneren Bildern", Gefühlen, Bedürfnissen, Vorstellungen und Erfahrungen ermöglicht. Diese werden im Gruppengespräch unter therapeutischer Anleitung ausgedrückt, so dass etwaige Lösungsstrategien gemeinsam erarbeitet werden können. Die themenzentrierte Kunsttherapie ist tiefenpsychologisch bzw. verhaltenstherapeutisch orientiert.

Ergotherapie

Ergotherapie hilft Menschen jeden Alters, die in ihren alltäglichen Fähigkeiten eingeschränkt oder von Einschränkungen bedroht sind, wichtige Lebensbereiche (z.B. Arbeit, Haushalt und Freizeit) wieder selbstständig zu gestalten. Ziel der Ergotherapie ist es, durch den Einsatz von Aktivitäten, Betätigung und Umweltanpassung dem Menschen eine größtmögliche Handlungsfähigkeit im Alltag, Lebensqualität und gesellschaftliche Teilhabe zu ermöglichen.

In der Tagesklinik sollen dem Patienten Möglichkeiten erschlossen werden, über kreativ-gestalterisches Tun zur besseren Wahrnehmung zu finden, d.h. seine Wünsche, Bedürfnisse und Gefühle zu erkennen und auszudrücken. Dabei steht der Gestaltungsprozess als Weg zu besserem Selbstverständnis und Einblick in die darin begründeten Reaktionsweisen im Vordergrund.

In der Ergotherapie können Arbeiten mit folgenden Materialien durchgeführt bzw. Gegenstände hergestellt werden: Speckstein/Ytong, Tonarbeiten, Korbflechten/ Peddigrohr, Kerzen gießen, Gips gießen, Servietten-Technik, Lampen herstellen, Linoldruck, Window Color, Seidenmalerei, Arbeiten mit Papier und Pappe, Arbeiten mit Holz, Seifen gießen, Arbeiten mit Stoffen/Leder, Kratzbilder.

Desweiteren findet zeitweise eine Projektgruppe statt, in der die Patienten einer Gruppe ein Thema aussuchen, an dem sie dann zusammen arbeiten (z. B. Pappmaché, Arbeiten mit Ton, Seifenherstellung etc.).

Physiotherapie

Unsere Abteilung für Physiotherapie verfügt über ein breites Spektrum verschiedenster Anwendungen. Hierzu gehören Nordic Walking, Massagen und Fango, Shiatsu und Qi Gong ebenso wie viele andere aktivierende oder entspannende Therapien. Sie können unsere Angebote sowohl teilstationär in der Tagesklinik als auch ambulant nutzen.

Entsprechend der individuellen Verordnung werden Einzel- oder Gruppenbehandlungen durchgeführt. Gern unterstützen wir Sie bei der Vorbeugung genauso wie bei der Nachsorge – individuell auf Ihr Beschwerdebild und Ihre persönlichen Gesundheitsziele zugeschnitten.

Aktivierende Therapien (Gruppenaktivitäten)

Im Rahmen der Gruppenaktivität wird in der Gruppe gemeinsam etwas außerhalb des üblichen Therapie-Programms unternommen, etwa Spielenachmittage, Badminton, Kaffeetrinken, Kegeln, Besichtigungen, gemeinsames Kochen, Backen oder Grillen, Spaziergänge, Stadtbummel oder gelegentlich auch Tagesausflüge nach Limburg oder Koblenz. Die Entscheidung über die Aktivitäten treffen die Patienten mit ihrer Therapiegruppe. Eigene Vorschläge sind – je nach Umsetzbarkeit – herzlich willkommen.

Sozialpädagogische Beratung

Hier können wir Beratung und Unterstützung bei sozialrechtlichen Fragen anbieten und über ergänzende Hilfemöglichkeiten von Behörden, Beratungsstellen und Facheinrichtungen informieren. Dazu gehören z.B. Fragen zu den Themen Krankengeld, Haushaltshilfe, Erwerbsunfähigkeitsrente, Anträge auf Feststellung eines Grades der Behinderung, medizinische und/oder berufliche Rehabilitation, Wohngeld, Arbeitsamt, Schuldnerberatung, Suchtberatung, allgemeine Lebensberatung, Partnerschafts-, Trennungs- und Scheidungsberatung, Selbsthilfegruppen. Bei Bedarf können wir auch weitere fachliche Hilfen gemeinsam mit dem Patienten auswählen und beantragen, z.B. Betreutes Wohnen, Persönliches Budget, Tagesstätten, Wohnheim, gesetzliche Betreuung. Bitte melden Sie sich bei Ihren zuständigen Bezugs- oder Einzeltherapeuten, um zu klären, ob eine sozialpädagogische Beratung für Sie in Frage kommt. Um zu optimalen Lösungen für den Einzelnen zu kommen, arbeiten wir mit vielen Institutionen in der Region und außerhalb zusammen, z.B. Berufsbegleitenden Dienst, Integrationsfachdienst, Schuldnerberatungsstellen, Suchtberatung, Selbsthilfegruppen, Tagesstätten, Berufsbildungswerken, Einrichtungen zur medizinischen oder beruflichen Rehabilitation.

Psychoedukation Psychose

Dieser Therapiebaustein gilt nur für Menschen, die eine spezielle psychische Erkrankung, eine Schizophrenie haben.

Für Menschen mit Schizophrenien hat sich gezeigt, dass das Wissen über das Krankheitsbild wesentlich zu einer Besserung beiträgt. Sofern Sie an einer Schizophrenie erkrankt sind, informieren wir Sie in dem Gruppenangebot Psychoedukation umfassend über Ihr Erkrankungsbild sowie über Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten und unterstützen Sie so dabei, Ihre Krankheit besser zu verstehen und den Heilungsprozess zu verbessern. Zur Information über die unterschiedlichen Aspekte der Erkrankung verwenden wir Videofilme und Checklisten, außerdem erarbeitet jeder Teilnehmer für sich einen Krisenplan und Möglichkeiten der Rückfallprophylaxe. Besonders wichtig ist auch, dass Sie in der Gruppe immer wieder die Gelegenheit haben, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen.

Sucht-Informationsgruppe

Dieses Angebot richtet sich an die Patienten, die neben ihrer zugrunde liegenden seelischen Problematik auch an einer Suchterkrankung leiden.

Gruppenübergreifend werden einmal wöchentlich alle Themen rund um die Sucht besprochen, dazu gehören z.B.:

- Information über verschiedene Suchtmittel und deren physische, psychische und soziale Kurz- und Langzeitfolgen,
- Information über Behandlungsformen, Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen,
- Unterstützung bei der Herstellung von Erstkontakten zu Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen,
- Aufklärung über formelle, finanzielle und sozialrechtliche Rahmenbedingungen im Falle einer Entwöhnungsbehandlung,
- Erarbeitung von Lösungsmöglichkeiten als Alternative zum Substanzmissbrauch,
- Entwicklung von übergeordneten Lebenszielen als Motivation für Abstinenz und Weiterbehandlung,
- Erfahrungsaustausch und Entlastung in einer Gruppe von Betroffenen.

Genusstraining

Oftmals werden die kleinen Freuden des Alltags von großen Problemen überdeckt. Im Genusstraining kann (wieder) gelernt werden, sich an kleinen Dingen zu erfreuen und im Alltag zu genießen. Erst das schafft oft die Energie, die dann zur Lösung der großen Probleme nötig ist.

Lichttherapie in der Tagesklinik

Literaturkreis

Gemeinsam werden in der Gruppe Kurzgeschichten gelesen und anschließend diskutiert. Durch Stellungnahmen haben Sie die Möglichkeit, Lösungsstrategien zu erkennen, zu benennen bzw. zu entwickeln und allgemeine sowie persönliche Aussagen über Problembewältigung zu formulieren.

Kognitives Training

Im kognitiven Training werden Konzentration, Wahrnehmung, Merkfähigkeit und Wortfindung verbessert. Dies geschieht mit Hilfe von verschiedenen, teilweise spielerischen Übungen mit mathematischem, sprachlichen und logischen Inhalten. Die Themenbereiche können aber auch das Allgemeinwissen und das räumliche Vorstellungsvermögen ansprechen. Das kognitive Training findet in der Gruppe oder als Einzelbehandlung statt, je nach Notwendigkeit am Computer oder als Papierversion.

Achtsamkeit

Achtsamkeit ist die entspannte Wahrnehmung innerer und äußerer Vorgänge im Hier und Jetzt, ohne diese zu bewerten. Achtsamkeit heißt also sich – zumindest zeitweise – zu lösen vom Grübeln über Vergangenes oder Sorgen um die Zukunft. Achtsam sind wir demnach nicht, wenn wir mehrere Dinge gleichzeitig tun oder Dinge automatisch erledigen und mit den Gedanken währenddessen woanders sind.

Achtsamkeit fällt vielen Menschen im Alltag sehr schwer, denn meist ist der Kopf voll mit Gedanken oder Bildern. Dabei zeigt sich, dass das Einüben von Achtsamkeit sich sehr positiv auswirkt, insbesondere auf jene Menschen, die zur Zeit sehr belastet sind durch Probleme, Sorgen oder körperliche Beschwerden wie zum Beispiel Schmerzen. Insbesondere bei länger andauernden Depressionen oder starken emotionalen Erregungszuständen haben sich Achtsamkeitsübungen als wichtiger Baustein der Therapie bewährt.

In der Tagesklinik wird Achtsamkeit in Form von Meditationstechniken eingeübt, aber auch alltägliche Aktivitäten wie zum Beispiel Spaziergänge werden teilweise gezielt achtsam durchgeführt.

Die Meditationstechniken sind unabhängig von religiösen Hintergründen und gelten als etablierte und erfolgreiche Methoden der modernen Medizin und Psychotherapie.

Weitere Informationen

Qualitätssicherung

In der Tagesklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik wird ein hohes Niveau der Versorgung angestrebt. Um dies zu überprüfen, unterziehen wir uns regelmäßiger in- und externer Überprüfung. Gemeinsam mit der Universität Trier, Abteilung Klinische Psychologie und Wissenschaftsforschung, wurden die Ergebnisse der tagesklinischen Behandlung wissenschaftlich untersucht.

Zur Aktualisierung des fachlichen Wissens nehmen unsere Mitarbeiter an in- und externen Fortbildungen teil, darunter regelmäßige externe Supervision, und organisieren Vorträge und Fortbildungsveranstaltungen für Experten und Laien.

Seelsorge

Sollten Sie ein Gespräch mit einem Seelsorger wünschen, dann sind wir Ihnen gern behilflich. Im Haus gibt es katholische und evangelische Seelsorger; zu Geistlichen anderer Konfessionen oder Religionen stellen wir auf Wunsch gern den Kontakt her. Wenden Sie sich diesbezüglich an Ihre Bezugstherapeuten.

Ehemaligentreffen

Bei den Ehemaligen-Treffen haben Sie die Gelegenheit, sich auch nach Abschluss der teilstationären Therapie in unserer Tagesklinik mit anderen ehemaligen Patienten zum gemeinsamen Austausch und gemütlichen Beisammensein zu treffen. Außerdem bietet der Treff auch eine gute Möglichkeit, mit anderen Betroffenen neue Kontakte zu knüpfen. Bitte fragen Sie bei Ihrer Entlassung nach den genauen Terminen.

Leitbild

Die Mitarbeiter der Tagesklinik handeln als Mitarbeiter der Katharina Kasper ViaSalus GmbH dem Leitbild entsprechend, das folgende Grundsätze enthält:

I. Wurzeln aus denen wir kommen

Gottes Ja zum Leben ist die Grundlage unseres Auftrags.

Die St. Elisabeth-Stiftung, der die Ordensgemeinschaften der „Armen Dienstmägde Jesu Christ" (ADJC) und der „Waldbreitbacher Franziskanerinnen" angehören, hat ihre Wurzeln in dieser christlichen Tradition, die im Leben der Gründerinnen M. Katharina Kasper und M. Rosa Flesch ihren Ausdruck fand.

II. Grundsätze, für die wir eintreten

Wir orientieren uns am Leben und der Botschaft Jesu – dem Evangelium, niedergeschrieben in der Bibel. Leitlinien unseres Handelns sind daher seine Nächstenliebe, bedingungslose Annahme des Mitmenschen und seine besondere Zuwendung zu den Randgruppen der Gesellschaft.

III. Menschen für die wir da sind

Wertschätzung und Respekt bringen wir jedem Menschen entgegen, unabhängig seiner Herkunft, Religion oder gesellschaftlichem Ansehen. Wir weisen niemanden ab.

IV. Menschen, die mit uns arbeiten

Der Mensch steht im Mittelpunkt unseres Handelns. Zur Bewältigung der uns gestellten Aufgaben und der Umsetzung unseres christlichen Unternehmensbildes brauchen wir MitarbeiterInnen, die bereit sind, Verantwortung für sich und andere zu übernehmen, ganz gleich an welchem Arbeitsplatz sie stehen.

V. Vorbild, an dem wir uns orientieren

Der wichtigste Wegweiser für unser Handeln ist die Orientierung am Vorbild, das uns Jesus Christus durch sein Leben gegeben hat. Wir setzen uns dafür ein, seine Botschaft in unserer Zeit neu zu leben.

Die vollständige Version des Leitbildes können Sie im Internet nachlesen unter www.krankenhaus-dernbach.de

DERNBACHER GRUPPE
KATHARINA KASPER

Tagesklinik für Psychiatrie,
Psychotherapie und Psychosomatik
am Herz-Jesu-Krankenhaus Dernbach
Südring 8
56428 Dernbach/Ww.
Tel.: 02602 684 – 123
Fax: 02602 684 – 119
tagesklinik@krankenhaus-dernbach.de
www.krankenhaus-dernbach.de

Chefarzt
F. Lücke
Facharzt für Psychiatrie und
Psychotherapie