



**Spital Thurgau**

PSYCHIATRISCHE DIENSTE



## **Ambulanz für psychodynamische Psychotherapie**



**Psychotherapiebereich der**

**Psychiatrischen Klinik Münsterlingen**

## Behandlungsschwerpunkt

Ambulante Psychotherapie bietet den Vorteil, in regelmässigen psychotherapeutischen Einzelgesprächen die individuellen Problembereiche gezielt bearbeiten zu können und gleichzeitig die Anbindung zum privaten Umfeld zu erhalten. Die Fortschritte, die in der Psychotherapie erreicht werden, können auf diese Weise direkt im Alltag erprobt bzw. umgesetzt werden.

Unser Angebot richtet sich an therapiemotivierte Patientinnen und Patienten ab dem 18. Lebensjahr, bei denen Leidensdruck besteht, jedoch keine tagesklinische oder stationäre Behandlung notwendig ist. Die Ambulanz für psychodynamische Psychotherapie ist inhaltlich ausgerichtet auf folgende Bereiche:

- Lebens- und Sinnkrisen, belastende Lebensereignisse
- Depressive Störungen und Burnout
- Belastungs-, Anpassungsstörungen und Stressfolgeerkrankungen
- Psychosomatische Erkrankungen
- Angst- und Zwangsstörungen
- Essstörungen
- Beziehungs- und Persönlichkeitsstörungen

## Behandlungsphasen

Die Behandlung ist stufenweise aufgebaut. Initial findet ein Erstgespräch statt. Anschliessend folgt die Probatorik und die Therapiephase.

Behandlungsphase	Dauer	Behandlungsschritte
Erstgespräch	50 Minuten	<ul style="list-style-type: none"><li>• Klärung der Behandlungsvoraussetzungen</li><li>• Indikationsstellung</li><li>• Zuweisung zur behandelnden Psychotherapeutin bzw. Wartezeit</li></ul>
Probatorik/ Abklärungsphase	5 Sitzungen à 50 Minuten	<ul style="list-style-type: none"><li>• Überprüfung der Passung zwischen Patient/-in und Therapeut/-in</li><li>• Diagnostik</li><li>• Therapievereinbarung</li><li>• Festlegung des Therapieverfahrens</li></ul>
Therapiephase	Wird individuell festgelegt	Psychodynamische Psychotherapie

## Behandlungskonzept

In der Ambulanz des Psychotherapiebereiches wird ein etabliertes und wissenschaftlich anerkanntes Behandlungsverfahren durchgeführt - die Psychodynamische Psychotherapie. Das Hauptziel dieser Methode ist, die unbewussten Ursachen, die der Problematik zugrunde liegen, zu analysieren und zu bearbeiten. Oftmals sind nicht gelöste unbewusste Konflikte und Entwicklungsdefizite ursächlich für die Symptomentwicklung. Diese wiederholen sich im «Hier und Jetzt» der therapeutischen Beziehung und können dadurch vertieft bearbeitet werden. Das Hauptaugenmerk liegt darauf, Verknüpfungen zwischen biographischen Erfahrungen, daraus resultierenden inneren Konflikten und Beziehungsmustern und den aktuellen Problemen herzustellen. Dies beinhaltet auch, sich schwierigen Beziehungsmustern und verletzenden, angstmachenden oder enttäuschenden Erfahrungen zu stellen. In einer verlässlichen und vertrauensvollen therapeutischen Beziehung lernen unsere Patientinnen und Patienten, diese Beziehungserfahrungen zu bewältigen, schrittweise Veränderungen zu wagen und an die eigenen Ressourcen anzuknüpfen.

Dadurch kann die Selbstakzeptanz und Beziehungsfähigkeit gesteigert, Leistungsdruck vermindert und ein gesundes Selbstwertgefühl erreicht werden. Beziehungen zu anderen Menschen und Arbeitstätigkeiten können im Therapieprozess zufriedener erlebt und gestaltet werden. All dies erfordert die Bereitschaft, sich auf eine innere Auseinandersetzung einzulassen und eine aktive und mitverantwortliche Rolle in der Therapie einzunehmen.

## Behandlungsangebot

- Psychodynamische Psychotherapie
- Paartherapie
- Überbrückungsbehandlungen zur Vorbereitung auf eine stationäre oder tagesklinische Psychotherapie
- Psychodynamische Diagnostik

## Behandlungsteam

Unser Team besteht aus psychodynamisch ausgebildeten oder in Ausbildung befindlichen ärztlichen und psychologischen Psychotherapeut/-innen.

## Kostenübernahme

Ambulante psychotherapeutische Behandlungen sind Pflichtleistungen der Grundversicherung und werden von der Krankenkasse übernommen, abzüglich des Selbstbehaltes und der Franchise.

## Anmeldung und Kontakt

### **Dr. med. Claudia Henke**

Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Psychoanalyse  
Ärztlich-therapeutische Leitung der Ambulanz für psychodynamische  
Psychotherapie

Seeblickstrasse 3

CH-8596 Münsterlingen

Tel. +41 (0)58 144 40 45

[claudia.henke@stgag.ch](mailto:claudia.henke@stgag.ch)