



Klinik
Alteburger Straße gGmbH

Fachkrankenhaus für Psychiatrie, Psychotherapie
und Psychosomatik

Tageseinheit D

Wege aus der Krise



Wege aus der Krise

Jetzt endlich einmal genauer hinschauen:

Wie fühlt sich das an und wo kommt das her, dieses Gefühl, den Alltag nicht mehr bewältigen zu können?

Und wie könnte ich es anders angehen?

Depressive Stimmungslage, die Gedanken kreisen, keine Freude empfinden können, keine Perspektive mehr sehen, Schlafstörungen, nicht abschalten können oder Antriebslosigkeit, Angst- und Panikzustände, sozialer Rückzug, Isolation...

Auf der Tageseinheit D der Klinik Alteburgerstraße in Köln werden Patient:innen auch in akuten Krisen aufgenommen, wenn dies tagesklinisch möglich erscheint.

Ziel der Behandlung ist Entlastung, Beruhigung und Klärung einer Konfliktsituation, so dass die akute Symptomatik abklingen kann und die Patient:innen wieder in der Lage sind, ihren Alltag selbständig zu bewältigen und wissen, welche Hilfen sie ggf. ambulant fortführend in Anspruch nehmen sollten.

Behandlungsangebot

Die Behandlung erfolgt durch ein multiprofessionelles Team, bestehend aus Ärzten / Ärztinnen, Psycholog:innen, Krankenpfleger:innen, Sozialarbeiter:in, Kunsttherapeut:in und Bewegungstherapeut:in.

Wir arbeiten mit einem psychodynamischen Konzept, was uns und den Patient:innen die Möglichkeit gibt, eine Verbindung zwischen den aktuellen Symptomen und Konflikten sowie Problemen aus der Lebensgeschichte herzustellen.

Die Behandlung findet überwiegend in Gruppen statt. Den wachsenden vertrauensvollen Austausch in der Gruppe

erleben viele Patient:innen als große Erleichterung, die Halt und Zuversicht gibt.

Das soziotherapeutische Behandlungsangebot umfasst in der Regel Einzelgespräche und wöchentliche Kleingruppen.

Entlang der individuellen lebensgeschichtlichen Anforderungen werden Ressourcen und Krisenbewältigungsstrategien aktiviert. Dies gilt insbesondere für die aktuelle Lebenssituation im Beruf, in sozialen Kontakten, in der Freizeit und im Umgang mit sozialen Systemen.

- psychodynamische Psychotherapie in Gruppen - z.B. tägliche Morgenrunden, 2x wöchentlich stattfindende Psychotherapiegruppen
- Einzelgespräche
- Diagnostik
- bei Bedarf Einsatz von Medikamenten
- Entschärfung von psychosozialen Konfliktsituationen durch Angebot eines haltgebenden Umfelds
- Soziotherapie in Gruppen und Einzelkontakten
- strukturierter Tagesablauf und Integration in eine soziale Gruppe, Förderung des sozialen Miteinander
- Meditation, Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen, Entspannung
- Förderung von Körperwahrnehmung und körperlicher Fitness
- Kunsttherapie: Kreativitätsförderung und Einsicht in innerseelische Konflikte, Ressourcenaktivierung durch non-verbale ganzheitliche Methoden

Die Kosten der tagesklinischen Behandlung übernehmen in der Regel die Krankenkassen.



Klinik Alteburger Straße gGmbH

Alteburger Straße 8-12
50678 Köln

TEL 0221 / 33 94 - 0

FAX 0221 / 33 94 - 158

E-MAIL info@pka-koeln.de

www.pka-koeln.de

Informationen in der Ambulanz:

Montag bis Freitag 8:30 Uhr bis 17:00 Uhr

Therapieplan

- ärztlich geleitete Psychotherapie-Gruppen
- ärztlich geleitete Therapieziel-Besprechung
- Soziotherapie - Gruppe
- Morgenrunden und Milieugruppen
- Meditation und Achtsamkeitsübungen, Wahrnehmung, Entspannung
- Kunsttherapie
- Bewegungstherapie
- Freizeitaktivität in der Gruppe
- ggf. Kontakt zur Suchtberatung in der Klinik