



# KIRINUS

SCHLEMMER KLINIK

## Therapeutisches Training bei komplexen depressiven Störungen (TREEP) DIII

### Sehr geehrte Interessentin, sehr geehrter Interessent,

zur differenzierten Betrachtung der Depression gehört eine Unterscheidung in verschiedene Subtypen von Depressionen, bei denen die Hintergründe, die zur Erkrankung beigetragen haben, mit einbezogen werden und Behandlungskonzepte sinnvoll darauf abgestimmt werden. Bei einer komplexen depressiven Störung trifft der Stress auf ein durch biographische Faktoren vorbelastetes emotionsverarbeitendes System. So kommt es schneller zu einem Mangel funktionaler Lösungsstrategien. Wenn die etablierten Strategien zu keiner emotionalen Entlastung führen, folgt daraus eine depressive Reaktion.

In der KIRINUS Schlemmer Klinik bieten wir Ihnen ein gut evaluiertes Behandlungskonzept an, wenn Sie an einer depressiven Störung erkrankt sind: Das Therapeutische Training zur Reaktivierung und Erleichterung Emotionaler Prozeduren (TREEP), dessen Wirksamkeit zwischen 2010 und 2018 mit der Durchführung zweier klinischer Studien nachgewiesen werden konnte.

### Das Therapieprogramm kann für Sie geeignet sein, wenn eine der folgenden Erkrankungen vorliegt:

- Erstmalige, länger dauernde depressive Reaktion oder Störung
- Rezidivierende oder auch chronifizierte Depression

#### **ZIELE DER BEHANDLUNG SIND:**

- Stimmungsaufhellung oder ein veränderter Umgang mit niedergedrückter Stimmungslage
- Zufriedenstellende zwischenmenschliche Beziehungsfähigkeit
- Achtsamkeit im Hier und Jetzt
- Stärkung des Selbstwertgefühls
- Veränderung nicht zielführender, belastender Denk- und Verhaltensweisen
- Förderung vorteilhafter Aktivitäten
- Entwicklung von Problemlösestrategien

#### **WANN IST EINE BEHANDLUNG NICHT MÖGLICH?**

- Bei akuter Suizidalität
- Bei primärer Sucht- bzw. Abhängigkeitserkrankung
- Bei Essstörungen mit einem BMI unter 17,5kg/m<sup>2</sup>
- Bei schweren körperlichen Grunderkrankungen mit z.B. eingeschränkter Selbständigkeit bzw. deutlich reduzierter körperlicher Belastbarkeit

# Das Programm beinhaltet folgende Therapieeinheiten:

- Verhaltenstherapeutisch orientierte supervidierte psychotherapeutische Einzelgespräche
- (Bezugs-)Pflegerische Kontakte
- Fertigkeiten-Training in der Gruppe: Meistern von Krisen, Bewältigung emotionaler Last, Selbstwertstärkung, Umgang mit Gefühlen, Fertigkeiten im eigenen Denken und Handeln sowie im zwischenmenschlichen Bereich, Förderung positiver Aktivitäten und angenehmer Erfahrungen, Erkennen von dysfunktionalen Mustern und beginnende Etablierung funktionaler Strategien
- Achtsamkeitsgruppe (unter anderem gelenkte Aufmerksamkeit / bewusste Wahrnehmung)
- Störungsspezifische Körper- und Entspannungstherapie
- Störungsspezifische Kunsttherapie
- Sport- und Bewegungstherapie
- Basisgruppe: Dient der Wissensvermittlung zu den Themenbereichen Depression, Umgang mit Stressfaktoren, dysfunktionalen Mustern / Schemata, Grenzen setzen etc.
- Bezugsgruppe: Betroffene unterstützen sich gegenseitig (Selbsthilfefecharakter)
- Bei Bedarf individuelle Sozialberatung

## Dauer und Ablauf

Die Behandlung dauert in der Regel zehn bis zwölf Wochen. Es gibt eine gemischt-geschlechtliche Gruppe mit acht Therapieplätzen, in der die Patientinnen und Patienten gemeinsam starten und das Programm von A bis Z miteinander durchlaufen. Zu Beginn steht eine Diagnostikphase und Psychoedukation im Vordergrund, innerhalb der Gruppe kann eine Vertrauensbasis entstehen, wodurch eine große Gruppenkohärenz möglich wird. Durch die geschlossenen Gruppen wird verhindert, dass Patientinnen und Patienten an ganz unterschiedlichen Punkten in ihrem therapeutischen Prozess stehen.

Unser Behandlungsteam besteht aus engagierten und störungsspezifisch fortgebildeten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern aus Pflege, Körper- und Kunsttherapie, Sozialpädagogik, Sport- und Bewegungstherapie sowie dem ärztlichen und psychologischen Bereich.

## Aufnahme und Kosten

### AUFNAHME

Für Ihre Aufnahme benötigen wir folgende Unterlagen:

- **Krankenseinweisung** ausgestellt durch Ihre Hausärztin, einen Facharzt der Bereiche Psychiatrie, Nervenheilkunde, Neurologie, Psychosomatische Medizin und Psychotherapie oder durch eine approbierte Psychotherapeutin. Bei privatversicherten und beihilfeberechtigten Patientinnen und Patienten brauchen wir statt einer Einweisung die Kostenübernahme Ihres Kostenträgers.
- **Aktuellen Befundbericht**
- **Aufnahmeformular** unter: [kirinus.de](http://kirinus.de) oder per Scan des QR-Codes

Nach Erhalt Ihrer Unterlagen werden diese geprüft. Im Anschluss bekommen Sie eine Einladung zu einem persönlichen Erstgespräch. Wir empfehlen Ihnen daher, bitte regelmäßig Ihre E-Mails zu prüfen und ggf. Ihren Anrufbeantworter abzuhören.

### KOSTEN

Die Behandlungskosten werden in der Regel von den jeweiligen Krankenkassen übernommen. Die Behandlung dauert maximal zwölf Wochen.

