

Ziele und Vorgehen

Die Station 21 ist eine offen geführte Psychotherapiestation für die Behandlung von Menschen mit psychotischen Krisen. Das Behandlungsprogramm umfasst Einzel- und Gruppentherapien, medikamentöse Behandlung und Gespräche mit Angehörigen. Es orientiert sich an den aktuellen Behandlungsleitlinien.

Die Wirksamkeit des Behandlungsprogramms konnten wir in eigenen wissenschaftlichen Studien nachweisen.

Zeitlicher und organisatorischer Rahmen

Die Teilnahme an diesem speziellen Behandlungsprogramm sollte auf einer gründlich bedachten Entscheidung beruhen. Zur Unterstützung einer solchen Entscheidung und gemeinsamen Überlegung, ob dieses Angebot für Sie hilfreich sein kann, können Sie die Station besichtigen und ein Vorgespräch in unserer Hochschulambulanz führen. Die Anmeldung kann auch über einen ambulanten Psychiater*in oder Psychotherapeut*in erfolgen.

Die Dauer der Behandlung wird individuell festgelegt. Das Gruppenpsychotherapieprogramm findet in einem achtwöchigen Turnus statt. In Einzelfällen können Teile davon tagesklinisch durchgeführt werden.



Adresse und Lageplan

Station 21
Universitätsklinik für Psychiatrie & Psychotherapie
Calwerstr. 14
72076 Tübingen
Tel.: 07071/2983128



Impressum

Bildnachweis: Station 21

© 2020 Universitätsklinikum Tübingen

www.medizin.uni-tuebingen.de

Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Für Menschen mit psychotischen Krisen

Station 21



Universitätsklinikum
Tübingen

Beispielwochenplan

Montag

09:00-10:00	Psychoedukation
09:15-10:05	Gruppengespräch
10:30-11:00	Bewegungstherapie
14:30-15:30	Sozial-Emotionales Training

Dienstag

09:15-10:15	Metakognitives Training
10:30-11:30	Musiktherapie
11:00-12:00	Orientierungsgruppe

Mittwoch

08:45-09:15	Bewegungstherapie
09:30-11:35	Ergotherapie
13:00-14:00	Sozialtherapeutische Gruppe
14:15-17:00	Außenaktivität

Donnerstag

10:00-12:30	Oberarztvisite
13:30-14:30	Sozial-Emotionales Training
14:30-15:30	Entspannungstherapie
15:30-16:30	Musiktherapie

Freitag

10:00-10:50	Gruppengespräch
10:15-11:15	Psychoedukation
13:00-13:50	Ballspielgruppe
14:00-15:00	Sozialtherapeutische Gruppe
15:30-16:00	Stationscafé

Gruppentherapien

Orientierungsgruppe

Wenn Sie sich noch nicht sicher sind welche weitergehende Behandlung für Sie passend ist, bzw. ob Sie überhaupt das Behandlungsangebot der Station in Anspruch nehmen möchten, bieten wir eine Orientierungsgruppe an.

Einladung an Angehörige

Wir möchten Ihre Angehörigen unterstützen, mit der auch für sie schwierigen Situation, besser umzugehen. Wenn Interesse besteht, melden Sie sich bitte telefonisch oder direkt im Stationszimmer.

Bewegungs-, Ergo- und Musiktherapie

Wir bieten eine breite Palette von ergotherapeutischen, künstlerischen und bewegungstherapeutischen Angeboten. Vom Aquarellmalen über das gemeinsame Musizieren bis hin zum Klettern ist für alle etwas dabei.

Gruppengespräch

Bietet Raum über ihre aktuelle Gefühlslage und über ein Thema, das Sie zusammen bestimmen, miteinander ins Gespräch zu kommen.

Sozialtherapeutische Gruppe

Anhand konkreter Beispiele und Fragen der Teilnehmer*innen besprechen wir, wie sich die Lebensumstände in verschiedenen Bereichen (Arbeit, Wohnen, soziale Kontakte...) und die psychische Erkrankung wechselseitig beeinflussen. Gemeinsam erarbeiten wir Veränderungsmöglichkeiten und Lösungsideen.

Psychoedukation

Ihre Sichtweise ist Ausgangspunkt für viele Gespräche über Ihren Standpunkt zu Psychosen, die Wirkung von Medikamenten, Verhütung von Rückfällen und zu Verhalten in Krisensituationen.

Soziales Kompetenztraining

In Übungen und Rollenspielen trainieren wir gemeinsam das Erkennen und Ausdrücken von Gefühlen und wie man schwierige soziale Situationen meistern kann. Auch der Spaß kommt dabei nicht zu kurz.

Metakognitives Training

Unter therapeutischer Leitung machen Sie sich „Gedanken über das Denken“. Wir diskutieren wie Menschen Wahrnehmen und Schlussfolgern und trainieren anhand von vielen Übungen alternative Herangehensweisen.

Einzeltherapie

Psychotherapie

Individualisierte Psychotherapie in der jeder Patient seine Themen einbringen kann und wir gemeinsam versuchen Therapieziele zu erreichen. Weitere Behandlungsmaßnahmen werden in den Psychotherapiegesprächen zuerst besprochen, wie zum Beispiel die Pharmakotherapie.

Sozialberatung

Bei Problemen am Arbeitsplatz, mit der Wohnung, dem Lebensunterhalt oder der Freizeitgestaltung bietet die Sozialberatung Einzelgespräche an. Wir unterstützen Sie bei der Organisation passender sozialpsychiatrischer Unterstützungsmöglichkeiten.

Bezugspflegespräche

Wir sprechen über das „Hier und Jetzt“, aber auch um aktuelle Themen wie den Stationsalltag, und den Therapieverlauf. So können, in Rücksprache mit den Therapeuten, auch Themen wie Selbstwertgefühl, Verhaltensweisen, Denkmuster etc. angesprochen werden.

Familiengespräche

Im Rahmen der Psychotherapie laden wir gerne ihre Angehörigen zu Familiengesprächen ein, um Fragen rund um die Erkrankung, den Therapieplan, die Weiterbehandlung und den Krisenplan zu Besprechen.

