

## Kurzinformation „Reha Sucht“

---



Wir, das Team der ganztägig ambulanten Rehabilitation Sucht am Alexianer-Krankenhaus (kurz: „Reha Sucht“), begrüßen Sie herzlich zum Antritt Ihrer Therapie. Wir möchten uns nach Kräften bemühen, Ihnen zu helfen, dass Sie Ihren Aufenthalt bei uns bestmöglich für sich nutzen können.

Bei Fragen stehen Ihnen unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter jederzeit zur Verfügung.

Die Behandlung erfolgt mit verschiedenen modernen Methoden, die dazu dienen, dass Sie Ihre Ziele in der Therapie erreichen können. Wir pflegen eine kooperative Grundhaltung, d.h. dass Sie die Ziele der Behandlung bestimmen und bei der Auswahl der Therapiemethoden so weit wie möglich mitbestimmen können. Dabei interessieren wir uns besonders für Ihre Fähigkeiten und Kräfte, die Ihnen möglicherweise aus dem Blick geraten sind. Oft genügt es schon, Fähigkeiten wieder zu entdecken, mit denen man einmal Probleme erfolgreich bewältigen konnte, um auch in der jetzigen Lebenssituation Lösungen zu finden.

Selbstverständlich sind Alkohol- und Drogenkonsum während der gesamten Dauer der Behandlung nicht gestattet. Auch darüber hinaus muss alles dafür getan werden, dass eine für alle hilfreiche therapeutische Atmosphäre herrscht.

Das Mittagessen wird von 12:15 Uhr bis 12:45 Uhr in der Cafeteria des benachbarten Alexianer-Krankenhauses an einem reservierten Tisch eingenommen.

Sollten Sie an einem Tag wegen eines wichtigen Grundes plötzlich verhindert sein, so bitten wir Sie, sich zwischen 8:00 Uhr und 8:15 Uhr telefonisch bei Herrn Tomanek abzumelden.

## Unser Therapieangebot im Einzelnen

---



Als **Krankenpfleger** ist Herr Tomanek täglich von 8 bis 12 Uhr erreichbar. Er ist auch für alle organisatorischen Fragen jederzeit ansprechbar.



Die **psychotherapeutischen Gruppen (PT)**, die von Frau Engelmann und Herrn Bölling geleitet werden, sind von zentraler Bedeutung, damit Sie ihre therapeutischen Ziele erreichen können. Es hat sich als besonders hilfreich erwiesen, in der Gruppe die Erfahrung zu machen, wie man Lösungsstrategien verbessern oder neu finden kann. Nach Möglichkeit sollten hier alle für Sie wesentlichen Themen angesprochen werden. Es kann in bestimmten Fällen aber auch sinnvoll sein, im Einzelgespräch mit dem Therapeuten bzw. der Therapeutin besondere Probleme anzusprechen.



Die **Arbeitstherapie** bei Frau Schnepf dient dem Training der Belastbarkeit, der Ermittlung der individuellen Stärken und der Befähigung zum beruflichen Einstieg oder Wiedereinstieg. Wir bieten dabei als Schwerpunkte die Bereiche EDV/Bürotraining und Schreinerei an.



In der **Ergotherapie** bei Frau Keil werden Ihre kreativ-schöpferischen Seiten mit unterschiedlichen gestalterischen Medien (Farben, Ton, Holz etc.) gefördert.



Die **Sporttherapie** bei Frau Krüger soll der Stabilisierung und Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit sowie der Entwicklung eines positiven Körpererlebens dienen.



In der **konzentrativen Bewegungstherapie (KBT)** – ebenfalls bei Frau Krüger – besteht die Möglichkeit, die Selbst- und Körperwahrnehmung zu intensivieren.



Die **Musiktherapie** bei Frau Kappus fördert über Klänge und Rhythmen aktive (Wieder-)Wahrnehmung und den Ausdruck eigener Gefühle. In Gruppenimprovisationen können Kontakt- und Beziehungsfähigkeit entwickelt werden. Die Musiktherapie verfügt über zahlreiche Instrumente - musikalische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

---

**Entspannungstraining** findet unter der Anleitung von Herrn Tomanek statt. Mit der Methode der progressiven Muskelentspannung und Elementen des Autogenen Trainings werden Techniken der Selbstberuhigung eingeübt.



14-täglich findet eine **medizinische Informationsveranstaltung** statt, in der medizinisch wichtige Aspekte der Suchterkrankung vermittelt werden.



Die **Großgruppe** bietet einmal in der Woche Gelegenheit, mit allen Teilnehmern des Therapieprogramms und Teammitgliedern für alle relevante Themen zu diskutieren.



Die Gruppentherapeuten (Frau Engelmann und Herr Bölling) bieten 14-täglich **„Reha-Gespräche“** an. Hier werden gemeinsam individuelle Rehabilitationsziele entwickelt, umgesetzt und überprüft.



Angehörige können schon zeitig in die Behandlung einbezogen werden. In **Angehörigenseminaren** können Paar- und Familiengespräche stattfinden.



Regelmäßig finden **ärztliche Visiten** statt. Bei Bedarf ist jederzeit ein Arzt erreichbar. In der Regel können Termine über Herrn Tomanek organisiert werden.

## Therapieplan: Gruppe 1

Zeiten	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:15–8:30	Morgenrunde / Wochenplanung	Morgenrunde	Morgenrunde / Großgruppe	Morgenrunde	Morgenrunde
8:45-10:15 (Block 1)		Arbeits- therapie (EDV)		Frühstück/ Hauswirtschafts- training	Psychotherapie- gruppe
10:30-12:00 (Block 2)	Musik	Psychotherapie- gruppe	Visite anschließend Sprechstunde	Entspannung	Konzentrierte Bewegungstherapie
12:00-13:00	Mittagspause				
13:00– 14:15 (Block 3)	Arbeits- therapie (Holz)	Sport- therapie	Gemeinsame Freizeitgestaltung  oder indivi. Klärung sozialer Angelegenheiten	Individuelle Therapie	Medizinische Infogruppe bzw. Psychotherapie- gruppe
14:30-16:00 (Block 4)	Ergotherapie	Wahlweise: Arbeits- therapie (Holz) Ergotherapie		Wahlweise: Arbeits- therapie (Holz) Ergotherapie	Abschlussrunde -15:15
16:15-16:30	Abschlussrunde	Abschlussrunde		Abschlussrunde	