Behandlungsstufen
DBT – A STATION

1. Behandlungsstufe
(1. – 3. Woche)
„Orientierungsphase“

- Ankommen auf der DBT – A Station
- Kennenlernen und Ausprobieren von ersten Skills
- Kennenlernen der einzelnen Behandlungsbausteine
- Erstellung einer Muster Verhaltensanalyse zum eigenen Problemverhalten
- Definition der eigenen Behandlungsziele
- Vorstellung der Muster Verhaltensanalyse im Behandlungsteam

Muster-VA

2. Behandlungsstufe
(4. – 9. Woche)
„Arbeitsphase“

- Intensive Arbeit an den Behandlungszielen
- Start einer individuellen Kreativtherapie
- Herausarbeiten der persönlichen Ressourcen
- Erstellen einer Skillskette und eines Notfallkoffers
- Verständnis für die eigenen Themen und Verhaltensweisen erarbeiten
- Evaluation der definierten Ziele und deren Erreichung
- DBT – A Bilanzgespräch im Behandlungsteam

Bilanzgespräch

3. Behandlungsstufe
(10. – 12. Woche)
„Austrittsphase“

- Endspurt
- Gestaltung des Übergangs zurück in den Alltag
- Fokus auf Exposition und Rollenspiele
- Planung der psychosozialen Perspektive
- Evaluation der Skillskette und des Notfallkoffers
- Erstellung eines Recovery Plan
- Allenfalls Belastungserprobung
- Abschiedsabend auf der DBT – A Station