



## **PATIENTENINFORMATION SELBSTVERLETZENDES VERHALTEN**

### **Einige Vorbemerkungen:**

Bis vor wenigen Jahren wussten nur einige Experten etwas über Menschen, die sich selbst verletzen. In Büchern, Talk-Shows und Zeitungsartikeln ist mittlerweile sehr häufig die Rede davon und vielleicht war eine solche Information für Sie der Anlass, sich mit Ihrem Problem an eine Vertrauensperson zu wenden. Vielleicht sind Sie schon lange Zeit betroffen und konnten sich erst jetzt entschließen, Hilfe zu suchen. Oder haben Sie schon Behandlungen hinter sich und suchen jetzt nach einer anderen Form der Therapie? Sie wissen möglicherweise, dass selbstverletzendes Verhalten ein Symptom verschiedenster Krankheiten sein kann und so ist manchmal auch die Erkrankung selbst der Anlass dafür, sich um eine stationäre Aufnahme zu bemühen. Wenn Sie diese Information in Händen halten, dann haben Sie sich wahrscheinlich schon mit einer/m ExpertIn über die Behandlungsmöglichkeiten unterhalten.

### **Unsere Aufnahmekriterien:**

Entscheidend für die Aufnahme in der Curtius-Klinik ist Ihr Entschluss, sich mit Hilfe (tiefen)psychologischer Einzel- und Gruppentherapie mit Ihren Beschwerden auseinanderzusetzen und langfristig ohne Selbstverletzungen auskommen zu wollen. Wichtig ist auch Ihre Bereitschaft, sich auf Therapievereinbarungen mit Ihrem/r EinzeltherapeutIn festzulegen. Wir können Sie nicht behandeln, wenn Sie (derzeit aktiv) eine Suchterkrankung haben – den dafür nötigen Behandlungsrahmen können wir Ihnen leider nicht bieten! Auch wenn Sie über längere Zeiträume unter Trugwahrnehmungen und Verfolgungsideen leiden, ist wahrscheinlich die Wahl einer anderen Klinik sinnvoll. Das gilt auch für anhaltende Selbstmordgedanken, die Sie nicht kontrollieren können. Als offene Klinik können wir Patienten mit sog. „akuten“ Selbstmordgedanken nicht genug Schutz bieten. Wenn Sie im Zweifel sind ob eine Aufnahme bei uns sinnvoll für Sie wäre, könne Sie sich von Ihrem Hausarzt oder Therapeuten zu einem ambulanten Vorgespräch anmelden lassen.

### **Die Behandlung:**

Auf der Basis unseres tiefenpsychologischen Konzeptes werden Sie für eine Dauer von durchschnittlich acht bis zehn Wochen (auch länger falls nötig) mit Einzel- und Gruppentherapie behandelt. Je nach Ihren Bedürfnissen werden weitere und z.T. spezielle Therapiebausteine ergänzt. Dazu gehören z.B. körpertherapeutische, krankengymnastische und ergotherapeutische Elemente. In manchen Fällen kommen Ernährungsberatungen oder Angstreduktionstraining dazu. Mit Hilfe sog. imaginativer Verfahren (Tagtraummethode) kann die Bearbeitung traumatischer Erlebnisse aus der Vergangenheit vorbereitet werden. Das selbstverletzende Verhalten selbst ist immer Gegenstand einer Vereinbarung, die Sie mit dem oder der EinzeltherapeutIn schließen. Unter aktiver Hilfe aus dem Behandlungsteam ist das Ziel solcher Vereinbarungen, Alternativen für „das Schneiden“ zu finden und neue Wege im Umgang mit den zugrunde liegenden Konflikten zu gehen. Gelegentlich ist auch die Einnahme von Tabletten nicht zu umgehen – wir vermeiden allerdings Medikamente, die abhängig machen können und halten uns an das Prinzip: „So viel wie nötig – so wenig wie möglich!“

### **Ein Wort zu den Zielen:**

Ein altes Trauma endlich loswerden, nicht mehr „Schneiden“ müssen – das sind verständliche und gleichzeitig sehr hohe Ziele. Die Selbstverletzung ist für eine gewisse Zeit eine unvermeidbare Maßnahme gewesen, um z. B. Spannungen zu reduzieren. Dieses Reaktionsmuster zu unterbrechen und andere Wege zu gehen – das braucht viel Zeit! Oft ist es nötig, zunächst gemeinsam eine Grundlage für die spätere Bewältigung der Beschwerden (z.B. in einer ambulanten Therapie) zu legen.