

## Fachbereich **Psychosomatische Medizin** und **Psychotherapie**



Im Fachbereich Psychosomatische Medizin und Psychotherapie werden Menschen behandelt, die an Angststörungen, Belastungsreaktionen, Depressionen und Zwangsstörungen, psychosomatischen Erkrankungen, psychogenen Essstörungen und Persönlichkeitsstörungen leiden.

## Therapiekonzept

Schulenübergreifend  
und integrativ



**Dr. Christoph Theiling**  
Bereichsleitender Oberarzt

Psychotherapie, so wie wir sie verstehen, ist dynamisch. Das bedeutet, dass wir Therapiekonzepte ständig weiter entwickeln und unterschiedliche Therapieverfahren integrieren. Dabei berücksichtigen wir neue wissenschaftliche Methoden, ohne auf langjährig bewährte Therapietradition zu verzichten.

Die zum Einsatz kommenden Therapieverfahren richten sich nach der Diagnose und den individuellen Therapieschwerpunkten, die wir gemeinsam mit den Patienten und Patientinnen erarbeiten.

Neben tiefenpsychologischen Verfahren wie zum Beispiel TFP (Transference Focussed Psychotherapy) werden Verfahren aus der Trauma-, Verhaltens- und Familientherapie ebenso angewandt wie körper-, musik- und gestaltungstherapeutische Methoden.

Die Grundlage des Therapiekonzeptes ist das psychodynamisch-tiefenpsychologische und systemische Denken.

Es dient als Grundlage zum Verständnis vieler psychischer Erkrankungen und familien-dynamischer Aspekte.

A handwritten signature in black ink that reads "C. Theiling". The signature is written in a cursive, slightly slanted style.



## Indikationen

Wir behandeln im Bereich für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie das gesamte Spektrum der psychogenen Störungen sowie Persönlichkeitsstörungen.

Die Indikationen sind:

- Angststörungen
- Depressionen
- Zwangssyndrome
- Psychosomatische Erkrankungen
- Psychogene Essstörungen
- Psychovegetative Syndrome
- Somatoforme Schmerzstörungen
- Posttraumatische Belastungsstörungen und
- Persönlichkeitsstörungen

## Therapieangebote

Individuell und mehrdimensional

Bei jeder Erkrankung ist stets der ganze Mensch betroffen mit seinem Körper, seiner Seele und seinem Geist.

Wir bieten deshalb Unterstützung und Hilfe bei der Bewältigung der Erkrankung auf allen drei Ebenen.

Unser ganzheitliches Therapieprogramm umfasst:

- Medizinische und psychologische Diagnostik
- Einzel- und Gruppentherapie
- Familien-, Ehe- und Paargespräche
- Indikationsspezifische Gruppen
- Körper-, Gestaltungs-, Musik-, Ergo- und
- Arbeitstherapie
- Milieu- und Soziotherapie
- Individuelle pflegerisch-therapeutische Betreuung
- Entspannungsverfahren und Aromabehandlung
- Medikamentöse Behandlung
- Homöopathie

Zusätzliche Angebote in der LWL-Klinik Lengerich sind:

- Physiotherapie mit Massagen, Krankengymnastik, Bädern sowie weitere Naturheilverfahren
- Sporttherapie mit zahlreichen attraktiven Angeboten wie dem Fitnesszentrum, Hallensport oder in den Outdoor-Sportanlagen Fußball, Beachvolleyball oder Tennis.

Darüber hinaus laden der weitläufige Park der Klinik und der Teutoburger Wald zum Joggen und zu Spaziergängen ein.



## Informationen zur Therapie

Für Patienten, die sich zu einer stationären psychotherapeutischen Behandlung in unserem Hause entschließen, ist die Entscheidung in der Regel mit gemischten Gefühlen, Hoffnungen, Erwartungen, aber auch Fragen und Ängsten verbunden.

Diese Informationen sollen helfen, einen Überblick über unsere Arbeit zu bekommen.

## Therapeutisches Selbstverständnis

Die multiprofessionellen Teams des Bereichs für psychosomatische Medizin und Psychotherapie arbeiten auf der Basis eines tiefenpsychologischen ganzheitlichen Verständnisses vom Menschen.

Wir gehen davon aus, dass psychogene Erkrankungen mit inneren Konflikten in Zusammenhang stehen, die den Patienten heute noch weitgehend unbewusst sind.

## Therapeutisches Arbeitsbündnis

Die Krankheit wird sich in dem Maße bessern, wie es gelingt, sich diesen inneren Konflikten zu stellen und sie zu lösen.

Dazu ist es notwendig, dass sich die Patienten mit ihrer aktuellen Lebenssituation sowie mit ihren hinter ihnen liegenden Lebensgeschichten auseinandersetzen.

In gemeinsamer therapeutischer Arbeit versuchen wir die Hintergründe der Probleme zu bearbeiten, um Veränderungen und Neuorientierung zu ermöglichen. Bestandteil dieses Prozesses ist selbstverständlich die Einbeziehung und Berücksichtigung der Lebensbedingungen und des sozialen Umfeldes.

Unsere wertschätzende und respektierende Grundhaltung den Patienten gegenüber soll deren Eigenverantwortung und Kompetenzen im Rahmen der Behandlung stärken.

Voraussetzung für eine Besserung der Erkrankung ist, dass die Patienten die therapeutischen Angebote regelmäßig nutzen und sich mit allen ihren Konflikten Sorgen, Ängsten und Gefühlen unter Wahrung der eigenen Grenzen und der Grenzen anderer in die verschiedenen therapeutischen Maßnahmen einbringen.

Wir erwarten von den Patienten, dass sie zum Beispiel Dinge, die ihnen Angst machen oder auch ein Fernbleiben von der Therapie in den jeweiligen Gruppen- oder Einzelterminen ansprechen und klären.

Dies fördert die Auseinandersetzung mit sich, den Mitpatienten und dem therapeutischen Team - und damit die Entwicklung von sozialer Kompetenz.

Die therapeutische Arbeit ist häufig mit vielen Anstrengungen verbunden. Wir fordern deshalb die Patienten auf, den therapeutischen Prozess durch ein gesundheitsbewusstes Verhalten zu unterstützen:

Einhalten von Ruhezeiten, ausreichender Schlaf, vermeiden von übermäßigem Koffein- und Nikotingenuss, Stärkung der Gesundheit durch Sport, Spiele und körperliche Aktivität.

Verzicht auf Alkohol, Drogen oder nicht vom Arzt verordnete Medikamente – auch außerhalb der Klinik – ist Voraussetzung für eine stationäre Therapie in unserem Haus.



## Verlauf der Psychotherapie

Patienten durchleben im Verlauf der Therapie unterschiedliche Phasen. Manche sind zu Beginn möglicherweise verunsichert und verspüren den dringenden Wunsch, wieder nach Hause zurückzukehren. Wir kennen dieses sogenannte „Kofferpack-Syndrom“, das sich nach unserer Erfahrung bald wieder legt.

Patienten, die in den therapeutischen Prozess eingestiegen sind, machen dann viele neue Erfahrungen, teilweise auch schmerzlicher Art, die alle der Bewältigung ihrer Erkrankung und der Gesundung dienen.

Vor der Entlassung erleben Patienten in der Abschiedsphase häufig Gefühle von Trauer und Unsicherheit. Es kommt sogar vor, dass sich Symptome vorübergehend erneut verstärken und Ängste vor dem Leben außerhalb des Schonraumes der Klinik auftreten.

Wir legen deshalb besonders viel Wert auf eine sorgfältige Entlassungsvorbereitung.



## Therapeutische Gemeinschaft

Stationäre Psychotherapie bedeutet auch Leben in einer therapeutischen Gemeinschaft. Im Umgang mit den Mitpatienten haben Patienten die Gelegenheit, sich zu erleben und besser verstehen zu lernen, da sich ihre persönlichen und sozialen Probleme im Stationsalltag widerspiegeln.

Um diese Selbsterfahrung in einer Gemeinschaft zu ermöglichen, ist die Bereitschaft zur ehrlichen Auseinandersetzung mit sich und anderen nötig.

Dies bedeutet einen offenen und verantwortungsvollen Umgang miteinander, ein gegenseitiges ehrliches Ansprechen von Konflikten und die Bereitschaft, die Gefühle und Wahrnehmungen der anderen zu respektieren.



## Therapeutische Gemeinschaft

Wir legen großen Wert auf die therapeutische Wirkung des Stationsmilieus. Daher empfehlen wir den Patienten, nicht zuviel Zeit außerhalb der Klinik zu verbringen.

Einen Rückzug in eine Zweierbeziehung halten wir ebenfalls für nicht geeignet, die Probleme zu lösen, die Patienten in die Behandlung geführt haben; er gefährdet in der Regel den therapeutischen Prozess.





Ein wesentlicher Bestandteil der stationären Therapie ist die regelmäßige Kontaktaufnahme zum Pfl egeteam. Dieses ist zuständig für die Pflegeplanung, führt therapiebegleitende Gespräche und ist Ansprechpartner für alle Fragen rund um den therapeutischen Alltag. In den wöchentlich stattfindenden Stationsrunden versammeln sich alle Patienten, um die Belange des Zusammenlebens anzusprechen.



Es kann in diesen Runden über alles gesprochen werden - vom alltäglichen Stationsgeschehen über Fragen zur Freizeitgestaltung bis hin zu persönlichen Anliegen. In den Stationsrunden stellen sich auch die neuen Patienten vor und es finden die Abschiede der zu entlassenden Patienten statt. Da alle unsere Patienten verschieden sind und mit den unterschiedlichsten Anliegen und Problemen zu uns kommen, bemühen wir uns um eine möglichst individuelle Therapieplanung.





## Einzel- und Gruppentherapie

Auf der Grundlage des oben geschilderten Selbstverständnisses können Patienten entweder während der Einzeltherapie in der Beziehung mit ihrem Therapeuten oder in der Gruppe durch die Begegnung, Hilfestellung und Konfrontation mit anderen Gruppenmitgliedern ihre Probleme und Konflikte bearbeiten.



## Gestaltungstherapie

Nach gemeinsam gefundenen Themen, Einzelthemen oder Themenvorgaben entstehen aus Materialien wie Papier, Farbe oder Ton Bilder und Formen, die gemeinsam besprochen werden. Im Austausch in der Gruppe erfahren Patienten Verständnis, Kritik und Anregungen zur Veränderung an ihrer Persönlichkeit. Die Gestaltungstherapie ist eine auf den jeweiligen Menschen abgestimmte Therapie. Sie erleichtert Patienten den Zugang zu eigenen Gefühlen und Lebenshaltung.

## Beschäftigungstherapie

In der Beschäftigungstherapie haben Patienten die Möglichkeit, mit unterschiedlichen Materialien wie zum Beispiel Stein, Ton, Papier und Farbe unter verschiedenen, persönlich abgesprochenen Zielsetzungen zu arbeiten. Sie können ausprobieren, wie sie die Beziehung zu ihrem

Werkstück, zur Gruppe (den anderen) und zu den Therapeuten gestalten. Der Werkraum bietet ein Übungsfeld, in dem Patienten eigene Handlungs- und Verhaltensweisen erkennen, überdenken und unter Umständen auch ändern können.

## Musiktherapie

In der Musiktherapie spielen Patienten und Therapeuten zusammen auf verschiedenen Musikinstrumenten (Vorkenntnisse sind nicht nötig) und schaffen so ihre eigene situationsbedingte Musik.

Dabei werden sowohl Begrenzungen als auch Möglichkeiten erfahrbar, Gefühle, Erinnerungen, Gedanken aktiviert, hör- und bearbeitbar.

Indem also ein gleichzeitiger Prozess von Sinneseindruck, Empfindung und Ausdruck entsteht, können Patienten sich wieder neu erfahren, alte Strukturen lockern, in neue spielerisch hineinspüren und versuchen, diese durch Gespräche in ihr Lebenskonzept zu integrieren.



## Körpertherapie

In der Körpertherapie werden Körper und Seele als Einheit angesehen. Der Zugang zu den Problemen des jeweiligen Menschen erfolgt verstärkt über den Körper. Es wird u.a. an der Wahrnehmung, an muskulären Verspannungen und an der Vertiefung der Atmung gearbeitet. Es werden „Phantasiereisen“ angeboten und mit Musik eigene Bewegungsmöglichkeiten ausprobiert.

Ziel ist, die Empfindung und den Ausdruck von Gefühlen zu stärken und diese in Beziehung zur äußeren, sozialen Welt und der eigenen Lebensgeschichte zu setzen.

## Paar- und Familientherapie

Wenn deutlich wird, dass eine Erkrankung nicht losgelöst von familiären Bindungen behandelt werden kann, bieten wir die Möglichkeit mit den Patienten und Angehörigen paar- oder familientherapeutische Gespräche zu führen.

## Indikationsgruppen

Psychosoziale Gesundheit setzt soziale Kompetenz voraus. In den störungsspezifischen Indikationsgruppen geht es zum einen um die Vermittlung von Informationen und zum anderen um das Erarbeiten und Erlernen von Bewältigungsstrategien im Umgang mit der jeweiligen Symptomatik, wie z.B. Ängsten, Zwängen, Depressionen, Ess-Störungen.



## Medikamentöse und homöopa- thische Therapie

Zur Unterstützung und begleitend ist je nach Krankheitsbild auch eine medikamentöse Behandlung notwendig. Medikamenteneinnahmen dürfen nur nach Absprache mit dem Arzt oder der Ärztin erfolgen.

Wenn Patienten Medikamente zur Aufnahme mitbringen, müssen diese zu Beginn des stationären Aufenthalts beim Pflegepersonal abgegeben werden.

Patienten dürfen keine Medikamente auf ihrem Zimmer haben, da eine unkontrollierte Einnahme für die Gesundheit gefährlich werden kann. Alternativ kann auch eine Behandlung mit homöopathischen Arzneimitteln indiziert sein, die wir nach ärztlicher Absprache in einzelnen Fällen anbieten.



## Physikalische Therapie

Zur Unterstützung der Psychotherapie können physikalische Maßnahmen wie Massagen, Bäder, Inhalationen oder Krankengymnastik zur Anwendung kommen.

## Sporttherapie

Auf der Basis des ganzheitlichen Verständnisses vom Menschen halten wir auch die sportliche Aktivität für einen wichtigen Bestandteil der Therapie. Je nach Interesse ist es möglich, u.a. an folgenden Sportangeboten teilzunehmen: Schwimmen, Badminton, Fußball, Tischtennis, Volleyball, Tennis und Fitness.

## Milieutherapie

Das stationäre Milieu wird im wesentlichen geprägt durch das gemeinsame Miteinander von Patienten und Pflegepersonal. Dazu zählen u.a. die persönlichen Kontakte, aber auch Gemeinschaftsveranstaltungen und gemeinsame Freizeitaktivitäten.

## Soziotherapie

In der Soziotherapie geht es in erster Linie um die Gestaltung der zwischenmenschlichen Beziehungen und der Umgebung der Patienten wie zum Beispiel Wohnen, Arbeit und Freizeit.

## Arbeitstherapie

In der Arbeitstherapie können Patienten ihre Stärken und Schwächen erkennen, ihre Belastungsgrenzen abstecken, grundlegende Arbeitsfähigkeiten trainieren und fördern sowie spezielle Fähigkeiten hinzu gewinnen.



## Aroma- anwendungen

Wir bieten regelmäßige Entspannungsübungen wie autogenes Training nach Schultz, progressive Muskelentspannung nach Jacobson oder Phantasieren nach E. Müller an.



## Aufnahme

Aufnahmen erfolgen nach einem ambulanten Vorgespräch.

Anmeldungen über das Sekretariat,  
Frau Leugers  
Frau Fiegenbaum  
Telefon 05481 12-204  
Montags bis freitags  
von 8:30 - 12:30 Uhr  
und 13:30 - 17:00 Uhr

Grundsätzlich ist die Überweisung eines Nerven- oder Hausarztes erforderlich.





## Entlassung

Auf eine sorgfältige Entlassungsvorbereitung legen wir besonders viel Wert:

- Klärung der ambulanten Nachbehandlung
- Einbeziehung des psychosozialen Umfeldes
- Kontakt zu Ämtern und Behörden.



## Wir informieren Sie gerne:

Bereichsleitender Oberarzt:

**Herr Dr. Theiling**

Telefon 05481 12-204

Oberarzt

**Herr Dr. Kemming**

Telefon 05481 12-204

### **Ambulanz**

Telefon 05481 12-204

Fax 05481 12-194

### **Sekretariat**

Telefon 05481 12-204

Fax 05481 12-194

### **Station 19.1 Dienstzimmer**

Telefon 05481 12-432

### **Station 19.2 Dienstzimmer**

Telefon 05481 12 -467

### **Station 19.3 Dienstzimmer**

Telefon 05481 12-293

### **Zentrale/Pforte**

Telefon 05481 12-0



Bin ich stark genug?

**Ja, ich habe die Kraft!**

Schaffe ich das überhaupt?

**Klar, ich hab noch viel vor!**

Ich kann nicht mehr.

**Doch, ich kann es schaffen!**

Einfach abwarten?

**Nein, ich handle heute!**

# Wege aus der Krise – wir finden sie gemeinsam

**LWL-PsychiatrieVerbund Westfalen.**

Seelische Probleme verlangen persönliche Hilfe. Darum gibt es uns:  
Der LWL-PsychiatrieVerbund Westfalen bietet in über 130 Einrichtungen spezialisierte,  
wohnortnahe Behandlung und Betreuung – für den richtigen Weg aus der Krise.

[www.lwl-psi.chiatrieverbund.de](http://www.lwl-psi.chiatrieverbund.de)

**LWL**

Für die Menschen.  
Für Westfalen-Lippe.

## Fachbereich Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

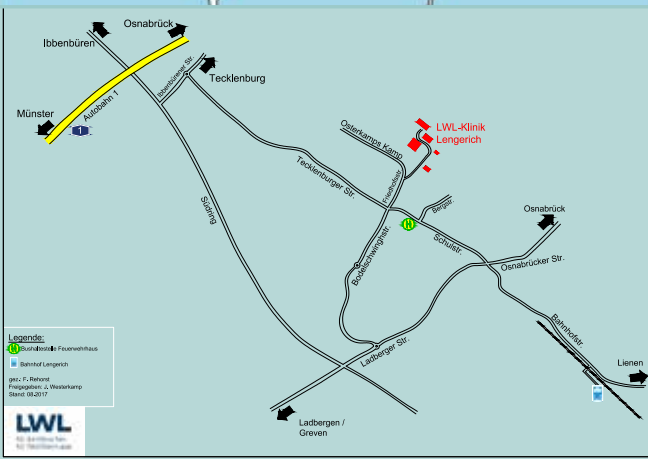
LWL-Klinik Lengerich  
Psychiatrie, Psychotherapie,  
Psychosomatik

Die LWL-Klinik Lengerich ist eine Fachklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik mit 373 Betten in vier Fachabteilungen.

Die Klinik liegt am Südhang des Teutoburger Waldes in einer park-ähnlichen Landschaft.

### Haus 19

Fachbereich Psychosomatische Medizin und Psychotherapie



LWL-Klinik Lengerich  
Parkallee 10  
49525 Lengerich  
Telefonzentrale: 05481 12-0  
E-Mail:  
lwl-klinik-lengerich@lwl.org  
www.lwl-klinik-lengerich.de

Impressum:  
Herausgeber: LWL-Klinik Lengerich  
Parkallee 10, 49525 Lengerich  
Telefon: 05481 12-0  
Telefax: 05481 12-482  
E-Mail: lwl-klinik-lengerich@lwl.org  
Grafik: Kerstin Wichmann  
Fotos: Jutta Westerhamp,  
Volker Hehn, Christiane van den Höfel  
Druck: Verlag Kettler GmbH, Bönen  
© 2018, LWL-Klinik Lengerich