



Was Sie von uns erwarten dürfen

Individuelle, zielorientierte Behandlung

Die Behandlung wird speziell auf Ihre persönlichen Probleme und Zielvorstellungen abgestimmt und als Einzeltherapie durchgeführt.

Transparente Therapiegestaltung

Sie sind von Anfang an eigenverantwortlich an der Planung und Durchführung der gesamten Behandlung beteiligt.

Hochqualifiziertes Personal

Speziell ausgebildete Diplom-Psychologen stehen Ihnen als persönliche Bezugstherapeuten in einem Patienten-Therapeuten-Verhältnis von 1:1 zur Verfügung.

Wissenschaftliche Begleitung

Die Behandlung orientiert sich an den aktuellsten wissenschaftlichen Erkenntnissen und der Behandlungserfolg wird ständig überprüft.

Nachweisbare, stabile Erfolge

Die Wirksamkeit der Therapien wird durch Untersuchungen belegt, die gute langfristige Erfolge bestätigen.

Kosten der Behandlung

Eine Übernahme der Behandlungskosten durch die gesetzlichen Krankenkassen ist nur im Einzelfall möglich. Nähere Informationen über die entstehenden Kosten sowie zur Kostenerstattung entnehmen Sie bitte dem gesonderten Informationsschreiben.



Wie Sie uns erreichen können

Bei Rückfragen oder Interesse an einer Behandlung wenden Sie sich bitte an die

Christoph-Dornier-Stiftung für Klinische Psychologie

Zentrale

Schorlemerstr. 26
48143 Münster

Tel.: 0251 418 34 40
Fax: 0251 418 34 50

info@christoph-dornier-stiftung.de
www.christoph-dornier-stiftung.de



Kurzinformation

Christoph-Dornier-Stiftung

Ein Behandlungsangebot der Christoph-Dornier-Stiftung für Menschen mit Posttraumatischer Belastungsreaktion, Anpassungsstörung oder anderen Störungen als Reaktion auf schwere Belastung.

[Wege zur Bewältigung traumatischer Erlebnisse und anderer Belastungen]



Christoph-Dornier-Stiftung
für Klinische Psychologie

Christoph-Dornier-Stiftung
für Klinische Psychologie

Wenn ein Schatten über dem Leben liegt und nichts mehr ist wie früher ...

Belastungen verschiedenster Art sind Teil des Lebens; manchmal jedoch gehen diese deutlich über ein normales Maß hinaus und werden alltagsbestimmend. Auslöser sind hierbei entweder extrem traumatische Ereignisse (z.B. die Erfahrung von Gewalt, Katastrophen oder Unfälle) oder aber auch schwerwiegende Veränderungen in unterschiedlichsten Lebensbereichen (z.B. Verluste, schwere körperliche Erkrankungen oder Behinderungen, berufliche oder finanzielle Krisen, Emigration).

Die möglichen Folgen solcher Belastungen sind vielfältig und treten in der Regel kurzfristig, teilweise aber auch erst mehrere Monate nach der Belastung auf. Die Betroffenen leiden oft unter Depressionen bis hin zu Suizidgedanken oder tatsächlichen -versuchen sowie stark ausgeprägten Ängsten. Darüber hinaus kann es zu ständig quälenden Sorgen, dauerhafter Anspannung oder heftigen Ärgerreaktionen kommen. Bei Kindern und Jugendlichen können zudem regressive (wie Bett-nässen und Daumenlutschen) sowie aggressive oder dissoziale Verhaltensweisen auftreten. Vielen Betroffenen erscheint ihr Leben nicht mehr zu bewältigen, alltägliche Aufgaben werden zu einem unüberwindlichen Problem. Die Zukunft wirkt bedrohlich und es herrscht das Gefühl vor, mit all dem nicht mehr fertig zu werden. Hinzu kommen in vielen Fällen ein Empfinden von Düsterei und Freudlosigkeit, allgemeine Nervosität, extreme Reizbarkeit und übermäßige Schreckhaftigkeit sowie Schlaflosigkeit und Alpträume. Meist folgen der soziale Rückzug und zunehmende Isolation.

Menschen mit traumatischen Erfahrungen leiden oftmals unter sich aufdrängenden unerträglichen Erinnerungen bis hin zu Flashbacks, nicht abschaltbaren Vorwürfe und Selbstvorwürfen und ausgeprägtem Vermeidungsverhalten. Dinge, die vor dem Trauma noch wichtig waren, haben plötzlich keine Bedeutung mehr, Gefühle sind abgestumpft und das Leben erscheint keinen Sinn mehr zu haben. Körperliche Beschwerden,



Die Behandlung in der Ambulanz der Christoph-Dornier-Stiftung

Alkohol- oder Medikamentenmissbrauch sowie andere psychische Erkrankungen sind häufige Folgeprobleme. Partner, Freunde und Angehörige stehen meist hilflos daneben und wissen nicht, wie sie mit dem Problem umgehen sollen. Das soziale Umfeld ist oft zunehmend mit der Situation überfordert, so dass die Betroffenen mehr und mehr das Gefühl haben,



für die anderen unerträglich und unzumutbar zu sein. Aufgrund des drängenden Wunsches, alles, was an das schreckliche Erlebnis erinnert, zu vermeiden, scheuen Betroffene sich oft, professionelle Hilfe aufzusuchen. Der so entstehende Teufelskreis erscheint am Ende kaum noch zu durchbrechen.

Das Behandlungsangebot der Christoph-Dornier-Stiftung

Erstgespräch

Der erste Schritt der Behandlung besteht aus einem Erstgespräch. Dieses dient dem gegenseitigen Kennenlernen, einer ersten Besprechung der bestehenden persönlichen Problemlage sowie der Klärung organisatorischer Fragen.

Diagnostische Untersuchung

Um eine optimale Behandlung zu ermöglichen, erfolgt nach dem Erstgespräch zunächst eine ausführliche, eintägige diagnostische Untersuchung. Diese beinhaltet sowohl ausführliche Gespräche mit dem Therapeuten als auch spezielle psychologische Untersuchungen und Testverfahren, um so die Hintergründe und Bedingungen der vorliegenden Erkrankung sowie deren Folgeprobleme genau analysieren und eingrenzen zu können.

Therapievorschlag

In einem weiteren Gespräch wird auf Grundlage der diagnostischen Ergebnisse dargestellt, ob und wie die bestehende Problematik in der Ambulanz der Stiftung angemessen behandelt werden kann. Hierzu wird ein konkreter, auf die jeweilige persönliche Problemstellung zugeschnittener Therapievorschlag unterbreitet und ausführlich besprochen. Anschließend hat der Patient Zeit, den Therapievorschlag zu Hause in aller Ruhe zu überdenken und sich für oder gegen die Behandlung zu entscheiden.

Intensivtherapie

Die Therapie wird je nach den Erfordernissen des Therapieplans und den zeitlichen Möglichkeiten des Patienten gestaltet. Auf ein traumatisches bzw. belastendes Erlebnis reagiert jeder Mensch auf seine eigene Weise, darum werden inhaltliche Schwerpunkte, Dauer, Dichte und die konkreten therapeutischen Maßnahmen jeweils auf die individuelle Problematik abgestimmt. Wichtige Ziele der Behandlung sind die fachlich angeleitete Auseinandersetzung mit den traumatischen Erinnerungen und den daraus resultierenden Gedanken, Gefühlen und Verhaltensweisen. Durch eine Kombination verschiedener kognitiver und konfrontativer Verfahren lernt der Patient, mit dem Trauma abzuschließen, belastende Gefühle und Gedanken zu verändern sowie Ängste und Depressionen zu überwinden, um so Schritt für Schritt sein Leben zurückzuerobern.

Selbstkontrollphase

Im Anschluss an die Intensivtherapie folgt die sogenannte Selbstkontrollphase, in der die Therapieerfahrenen im Alltag erprobt und stabilisiert werden. Zur kontinuierlichen Unterstützung besteht während dieser Zeit regelmäßiger Kontakt zu dem jeweiligen Bezugstherapeuten. Bei Bedarf können Auffrischungssitzungen stattfinden, um zwischenzeitlich aufgetretene Probleme zu bearbeiten.