

Anmeldung

Wenn Sie Interesse an einer CBASP-Behandlung auf unserer Station haben, melden Sie sich bitte unter **07071-2982302 (Mo – Fr, 9 – 12 Uhr)** telefonisch zu einem Vorgespräch in unserer **Depressionssprechstunde** an. Im Rahmen der Depressionssprechstunde wird geklärt, ob eine chronische Depression vorliegt und ob eine Teilnahme am CBASP-Programm sinnvoll ist. Sie haben bei diesem Termin die Möglichkeit, offene Fragen zur Behandlung zu besprechen und sich bei der Teilnahmeentscheidung beraten zu lassen.

Leitung CBASP-Programm

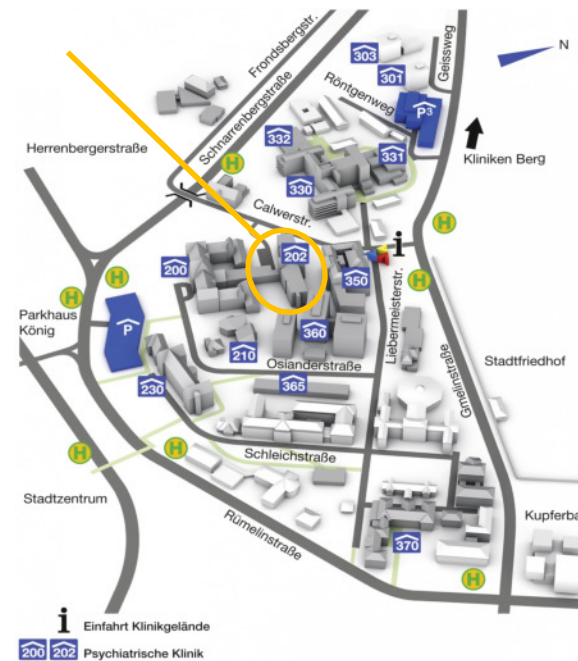
Prof. Dr. Martin Walter,
Leitender Oberarzt

Dr. Kerstin Velten-Schurian,
psycholog. Psychotherapeutin
Kerstin.Velten-Schurian@med.uni-tuebingen.de

Kontakt & Anfahrt

**Universitätsklinik
für Psychiatrie und Psychotherapie**
Ärztlicher Direktor Prof. Dr. A. J. Fallgatter
Calwerstr. 14, 72076 Tübingen
Telefon: 07071-2982684
Fax: 07071-294141
www.ukpp.de

Lageplan



Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie



CBASP

Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy

Psychotherapieprogramm zur Behandlung
chronischer Depression

Station 24

Was ist CBASP?

Hinter dem Begriff „Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy“ (CBASP) verbirgt sich ein Psychotherapieverfahren, das in den USA von Prof. James P. McCullough speziell für Menschen mit chronischer Depression entwickelt wurde. Im CBASP wird davon ausgegangen, dass chronisch depressive Menschen durch ungünstige Erfahrungen in der Kindheit nicht oder unzulänglich gelernt haben, wie sie in sozialen Situationen ihre Ziele und Wünsche erreichen können. Dadurch kommt es in zwischenmenschlichen Beziehungen immer wieder zu Enttäuschung, Trauer, Wut und sozialem Rückzug. Die depressiven Symptome werden dadurch verstärkt. Im CBASP lernen Menschen mit chronischer Depression, der Erreichung ihrer Ziele und Wünsche in sozialen Beziehungen näher zu kommen. Dadurch nimmt die Zufriedenheit in sozialen Beziehungen zu und die depressiven Symptome werden verringert.

CBASP vereint behaviorale, kognitive, psychodynamische sowie interpersonelle Therapiestrategien. Wichtige therapeutische Strategien sind die **Situationsanalyse** und das sich daran anschließende **Verhaltenstraining**. Durch eine persönliche, offene und vertrauensvolle Beziehung mit dem Therapeuten erhalten Sie die Möglichkeit, neue Beziehungserfahrungen zu sammeln um in der Folge auch anderen Menschen in Ihrem Umfeld mehr vertrauen zu können.

CBASP-Behandlungskonzept Station 24

Die CBASP-Therapie der Station 24 umfasst

- **12 Wochen stationäre Behandlung** mit CBASP-Einzeltherapie, CBASP-Gruppentherapie, Ergo-, Physio- und Sozialtherapie. Die psychotherapeutische Behandlung wird in der Regel durch eine antidepressive Medikation unterstützt.
- Bei Bedarf kann eine **tagesklinische Behandlung** von ca. 4 Wochen angeschlossen werden.

Die einmal wöchentlich stattfindende **CBASP-Gruppentherapie** kann, sofern dies mit der ambulanten Einzeltherapie vereinbar ist, nach Entlassung ambulant weiter besucht werden.

In CBASP überlegen wir zunächst mit Ihnen gemeinsam, welche wichtigen Bezugspersonen es bisher in Ihrem Leben gab und wie diese Sie geprägt haben.

Anschließend unterstützen wir Sie dabei zu erkennen, in welchen heutigen, zwischenmenschlichen Situationen diese Prägungen einen ungünstigen Einfluss haben.

Mit Hilfe von Situationsanalysen und Verhaltenstrainings lernen Sie dann Schritt für Schritt, wie Sie in solchen Situationen Ihre eigentlichen Ziele besser erreichen können. Wir unterstützen Sie außerdem dabei, realistische und erreichbare Ziele anzustreben.

An wen richtet sich unser Angebot?

Das CBASP-Behandlungsprogramm ist geeignet für Menschen mit **chronischer Depression**. Eine chronische Depression liegt dann vor, wenn

- Sie seit mehreren Jahren unter schweren oder mittelgradigen depressiven Episoden leiden und zwischendurch bestenfalls eine leichte depressive Symptomatik aufweisen, aber nie ganz gesund werden oder
- bei Ihnen eine mindestens 2 Jahre dauernde, mindestens mittelgradige depressive Episode besteht.

Steht aktuell eine andere psychische Störung (z. B. Suchterkrankung) im Vordergrund, muss diese behandelt werden, bevor eine Teilnahme am CBASP-Behandlungsprogramm erfolgen kann.

Worauf müssen Sie sich als Patient bei einer Teilnahme am CBASP-Programm einstellen?

- Regelmäßige Teilnahme an Einzel- und Gruppentherapien
- Bearbeitung der Therapiethemen zwischen den Behandlungen, insbesondere in Form von Situationsanalysen
- Fokus auf Verhalten in zwischenmenschlichen Beziehungen und auf das, was Sie selbst beeinflussen können
- (Empathische) Rückmeldung des Therapeuten zum Verhalten des Patienten

