

Informationen für die stationäre Behandlung in der Einheit für Dialektisch Behaviorale Therapie im kbo Isar-Amper-Klinikum Region München-Ost

Sehr geehrte Patientin,
Sehr geehrter Patient,

wir freuen uns, dass Sie an unserem Therapieprogramm teilnehmen möchten. Wir bitten Sie, nachdem Sie auf unserer Warteliste aufgenommen wurden, Folgendes zu beachten:

- Bitte melden Sie sich, wenn Sie nicht mehr auf der Warteliste sein wollen oder sich anderweitig in stationärer Behandlung befinden (089-4562-2424; Mo-Do von 9.00 bis 15.00 Uhr; Fr 9.00-11.00 Uhr). Bitte beachten Sie, dass in der Wartezeit vor der geplanten Aufnahme **kein Suizidversuch** erfolgt sein darf!
- Ein **fester Wohnsitz** ist wesentliche Bedingung für die Aufnahme auf unserer Station. Ab dem 2. Wochenende finden regelmäßige Belastungserprobungen statt. Falls Sie in einer TWG wohnen, erkundigen Sie sich bitte, ob bei einem vollstationären Aufenthalt der Platz erhalten bleiben würde. Im Zweifelsfall bringen Sie bitte eine Bestätigung darüber mit, dass der Platz während des Aufenthaltes gesichert ist und Sie die Belastungserprobungen dort auch durchführen können.
- Sollten Sie derzeit noch in stationärer Behandlung sein, beachten Sie bitte, dass Sie **mindestens 2 Wochen von dort entlassen sind und zu Hause waren**, bevor Sie bei uns aufgenommen werden können. Sprechen Sie hierüber mit den behandelnden Ärzten auf Ihrer Station!
- Spätestens 2 Wochen vor Aufnahme bei uns sollten Sie **keine Benzodiazepine, regelmäßig Alkohol, Alkohol in großen Mengen oder Drogen (THC, Kokain,...)** eingenommen haben. Die Einnahme dieser Substanzen ist mit einer erfolgreichen Psychotherapie nicht vereinbar.
- Lesen Sie unseren **Behandlungsvertrag** aufmerksam durch, er ist ein wichtiger Rahmen der Therapie. Im Aufnahmegespräch wird außerdem mit Ihnen besprochen, was Sie für sich in der Therapie erreichen möchten und, wie wir Sie dabei unterstützen können (siehe Hinweise für geeignete Therapieziele unten)?
- Wir empfehlen Ihnen, sich bereits in der Wartezeit mit dem DBT-Programm vertraut zu machen. Hilfreich hat sich hierbei das audiovisuelle Programm von Bohus & Wolf-Arehult erwiesen, das wir auch auf der Station verwenden („Interaktives Skillstraining für Borderline-Patienten“; Schattauer-Verlag).
- Individuelle Hinweise/Vereinbarungen:

Bitte bringen Sie zum stationären Aufenthalt Folgendes mit:

- Versichertenkarte
- Sportsachen sowie Sportschuhe (hallensporttauglich)
- Handynutzung ist gestattet, damit Sie ihre sozialen Kontakte erhalten können. Allerdings bitten wir Sie darum, das Gerät während den Therapien auszuschalten. Laptop und Tablets sollten Sie während ihres Aufenthaltes sicher verwahren.
- Falls Sie Medikamente einnehmen, bringen Sie bitte Ihren Bedarf für 2 Tage mit, damit wir ausreichend Zeit haben diese zu besorgen.
- Wenn Sie sich darin wohler fühlen, können Sie auch Ihre eigene Bettwäsche mitbringen.

Was sind geeignete Therapieziele?

S = Spezifisch, d.h. möglichst konkret.

M = Messbar, d.h. ich kann überprüfen, was ich erreicht habe.

A = Attraktiv, d.h. für mich erstrebenswert.

R = Realistisch, d.h. ich kann das Ziel erreichen.

T = Terminiert, d.h. es gibt ein festes Datum, bis zu dem das Ziel erreicht werden soll.

(Beispiele: „Nach 3 Monaten nur noch 1x/Monat selbstverletzen“; „In der nächsten Woche keinen Wutanfall bekommen“)