klinik**sonnenhof**
Kinder- und Jugend-
psychiatrisches Zentrum

DBT-A-Gruppe

Zäme gohts utwärts!
Do lerni öppis öber mini Gfühl.

DBT-A-Gruppe

Die Dialektisch-Behaviorale Therapie ist eine Therapieform, die Jugendliche mit Störungen der Emotionsregulation stabilisiert. Auf der DBT-A-Gruppe steht die Vermittlung von förderlichen Strategien in Krisensituationen sowie die Prävention im Vordergrund. So wird Entwicklung möglich.

Das bietet die Gruppe
In der Gruppe wird nach dem Behandlungskonzept der Dialektisch-Behavioralen Therapie für Adoleszente (DBT-A) gearbeitet. Dieses orientiert sich an den spezifischen Verhaltensstörungen und ist geeignet für Jugendliche mit Schwierigkeiten der Emotionsregulation. Hauptziel ist die Stabilisierung. Die Wirksamkeit der Methode ist durch Studien nachgewiesen.

In der DBT-A-Gruppe verfügen wir über sechs Behandlungsplätze für weibliche und männliche Jugendliche zwischen 13 und 18 Jahren, die in modernen Einbettzimmern untergebracht sind.

Über das Behandlungsteam
Das interdisziplinäre Team besteht aus psychologischen und ärztlichen Psychotherapeuten sowie Co-Therapeuten mit Zusatzqualifikationen in DBT-A. Dazu kommen Kreativtherapeuten, der Sozialdienst, Mitarbeitende aus dem Bereich Pflege/Sozialpädagogik und die Klassenlehrpersonen. Das multiprofessionelle Team stimmt in Visiten, Teambesprechungen und Supervisionen regelmässig die Therapieschwerpunkte ab.

Für wen ist die Behandlung gedacht?
Die Dialektisch-Behaviorale Therapie ist für Jugendliche mit folgenden Schwierigkeiten vorgesehen: chronische Suizidgedanken, Selbstverletzung, Anspannungszustände mit Impulsivität und Aggressivität, starke Stimmungsschwankungen, häufiges Gefühl innerer Leere, chaotische zwischenmenschliche Beziehungen, Risikoverhalten, Drogen- oder Alkoholmissbrauch, Essattacken oder Erbrechen, Weglaufen, riskantes Beziehungsverhalten, frühere Behandlungsabbrüche, unsicheres Selbstbild und Fehlverarbeitung traumatischer Erfahrungen.

Das Behandlungsangebot ist ungeeignet für Jugendliche mit primärer Substanzabhängigkeit, Jugendliche, bei denen eine akute Suizidalität vorliegt, oder Heranwachsende mit akuten psychotischen Störungen sowie massiven Störungen des Sozialverhaltens oder der intellektuellen Funktionen.

Dies sind die Eintrittsvoraussetzungen
Voraussetzung für den Eintritt in die DBT-A-Gruppe sind Freiwilligkeit, Motivation und genügendes Therapieinteresse der Jugendlichen. Zudem ist die Bereitschaft der Sorge-

berechtigten oder Bezugspersonen zur Mitarbeit notwendig. Bei Therapiebeginn wird ein Behandlungsvertrag abgeschlossen.

Worin genau besteht die Therapie?
Hauptziel der Behandlung ist die Stabilisierung. Die Jugendlichen erhalten Hilfe, wie sie problematische Verhaltensweisen abbauen und alternative Fertigkeiten («Skills») entwickeln können, um Spannungen besser zu bewältigen und ihr Leben befriedigender zu gestalten. Die neuerworbenen Fähigkeiten werden zweimal wöchentlich in der Skillsgruppe trainiert. Sie umfasst die Module Stresstoleranz, Emotionsregulation, zwischenmenschliche Fertigkeiten sowie Selbstwert.

Für Eltern und Bezugspersonen werden die neuen Fertigkeiten in der einmal monatlich stattfindenden Elterngruppe erarbeitet. Dies teils gemeinsam mit den Jugendlichen.

Weitere Behandlungsbausteine
Die Dialektisch-Behaviorale Therapie für Adoleszente beinhaltet: Einzelpsychotherapie, Familien- beziehungsweise Bezugspersonengespräche, Gespräche und Skillscoaching durch die Mitarbeitenden des Bereichs Pflege/Sozialpädagogik, Erstellung einer «Skillsbox», Basis-, Achtsamkeits- und Bezugsgruppe, DBT-Körpertherapie sowie Kreativtherapien wie Kunst-, Musik- oder tiergestützte Therapie, DBT-A-spezifische Milieutherapie im Gruppenrahmen sowie den Klinikschulunterricht.

Diagnostisches Vorgespräch
Vor Beginn der stationären Behandlung findet ein ambulantes Vorgespräch statt.

Mir hilft Musig – und dir?

S'Esse isch wörklich guet!

kliniksonnenhof
Kinder- und Jugend-
psychiatrisches Zentrum

Klinik Sonnenhof
Sonnenhofstrasse 15
9608 Ganterschwil SG
Telefon 071 983 26 33
www.kjpz.ch