

## Tagesklinische Behandlung



Die tagesklinische Behandlung erlaubt es, abends und am Wochenende im vertrauten sozialen Umfeld zu verbleiben. Sie bietet Schutz und Struktur, um sich innerpsychisch zu entwickeln und fördert Eigenverantwortlichkeit und Selbstständigkeit in den

alltäglichen Anforderungen.

Das Behandlungskonzept ist unserer stationären Psychotherapie vergleichbar. Dabei wird der Schwerpunkt auf die Förderung der Eigenständigkeit und Selbsthilfe gelegt und Unterstützung angeboten, wo sie notwendig ist.



## PSYCHIATRISCH-PSYCHOTHERAPEUTISCHE TAGESKLINIK GÖTTINGEN

Ärztliche Leitung: Dr. Franziska Richter  
Friedländer Weg 55 • 37085 Göttingen  
Tel.: +49 551 521 399-0  
Fax: +49 551 521 399-18  
atk.goettingen@asklepios.com

## PSYCHIATRISCH-PSYCHOTHERAPEUTISCHE TAGESKLINIK UND INSTITUTSAMBULANZ SEESEN

Ärztliche Leitung: Anja Visser  
Tannenbusch 11 • 38723 Seesen  
Tel.: +49 5381 7440-80  
Fax: +49 5381 7440-81  
tk-seesen.goettingen@asklepios.com

## KONTAKTAUFNAHME

Vor der eigentlichen Aufnahme möchten wir mit Ihnen ein Vorgespräch führen. Dabei können wir gemeinsam überprüfen, ob unsere Behandlungsmöglichkeiten tatsächlich geeignet sind, Ihnen zu helfen. Und auch Sie werden nach diesem Vorgespräch besser einschätzen können, was Sie bei uns erwarten können.

Haben Sie dann eine Aufnahme mit uns vereinbart, kann die Behandlung in der Regel bereits kurze Zeit später beginnen. Um einen Vorgesprächstermin zu vereinbaren oder um Fragen zu den Behandlungsmöglichkeiten zu klären, können Sie uns montags bis freitags unter der folgenden Telefonnummer anrufen:

 **+49 551 402-2142**

Wenn Sie sich für eine Aufnahme in der Allgemeinen Tagesklinik interessieren, können Sie unter der Telefonnummer **+49 551 521 399-0** einen Termin für ein Vorgespräch vereinbaren. Für eine Aufnahme in der Tagesklinik Sessen melden sie sich bitte unter der Telefonnummer **+49 5381 7440-80**.

## CHEFARZT

**PD Dr. med. Jörg Signerski-Krieger**

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie

Sekretariat: Herr Heepe-Voll  
Tel.: +49 551 402-2142  
Fax: +49 551 402-2917  
f.heepe@asklepios.com



Fotos: APN, pixabay, Smileus/stock.adobe.com, PixieMe/stock.adobe.com

## Kontakt

 **Asklepios Fachklinikum Göttingen**  
Psychotherapie und Traumatherapie  
Rosdorfer Weg 70  
37081 Göttingen  
Tel.: +49 551 402-2142  
Fax: +49 551 402-2917  
www.asklepios.com/goettingen/experten/  
psychotherapie/

 **Zentrale Aufnahme**  
Tel.: +49 551 402-1000  
Fax: +49 551 402-1007  
aufnahme.goettingen@asklepios.com

## Lageplan



 **ASKLEPIOS**  
FACHKLINIKUM GÖTTINGEN

 **ASKLEPIOS**  
FACHKLINIKUM GÖTTINGEN

# NACHHALTIGE PSYCHOTHERAPIE

bei Depressionen, Ängsten, Selbstunsicherheit,  
emotional instabilen Persönlichkeitsstörungen

## Nachhaltige Behandlung Schritt für Schritt

Viele Menschen leiden an Störungen oder Beschwerden, die einen seelischen Hintergrund haben. Eine Person erlebt schreckliche Angst und mag seine Wohnung nicht mehr verlassen oder unter Menschen sein, eine andere Person fühlt sich bereits morgens nach dem Aufwachen niedergeschlagen und unfähig, den Tag zu bewältigen. Manche Menschen sind immer wieder auf quälende Weise selbstunsicher und ratlos. All dies stellt sich nicht nur gelegentlich ein, sondern tritt bereits seit längerer Zeit auf - vielleicht sogar mit zunehmender Schwere.

Sie selbst oder ihre behandelnde Ärztin/ihr behandelnder Arzt haben vielleicht schon einmal darüber nachgedacht, welche Ursachen die Depressionen, die Ängste oder die Selbstunsicherheit bei Ihnen haben. Man weiß heute, dass - neben aktuellen äußeren Belastungen und neurobiologischen Faktoren - in erster Linie lebensgeschichtliche Erfahrungen an der Entstehung solcher Beschwerden beteiligt sind.

### Das heißt:

Manche der Probleme, die Sie im Umgang mit sich selbst oder mit anderen Menschen haben, können Sie deshalb so schwer lösen, weil bestimmte Gefühle und Gedanken Sie immer wieder daran hindern. Diese haben oft etwas zu tun mit Erfahrungen, die Sie früher mit anderen Menschen gemacht haben.



### NEHMEN SIE SICH ERNST

Häufig sind psychische Symptome also wichtige Hinweise auf ein grundlegendes seelisches Problem. Ohne eine psychotherapeutische Behandlung neigen diese Beschwerden dazu, an Ausmaß und Umfang zuzunehmen, zu chronifizieren und das Selbstgefühl zu zermürben.

Eine schwerwiegende Folge von unbehandelten Störungen ist es, sich mehr und mehr zurückzuziehen, depressiver und selbstunsicherer zu werden. Das führt bei vielen Menschen zu deutlichen Einschränkungen der Arbeitsfähigkeit und Lebensqualität. Häufig kommt es dann neben dem sozialen Rückzug auch zur Abhängigkeit von Bezugspersonen.

### WAS KÖNNEN WIR FÜR SIE TUN?

Als nachhaltig wirksam hat sich bei der Behandlung von psychischen Symptomen eine Form der Psychotherapie erwiesen, bei der Ihre Lebensgeschichte Grundlage der therapeutischen Überlegungen ist. Der Bereich Psychotherapie am Asklepios Fachklinikum Göttingen bietet Ihnen auf dieser Grundlage sowohl ambulante als auch stationäre und teilstationäre Behandlungen bei psychischen Symptomen an.

### AMBULANZ

Sie können in unserer Ambulanz zunächst herausfinden, welche Form der Behandlung für Sie die Sinnvolle wäre. Wenn Sie diese Entscheidung für sich getroffen haben, werden wir Ihnen ein entsprechendes stationäres oder teilstationäres Behandlungsangebot machen. Sehr häufig können psychische Symptome ambulant behandelt werden. In unserer Ambulanz bieten wir psychotherapeutische Einzel- und Gruppenbehandlungen an.

### DAS VERÄNDERN AUSPROBIEREN

Die Stationen und die Tagesklinik des Bereichs sind spezialisiert auf unterschiedliche Behandlungsziele. Welches das richtige für Sie sein könnte, werden wir vor der Aufnahme sorgfältig mit Ihnen beraten. Wir überlegen dabei mit Ihnen, welche Möglichkeiten, aber auch welche Grenzen für Veränderung Sie im Moment haben. Nicht geeignet sind unsere Behandlungsangebote, wenn Psychosen oder Suchterkrankungen im Vordergrund stehen.

Eine stationäre psychotherapeutische Behandlung ist vor allem dann sinnvoll, wenn aufgrund der Schwere der Erkrankung eine ambulante oder teilstationäre Therapie nicht ausreicht.

Dann kann ein intensiveres Behandlungsprogramm in der geschützten Atmosphäre eines Krankenhauses notwendig sein. Nicht nur erfährt die Patient:innen durch den Wegfall alltäglicher Verpflichtungen eine gewisse Entlastung; durch den Abstand von alltäglichen Belastungen und Verstrickungen werden die Patient:innen häufig erst in die Lage versetzt, sich produktiv mit inneren Konflikten oder krankheitsauslösenden Lebensumständen auseinanderzusetzen.

## Integrierte stationäre Psychotherapie

### STATION 6

Wenn Sie in Ihrem Alltag immer wieder Zustände starker, unerträglicher innerer Anspannung erleben, die sie entweder gar nicht selber verändern können oder nur mit Mitteln und Verhaltensweisen, die problematisch und schädlich sind, dann könnten Sie Interesse daran haben, neue Methoden kennenzulernen, um sich selber besser zu steuern und die innere Anspannung verringern zu können. Wir arbeiten in diesem Zusammenhang auf der Grundlage der Dialektisch-Behaviorale Therapie (DBT). Wichtig ist auf dieser Station besonders das Üben. Sie kennen das vom Autofahren-Lernen: es reicht nicht, sich theoretisch damit zu befassen, ein Auto zu steuern - man muss es wieder und wieder üben, um es wirklich zu können. So ist es auch hier: das, was die Patient:innen in den verschiedenen „Fertigkeiten-Gruppen“ lernen, muss geübt werden, um hilfreich wirken zu können.



### STATION 11.2

Es kann auch sinnvoll sein, Ihre Erfahrungen im Kontakt mit anderen Patient:innen und mit dem Team im Stationsalltag dafür zu nutzen, aufmerksam zu werden für Ihr Erleben und Ihre Verhaltensweisen im Umgang mit sich selbst und mit Anderen. Dies ist auf dieser Station für die Behandlung wesentlich. Der Stationsalltag wird so zu einem Übungsfeld, in dem Sie neue, bekömmlichere Muster im Umgang mit sich selbst und Anderen entwickeln können. Das kann zunächst auch anstrengend sein - Sie werden aber spüren, wie die neuen Verhaltensweisen und Einstellungen sich positiv auf Ihr Selbstwertgefühl auswirken.

Mit einem einzelnen Menschen über seine Probleme zu sprechen, ist den meisten vertraut; die therapeutische Gruppe ermöglicht darüber hinaus den Austausch mit anderen Menschen, der fruchtbarer sein kann als viele sich das aufgrund ihrer bisherigen Erfahrungen vorzustellen wagen. Deshalb nimmt jede Patient:in auf dieser Station neben der Einzeltherapie an einer psychotherapeutischen Gruppe und an einer Stationsgruppe teil.



### Für beide Stationen gilt:

Es wird versucht, die Behandlung durch eine Bezugstherapeut:in durchzuführen. Außerdem gibt es Ansprechpartner:innen im Pflgeteam.

**Und:** Vielleicht haben Sie schon selber gemerkt, dass Gespräche oft nicht genügen, um

Veränderungen zu erreichen. Dann ist es wichtig, auf andere Weise Erfahrungen zu machen und so die eigenen Möglichkeiten (und Grenzen) besser kennen zu lernen. Dafür gibt es einige Behandlungsangebote, die bei uns ergänzend zur Einzel- und Gruppenpsychotherapie ihren wichtigen Platz haben: Die Ergo- und Gestaltungstherapie und verschiedene körperorientierte Therapien.