

**Konzept**

**Behandlungskonzept der Tagesklinik für Psychosomatik**

Gültig für: TKPS

---



# **Behandlungskonzept der Tagesklinik für Psychosomatik der DIAKO Nordfriesland gGmbH**

---

Verantwortlich: OÄ S. Biber Tagesklinik für Psychosomatik  
Erstellt von: S. Biber und Jennifer Langeloh  
Dateiname: DIAKO-NF\_FL5\_Konzept\_TK\_Psychosomatik

Freigabe:  
25.02.2020  
Gültig bis:  
Kennung:

## Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>DIAKO Nordfriesland</b> .....	<b>3</b>
1.1	Tagesklinik für Psychosomatik der DIAKO Nordfriesland.....	5
<b>2</b>	<b>Behandlungskonzept der Tagesklinik für Psychosomatik</b> .....	<b>9</b>
2.1	Behandlungssetting .....	9
2.2	Behandlungsrahmen .....	11
2.3	Behandlungsindikation .....	12
2.4	Das Team .....	12
2.5	Behandlungsmodule .....	13
2.5.1	Gruppentherapie.....	13
2.5.2	Einzeltherapie.....	13
2.5.3	Psychoedukative Gruppen .....	14
2.5.4	Erlebensbasierte Gruppen.....	14
2.5.5	Kreativtherapien .....	14
2.5.6	Entspannungsverfahren .....	15
2.5.7	Spezialangebote.....	15
2.5.8	Ärztliche-medizinische Behandlung.....	15
2.5.9	Pflege-Grundversorgung .....	15
2.5.10	Tägliche Morgen- und Abschlussrunden .....	16
2.5.11	Vollversammlung .....	16
2.5.12	Testpsychologische Diagnostik .....	16
2.5.13	Bewegungstherapie.....	16
2.5.14	Sozialer Dienst .....	17
<b>3</b>	<b>Aufnahmeablauf</b> .....	<b>17</b>
<b>4</b>	<b>Kontakt und Information</b> .....	<b>18</b>

## **1 DIAKO Nordfriesland gGmbH**

Die Tagesklinik für Psychosomatik der DIAKO wurde im Jahr 2015 eröffnet und stellt 15 Behandlungsplätze zur Verfügung. Die Tagesklinik ist Teil der Flensburger Fachklinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie. Diese ist ein psychiatrisches Zentrum mit 91 vollstationären Betten, mit drei Tageskliniken sowie einer Institutsambulanz. Sie versorgt die Stadt Flensburg und die Region.

In einem Unternehmen vereint: Unsere Wurzeln sind die psychiatrischen Angebote der DIAKO Flensburg: die Fachkliniken der DIAKO Nordfriesland mit weiteren Angeboten an mehreren Standorten im Norden und – im Jahr 2020 neu hinzugekommen – die Flensburger Angebote aus dem Bereich der klinischen Psychiatrie. Diese arbeiten eng verzahnt mit den somatischen Disziplinen des großen DIAKO Krankenhauses, dem Herzstück der DIAKO, zusammen.

Die DIAKO Nordfriesland gGmbH ist ein konfessionelles Haus mit Angeboten für die Behandlung und Betreuung von Menschen mit Krankheiten, Störungen und Beeinträchtigungen aus den Bereichen der seelischen Gesundheit:

- Allgemeinpsychiatrie und Gerontopsychiatrie
- Suchtmedizin
- Psychosomatik und Psychotherapie
- Kinder- und Jugendpsychiatrie

Das Angebot der DIAKO Nordfriesland umfasst

- Diagnostik, Behandlung und Therapie
- Rehabilitation und Adaption
- Eingliederungshilfe und Nachsorge
- Suchthilfezentren, Beratung, Betreuung, Prävention und mehr.

## Konzept

### Behandlungskonzept der Tagesklinik für Psychosomatik

Gültig für: TKPS

---



Wir verstehen uns als einen modernen Gesundheitsdienstleister – Computer- und Medienabhängigkeit oder Posttraumatische Belastungsstörungen werden bei uns ebenso fachkundig behandelt wie depressive Störungen und Schizophrenie. Unsere innere Vernetzung erlaubt umfassende und individuell abgestimmte Angebote.

Unsere Partner sind niedergelassene Ärzte und Psychotherapeuten, das DIAKO Krankenhaus und weitere Krankenhäuser der Region, das Klinikum der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel, Beratungsstellen, soziale und kirchliche Einrichtungen, Nachsorgeeinrichtungen, der öffentliche Gesundheitsdienst, die betriebliche Sozial- und Gesundheitsberatung sowie Vereine und Verbände.

Unsere Gesellschafter sind die Ev.-Luth. DIAKOnissenanstalt zu Flensburg, der Verein Fachkrankenhaus Nordfriesland e.V., das Zentrum für Mission und Ökumene, der Ev.-Luth. Kirchenkreis Nordfriesland und der Verein Brücke e.V..

---

Verantwortlich: OÄ S. Biber Tagesklinik für Psychosomatik  
Erstellt von: S. Biber und Jennifer Langeloh  
Dateiname: DIAKO-NF\_FL5\_Konzept\_TK\_Psychosomatik

Freigabe:  
25.02.2020  
Gültig bis:  
Kennung:

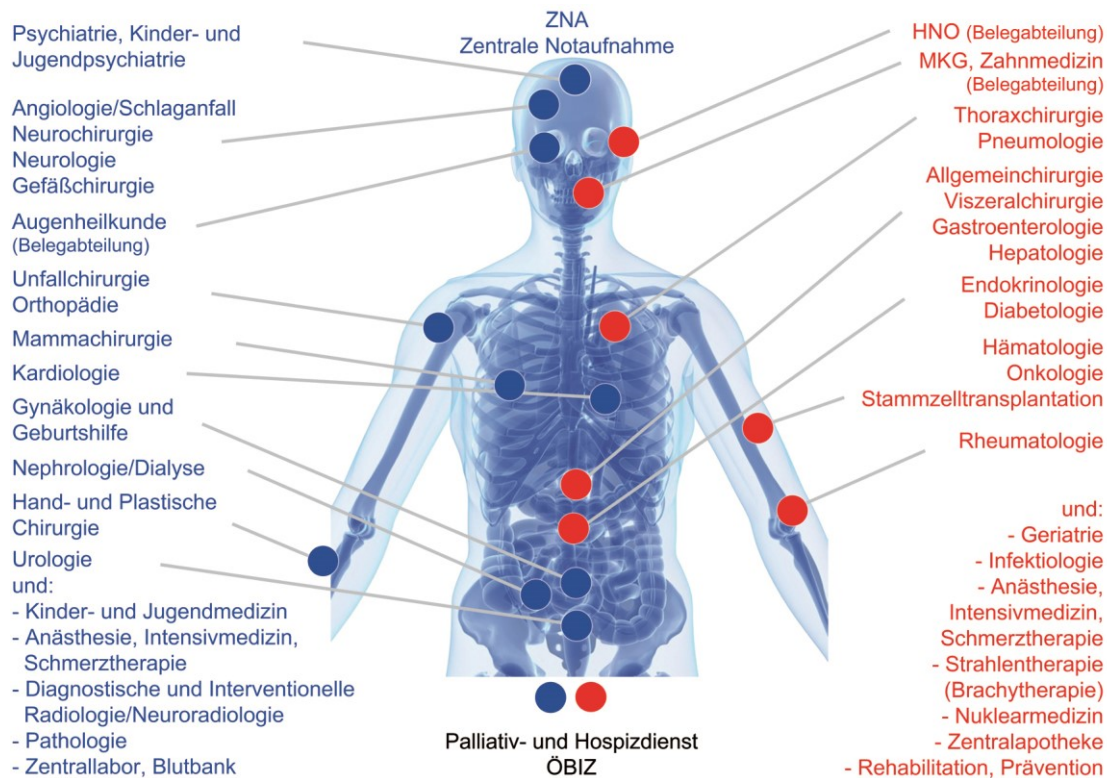


Abbildung 1: Klinikverbund Flensburg

Blaue Schrift: DIAKO Flensburg; Rote Schrift: Malteser-KH St.Franziskus

## 1.1 Die Tagesklinik für Psychosomatik der DIAKO Flensburg

Die Tagesklinik für Psychosomatik wurde am 23.02.2015 eröffnet und stellt 15 Behandlungsplätze zur Verfügung. Gemeinsam mit einer Tagesklinik für Erwachsene (32 Behandlungsplätze), einer Psychiatrischen Tagesklinik für Ältere (16 Behandlungsplätze), 91 vollstationären Betten und einer Institutsambulanz gehört sie der **Fachklinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie** der DIAKO Nordfriesland gGmbH an, welche jährlich durchschnittlich 2.800 Patienten stationär und teilstationär sowie ca. 800 Patienten ambulant und konsiliarisch behandelt. Die Klinik setzt dabei auf eine regionale Zusammenarbeit mit vielen verschiedenen

Partnern sowie nationale und internationale Netzwerke. Sie ist u.a. Mitglied folgender Organisationen:

- Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN )
- Gemeindepsychiatrischer Verbund Flensburg (GPV)
- Arbeitskreis gemeindenahe Psychiatrie der Stadt Flensburg/ Sozialpsychiatrischer Dienst Stadt Flensburg
- Arbeitskreis Psychosomatik und Psychotherapie Flensburg e. V.
- Lichtblick e.V. Flensburg (Kooperation)

Darüber hinaus besteht eine enge Zusammenarbeit mit den Fachkliniken der DIAKO Nordfriesland im Bereich der Therapie, Rehabilitation und Wiedereingliederung psychisch und abhängigkeitskranker Menschen sowie eine Partnerschaft bzw. ein Austausch von Hospitanten mit der Evgrafov-Klinik in Pensa (Russland) für Ärzte und Pflegekräfte.

Kooperationsverträge bestehen weiterhin mit verschiedenen psychotherapeutischen Ausbildungsinstituten, damit z.B. die praktische Tätigkeit von Ausbildungsteilnehmern zu Psychologischen Psychotherapeuten an der Klinik durchgeführt und anerkannt werden kann.

Tagesklinik für Psychosomatiken, deren Konzept auf einem teilstationären psychotherapeutischen Behandlungsangebot basiert, stellen eine relativ junge, aber hoch effektive Entwicklung in der Psychotherapie dar. In mehreren Bundesländern hat sich diese Psychotherapieform, deren Grundlagen, Methoden und Techniken überwiegend der stationären modularen Psychotherapie entstammen, bereits als sinnvolle Alternative zur vollstationären Behandlung erwiesen. Die Vorteile des Konzepts einer psychosomatischen Tagesklinik sind in der erleichterten sozialen Reintegration sowie in der sich schließenden Lücke zwischen ambulanter und vollstationärer Behandlung (*Step-down Care*) zu sehen. Der Patient fühlt sich weiter als mündiger Bürger, der kein Krankenhausbett in Anspruch nehmen muss und mit realen oder subjektiv wahrgenommenen Stigmatisierungen deutlich weniger als im vollstationären Rahmen konfrontiert ist. Er hat die Möglichkeit, wochentags ein

verdichtetes Therapieprogramm in Anspruch zu nehmen, ohne dabei den in der Regel gesundheitsförderlichen Kontakt zu Familie und Freunden aufgeben zu müssen. Ein weiterer Vorteil besteht darin, dass die im Rahmen der Behandlung gewonnen Erfahrungen und Erkenntnisse sowie die erworbenen Fertigkeiten unmittelbar mit dem gewohnten sozialen Umfeld abgeglichen werden können, wodurch der gewünschte Transfer von therapieinduzierten Informationsgewinnen in den Alltag erleichtert wird.

Inhaltlich ist das psychosomatische Behandlungsangebot dabei so konzipiert, dass zunächst ein individuelles Störungsmodell erarbeitet wird. In diesem Kontext werden familiäre Krankheitsdispositionen, die Krankheitsvorgeschichte, somatische Grunderkrankungen, die Persönlichkeitsstruktur, biographische Lern- und Beziehungserfahrungen, individuelle Grundannahmen und Bewältigungsstrategien sowie Ressourcen erarbeitet und gewichtet. Das Störungsmodell bildet die Grundlage für die sich anschließende spezifische Diagnostik, den psychotherapeutischen Behandlungsplan sowie die eventuelle psychopharmakologische Behandlung.

Die Behandlungsziele gestalten sich dabei insgesamt facettenreich und individuell. Bewährt hat sich eine konsequente Fokussierung auf klar definierte, gut priorisierte sowie im zeitlichen Rahmen realistisch erreichbare Therapieziele, welche regelmäßig gemeinsam mit dem Patienten überprüft werden. Zudem kommt der gezielten Vorbereitung auf die geplante Entlassung eine besondere Bedeutung zu. Der Patient soll sich für den weiteren Weg „gerüstet“ fühlen, diesen kennen und entsprechende Zuversicht entwickeln. Ggf. stellt auch die Planung einer im Anschluss an die tagesklinische Behandlung stattfindenden ambulanten- psychotherapeutischen und/oder -medizinischen Behandlung ein Ziel dar.

Grundsätzlich bildet die Auseinandersetzung mit beruflichen und privaten Belastungen einen Behandlungsschwerpunkt. Obwohl Belastungsfaktoren eine große individuelle Varianz aufweisen – zu nennen wären beispielsweise familiäre Konflikte, Trauer, plötzliche somatische Krankheit, Überforderung bei der Bewältigung chronischer Schmerzen, Bewegungsmangel, schlechte Ernährung,



ungünstige *Work-Life-Balance*, schlechte Arbeitsplatzbedingungen oder Überforderungserleben am Arbeitsplatz – ist ihnen doch gemeinsam, dass eine Auseinandersetzung mit ihnen oftmals vermieden wird. Nicht selten möchten Menschen lieber „einmal eine Zeit lang Abstand von allem haben“. Das Konzept gemeinde- und wohnortnaher psychosomatischer Tageskliniken jedoch fördert die unmittelbare Auseinandersetzung mit den Belastungen vor Ort (Angehörigengespräche, Gespräche mit dem Arbeitgeber, Schuldnerberatung, Mobbingberatung). Spezifisch für das tagesklinische Setting ist dabei der wochentags konsequente Wechsel zwischen der bekannten „Alltags-Umwelt“ und dem haltgebenden therapeutischen Setting. Belastungen „von draußen“ werden in der Tagesklinik unmittelbar sichtbar und können zeitnah im Rahmen der einzel- und gruppentherapeutischen Behandlungsangebote aufgefangen werden. Ziel ist, dass bereits parallel zu der stattfindenden Therapie struktur- und stabilisierungsfördernde Elemente (z.B. Aufbau neuer Hobbies und Bekanntschaften, ambulante psychosoziale Betreuung) in den Alltag implementiert und dort erprobt werden. Durch den beschriebenen konsequenten Wechsel zwischen Therapie- und Alltagssetting fühlt sich der Patient noch mehr ermutigt, seine gewonnenen Erkenntnisse/Fertigkeiten zu Hause zu erproben. Der Kontakt zu wichtigen Bezugspersonen bleibt zugleich bestehen und bietet zusätzlichen Halt. Darüber hinaus arbeitet die Tagesklinik für Psychosomatik eng mit niedergelassenen Behandlern und hauseigenen Abteilungen, wie dem vollstationärem Bereich, den Tageskliniken und der Psychiatrischen Institutsambulanz zusammen, um so eine bestmögliche ganzheitliche Betreuung zu gewährleisten.

Um den genannten umfangreichen Ansprüchen gerecht zu werden, bedarf es eines intensiven und facettenreichen Behandlungssettings. Dadurch bietet der teilstationäre Rahmen jedoch auch eine hohe Prophylaxe psychischer Dekompensationen. Es ist zu erwarten, dass es pro Patient, durch die Möglichkeit der zeitgleich umgesetzten Belastungserprobung in Alltagssituationen, wesentlich seltener zu einem zweiten oder sogar dritten (tages-)klinischen Behandlungsintervall kommt. Nicht zuletzt wird durch das vorgestellte Konzept einer Tagesklinik für



Psychosomatik auch die Möglichkeit, die eigene Arbeitsfähigkeit (zügig und längerfristig) wieder zu erlangen, deutlich optimiert.

## 2 Behandlungskonzept der Tagesklinik für Psychosomatik

Nachfolgend sollen Behandlungssetting, -rahmen und -indikation, das multiprofessionell arbeitende Team sowie die einzelnen Behandlungsmodule näher vorgestellt werden.

### 2.1 Behandlungssetting

Für das Behandlungssetting hat sich eine Kombination aus psychotherapeutischen Einzel- und Gruppensitzungen bewährt, welche durch sozialpädagogische, kreativtherapeutische und strukturgebende Elemente gewinnbringend ergänzt werden. Obwohl Einzelangebote existieren, bildet die **Gruppenarbeit** den Kern des Behandlungskonzepts. Der gruppentherapeutische Ansatz bietet Patienten die Möglichkeit, relevante Problembereiche aufzugreifen und unterstützt die Patienten, durch das Feedback von Mitpatienten und Gruppentherapeuten, Lösungsansätze zu erarbeiten und zu erproben. Integrationserleben, Motivation sowie Fähigkeit zur Selbstreflexion werden dabei gefördert, was sich wiederum positiv auf den Fertigkeitenaufbau im Allgemeinen sowie den Aufbau sozialer Kompetenz im Besonderen auswirkt.

Zur Anwendung kommen evidenzbasierte Therapieverfahren, die sich an den aktuellen wissenschaftlichen Standards orientieren. Die Therapieangebote weisen dabei eine vorwiegend **verhaltenstherapeutische Ausrichtung** auf und zielen somit auf eine Veränderung des gegenwärtigen Verhaltens ab. Mit dem Ziel der Verhaltensmodifikation stehen im Rahmen einer verhaltenstherapeutischen Behandlung Prozesse wie Neulernen und Umlernen im Mittelpunkt. Ansatzpunkt der

angestrebten Modifikation ist dabei immer das aktuell beobachtbare Verhalten; eine Ursachenzuschreibung hingegen bzw. eine Aufdeckung zugrundeliegender unbewusster seelischer Konflikte ist im Unterschied zu einer psychoanalytisch fundierten Therapie nicht das erklärte Ziel eines verhaltenstherapeutischen Therapieansatzes. Selbstverständlich werden auch prädisponierende Faktoren aufgedeckt und im Störungsmodell mit integriert, um ein Verständnis für die eigene Erkrankung zu bekommen.

Der Grundgedanke bei der Ausarbeitung des Behandlungskonzepts bestand in dem Vorsatz, regional vorhandene Behandlungslücken zu schließen. Um diesem Vorsatz gerecht zu werden, wurden neben **psychoonkologischen Spezialangeboten**, spezielle **schmerztherapeutische Angebote** sowie **Angebote für die Behandlung einer Borderline-Persönlichkeitsstruktur** konzipiert.

Geprägt wird das Behandlungsangebot darüber hinaus durch den Austausch und die enge Zusammenarbeit mit **Kooperationspartnern** verschiedener Fachrichtungen. Neben der bereits vorab erwähnten engen Zusammenarbeit mit dem DIAKO Krankenhaus und dem Maltester Krankenhaus in Flensburg existiert eine stetig wachsende Anzahl interdisziplinärer Kooperationen (z.B. Schmerzzirkel Flensburg, Traumazirkel Flensburg, Hospiz Flensburg, Haus der Familie, Die Treppe Flensburg, Brustzentrum Flensburg, Brücke Flensburg, Frauenmantel e.V. Flensburg, Frauennotruf Flensburg e.V.). Die gute Vernetzung mit niedergelassenen Nervenärzten und Psychotherapeuten, die bereits in der Klinik vorhandene dezentrale Ambulanz für Verhaltenstherapie des IFT-Nord, die enge Zusammenarbeit mit der Psychiatrischen Institutsambulanz spiegeln die gute Kooperation der Klinik mit dem ambulanten Versorgungsfeld wieder. Zahlreiche Konsil- und Liaisondienste verdeutlichen zudem die enge Zusammenarbeit der verschiedenen Fachdisziplinen.

Die Vielzahl an diagnosespezifischen zur Verfügung stehenden Behandlungsmethoden einerseits und diagnoseübergreifenden Techniken andererseits ermöglicht eine spezifische, individuell auf die Bedürfnisse des

Patienten ausgerichtete Therapie. Qualitätsmanagement einschließlich Therapieevaluation, Supervision, regelmäßige Fort- und Weiterbildungen und die bereits vorgestellten interdisziplinären Kooperationen gewährleisten einen bestmöglichen Behandlungsstandard.

## 2.2 Behandlungsrahmen

Die tagesklinische Behandlung findet montags bis freitags in der Zeit von 8.00 Uhr bis 16.30 Uhr statt. Dieser Behandlungsrahmen bietet einerseits Strukturierung von außen, setzt aber andererseits hinreichend Eigenmotivation seitens der Patienten voraus. Selbstständigkeit und Selbstwirksamkeitserleben werden frühzeitig gefördert. Somit können Dekompensationen nach der Entlassung effektiv vermieden werden.

Die Behandlung findet in einem vom Haupttrakt separierten Gebäude (Nerongsallee 5, 24939 Flensburg) statt. Auf drei Etagen stehen hier neben Räumlichkeiten für die psychotherapeutischen Einzel- und Gruppenangebote, speziell ausgestattete Räumlichkeiten für die Kreativtherapien, ein Aufenthaltsraum für die Patienten sowie eine für angeleitete Kochgruppen nutzbare Patientenküche zur Verfügung. Sport- und Bewegungsangebote können von den Patienten in einer fußläufig erreichbaren Turnhalle wahrgenommen werden.

Die Therapiedauer umfasst durchschnittlich sechs Wochen. Die Therapieziele sind klar definiert. Sie werden priorisiert und im Verlauf der Behandlung evaluiert. Falls eine anschließende ambulante Psychotherapie erforderlich ist, wird diese rechtzeitig empfohlen und die Kontaktaufnahme zu ambulanten Behandlern angeregt.

Für die Nachsorge der Patienten stehen die MVZ's und die Psychiatrische Institutsambulanz zur Verfügung.

## 2.3 Behandlungsindikation

Das Behandlungskonzept der Tagesklinik für Psychosomatik eignet sich für alle Menschen, die aufgrund einer psychischen Beschwerdesymptomatik in ihrer Alltagsgestaltung entscheidend beeinträchtigt sind und eine engmaschigere psychotherapeutische Betreuung benötigen, als dies im Rahmen einer ambulanten Behandlung möglich wäre.

Akute Psychosen, Demenzerkrankungen, schwere Suchterkrankungen, schwere Essstörungen sowie akute Eigen- und Fremdgefährdung stellen Ausschlusskriterien dar. Psychosoziale Konfliktsituationen (z.B. unklare Kinderbetreuung, fehlender Versicherungsstatus, hohes intrafamiliäres Konfliktpotential) erschweren ein sich Einlassen auf den therapeutischen Prozess und sollten demnach im Vorfeld (u.U. mit Unterstützung des Sozialen Dienstes) geklärt bzw. behoben sein.

## 2.4 Das Team

Zu dem **multiprofessionell arbeitenden Team** der Tagesklinik für Psychosomatik gehören therapeutisch geschulte Ärzte, approbierte Psychologische Psychotherapeuten, Diplom-Psychologen in Weiterbildung zu Psychologischen Psychotherapeuten, Diplom-Sozialpädagogen, Ergotherapeuten sowie Fachpflegekräfte. Die ärztliche Leitung wird übernommen von Oberärztin Seher Biber. Gemäß dem **Bezugstherapeutensystem**, welches zusammen mit der Arbeit in einem multiprofessionellen Team sowie der verhaltenstherapeutischen Grundausrichtung zu den tragenden Säulen des Behandlungskonzepts zählt, übernehmen alle Berufsgruppen gleichberechtigt die Funktion eines Bezugstherapeuten für die Ihnen jeweils zugewiesenen Patienten und übernehmen darüber hinaus ebenfalls gleichberechtigt Verantwortlichkeiten für die angebotenen einzel- und gruppentherapeutischen Behandlungsmodule. Jede Berufsgruppe ist dabei Experte für das eigene Spezialgebiet.

---

## **2.5 Behandlungsmodule**

Das Behandlungskonzept der Tagesklinik für Psychosomatik setzt sich aus verschiedenen Behandlungsmodulen zusammen. Zu unterscheiden sind hier krankheitsunspezifische Behandlungsmodule, die für alle Patienten gleichermaßen angeboten werden und krankheitsspezifische, denen die Patienten lediglich bei gegebener Indikation zugeteilt werden.

### **2.5.1 Gruppentherapie**

Gruppentherapeutische Angebote können einzelfallorientiert oder interaktionell sowie sprach- oder handlungsorientiert ausgerichtet sein. Die optimale Gruppengröße liegt dabei bei sechs bis acht Patienten. Den Patienten bietet sich hier die Möglichkeit, relevante Problembereiche aufzugreifen und unterstützt durch das Feedback von Mitpatienten und Gruppenleiter, Lösungsansätze zu erarbeiten und zu erproben. Gefördert werden soll neben dem Fertigkeitenaufbau im Allgemeinen sowie dem Aufbau sozialer Kompetenz im Besonderen das Integrationserleben, die Motivation und die Fähigkeit zur Selbstreflexion jedes Einzelnen.

### **2.5.2 Einzeltherapie**

Die Einzelgespräche werden von allen Therapeuten durchgeführt. Das Aufnahmegespräch, die Durchführung von Verhaltensanalysen zu dysfunktionalen Verhaltensweisen, die Entwicklung eines Störungskonzeptes, die Definition der Therapieziele und deren gemeinsame Evaluierung, Aufklärung über Diagnosen, aktive Übungen, Fertigkeitenaufbau, Planung von Expositionsübungen / Hausaufgaben, Angehörigengespräche, Entlassungsvorbereitung und Rückfallprophylaxe sind dabei wesentliche Bestandteile.

---

### **2.5.3 Psychoedukative Gruppen**

Im Rahmen dieser psychotherapeutisch angeleiteten Gruppen werden zum einen diagnoseübergreifende Themen (z.B. *Work-Life-Balance*, Schlafhygiene, die Bedeutung gesunder Ernährung, Resilienz), die für alle Patienten gleichermaßen wichtig sind, aufgegriffen, zum anderen aber auch individuelle Möglichkeiten der Krankheitsbewältigung vermittelt, Strategien zur Rückfallprophylaxe erarbeitet sowie individuelle krankheitsaufrechterhaltende Bedingungen und Einflussfaktoren analysiert. Der Patient hat somit die Möglichkeit, zum „Experten“ seines eigenen Krankheitsbildes zu werden und damit sein Krankheitsverständnis maßgeblich zu verbessern. Durch effektive Kombination dieser Gruppen mit z.B. einem Training sozialer Kompetenz, einem Fertigkeitentraining oder einer Achtsamkeitsgruppe wird zudem ein praxisnaher Fertigkeitenaufbau gefördert.

### **2.5.4 Erlebensbasierte Gruppen (z.B. Achtsamkeitsgruppen, Genusstraining)**

Diese Gruppen dienen im Besonderen einer Verbesserung der Selbstwahrnehmung sowie der Konzentrations- und Entspannungsfähigkeit. Sie eröffnen dabei neue, wohltuende Wege der Auseinandersetzung mit der eigenen Person und der Umwelt.

### **2.5.5 Kreativtherapien (Ergotherapie)**

Diese Therapiemodule bieten einen alternativen therapeutischen Zugang, welcher den Patienten alternative Möglichkeiten zur Identifikation zentraler Themen, zur Auseinandersetzung mit selbigen sowie zum Ausdruck von Gedanken und Emotionen im Allgemeinen bietet. Soziale Kompetenzen werden gefördert, nicht selten finden Patienten zudem Anregungen zum Aufbau neuer Hobbies.

### **2.5.6 Entspannungsverfahren** (z.B. Progressive Muskelrelaxation)

Entspannungsverfahren sind fester Bestandteil einer psychosomatischen Behandlung. Durch Aktivierung des Parasympathikus und damit verbundener Stressreduktion kommt es zu einer therapeutisch relevanten psychosomatischen Entkopplung.

### **2.5.7 Spezialangebote**

Mit dem Vorsatz, regional vorhandene Behandlungslücken zu schließen, existieren spezielle schmerztherapeutische Angebote sowie Angebote für die Behandlung von PTBS Posttraumatische Belastungsstörung sowie der Behandlung von Borderline-Persönlichkeitsstörungen.

### **2.5.8 Ärztlich-medizinische Behandlung**

Jeder neu aufgenommene Patient wird zeitnah körperlich untersucht. Begleitende somatische Erkrankungen werden wie gewohnt von niedergelassenen Kollegen betreut. Wir gewichten die psychotherapeutische Behandlung. Die Indikation für eine psychopharmakologische Behandlung wird gemäß evidenzbasierter Leitlinien (AWMF) geprüft. Liegt diese vor, erfolgt zeitnah eine ausführliche Psychoedukation über Wirkungen/Nebenwirkungen und nach Einwilligung des Patienten die (spiegelkontrollierte) medikamentöse Einstellung. Gemäß aktuellen Standards erfolgen EKG-, Labor-, Blutdruck- und Gewichtskontrollen.

### **2.5.9 Pflege- Grundversorgung**

Die Pflege-Grundversorgung beinhaltet tägliche pflegerische Routineaufgaben (z.B. Blutdruck- und Gewichtskontrollen) sowie die Leitung bzw. Teilnahme an therapeutischen Gruppen, Kriseninterventionsbereitschaft.



### **2.5.10 Tägliche Morgen- und Abschlussrunden**

In diesen werden beispielsweise berichtet, welche Erwartungen und Ziele jeder Patient für den neuen Tag hat und ob er diese am Ende des Tages erreicht hat. Durch Achtsamkeitsübungen oder auch positive Einstimmungsrunden auf den Tag soll zugleich das Kohärenzgefühl in der Gruppe gefördert werden.

### **2.5.11 Vollversammlung**

In der Gruppe aller Patienten sowie anwesender Therapeuten werden einmal wöchentlich optionale Themen besprochen. Inhalte sind: Information der Patienten über strukturelle Aspekte, Ämterverteilung (z.B. Küchendienst, Patenschaft, Moderation, Hüter der Achtsamkeit), Erörterung konzeptioneller Aspekte, Klärung offener Fragen.

### **2.5.12 Testpsychologische Diagnostik**

Testpsychologische Diagnostik erfolgt in der (computergestützten) Selbstbewertung durch den Patienten sowie im therapeutischen Interview. Unterschieden wird zwischen einer basalen, alle Patienten einschließenden Eingangsdiagnostik (z.B. SCL-90-R, BDI-II) und einer im weiteren Verlauf ggf. folgenden diagnosespezifischen Diagnostik.

### **2.5.13 Bewegungstherapie**

Körperliche Bewegung ist der Gesundheit zuträglich und vermag bei vielen chronischen Erkrankungen die Selbstheilungskräfte des Körpers zu aktivieren. Sport wirkt antidepressiv, schützt vor Diabetes und verhindert Gefäßerkrankungen. Konditionstraining, Muskelaufbau und Rückenschule sind wichtige Elemente.

### **2.5.14 Sozialer Dienst**

Die Inanspruchnahme des Sozialen Dienstes im psychosomatischen Behandlungssetting ist individuell sehr unterschiedlich. Innerhalb des multiprofessionellen Teams hat der Sozialdienst vor allem die Aufgabe, Patienten bzgl. ihrer persönlichen Lebensplanung (v.a. hinsichtlich krankheitsaufrechterhaltender Faktoren) zu beraten und entsprechende Schritte in die Wege zu leiten (z.B. berufsvorbereitende Maßnahmen der Agentur für Arbeit, Eingliederungshilfe bei drohenden oder chronifizierten Behinderungen, betreutes Wohnen, Begleitung bei Gesprächen mit dem Arbeitgeber/bei wichtigen Ämtergängen etc.).

## **3 Aufnahmeablauf**

Um eine tagesklinische Behandlung bei uns beginnen zu können, füllen Sie im Vorfeld unseren Anamnesefragebogen aus. Diesen erhalten Sie vormittags in unseren Räumlichkeiten (Wartebereich, Sekretariat) oder auf unserer Internetseite als Download. Nach der Abgabe des Bogens kontaktieren wir Sie bezüglich eines Aufnahmetermins.

Zur Terminvergabe müssen folgende Voraussetzungen erfüllt sein:

- Der/Die Patient/in ist mindestens 18 Jahre alt.
- Er/Sie kann die Tagesklinik selbständig aufsuchen und kommt nachts und am Wochenende ohne unsere Unterstützung zurecht.
- Es liegt keine akute Psychose, primäre Suchterkrankung, schwere Essstörung, Demenzerkrankung sowie akute Eigen- und Fremdgefährdung vor.

Am Aufnahmetag benötigen wir von Ihnen:

- Ihre Krankenversichertenkarte
- Eine aktuelle (< zwei Wochen) Krankenhauseinweisung von Ihrem Haus- oder Facharzt
- Bei Privatpatienten benötigen wir vor der Aufnahme eine Kostenzusage der Versicherung.

## **4 Kontakt und Information**

### **Anschrift der Tagesklinik für Psychosomatik:**

Sekretariat:

Öffnungszeiten: montags bis freitags von 08:00 bis 12:00.

Frau Jennifer Langeloh

Nerongsallee 5

24939 Flensburg

Tel. 0461 812 -1787

Fax 0461 812 -1790

eMail: [tkps.flensburg@diako.de](mailto:tkps.flensburg@diako.de)