

„Ich bin frei, denn ich bin einer  
Wirklichkeit nicht ausgeliefert, ich kann  
sie gestalten“ (Paul Watzlawick)

### Psychologische Behandlung

Das psychologische Team besteht aus psychologischen Psychotherapeuten, einer Neuropsychologin sowie Diplom-Psychologen. Neben testpsychologischer Diagnostik umfasst das therapeutische Angebot schwerpunktmäßig verhaltenstherapeutisch orientierte Einzeltherapie sowie Entspannungsverfahren, Soziales Kompetenztraining, Indikationsgruppen für Depressionen, Suchterkrankungen und Angststörungen. Ergänzend werden tiefenpsychologische Einzeltherapie und körperorientierte Verfahren (Konzentrierte Bewegungstherapie) angeboten.

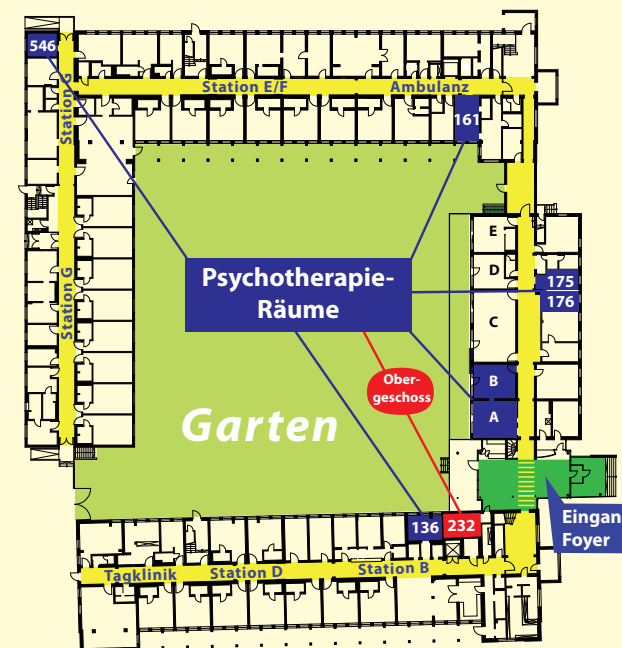


Soziales Kompetenztraining

Klinikum Fünfseenland Gauting GmbH  
Fachklinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Robert-Koch-Allee 6 · 82131 Gauting  
Tel 089 893 58-0 · Fax 089 893 58-151  
info@psychiatrie-gauting.de  
www.klinikum-fuenfseenland.de

### Psychotherapie-Räume



Grundriss Erdgeschoss



Psychotherapie

i Patienten  
information



### Testpsychologische Untersuchungen

Es werden überwiegend Leistungstests zu den Bereichen Intelligenz, Gedächtnis, Konzentration und Aufmerksamkeit sowie spezifische Leistungstests und Demenztestungen durchgeführt. Darüber hinaus führen wir klinische Testverfahren und Untersuchungen zur Persönlichkeitsdiagnostik durch.

### Schwerpunkte in der Einzeltherapie

Neben Kriseninterventionen werden in der psychotherapeutischen Arbeit eigene Bewältigungsstrategien, Ressourcen und gesunde Anteile des Patienten im Gespräch herausgearbeitet und verstärkt. Es sollen Verständnis, Akzeptanz und Integration der Erkrankung gefördert sowie neue Problemlösestrategien erarbeitet werden. Der Einbezug des sozialen Umfeldes, zum Beispiel in Form von Angehörigengesprächen, kann ein weiterer wichtiger Bestandteil der Therapie sein. Nach Möglichkeit bieten wir auch Einzeltherapie in der Muttersprache der Patienten an (z.B. türkisch).

## Psychotherapeutische Gruppenangebote

### 1. Angstgruppe

#### Ziele:

- Informationsvermittlung zum Thema Angst
- Entwicklung von Verständnis für die Entstehung und Aufrechterhaltung der Erkrankung
- Aufbau von Veränderungsmotivation
- kognitive Vorbereitung auf eine weiterführende Verhaltenstherapie

### 2. Depressionsgruppe

#### Ziele:

- Wissensvermittlung zu Entstehung, Symptomatik und allgemeinen verhaltenstherapeutischen Behandlungsansätzen der Depression
- Vermittlung von Strategien zur Bewältigung der Depression

### 3. Senioren-depressionsgruppe

Die Ziele der regulären Depressionsgruppe werden ergänzt durch:

- Erarbeiten von Strategien für den Umgang mit Veränderungen im Alter
- Genusstraining

### 4. Suchtgruppe

#### Ziele:

- a) Informationsgruppe Sucht
  - Vermittlung von Wissen und Information zum Thema Sucht für erstmalig erkrankte Patienten
  - Förderung der Therapie- und Veränderungsmotivation
  - Vorbereitung auf eine weiterführende Suchttherapie
- b) Suchtgruppe

#### Ziele:

- Vertiefung von Wissen zum Thema Sucht
- Verbesserung einer angemessenen Selbsteinschätzung
- Rückfallprophylaxe
- Motivierung zum Aufbau eines unterstützenden Netzwerkes (z.B. Selbsthilfegruppen) und zur suchtspezifischen Behandlung (ambulant/stationär)

### 5. Soziales Kompetenztraining

#### Ziele:

- Steigerung der Selbstsicherheit und des Selbstwirksamkeitserlebens
- Aufbau und Förderung von sozialen Fertigkeiten

- Vermittlung und Training verbaler und nonverbaler Kommunikationsstrategien
- Abbau von sozialen Ängsten

### 6. Konzentrierte Bewegungstherapie

#### Ziele:

- Selbsterfahrung
- Zugang zu Emotionen und Verbesserung der emotionalen Ausdrucksfähigkeit
- Verbesserung des Interaktionsverhalten in Gruppensituationen

### 7. Entspannungsverfahren

- a) Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson (auch in türkischer Sprache)
  - b) Autogenes Training
  - c) Einführung in das Autogene Training
- Ziele** der Entspannungsgruppen sind:
- Förderung der allgemeinen Entspannungsfähigkeit
  - Reduktion des generellen Anspannungsniveaus
  - Stressbewältigung
  - Rückfallprophylaxe

### Konzentrierte Bewegungstherapie

