

Aufnahmebedingungen

Die Klinik wird von Rentenversicherungsträgern gemäß § 15 SGB VI und von allen Krankenkassen gemäß § 40 SGB V sowie von privaten Krankenversicherungen und Sozialhilfeträgern belegt. Die Klinik ist beihilfefähig.

Die Zuweisung der Patienten erfolgt durch Rentenversicherungsträger, Krankenkassen, niedergelassene Ärzte und Psychologische Psychotherapeuten.

In der Fachklinik Waren (Müritz) besteht für alleinerziehende Mütter oder Väter die Möglichkeit zur Mitnahme von Kindern im Alter von 2-12 Jahren.



Kontakt

Für weitere fachliche Fragen steht Ihnen Frau Dr. M. Hartmann als Leitende Dipl.- Psychologin zur Verfügung. Sie erreichen sie telefonisch unter der Nummer:

01803 244142-429*

Frau Inge Schade, unsere Aufnahmesekretärin, erreichen Sie telefonisch unter:

01803 244142-406*

Schriftliche Anfragen können Sie an folgende Adresse richten:

Fachklinik Waren (Müritz)
Auf dem Nesselberg 5
17192 Waren (Müritz)
Info@fachklinik-waren.de



* 9 Cent/Min. aus dem deutschen Festnetz, ggf. abweichende Preise aus dem Mobilfunknetz

Fachklinik Waren

Zentrum für Psychosomatische
Rehabilitation und Verhaltensmedizin

Behandlungsangebot

Trauer- Bewältigung

Informationen
zur Behandlung in der
Fachklinik Waren (Müritz)



Trauer als Antwort auf Verlust

Menschen reagieren auf den Verlust einer geliebten Person mit Trauer. Als natürliche Reaktion ist diese Trauer gut und notwendig. Mit ihrer Hilfe gelingt es, sich endgültig innerlich von der geliebten Person zu verabschieden und sich wieder auf das Leben einzulassen. Und erst mit dem Akzeptieren der Unwiderruflichkeit des Verlustes kann der Trauernde seine Energie und seine Liebe anderen Menschen wieder in vollem Maße zuwenden.

Der Betroffene reagiert mit Traurigkeit, Schlafstörungen bzw. erlebt Unruhe und ist u. U. nur mit Schwierigkeiten in der Lage, den Alltag zu bewältigen.

Formen der Trauer

Trauerreaktionen sind nachvollziehbare, wenngleich schmerzliche Antworten im Leben eines Menschen, die gewöhnlich von selbst nach angemessener Zeit wieder verschwinden.

Anders ist es, wenn die Trauer „entgleist“, d. h. der Trauernde in seinen Fähigkeiten zu trauern überfordert ist (z.B. durch weitere Belastungen). In diesen Fällen kann die Trauer in Ausmaß bzw. Dauer vom Üblichen deutlich abweichen. Zwei Arten „gestörter“ Trauerprozesse können unterschieden werden: Einerseits die verzögerte Trauer, andererseits die verzerrte Trauer.

Bei der verzögerten Trauerreaktion wird die Trauer aufgeschoben und erst lange nach dem Verlust des geliebten Menschen durchlebt. Lange nach dem Verlust tritt die Trauer als depressive Symptomatik plötzlich und scheinbar unbegründet auf. Die verzerrte Trauerreaktion tritt hingegen direkt nach dem Verlust oder ebenfalls erst Jahre später auf. Anstelle von Traurigkeit treten dann verstärkt körperliche Beschwerden auf.

Bewältigung

Unabhängig davon, ob es sich um eine „normalen“ oder einen „gestörten“ Trauerprozess handelt, setzt medizinische Rehabilitation dort an, wo die Trauer für einen Menschen zum Problem geworden ist: Sei es Unterstützung zu geben, sich mit Gefühlen des Schmerzes, der Wut oder auch der Schuld auseinander zu setzen, sei es, aus dem Teufelskreis von Niedergeschlagenheit und sozialem Rückzug heraus zu finden. Ziel einer angemessenen Trauerbewältigung ist es, den Trauernden emotional zu stabilisieren – seinen körperlichen und seelischen Zustand zu verbessern.

Behandlungsbauusteine

Ein erster wichtiger Schritt in der Behandlung ist die Tagesstrukturierung unter Bevorzugung aktiver Maßnahmen. Diese wirkt Passivität und Rückzug entgegen und löst das häufig bestehende Motivations- und Antriebsproblem, das es den Betroffenen trotz Verständnis und Einsicht unmöglich macht, notwendige Veränderungen aktiv vorzunehmen. Besonderer Wert wird auf körperliche Aktivierung gelegt. Diese finden in Form von sporttherapeutischen Angeboten, Physiotherapie einschließlich Kneipp- und Saunaanwendungen statt. Ergotherapeutische Gruppen dienen der Verbesserung der Wahrnehmung und des Ausdrucks von Gefühlen. Als indikative Gruppe im Rahmen der Ergotherapie ist die so genannte „Genussgruppe“ zu sehen, die sich bei Patienten anbietet, die eine ausgeprägte Anhedonie im Rahmen der depressiven Beschwerden zeigen. Bei einer Großzahl von Patienten sind mit der Trauersymptomatik innere Unruhe und Anspannungszustände verbunden. Aus diesem Grund bietet sich das Einüben von Entspannungsverfahren an.

Trauergruppe

Die Trauerbewältigungsgruppe ist eine halboffene Gruppe mit einer Teilnehmerzahl von 6 – 12 Patienten, die von einem Bezugstherapeuten geleitet wird. Sie besteht aus 6 Terminen à 90 min, wobei den Pat. freigestellt wird, darüber hinaus an weiteren Gruppenterminen teilzunehmen. Ein Einstieg in die Gruppe ist zu jeder 4. Sitzung möglich. Die Gruppensitzungen finden 2 mal in der Woche statt. Die ersten beiden Sitzungen haben edukativen Charakter und informieren die Patienten über die unterschiedlichen Formen einer Trauerreaktion und des Trauerausdrucks sowie über die verschiedenen Trauerphasen und unterschiedliche Verarbeitungsweisen. Die nachfolgenden Sitzungen dienen dem Erfahrungsaustausch, wobei der Darstellung der persönlichen Verlusterlebnisse und der damit einher gehenden Emotionen Raum gegeben wird, sowie der Entwicklung einer Lebensperspektive ohne die verlorene Person. Zum Einsatz kommen Körperübungen, Gedichte und Texte.

