



Rottal Inn Kliniken

*Psychosomatische Fachklinik Simbach am Inn*



**Behandlungsschwerpunkt  
Traumaorientierte  
Psychotherapie**

# Traumaorientierte Psychotherapie

Traumafolgestörungen können sich nach dem Erleben oder Miterleben extrem belastender Ereignisse und Situationen mit außergewöhnlicher oder katastrophenartiger Bedrohung entwickeln.

Vor allem, wenn die betroffenen Menschen nicht die Möglichkeit hatten, das widerfahrene Leid zu verarbeiten, z. B. durch die anteilnehmende Unterstützung wichtiger Mitmenschen, steigt das Risiko für langanhaltende psychische Erkrankungen.

Häufig leiden Menschen mit traumatisierenden Erfahrungen unter Depressionen, Ängsten oder Suchterkrankungen, manche entwickeln eine Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS).

## PTBS erkennen und behandeln

Eine Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) ist gekennzeichnet durch das Wiedererleben des traumatisierenden Ereignisses in Form von wiederkehrenden Gedanken, sich aufdrängenden Bildern, Alpträumen, intensiven negativen Gefühlen und körperlichen Beschwerden. Die Patienten können in einen Zustand der emotionalen Taubheit oder Teilnahmslosigkeit geraten, es kann zu Zuständen der verzerrten Wahrnehmung der Realität kommen (Dissoziation). Darüber hinaus leiden die Betroffenen unter einem erhöhten vegetativen Erregungsniveau mit Ein- und Durchschlafstörungen, Reizbarkeit, Konzentrationsstörungen und übermäßiger Schreckhaftigkeit. In der Folge vermeiden Betroffene oft Situationen und Aktivitäten, die an die traumatisierende Situation erinnern. Dies kann zu erheblichen Einschränkungen der Lebensqualität führen.





## Unser Behandlungsprogramm

Unsere Therapie orientiert sich an den Leitlinien der Psychotherapeutischen Fachgesellschaften in Deutschland. Dies beinhaltet bewährte traumaspezifische Behandlungsansätze aus unterschiedlichen Therapierichtungen. In der individuellen Therapiestaltung geht es um Stabilisierung bisher unkontrollierbarer Gefühls- und Erregungszustände, die Traumabearbeitung und um die Integration traumatisierender Erfahrungen in die Lebensgeschichte. Bei der Traumabearbeitung stehen nicht die eigentlichen traumatischen Erfahrungen im Vordergrund, sondern die emotionalen Spuren, die diese Erfahrungen hinterlassen haben. Ziel ist die Stärkung eigener Fähigkeiten für eine verbesserte Bewältigung der Traumafolgestörungen.

## Der „geschützte“ Rahmen

Hilfreich bei einer erfolgreichen Therapie ist ein geschützter, beruhigender Rahmen. Die stationäre Therapie schafft durch die Entlastung von alltäglichen Aufgaben optimale Bedingungen, sich mit den belastenden Ereignissen auseinander zu setzen und immer wieder die Erfahrung im Hier und Jetzt zu machen, dass die Bedrohung vorbei ist. Dabei legen wir großen Wert auf die aktive Mitarbeit und die Motivation der Patienten.

**Eine Psychotherapie ist immer so gut wie die Atmosphäre, in der sie stattfindet. Daher legen wir großen Wert auf heilsame Rahmenbedingungen.**

## **Die Therapiebausteine**

Den Behandlungsrahmen bildet die individuell gestaltete Planung und Abstimmung von Einzel- und Gruppentherapien mit trauma-spezifischer Ausrichtung.

- Einzelpsychotherapie
- Gesprächspsychotherapie in der Gruppe
- Körperpsychotherapie (einzeln und in der Gruppe)
- Gestaltungstherapie (einzeln und in der Gruppe)
- Entspannungsverfahren
- Skills- und Ressourcentraining
- Medizinische Behandlung
- Evtl. naturheilkundliche Behandlung



Alle Therapeuten treffen sich regelmäßig in Teamsitzungen und stimmen den therapeutischen Prozess sorgfältig ab. Neben der speziellen Traumatherapie werden die übrigen Therapieangebote der Klinik, wie z. B. Balneophysikalische Therapie, Bewegungstherapie, Physiotherapie und nach Bedarf auch Paar- und Familiengespräche sowie die Sozialberatung in die Behandlung integriert.

## Die stationäre Aufnahme

erfolgt im Rahmen einer Erstbehandlung, Krisenintervention oder Intervalltherapie in Abstimmung mit den ambulanten Behandlern. In der Regel führen wir ein prästationäres Gespräch im Rahmen unserer Institutsambulanz durch, um Voraussetzungen und Indikation zur stationären Psychotherapie zu klären.





**So finden Sie uns:**

## Psychosomatische Fachklinik

Plinganser Straße 10  
84359 Simbach am Inn

Tel. 08571 980-7611  
Fax: 08571 980-7609

E-Mail: [psychosomatik@rottalinnkliniken.de](mailto:psychosomatik@rottalinnkliniken.de)  
[www.rottalinnkliniken.de](http://www.rottalinnkliniken.de)



Chefarzt  
MUDr. Martin Ganzarcik



Leitender Oberarzt  
Stephan Kühler

