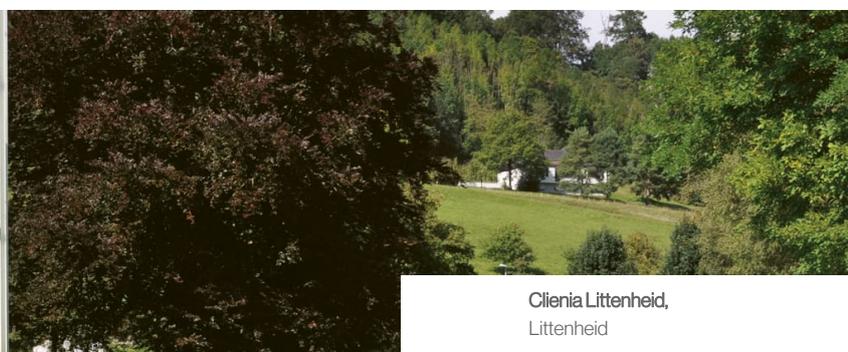


Clenia Littenheid, Littenheid

Linde D

DBT-A-Psychotherapie für Jugendliche mit Schwerpunkt
Emotionsregulationsstörungen und Traumafolgestörungen

In das Konzept der Dialektisch Behavioralen Therapie für Adoleszente (DBT-A) fließen Elemente der kognitiven Verhaltenstherapie, des Zen-Buddhismus und der dialektischen Gesprächsführung ein. In der Skillsgruppe lernen die Jugendlichen Fertigkeiten zur Verbesserung der Emotions- und Stressregulation, der zwischenmenschlichen Kompetenzen sowie der inneren Achtsamkeit. Der primäre Fokus der Einzeltherapie liegt auf der Reduktion von suizidalen und selbstschädigenden Verhaltensweisen sowie in der Unterstützung, neu erlernte Verhaltensfertigkeiten in den Alltag zu übertragen. Im Rahmen psychoedukativer Elemente zum Störungsbild wird den Familien und/oder wichtigen Bezugspersonen ein wertfreies Störungsmodell von emotionaler Instabilität und selbstverletzendem Verhalten vermittelt. Des Weiteren werden Strategien zur familiären Kommunikation und Interaktion vermittelt. Für Patientinnen und Patienten mit Traumafolgestörungen wird ein ergänzendes Behandlungsmodul angeboten (DBT-Trauma). Unser modernes und jugendgerechtes Einrichtungskonzept schafft eine angenehme und familiäre Atmosphäre, die positiv zur Krankheitsbewältigung beitragen kann. Die Jugendlichen wohnen während ihres Klinikaufenthaltes in Einzel- oder Zweierzimmern.



Aufnahme / Besuchszeiten / Weitere allgemeine Informationen

- Informationen zur Aufnahme erteilt die Patientenaufnahme, Telefon +41 71 929 60 06
- Eintritte erfolgen ebenfalls über die Patientenaufnahme, Telefon +41 71 929 60 06
- In Versicherungs- und Kostenfragen unterstützt Sie gerne die Patientenadministration, Telefon +41 71 929 62 26 und +41 71 929 62 28
- Besuch unter Voranmeldung jeweils am Mittwoch von 18.00 bis 21.00 Uhr

Was können wir bieten (Diagnose und Behandlung)

Wir sind ein multidisziplinäres Team, bestehend aus Ärztinnen und Ärzten, Psychologinnen und Psychologen, Pflegefachpersonen, Ergo-, Physio- und Bewegungstherapeuten und -therapeutinnen, Lehrpersonen, Erlebnis- und Sozialpädagogen und -pädagoginnen sowie einer Ernährungsberaterin. Das Durchlaufen unseres Therapieprogrammes umfasst in der Regel drei Monate. Bei Bedarf kann die Aufenthaltsdauer verlängert werden. Unser Angebot auf der Station Linde D umfasst:

- Einzeltherapie
- Skillsgruppe (Sechs Moduleinheiten: Achtsamkeit, Stresstoleranz, Emotionsregulation, zwischenmenschliche Fertigkeiten, «Walking the Middle Path», Selbstwert)
- Achtsamkeitsgruppe
- bei Bedarf 1x wöchentlich soziales Kompetenztraining
- Familien- und Angehörigengespräche
- Milieugruppen
- Bezugspersonengespräche

Wem bieten wir Hilfe an (Zielgruppe)

Das Therapieangebot der offen geführten Station richtet sich an Jugendliche beiderlei Geschlechts mit Impulskontrollstörungen im weiteren Sinne (Spektrum der emotional-instabilen Persönlichkeitsentwicklungsstörung, parasuizidales und selbstverletzendes Verhalten, Essstörungen, Emotionsregulationsstörungen, etc.) sowie Adoleszente mit Symptomen einer posttraumatischen Belastungsstörung. Voraussetzung für eine Aufnahme ist die Behandlungsmotivation der Jugendlichen sowie die Bereitschaft der Eltern bzw. Sorgeberechtigten zur Mitarbeit.

Ergänzende Angebote

Wir orientieren uns an einem ganzheitlichen Krankheitsverständnis. Verschiedene Angebote aus dem kreativ-gestalterischen Bereich wie auch körperorientierte Verfahren ergänzen die Behandlung und ermöglichen einen neuen Zugang zu Gefühlen und körperlichem Erleben.

- Kreativ- und Gestaltungstherapien (einzeln und/oder in der Gruppe)
- Bewegungstherapie und körperorientierte Therapie
- Ergotherapie (einzeln und/oder in der Gruppe)
- Sportangebote (u.a. Fitness, Gruppensport)
- unser Sozialdienst unterstützt bei der sozialen Zukunftsplanung

Schule

Die Schule Linde steht für eine ganzheitliche Förderung, bei der Kopf, Herz und Hand angesprochen werden und die Patientinnen und Patienten ein ihren Bedürfnissen angepasstes Schulprogramm besuchen. Der Unterricht leistet einen Beitrag zur Einrichtung einer sinnvollen Tagesstruktur und stellt so den



Realitätsbezug zum Schulalltag her. Die Kinder und Jugendlichen trainieren Tagesstrukturen und Verpflichtungen verbindlich einzuhalten und mit Anforderungen umzugehen. Dabei werden Ressourcen freigelegt, erhalten und gefördert, Erfolgserlebnisse ermöglicht und das Selbstvertrauen gestärkt. [Bilder und mehr Infos](#)



Kontaktpersonen



Christoph Christiansen
Oberpsychologe (DE)
Tel. [+41 71 929 63 41](tel:+41719296341)
christoph.christiansen@clenia.ch



Dr. phil. Margitta Krahmer
Leitende Psychologin
Tel. [+41 71 929 63 31](tel:+41719296331)
margitta.krahmer@clenia.ch



Andrea Pollmann
Stationsleiterin Pflege Linde D/G
Tel. [+41 71 929 65 15](tel:+41719296515)
andrea.pollmann@clenia.ch



Olivia Tolomei
Gruppenleiterin Pflege Linde D
Tel. [+41 71 929 65 10](tel:+41719296510)
olivia.tolomei@clenia.ch





PD Dr. med. Lars Wöckel, MHBA
Chefarzt Zentrum für Kinder- und
Jugendpsychiatrie und -psychotherapie
Stv. Ärztlicher Direktor

Tel. [+41 71 929 63 18](tel:+41719296318)
lars.woeckel@clenia.ch



Dino Zanchelli
Bereichsleiter Pflege und Pädagogik, Zentrum für
Kinder- und Jugendpsychiatrie und -
psychotherapie

Tel. [+41 71 929 64 06](tel:+41719296406)
dino.zanchelli@clenia.ch

