

Ihr Ansprechpartner für das
DBT-A-Programm:



Stefan Eisenbeis
Diplom-Psychologe,
Psychologischer Psychotherapeut
Telefon: 0 68 05/92 82-0
Telefax: 0 68 05/92 82-40
E-Mail: s.eisenbeis@sb.shg-kliniken.de

SHG-Klinik Kleinblittersdorf

Dialektisch-Behaviorale Therapie für Jugendliche (DBT-A)

DBT-A-Therapieablauf

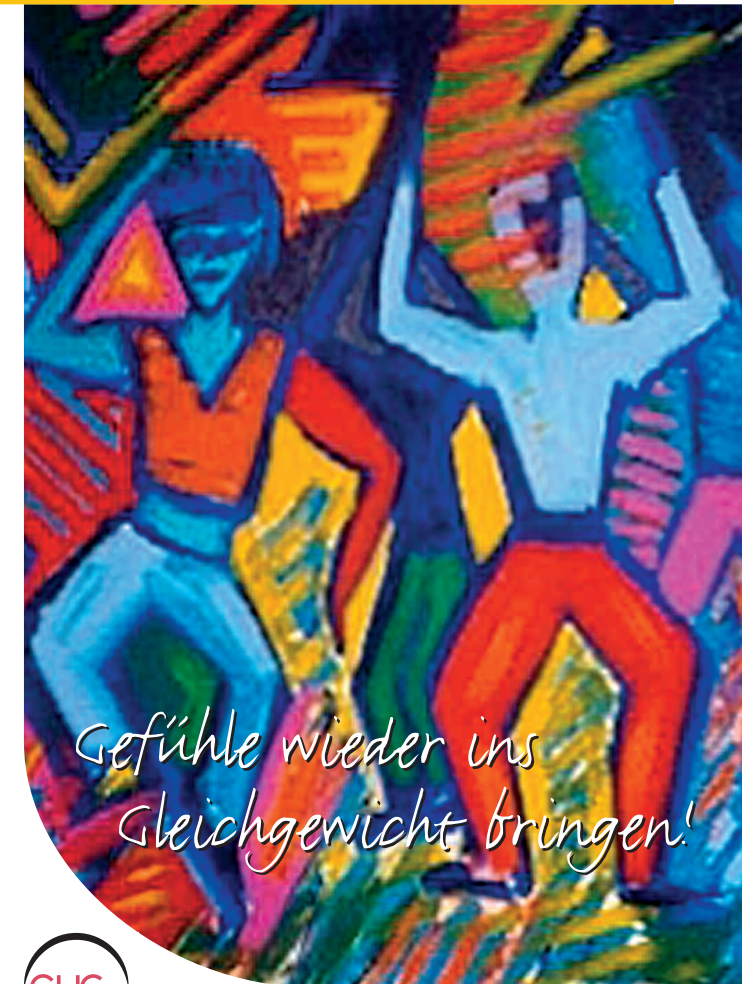
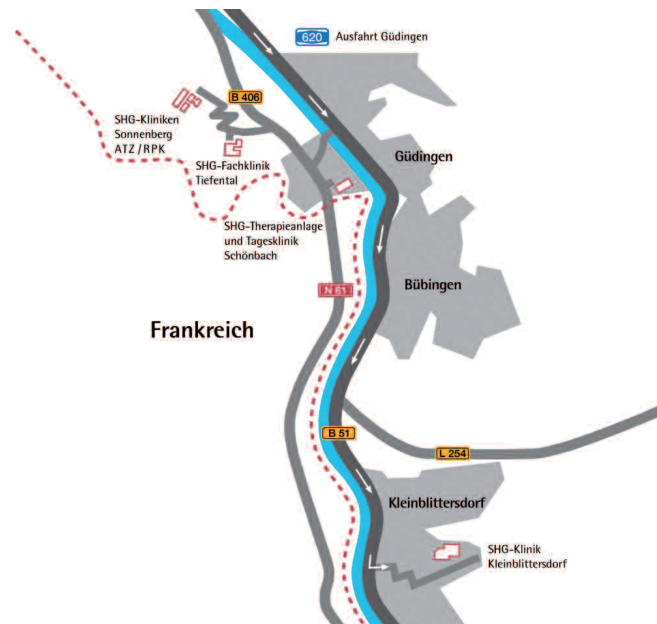
- ambulante Vorbehandlung und Diagnostik
- Therapievertrag: dokumentiert Wunsch nach Veränderung
- Dauer: 12 Wochen

Spezialambulanz Borderline-Störung

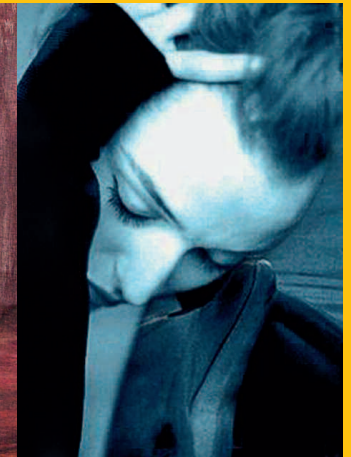
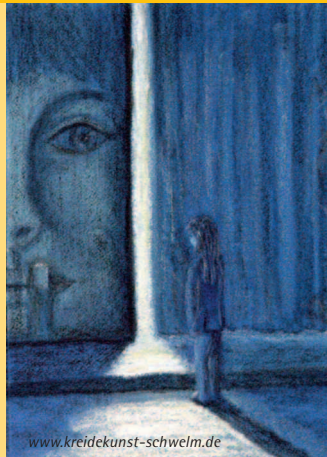
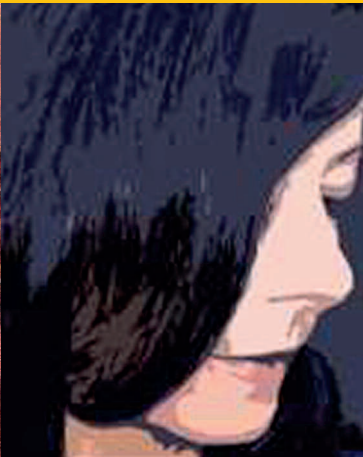
- ausführliche computergestützte Diagnostik
- Information und Möglichkeiten des DBT-A-Programms
- ambulante Therapievorbereitung und Therapieplanung
- Aufklärung und Beratung von Angehörigen und Familien
- Elterngruppen
- ambulante Nachbetreuung
- Beratung und Supervision von Komplementäreinrichtungen
- wissenschaftliche Begleitung der DBT-A-Programme

SHG-Klinik Kleinblittersdorf
Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie,
-psychosomatik und -psychotherapie

Chefärztin Priv.-Doz. Dr. med. Eva Möhler
Waldstraße 40
66271 Kleinblittersdorf
www.shg-kliniken.de



*Gefühle wieder ins
Gleichgewicht bringen!*



DBT-A-Programm für Jugendliche, die...

- unter starken Stimmungsschwankungen leiden
- Gefühle tiefer Traurigkeit, Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit kennen
- Ärger und Wut schwer kontrollieren können
- impulsiv handeln
- sich selbst verletzen
- parasuizidales- bzw. Hochrisikoverhalten kennen
- Suizidgedanken haben bzw. einen Suizidversuch unternommen haben
- unter einem ständigen Auf und Ab in ihren Beziehungen zu anderen Menschen leiden
- verunsichert über ihre eigene Identität sind
- verzweifelt bemüht sind, Alleinsein zu vermeiden
- unter Dissoziationen („Als-ob-Erlebnisse“) leiden
- ein chronisches Gefühl innerer Leere verspüren
- traumatische Erfahrungen gemacht haben

- sich verändern wollen
- bereit sind, neue Verhaltensweisen für wichtige Situationen in ihrem Leben zu erlernen

DBT-A-Programm

Das Behandlungsprogramm orientiert sich an der von Marsha Linehan (Seattle, USA) entwickelten Dialektisch-Behavioralen Therapie.

Die DBT-A integriert Elemente aus der Verhaltenstherapie, der Gestalttherapie, der Hypnotherapie und der Meditation (Zen-Buddismus).

Die DBT-A setzt sich zusammen aus Einzel- und Gruppentherapie (Skilltraining, Achtsamkeit und Körpertherapie) und bezieht Familienangehörige mit ein.

DBT-A-Behandlungsziele

- Suizidalität bearbeiten
- selbstverletzendes Verhalten reduzieren
- Umgang mit Stress erlernen
- Kontrolle über schwierige Gefühle erlangen
- adäquate Beziehungen aufbauen
- anstelle extremer Verhaltensweisen den „Mittelweg finden“

DBT-A-Module

- Achtsamkeit
- Stresstoleranz
- Emotionsregulation
- zwischenmenschliche Fertigkeiten
- „Goldener Mittelweg“

Die Jugendlichen lernen Skills als Handlungsalternativen zu selbstverletzendem und selbstschädigendem Verhalten einzusetzen. Die Skills werden individuell zusammengestellt (Bezugspersonenstunde), erprobt und immer wieder überprüft (therapeutische Hausaufgaben).

Erlebnistherapie

Klettern, Kajak-/Kanufahren und unser Hochseilgartenprojekt bringen Jugendliche wieder in den Kontakt mit eigenen Ressourcen und Stärken und führen zu einer Verbesserung von Selbstwert und Selbstwirksamkeit.