

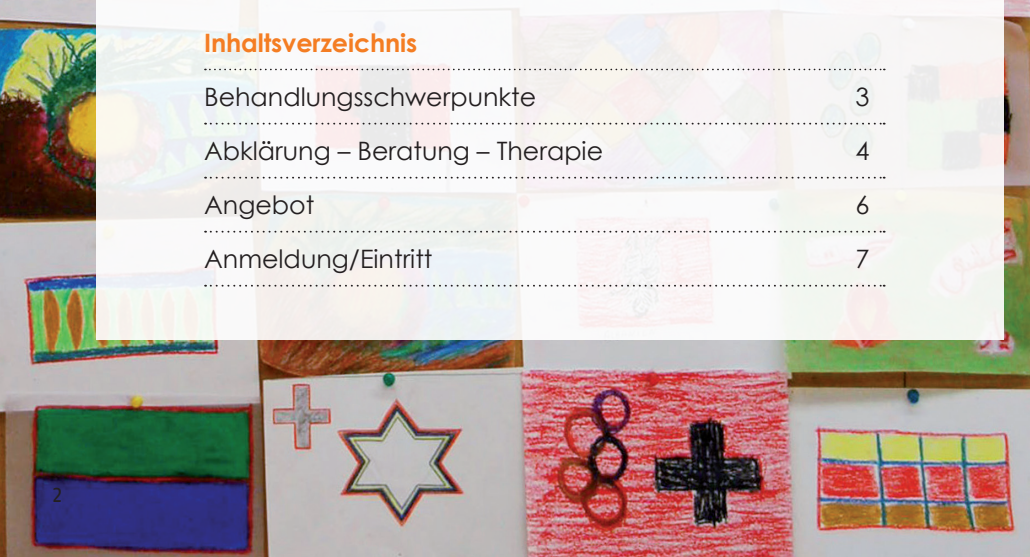


Abklärung – Beratung – Therapie
**Station für Traumafolgestörungen
und Transkulturelle Psychotherapie**



Inhaltsverzeichnis

Behandlungsschwerpunkte	3
Abklärung – Beratung – Therapie	4
Angebot	6
Anmeldung/Eintritt	7



Unsere Behandlungsschwerpunkte

Für wen wir arbeiten

Unser stationäres Therapieangebot richtet sich an Erwachsene im Alter von 18 bis 60 Jahren, die unter einer Traumafolgestörung leiden oder deren psychischen Probleme, wie z.B. depressive Symptome, chronische Schmerzen und Ängste, durch eine Migration mitbedingt bzw. aufrechterhalten werden.

Schwerpunkt Traumafolgestörungen

Das Erleben oder Bezeugen von Unfällen, Naturkatastrophen, psychischer, physischer oder sexueller Gewalt, aber auch von Krieg und Flucht, ist extrem belastend. Zusätzlich zu körperlichen Verletzungen können solche «Traumata» auch zu seelischen Beeinträchtigungen führen. Während die körperlichen Wunden sichtbar sind und meist sofort professionell behandelt werden, bleiben die psychischen Beschwerden oft jahrelang unentdeckt.

Jeder Mensch reagiert unterschiedlich auf traumatische Erlebnisse. Aber es gibt auch Folgen, die bei vielen Menschen gleich sind. So kommen vielen Betroffenen die Erinnerungen an das Erlebte immer wieder in den Kopf. Auch Alpträume vom Geschehenen sind sehr häufig. Diese Erinnerungen lösen meist starke Gefühle, wie Angst, Panik, Trauer, Wut, Ekel oder Scham aus. Aus diesem Grund versuchen die Betroffenen – meist erfolglos – das Erlebte zu vergessen. Sie haben häufig auch Probleme in privaten Beziehungen und im Beruf. Dinge, die ihnen früher wichtig waren oder Freude bereitet haben, können plötzlich ihre Bedeutung verlieren. Viele traumatisierte Menschen sind ausserdem sehr nervös, schreckhaft, können sich nicht gut konzentrieren und leiden unter Schlafstörungen. Oft gelingt es ihnen, ihr Leben trotz der Erlebnisse eine Weile fortzuführen. Dann stossen sie – möglicherweise nach einer erneuten Belastung – an ihre Bewältigungsgrenze, so dass die Traumaerinnerungen und die seelische Belastung überhandnehmen.

Abklärung – Beratung – Therapie

Ziel der Therapie ist es, diese Symptome zu reduzieren bzw. zu stoppen. Wir verwenden hierzu wissenschaftlich fundierte Diagnostik- und Behandlungsmethoden, die wir an die individuellen Bedürfnisse unserer Patientinnen und Patienten anpassen. Wenn nötig, werden in einer ersten Behandlungsphase Bewältigungsmöglichkeiten und Skills sowie Strategien zur Regulation von Emotionen erarbeitet. Bei ausreichender Stabilität werden in der Einzeltherapie die traumatischen Erinnerungen mithilfe verschiedener traumafokussierter Psychotherapieverfahren be- und verarbeitet.

Schwerpunkt Transkulturelle Psychotherapie

In der Schweiz lebt eine Vielzahl von Migrantinnen und Migranten aus verschiedenen Herkunftsländern. Ihre Migrationsgründe sind vielfältig und reichen von verbesserten Arbeits- und Lebensbedingungen bis hin zu Flucht vor lebensbedrohlichen Umständen. Allerdings eröffnet eine Migration in die Schweiz nicht nur neue Möglichkeiten und Perspektiven. Sie erfordert auch ein hohes Mass an Anpassungsfähigkeit, ist sehr herausfordernd und belastend. Man unterscheidet schwierige prä- und postmigratorische Faktoren, welche psychische Störungen auslösen, verstärken oder aufrechterhalten können. Prä-migratorische Faktoren, die im Zusammenhang mit psychischen Erkrankungen häufig eine wichtige Rolle spielen, sind traumatische Erfahrungen im Heimatland oder auf der Flucht, familiäre und politische Konstellationen. Zudem ist die Anzahl alltäglicher postmigratorischer Stressfaktoren – im sozialen Umfeld, der Arbeit oder der Schule – auch aufgrund der sprachlichen Barrieren meistens extrem hoch und eine tägliche Herausforderung. Häufig bestehen schwierige soziale und ökonomische Verhältnisse, zum Teil ist die Aufenthaltserlaubnis von Migrantinnen und Migranten über Jahre hinweg unsicher. Viele von ihnen fühlen sich trotz ihrer Bemühungen in der Schweiz nicht integriert. Sie leiden unter der kulturellen Entwurzelung und haben Heimweh nach ihrer Familie.

Die Beschwerden von Migrantinnen und Migranten beinhalten neben psychischen oft somatische Symptome, aber auch soziale

Aspekte. Bevor sie in psychotherapeutisch-psychiatrische Behandlung kommen, vergehen häufig Jahre, so dass ihre Beschwerden meist stark chronifiziert sind. Psychotherapeutisch-psychiatrische Behandlungen sind aus diesem Grund häufig sehr komplex und müssen sowohl die psychischen Erkrankungen und etwaige somatische Aspekte als auch die Lebensumstände sowie spezifische Krankheitsverständnisse berücksichtigen. Eine solche fundierte psychotherapeutisch-psychiatrische Behandlung erfordert Zeit, fachliche Kompetenz, Erfahrung und eine gute sprachliche Verständigung.

Unser Team

Das interdisziplinäre Team besteht aus Fachpersonen aus Pflege, Psychologie, Medizin, Sozialarbeit, Physiotherapie sowie Kunst-, Körper- und Bewegungstherapie. Bei Bedarf werden die Gespräche mithilfe von professionellen Übersetzerinnen und Übersetzern geführt. Eine Deutschlehrerin bietet einen wöchentlichen Deutschkurs an. Alle Mitarbeitenden unterstehen dem Berufsgeheimnis.

Wie wir arbeiten

Wir haben auf Grundlage unserer langjährigen Erfahrung ein Therapiekonzept entwickelt, welches der Vielschichtigkeit und Komplexität der im Vordergrund stehenden Probleme unserer Patientinnen und Patienten gerecht wird.

Wir arbeiten interdisziplinär und integrativ. Unser psychotherapeutisches Behandlungskonzept vereint verhaltenstherapeutische und psychodynamische Therapiemethoden. Diese sind eingebettet in einen grösseren therapeutischen Kontext aus Milieu-, Bewegungs-, Kunst- sowie Physiotherapie.

Angebot

Die Grundlagen für die Festlegung des individuellen Therapieprogramms stellen eine umfassende, je nach Bedarf psychiatrische, neuropsychologische, körperliche Diagnostik sowie sozial- und milieuthérapeutische Aspekte dar. Gemeinsam mit den Behandelten werden die konkreten Therapieziele festgelegt.

Zusätzlich zur psychischen Gesundheit oder Stabilisierung des Zustandes streben wir grundsätzlich die Förderung der Eigenverantwortung und Selbstständigkeit unserer Patientinnen und Patienten an.

Das Therapieangebot

- Differentialdiagnostische Abklärungen der vorliegenden Beschwerden und ggfs. der aktuell vorhandenen Folgen von kurz oder länger zurückliegenden Traumatisierungen oder Verlusterlebnissen
- Erarbeiten eines erweiterten Krankheitsverständnisses, Ausarbeitung individueller Behandlungsvorschläge und Abstimmung des weiteren Vorgehens gemeinsam mit den Betroffenen und ihren Zuweisenden
- Medikamentöse Behandlung
- Bezugspflegerische Begleitung, Beratung und Unterstützung
- Einzelpsychotherapie und Gruppenpsychotherapie (Skillstraining, Psychoedukation, Traumabewältigungsgruppe, Soziales Kompetenztraining)
- Körperorientierte Angebote (Einzel und Gruppe) wie Bewegungstherapie, Physiotherapie, Medizinische Trainingstherapie, Entspannungstherapie (PMR), Yoga
- Kunsttherapie (Einzel und Gruppe)
- Sozialarbeiterische Beratung und Unterstützung
- Arbeitsabklärung und -training, Einbezug von Arbeitgebern und Ämtern/IV
- Milieuthérapie-Gruppen: Kooperative-Spiele, Kochen/Genuss, Atelier und Deutschkurs
- NADA-Akupunktur, Aromapflege

Anmeldung/Eintritt

Behandlungsdauer

Die Behandlungsdauer beträgt in der Regel 12 Wochen, davon dienen die ersten drei Wochen der Diagnostik und Therapieplanung. Weitere Behandlungsintervalle sind nach Indikation und Absprache möglich.

Behandlungsplätze

Wir bieten vollstationäre sowie teilstationäre Behandlungsplätze für Frauen und Männer. Die Station wird offen geführt. Es ist mit Wartezeiten auf einen Therapieplatz zu rechnen.

Finanzierung

Die Grundversicherung der Krankenkasse deckt die Behandlungskosten.

Anmeldung/Eintritt

Nach Anmeldung durch Überweisende bzw. nach Kontaktaufnahme von Interessierten mit der Therapeutischen Leitung (bevorzugt per E-Mail) wird ein Termin für ein Vorgespräch vereinbart. Im Vorgespräch werden die Indikation zur stationären psychotherapeutischen Behandlung auf unserer Station abgeklärt und das Behandlungsprogramm vorgestellt. Bei Selbstanmeldungen ist vor Aufnahme eine ärztliche Überweisung nötig.

Gerne stehen wir für Informationen zur Verfügung.

Kontakt

Therapeutische Leitung

Tel. +41 (0)58 144 41 25

Stationsleitung Pflege

Tel. +41 (0)58 144 46 76

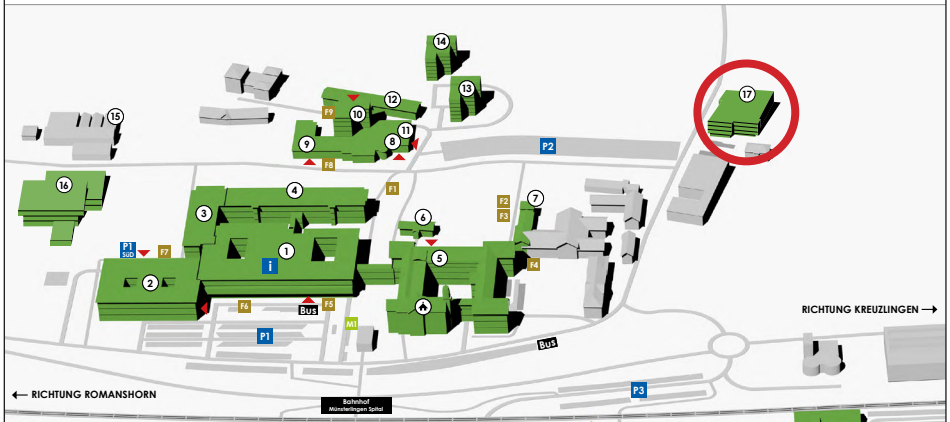
Stationsbüro (24h)

Tel. +41 (0)58 144 43 72

station.pt3-pkm@stgag.ch

Spitalcampus Süd

- | | | | | |
|--------------------|-------------------------|-------------------|-------------------|------------------------------------|
| 1 Behandlungstrakt | 7 Mesmerhaus | KJPD und Mansio | Parkplätze | Fahradabstellplätze |
| 8 Haupteingang | 8 PH3 Aula | 9 PH3 Haus Lutz | P1 260 | F1, 3-9 230 |
| 9 Notfall | 10 PH3 Süd | 12 Haus Winnicott | P2 215 | F2 5 (für Fahrräder mit Anhänger) |
| 2 Outtrakt | 11 Pathologie Institute | 15 Gärtnerei | P3 80 | M1 20 (für motorisierte Zweiräder) |
| 3 Bettenhaus Ost | 13 PH 1 | 17 Haus T | | |
| 4 Bettenhaus Süd | 14 PH 2 | | | |
| 5 Klostertrakt | 16 Herz-Neuro Zentrum | | | |
| 6 Gartenhaus | ▲ Klosterkirche | | | |



17 Haus T Station für Traumafolgestörungen und transkulturelle Psychotherapie (PT3)

Psychiatrische Dienste Thurgau

Station für Traumafolgestörungen und
Transkulturelle Psychotherapie

Postadresse: Seeblickstrasse 3, CH-8596 Münsterlingen

Standortadresse: Klosterstrasse 8, CH-8569 Münsterlingen

Tel. +41 (0)58 144 4372

station.pt3-pkm@stgag.ch