

DBT-Ambulanz

Dialektisch- Behaviorale Therapie



**Karl-Jaspers-Klinik, Krankenhaus für Psychiatrie,
Psychotherapie und Psychosomatik**


Psychiatrieverbund Oldenburger Land gGmbH
Hermann-Ehlers-Straße 7
26160 Bad Zwischenahn

Anmeldung und Telefonzeiten:

DBT-Ambulanz

Klinik für Suchtmedizin und Psychotherapie

Klinikdirektorin Dr. med. Ulrike Matthiensen

 **Mo., Di., und Do.: 08:00 – 12:00 Uhr**
Mi.: 13:00 – 15:00 Uhr

 **0441 9615-9536**

 **DBT-Ambulanz@kjk.de**

 **www.kjk.de**

Psychiatrieverbund Oldenburger Land gGmbH
KARL-JASPERS-KLINIK
Universitätsmedizin Oldenburg





Die Dialektisch-Behaviorale Therapie (DBT) ist eine spezialisierte Psychotherapiemethode zur Behandlung von Emotionsregulationsstörungen. Unsere DBT-Ambulanz bietet Diagnostik, Beratung und störungsspezifische Gruppenangebote für Betroffene von Emotionsregulationsstörungen. Unser multiprofessionelles Team unterstützt Sie mit praktischen Bewältigungsstrategien und begleitet Sie auf Ihrem Weg zu mehr Lebensqualität.

Für wen eignet sich die Ambulanz?

Das Angebot richtet sich an Betroffene

- mit einer bereits gesicherten Emotionsregulationsstörung (Borderline-Persönlichkeitsstörung, komplexe posttraumatische Belastungsstörung (kPTBS))
- bei denen ein Verdacht auf diese Diagnosen besteht, der in einem diagnostischen Prozess geklärt werden soll.
- die sich über störungsspezifische Therapie-Angebote informieren möchten

Voraussetzungen für die Behandlung

Für die Behandlung in der DBT-Ambulanz benötigen Sie:

- eine Überweisung in eine psychiatrische Institutsambulanz
- Ihre Krankenkassenkarte
- Telefonische Anmeldung und Terminvereinbarung

Unser Leistungsspektrum

- Diagnosestellung von Störungen der Emotionsregulation
- Klärung der Indikation für störungsspezifische Behandlung
- Beratung und Begleitung bis eine DBT-Behandlung (ambulant oder stationär) beginnen kann, eine andere störungsspezifische Therapie beginnt oder bis ein niedergelassener Therapeut einen Therapieplatz für Sie frei hat.

Offene Gruppenangebote

Jede Sitzung fokussiert ein eigenständiges Thema. Sie können sich individuell anmelden, es ist keine regelmäßige Teilnahme erforderlich, Anmeldung nach Bedarf und Interesse.

- Stresstoleranzgruppe
- Angehörigengruppe
- Emotionsregulation und Konsumverhalten

Geschlossene Gruppenangebote

In einem festen Teilnehmendenkreis geben wir Ihnen Strategien und Fertigkeiten aus der DBT an die Hand, die Ihre Kompetenzen im Umgang mit Stress, der Wahrnehmung und Regulation von Emotionen, dem Selbstwirksamkeitserleben, Sozial- und Problemlösekompetenzen sowie der funktionalen Gestaltung von zwischenmenschlichen Beziehungen stärken. Eine regelmäßige Teilnahme ist vorgesehen.

- DBT-Skillstraining
- DBT-Skillstraining für Mütter
- Männergruppe
- DBT-Nachsorge
- DBT-Auffrischung
- Achtsamkeitstraining