

## Für weitere Informationen

Terminvereinbarungen für ein Vorstellungsgespräch im Rahmen der

**Trauma-Sprechstunde:** Tel.: 07071 29-82302

Anmeldung über die Poliklinik,

**Station 22:** Tel.: 07071 29-82334

**Dr. S. Wekenmann, Psychologische Psychotherapeutin, Leitung DBT-Programm**

Tel.: 07071 29-83133

E-Mail: stefanie.wekenmann@med.uni-tuebingen.de



### Impressum

#### Bildnachweis

Hintergrund Titelseite: Marie-Luise Koschowsky  
Treppe Innenteil: Station 22

#### Herausgeber

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie  
Prof. Dr. A. J. Fallgatter, Ärztlicher Direktor  
Calwerstraße 14, 72076 Tübingen

© 2022 Universitätsklinikum Tübingen

[www.medizin.uni-tuebingen.de](http://www.medizin.uni-tuebingen.de)

Universitätsklinik für Psychiatrie und  
Psychotherapie

## Dialektisch-behaviorale

Ein störungsspezifisches Angebot für

## DBT-Traumatherapie

Überflutung

Akzeptanz

Meidung



Universitätsklinikum  
Tübingen

## Unser Angebot

Viele Menschen machen in ihrem Leben Erfahrungen traumatischen Ausmaßes. Dazu gehören z.B. schwere Unfälle und Naturkatastrophen aber auch das Erleben psychischer, körperlicher oder sexueller Gewalt. Solche Erlebnisse können bei einigen der Betroffenen schwerwiegende psychische Folgen verursachen (z.B. belastendes Wiedererleben des Geschehenen, starker Rückzug, erhöhte Schreckhaftigkeit), die dann professionell behandelt werden müssen.

Dazu haben wir auf Station 22 unserer Klinik einen Behandlungsschwerpunkt geschaffen, der eine traumaspezifische Therapie ermöglicht.

Diese auf 12 Wochen angelegte Psychotherapie orientiert sich an den Richtlinien der dialektisch-behavioralen Therapie (DBT-Traumatherapie).

Im Zentrum der Behandlung steht die Konfrontation mit belastenden Erinnerungen. Diese hat das Ziel, besser mit schwierigen Gefühlen zurechtzukommen, negative Annahmen über sich selbst und die Welt zu überprüfen, sowie Vermeidungsstrategien, die die Erkrankung aufrechterhalten, abzubauen.



## Vor der stationären Aufnahme

Wenn Sie an einer Aufnahme bei uns interessiert sind, vereinbaren Sie zunächst einen ambulanten Termin in der Trauma-Sprechstunde (Tel. 07071 29-82302).

In ein bis zwei ambulanten Vorgesprächen wird geklärt, ob eine stationäre traumaspezifische Behandlung notwendig und unser Angebot für Sie passend ist. Sie werden in diesem Fall auf unsere Warteliste aufgenommen und erhalten ein Behandlungsangebot, sobald ein Platz für Sie frei ist.

*Auch der weiteste Weg beginnt mit einem  
ersten Schritt*

*Konfuzius*



## Die stationäre Behandlung

Die stationäre Behandlung gliedert sich in drei Stufen:

### Stufe 1

In den ersten drei Behandlungswochen werden die Therapieziele festgelegt und Wissen zur Erkrankung vermittelt. Außerdem wird gemeinsam analysiert, welche Symptome die Durchführung von traumakonfrontativen Elementen behindern. In einer Teamvorstellung wird der gemeinsam von Patient\*in und Bezugstherapeut\*in erstellte Behandlungsplan vorgestellt.

### Stufe 2

In Woche 4-10 erlernen Sie Fertigkeiten, um belastende Gefühle auszuhalten und regulieren zu können. Ungünstige Bewertungen zum Trauma und seinen Folgen werden hinterfragt und verändert. Nach dem Abbau der traumakonfrontativen Hindernisse wird im geschützten Nacherleben der belastenden Erinnerungen (Konfrontation) eine realistische Neuorientierung erarbeitet.

### Stufe 3

Woche 11 und 12 beinhalten schwerpunktmäßig verschiedene Aspekte der Entlassvorbereitung.