

### **Vor der Aufnahme:**

Vereinbarung eines ambulanten Vorgesprächs zur Klärung, ob unser Therapieangebot passend ist. Die Aufnahme erfolgt meistens am Montag, in akuten Fällen auch an anderen Wochentagen.

### **Öffnungszeiten der Tageseinheit D**

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

**zusätzlich eine offene Sprechstunde am Samstag: 10:00 - 12:00 Uhr**

Die Institutsambulanz der Klinik ist in den übrigen Zeiten für Notfälle erreichbar. Sie ist 24 Stunden täglich an 7 Tagen in der Woche ärztlich besetzt.

Tagesklinik Alteburger Straße gGmbH  
Alteburger Straße 8-12  
50678 Köln  
Telefon 0221 / 33 94 - 0  
www.tka-koeln.de

Tageseinheit D

## Tagesklinische Kurzzeittherapie Wege aus der Krise

### **Therapieplan**

- ärztlich geleitete Psychotherapiegruppen
- ärztlich geleitete Therapieziel-Besprechung
- Soziotherapie - Gruppe
- Morgenrunden und Milieugruppen
- Entspannungsverfahren
- Kunsttherapie
- Bewegungstherapie
- Freizeitaktivität in der Gruppe
- ggf. Kontakt zur Suchtambulanz i.H.



## Tagesklinische Kurzzeittherapie

**Das Gefühl, den Alltag nicht mehr bewältigen zu können... depressive Stimmungslage, die Gedanken kreisen, keine Freude mehr empfinden können, keine Perspektive mehr sehen, Schlafstörungen, nicht-Abschalten-können oder Antriebslosigkeit, Angst- und Panikzustände, sozialer Rückzug, Isolation...**

Auf der Tageseinheit D der Tagesklinik Alteburgerstraße in Köln werden Menschen in akuten Krisen aufgenommen, wenn dies tagesklinisch möglich erscheint.

**Ziel der Behandlung** ist die Bewältigung der Krise:

Entlastung, Beruhigung und Klärung einer Konfliktsituation, so dass die akute Symptomatik abklingen kann und der Patient wieder in der Lage ist, seinen Alltag selbständig zu meistern.

### Behandlungsangebot der Kurzzeittherapie

Die Behandlung erfolgt durch ein multiprofessionelles Team, bestehend aus einer Ärztin, einem Arzt, zwei Krankenschwestern, einem Sozialarbeiter, einer Kunsttherapeutin und einer Bewegungstherapeutin.

Wir arbeiten mit einem psychodynamischen Konzept, was den Patienten die Möglichkeit gibt, eine Verbindung zwischen den aktuellen Symptomen und Konflikten sowie Problemen aus der Vergangenheit und der Gegenwart herzustellen.

Die Behandlung findet als Gruppentherapie statt.

Den wachsenden vertrauensvollen Austausch in der Patientengruppe erleben viele als große Erleichterung, die Halt und Zuversicht gibt.

Das soziotherapeutische Behandlungsangebot umfasst in der Regel ein Einzelgespräch, wöchentliche Kleingruppen und gegebenenfalls kurze Einzelkontakte.

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 Sicherungssystemen.

Im Vordergrund stehen daher die Klärung der realen Lebensverhältnisse und der Entwurf alternativer Lösungsansätze.

- Teilnahme an einer psychodynamischen Psychotherapie im gruppentherapeutischen Setting
- Diagnostik
- evtl. medikamentöse Einstellung und Überwachung einer solchen Einstellung
- Entschärfung einer psychosozialen Konfliktsituation durch Angebot eines halt gebenden Umfelds
- Teilnahme an Soziotherapie-Gruppen
- strukturierter Tagesablauf und Integration in eine soziale Gruppe, Förderung des sozialen Miteinander
- therapeutische Zusatzangebote zur Entspannung und Antriebssteigerung
- Bewegungstherapie: Förderung der körperlichen Fitness und Körperwahrnehmung
- Kunsttherapie: Kreativitätsförderung, Einsicht in innerseelische Konflikte und Ressourcenaktivierung durch nonverbale ganzheitliche Methoden



Die Behandlungsdauer auf der Tageseinheit D liegt bei durchschnittlich 8 Wochen. Wenn eine ambulante psychotherapeutische Behandlung von 1-2 Wochenstunden und /oder eine ambulante psychiatrische Behandlung nicht – oder nicht mehr – ausreicht, kann so oftmals eine vollstationäre Aufnahme in eine psychiatrische Klinik vermieden werden.

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

