

Unser Therapiekonzept setzt auf Nachhaltigkeit

Verhaltenstherapeutische und tiefenpsychologische Ansätze in einem integrativen Konzept

Die Verhaltenstherapie und die Psychoanalyse sind die Grundlage, auf der wir unser Therapiekonzept weiterentwickeln, denn eine wirklich effektive Behandlung von psychischen Störungen ist so komplex, dass eine einzelne Behandlungsmethode nicht in der Lage ist, das gesamte Spektrum der psychischen Störungen zu berücksichtigen.

Unsere Ziele

Der Mensch kann nicht in Richtung von außen vorgegebener Zielkriterien verändert werden. Das Verhalten eines Menschen zu beurteilen oder zu werten ist erst dann hinreichend hilfreich, wenn man in der Lage ist, ein tiefes Verständnis diesem Verhalten entgegenzubringen. Wir möchten unseren Patienten helfen, dieses Verständnis für sich zu gewinnen, damit sie ihre Symptome nicht nur beseitigen, sondern ihr eigenes Selbst so gestalten, dass sie in der Lage sind, ein sinnvolles, beziehungerfülltes Leben führen zu können. Ist dies gelungen, ist der Mensch aus sich selbst heraus leistungsfähig, hat Lust, sich durch eine sinnvolle Arbeit an der Gemeinschaft zu beteiligen. Sie sollen zuerst erkennen, dass die Konfliktsituationen zwischen ihnen und anderen eine Auswirkung der Konfliktsituationen in ihrer eigenen Seele sind, und dann können sie diesen, ihren inneren Konflikt überwinden: Man kann seinen Frieden nirgendwo anders suchen als bei sich selbst. Wenn man ihn da gefunden hat, kann man daran gehen, ihn in der ganzen Welt zu suchen.

Therapeutische Maßnahmen

Im Zeitalter von Integration und Vernetzung finden auch die verschiedenen Therapieschulen zueinander. Wir arbeiten deshalb in der Klinik Alpenblick methodenoffen bzw. bewusst dialogisch. Unsere integrativen Modellbildungen sind empirisch wohl fundiert, wobei die dominierenden Grundlagenkonzepte der Verhaltenstherapie und Psychodynamik klar erkennbar bleiben. Die Grundorientierung der psychodynamischen Psychotherapie an der Klinik Alpenblick arbeitet mit dem Modell des reaktualisierten Entwicklungskonflikts und des erhaltenen Entwicklungsschadens. Es geht also schwerpunktmäßig um die Aufdeckung unbewusster konflikthafter Motivationen für das gegenwärtige Handeln sowie um die Bewältigung der seelischen Folgen real erlittener Traumata.

Übergeordnetes Ziel unserer Therapie

Die Sichtung der tatsächlichen und vermeintlichen Probleme des Betroffenen, die Aussöhnung mit den eigenen ungeliebten Seiten und die Reintegration abgespaltener Persönlichkeitsanteile in das bewusste Selbst sind übergeordnete Ziele der Therapie. Die Psychotherapie soll helfen, Schwierigkeiten im gegenwärtigen Leben zu lösen. Daher muss sie einerseits genügend Schutzraum bieten, damit sich ein Mensch mit alten Kränkungen und angestauten Gefühlen angstfrei auseinandersetzen kann und andererseits ausreichend wohlwollende Konfrontation bieten, damit irrealer Wunschphantasien abgetrauert werden können und die Fähigkeit zu angemessenem Problemlösungsverhalten und zu eigenverantwortlicher Lebensgestaltung gestärkt wird.

Neben dem Gespräch nutzen wir zur Diagnostik standardisierte testpsychologische Verfahren (DiDoQs). Für die therapeutische Bearbeitung nutzen wir erlebnisaktivierende Verfahren wie Musiktherapie in verschiedenen Formen
Ergo- und Kunsttherapie
konzentrierte Bewegungstherapie
Bewegte Gefühle (Emotionale Psychotherapie mit Unterstützung von Musik und Bewegung)
Tanztherapie

Kombiniert werden diese Verfahren mit stützenden und verhaltensmodifizierten Rollenspielen. Wir nutzen gezielt die Ressourcen der Patienten und entwickeln lösungsorientierte Verhaltensweisen. Die Therapie ist gruppenorientiert, so dass die neu gelernten Verhaltensweisen in der Klinik in ein soziales Übungsfeld eingebettet sind.

Unser Rehabilitationskonzept

Als gesund sehen wir einen Menschen an, der mit sich körperlich, seelisch und geistig im Einklang ist, zu anderen Menschen befriedigende Beziehungen unterhält und in seinem Leben einen Sinn sieht. Wir sind der Ansicht, dass jeder lernen kann, bestehende Krankheitsfolgen oder Behinderungen zu integrieren. Psychische und psychosomatische Erkrankung werden oft auch genährt durch das Missverständnis zwischen den erlernten Möglichkeiten eines Menschen, die Welt zu gestalten, und den Anforderungen, die die Umwelt täglich an ihn stellt. In der Krankheit drückt sich oft auch das Leid einer in ihrer gegenseitigen Beziehung gestörten Gruppe aus. Krankheitsverstärkend wirken falsche Ernährung, missbräuchliche Einnahme von Genussgiften, falsche Schlafgewohnheiten, zu wenig Bewegung und zu viel Pflichtbewusstsein.

Wir konzentrieren uns in der Klinik Alpenblick auf eine psychosomatische Rehabilitation, die unsere Patienten stärkt und es ihnen ermöglicht, nach oder trotz bei bestehenden Krankheitsfolgen oder Behinderungen in das private bzw. berufliche Umfeld leistungsfähig und bestmöglich wiederhergestellt zurückzukehren.

Die psychosomatische Rehabilitation orientiert sich in Abstimmung mit den Fachkommissionen des Verbandes Deutscher Rentenversicherungsträger am bio-psycho-sozialen Krankheitsmodell nach Engel (1980). Durch eine angemessene Kombination von Therapiemethoden sollen die komplex ineinander verschränkten Störungen behandelt werden. In der Klinik Alpenblick wird für jeden Patienten nach ausführlicher Eingangsdagnostik ein individueller Therapie- und Rehabilitationsplan aufgestellt. Den Schwerpunkt bildet die Psychotherapie, ergänzt durch die notwendigen medizinischen und physiotherapeutischen Angebote, die die Förderung der beruflichen Reintegration beinhalten.

Weiterführende Literatur

Im Zeitalter von Integration und Vernetzung finden auch die verschiedenen Therapieschulen zueinander. Psychotherapielehrbücher sind zunehmend methodenoffen oder bewusst dialogisch konzipiert.

Gerne erhalten Sie weitere Informationen:

Tel.: +49 (0) 7562 71-1411
Email: info@wz-kliniken.de