

# Psychosomatische Klinik Bergisch Gladbach



Abteilung zur Entwöhnungsbehandlung  
Alkohol- und Medikamentenabhängiger  
(A-Abteilung)

Schlodderdicher Weg 23a  
51469 Bergisch Gladbach  
☎ 02202/206-0

4/2015

## Patientenbroschüre

(Erläuterungen zu Behandlungskonzept  
und Hausordnung)

Sehr geehrte Patientin,  
sehr geehrter Patient,

mit Ihrer Aufnahme zur medizinischen Rehabilitation / zur Entwöhnungsbehandlung entscheiden Sie\* sich, sich **aktiv** mit Ihrer Suchterkrankung und den damit verbundenen vielfältigen Auswirkungen auf Ihr Leben auseinanderzusetzen.

Wir Mitarbeiter haben die Aufgabe, zusammen mit Ihnen und Ihren Mitpatienten eine Behandlungsatmosphäre zu schaffen, in der Sie ernst genommen, respektiert und unterstützt, aber auch mit Kritik konfrontiert werden können. Sie sind Teil einer Gemeinschaft von Patienten und Mitarbeitern, die auf folgenden Grundsätzen basiert:

- Jeder ist verantwortlich für sich und sein Verhalten,
- jeder ist Teil der Gemeinschaft und damit verantwortlich für das Zusammenleben.

### ➤ Unser Behandlungsansatz

Die Entwicklung von Konsum über Missbrauch bis zur Abhängigkeit von Suchtstoffen vollzieht sich stets im Spannungsfeld von seelischer und körperlicher Situation des Einzelnen, den sozialen Rahmenbedingungen und dem Suchtstoff selbst. Dementsprechend müssen all diese Aspekte in ihrer jeweiligen Ausprägung bei der Behandlung berücksichtigt und in die Therapie einbezogen werden. Unsere **psychotherapeutische Grundhaltung** basiert auf einem tiefenpsychologisch fundierten Verständnis der Suchtdynamik vor dem Hintergrund psychischer Konflikte und strukturellen Bedingungen.

Bei der Behandlung werden innerhalb der Patientengruppe und zwischen uns Mitar-

\* Auch wenn im Folgenden nur von „Patienten“ und „Mitarbeitern“ die Rede ist (männliche Schreibweise), so sind doch immer „Patientinnen“ und „Mitarbeiterinnen“ mitgemeint.

beitern und Ihnen als Patient vielschichtige Erlebnisse, Fragestellungen, Gefühle und Konflikte deutlich, die vielen Patienten vertraut sind und die früher häufig nur unter Einnahme von Suchtmitteln ausgehalten, akzeptiert oder verdrängt werden konnten. Im therapeutischen Prozess werden diese vielschichtigen Fragen nun - unter suchstofffreien Bedingungen - in ihrer Bedeutung sichtbar und neu erlebbar. Durch unsere aktive Teilnahme an diesem Prozess werden wir Mitarbeiter sowohl als lobende, aber auch als Grenzen setzende und kritisierende Personen deutlich. Mit dieser direkten Einbindung in das therapeutische Geschehen sollen Sie als Patient unterstützt werden, sich selbst - mit Ihren Stärken und Schwächen - zu akzeptieren, zu entdecken und zu einem Neuanfang zu finden.

Die Vorbereitung auf die Lebensperspektive nach der Behandlung ist wesentlicher Teil der medizinischen Rehabilitation. Da sich die Stärken und Probleme der einzelnen Patienten individuell sehr unterschiedlich zeigen, finden neben den für alle geltenden Regelbehandlungsangeboten im Einzelfall weitere therapeutische Angebote Anwendung.

### **Ablauf der Behandlung**

Die Behandlung kann grundsätzlich vollstationär oder ganztägig ambulant (teilstationär) durchgeführt werden (oder als Kombination der beiden Behandlungsformen).

Die 1. Phase umfasst in der Regel 2 bis 4 Wochen; in dieser Phase sind Sie als neuer Patient in der **Basisgruppe**. Dabei stehen erste Auseinandersetzungen mit den eigenen Gefühlen und denen Ihrer Gruppe, Training gruppentherapeutischer Regeln, Verstehen des Zusammenwirkens der unterschiedlichen Therapieangebote, Selbstfindung und Rückbesinnung auf die eigene Person im Vordergrund.

In der 2. Phase - die im Einzelfall, z. B. bei Wiederholungsbehandlungen, auch die Einstiegsphase in die Behandlung bedeuten kann - kommen Sie in die **Stammgruppe**, die bei 16-wöchiger Behandlungsdauer in

der Regel 12 - 14 Wochen dauert. Hier geht es thematisch z. B. um: Verbesserung und Stabilisierung des körperlichen Zustands, Einsicht in den Zusammenhang von Lebensstil und Suchterkrankung bzw. Gesundheit, Stärkung von gesundheitsfördernden Ressourcen, Stabilisierung des Selbstwertgefühls, Förderung des Realitätsbezugs und der psychosozialen Kompetenzen, Auseinandersetzung mit den lebensgeschichtlichen Bedingungen der Abhängigkeit, Vorbereitung auf die Zeit nach der Entlassung.

Alkohol-/Medikamentenabhängigkeit ist für uns Ausdruck vielschichtiger Probleme, die sich auf alle Lebensbereiche auswirken; deshalb besteht unser Team aus qualifizierten Mitarbeitern unterschiedlicher Berufsgruppen. Das **Tages- und Wochenprogramm** umfasst:

- Gruppen- und Einzelpsychotherapie,
- allgemeinmedizinische und psychiatrische Behandlung,
- Sport- und Tanz-/Bewegungstherapie,
- Kunsttherapie (Kreatives Training),
- Werk- und Arbeitstherapie,
- Unterstützung bei allen sozialen und rechtlichen Belangen sowie
- spezielle Gruppen- und Informationsveranstaltungen je nach Ihrer Situation oder der der Patientengruppe insgesamt.

Das therapeutische Basisprogramm mit seinen verschiedenen therapeutischen Einheiten (siehe oben) wird in allen 4 Therapiegruppen werktäglich durchgeführt. Zusätzlich übernimmt jede der 3 Stammgruppen für 4 Wochen einen der arbeitstherapeutischen Aufgabenbereiche (Küche, Hausreinigung, Außenanlagen), danach wird gewechselt. Durch dieses Rotationsprinzip durchläuft jeder Patient innerhalb von 12 Wochen das gesamte arbeitstherapeutische Angebot. Einen Überblick gibt der Muster-Wochenplan am Ende dieser Broschüre.

Die **Dauer** der stationären oder ganztägig ambulanten Behandlung wird individuell fest-

gelegt und hängt von verschiedenen Aspekten ab wie der Dauer der Kosten- bzw. Leistungszusage bei Behandlungsbeginn (einschließlich Budget) und dem aktuellen Therapieverlauf. Die Behandlungsdauer ist im Einzelfall jedoch sehr unterschiedlich (8 bis 16 bzw. 20 Wochen).

Besondere Bedeutung kommt auch der Vorbereitung und **Klärung der Lebenssituation** nach Abschluss der Therapie zu (z. B. Wiederaufnahme der Arbeit, berufliche Umschulung, ambulante Reha Sucht, Adaption, Betreutes Wohnen, Selbsthilfegruppe, etc.).

Die Grundregeln der Behandlung sind verbindlich und in der **Hausordnung** formuliert. Die fachgerechte Behandlung des Einzelnen und der gesamten Gruppe fordert eine klare und eindeutige Behandlungsstruktur, die sich auch in den in der Hausordnung festgehaltenen Regeln niederschlägt.

Diese Patientenbroschüre konkretisiert und ergänzt die Hausordnung; weitere aktuelle Informationen erhalten Sie am **Schwarzen Brett** in der Eingangshalle. Nachfolgend haben wir einige **Leitlinien** festgehalten, die für die Entwöhnungsbehandlung von grundlegender Bedeutung sind.

### **Abstinenz von Suchtstoffen**

Der Beginn der Entwöhnungsbehandlung in der Klinik bedeutet, dass Sie ab Aufnahme hier weder alkoholische Genussmittel, psychoaktive Medikamente, Schnüffelstoffe oder Rauschmittel - ob legal oder illegal - mitbringen oder einnehmen.

Psychoaktive Medikamente sind z. B.: Schlaf-, Schmerz- und Beruhigungsmittel, Grippe- und Hustenmittel, Aufputzmittel sowie Medikamente in alkoholischer Lösung, egal ob rezeptpflichtig oder frei verkäuflich.

Schnüffelstoffe sind z. B.: Pattex, Terpentin, diverse Lacke, Vereisungssprays etc.

Medikamente werden nur auf ärztliche Anordnung in Einzeldosen an Sie abgegeben und sind nur für Sie bestimmt, nicht für andere Patienten. Rezepte, die von Ärzten au-

ßerhalb der Klinik für Sie ausgestellt worden sind, sind bei uns zur Besorgung abzugeben.

### **Genussmittel (Tabak und Kaffee)**

**Rauchen** ist nur außerhalb des Klinikgebäudes gestattet. Während der Behandlung werden Raucherentwöhnungskurse angeboten, die Ihnen helfen sollen, möglichst ganz auf den Konsum von Nikotin zu verzichten.

Mäßiger Konsum von **Kaffee** und **schwarzem Tee** ist erlaubt, der private Besitz von koffein-, teein- und colahaltigen Produkten ist jedoch nicht gestattet, gleiches gilt für Energy-Drinks.

### **Kontrollen**

Sie sind in unserer Klinik, um Ihre Abhängigkeit von Suchtstoffen zu überwinden. Um zu gewährleisten, dass während der Behandlung keine Suchtstoffe konsumiert werden - ob durch Sie oder Mitpatienten - führen wir wiederholt und unangemeldet **Kontrollen** durch - einschließlich Ihres Gepäcks, Ihrer Kleidung und Ihres Wertfachs. Auch können Sie zur Prüfung auf eine mögliche Drogenaufnahme zu einer Urinkontrolle unter Sicht, einer Blutabnahme oder einem Alkoholatemtest aufgefordert werden.

### **Rückfall**

Die Entwöhnungsbehandlung setzt voraus, dass Sie abstinent sind. Deshalb müssen Sie bei einem **Rückfall** grundsätzlich damit rechnen, entlassen zu werden, es sei denn, Sie haben den Rückfall von sich aus „aufgemacht“ (dies kann auch durch einen Mitpatienten erfolgen). Falls Sie sich aktiv und offen in Einzel- und Gruppengesprächen mit Ihrem Rückfall auseinandersetzen, kann von einer Entlassung abgesehen werden; entscheidend ist immer der Einzelfall.

### **Aktive Mitarbeit**

Zu Beginn Ihrer Behandlung unterschreiben Sie einen Behandlungsvertrag, in dem Sie

sich zu **aktiver Mitarbeit** verpflichten. Das bedeutet, dass Sie am therapeutischen Programm aktiv teilnehmen und zu den festgelegten Terminen pünktlich erscheinen.

Falls Sie aus Krankheitsgründen nicht teilnehmen können, beachten Sie Folgendes: Informieren Sie umgehend möglichst den ärztlichen Dienst oder einen anderen Mitarbeiter; falls Sie bettlägerig sind, bitten Sie einen Mitpatienten, uns zu benachrichtigen. Falls Sie ärztlich von der Teilnahme an der Behandlung befreit sind, sind Sie dafür verantwortlich, die zuständigen Therapeuten zu informieren und sich für jede Veranstaltung persönlich abzumelden.

Ärztliche und zahnärztliche Termine außerhalb der Klinik sind dienstagnachmittags möglich; Arztbesuche sind stets auf direktem Weg ohne gleichzeitige Erledigung anderer Besorgungen auszuführen.

Das Ergebnis Ihrer Behandlung hängt entscheidend davon ab, dass Sie sich **aktiv und kritisch** mit Ihrer Therapie auseinandersetzen. Deshalb hinterfragen wir Ihre Bereitschaft zur konstruktiven Mitarbeit von Beginn an immer wieder.

Um Ihnen zu helfen, sich mit Ihrer Lebenssituation vor und nach der Behandlung auseinanderzusetzen, führen wir regelmäßig **Angehörigenseminare** in der Klinik durch, an denen enge Bezugspersonen teilnehmen können. Wir möchten, dass Sie Angehörige bzw. Partner zur Teilnahme an diesen Seminaren bewegen.

Wir erwarten auch, dass Sie sich rechtzeitig um **Nachsorgemaßnahmen** kümmern und sich während Ihrer Behandlung über verschiedene Selbsthilfegruppen informieren. Die Teilnahme an den Veranstaltungen der **Selbsthilfegruppen**, die zu bestimmten Zeiten in die Klinik eingeladen werden, ist verpflichtend.

## **Zimmerordnung**

Die Belegung der Patienten-Zimmer wird durch das Aufnahmebüro festgelegt. Sie

können Ihrem Zimmer **eine persönliche Note** geben, dürfen die Grundgestaltung des Zimmers jedoch nicht eigenmächtig verändern (siehe Zimmerordnung).

Das Lagern verderblicher **Lebensmittel** in den Zimmern sowie das Halten von **Tieren** auf dem Zimmer oder Klinikgelände sind aus hygienischen Gründen nicht gestattet.

Der private Besitz von **Elektrogeräten** (z. B. Tauchsieder, Kochplatten, Bügeleisen) ist aus versicherungsrechtlichen Gründen prinzipiell nicht gestattet; Ausnahmen sind: elektrische Rasierapparate, Haartrockner sowie kleinere Radio- oder Phonogeräte, welche nur in Zimmerlautstärke zu benutzen sind. Die Benutzung privater Fernseher ist nicht gestattet. In der Klinik stehen 2 TV-Geräte in getrennten Gemeinschaftsräumen zur Verfügung (die Fernsehzeiten sind festgelegt).

Die Nutzung von privaten **Computern** (PC, Laptop) einschließlich Zubehör (Drucker etc.) ist nur im Einzelfall nach vorheriger Absprache mit uns möglich. Der Gebrauch von **Mobiltelefonen** (Handys) ist nur zu bestimmten Zeiten gestattet. **Spielekonsolen** sind nur erlaubt, soweit sie nicht an einen externen Monitor / TV angeschlossen werden müssen.

Grundsätzlich erwarten wir, dass Sie **Beschädigungen** am Inventar des eigenen Zimmers oder der Gemeinschaftsräume umgehend melden.

Für **Sauberkeit** und **Ordnung** auf dem Zimmer sind Sie selbst verantwortlich: Spätestens nach dem Frühstück ist das Bett entsprechend zu richten, das Zimmer aufzuräumen, zu lüften; die Sanitäreinrichtungen sind ebenfalls sauber zu halten.

Zur Reinigung Ihrer **Privatwäsche** stehen klinikeigene Waschmaschinen und Wäschetrockner zur Verfügung, die ein Patient im Rahmen eines Funktionsdienstes bedient. Haftung für eventuelle Wäscheschäden bzw. Wäscheverlust kann nicht übernommen werden; Sie können Ihre Wäsche auch außerhalb der Klinik reinigen lassen.

Falls Sie selbst noch keinen Ausgang haben,

können Sie sich über den **Einkaufsdienst** etwas mitbringen lassen. Oder sie nutzen werktags den klinikeigenen **Kiosk**.

### **Mahlzeiten**

Die Hauptmahlzeiten werden an allen Tagen im Speiseraum gemeinsam begonnen und eingenommen.

### **Nachtruhe**

Der Rückzug auf das eigene Zimmer muss spätestens um 23:30 Uhr erfolgen. Alle Geräusche sind auf Zimmerlautstärke zu reduzieren, die Nachtruhe beginnt eine halbe Stunde später (also um 0:00 Uhr).

Das Wecken erfolgt in Eigenverantwortung: werktags um 6:45 Uhr, sonst um 8:00 Uhr.

### **Außenkontakte**

Zu Beginn einer vollstationären Therapie sind Ihre direkten Außen-Kontakte (Ausgang, Besucherempfang) eingeschränkt, um Sie darin zu unterstützen, sich auf die Behandlung einzulassen, ohne intensive Ablenkung durch andere. Bei von Anfang an ganztägig ambulanten (teilstationären) Behandlungen entfallen diese Beschränkungen.

### **Post und Telefon**

Vom Aufnahmetag an können Sie Briefe schreiben und Post (auch Pakete) empfangen und zu bestimmten Zeiten telefonieren.

### **Ausgang**

In den ersten 2 Wochen dürfen Sie das Klinikgelände nur in Begleitung eines Therapeuten oder eines vom Team bestimmten Mitpatienten verlassen, nach Ablauf der 2. Woche haben Sie zu festgelegten Zeiten Ausgang zu zweit. Dieser Ausgang setzt voraus, dass Sie während des gesamten Ausgangs zusammenbleiben und sich nicht trennen. Nach Ablauf der 4. Woche dürfen

Sie das Klinikgelände zu bestimmten Zeiten auch alleine verlassen, ab der 6. Woche haben Sie täglich Abendausgang (siehe Ausgänge am Schwarzen Brett).

In dringenden Fällen können Sie einen Antrag auf Sonderausgang stellen, für den eine Begleitperson notwendig ist, falls Sie noch keinen Einzelausgang haben. In diesem Fall müssen Sie die Fahrtkosten für die Begleitung übernehmen.

### **Besuch / Heimfahrt**

Nach Ablauf der 2. Woche können Sie zu bestimmten Zeiten **Besuch** empfangen, sofern Ihr Besucher suchstofffrei ist und der Besuch für Sie hilfreich ist. Wenn Sie Zweierausgang haben, können Sie auf Antrag während der Besuchszeit mit Ihrem Besuch das Klinikgelände verlassen.

Nach Ablauf der 8. Woche können Sie in ca. 4-wöchigen Abständen für 3 bis 4 Tage übers Wochenende zu Ihrer Familie bzw. in Ihre eigene Wohnung fahren. Die letzte **Heimfahrt** muss spätestens 1 bis 2 Wochen vor der geplanten Entlassung erfolgen.

### **Verzicht auf Gewaltanwendung**

Anwendung oder auch Androhung von **Gewalt** oder Provokation zu Gewalttätigkeiten ist eine schwere Belastung für die therapeutische Atmosphäre und führt deshalb zur disziplinarischen Entlassung. Auch mutwilliges **Beschädigen** von fremdem Eigentum bzw. Klinikeigentum führt zu disziplinarischen Maßnahmen, der Verursacher trägt die Kosten von Reparatur bzw. Renovierung.

### **Intimbeziehungen**

Intensive Intimbeziehungen zwischen Patienten sind sowohl für die Behandlung der unmittelbar betroffenen Patienten als auch für die gesamte Therapiegruppe problematisch. Wir erwarten von Ihnen, dass Sie während der Behandlung hier **keine sexuellen Beziehungen oder intime Kontakte** zu Mit-

patienten aufnehmen, sondern sich mit Ihren Gefühlen offen im Einzel- oder Gruppengespräch auseinandersetzen. Anderenfalls wird die Fortsetzung Ihrer Behandlung erheblich belastet und unter Umständen völlig infrage gestellt.

### ↪ Regelverstöße

Wenn Sie die Grundregeln der Behandlung nicht einhalten, müssen Sie mit Sanktionen - mündlichen und schriftlichen **Verwarnungen** oder Entlassung - rechnen. Die 3. schriftliche Verwarnung führt grundsätzlich zur vorzeitigen Entlassung. In diesem Fall - bei Therapieabbruch oder disziplinarischer Entlassung - haben Sie **Kontaktverbot** zu Ihren Mitpatienten, ebenso bei Rückfall.

### ↪ Kfz

Während der gesamten Behandlungsdauer gilt für Sie - aus versicherungsrechtlichen und therapeutischen Gründen - ein **Fahrverbot** für Kraftfahrzeuge - auch während der Heimfahrt. Sollten Sie dieses Verbot missachten und in einen Unfall verwickelt werden, haben Sie mit erheblichen finanziellen und rechtlichen Nachteilen zu rechnen.

### ↪ Geld

Zur Aufbewahrung kleinerer Wertsachen steht Ihnen ein **Schließfach** zur Verfügung. Wir raten Ihnen dringend, sich in der Klinik weder größere Geldbeträge zu borgen oder zu verleihen noch persönliches Eigentum zu verkaufen. **Spielen um Geld** ist verboten. Für entstehende finanzielle Schäden sind Sie selbst verantwortlich.

### ↪ Freizeit

Die Gestaltung Ihrer Freizeit kann bei der Überwindung Ihrer Suchtprobleme eine wichtige Hilfe sein. Deshalb sind Sie aufgefordert, eigene Ideen und Vorschläge für **Freizeitaktivitäten** einzubringen, die sich im Rahmen der stationären Behandlung verwirklichen lassen.

### ↪ Hilfe zur Selbsthilfe


Die Entwöhnungsbehandlung in unserer Klinik dient dem Ziel, Ihnen bei der Überwindung Ihrer Suchterkrankung zu helfen. Wir verstehen unsere Arbeit als **Hilfe zur Selbsthilfe**. Nutzen Sie diese Hilfe.

### ↪ Anhang: Muster-Wochenplan

A-Abt.

Psychosomatische Klinik Bergisch Gladbach

BG = Basisgruppe, SG1 - SG3 = Stammgruppe 1 - 3 (Gruppen 30 - 32)

Wochenplan	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
	K	HO	K	HO	K	HO	K	HO	K	HO
Zeit	SG1	SG2	SG1	SG2	SG1	SG2	SG1	SG2	SG1	SG2
7:30	Frühspport									
8:20	Küchendienst, Bettenmachen, Zimmer aufräumen									
9:00	GT	SP	GT	SP	Großgruppe themenzentriert		GT	KT	GT	WT
10:15	GT	SP	GT	SP	GT	KT	GT	KT	GT	BT
10:45	KT	SP	WT	KT	GB	WT	BT	WT	WT	GT
12:00	SP	GT	WT	GT	GT	SP	BT	GT	BT	GT
14:00	SP	Außenanlage	Hausreinj.	Behördengänge, ärztliche Behandlungen, sonstige Besorgungen bzw. therapiefreie Zeit	KT	Küche	Außenanlage	BT	13:15 Großgruppe  Arbeitsgemeinschaften Indikationsgruppen	
17:00	Küche	Außenanlage	Hausreinj.	Behördengänge, ärztliche Behandlungen, sonstige Besorgungen bzw. therapiefreie Zeit	KT	Küche	Außenanlage	BT		
									SB	16:00 Zimmerreinigung
									Küche	
									Außen	
									Hausreil.	

#### Legende:

- H Funktionsbereich Hausreinigung
- K Funktionsbereich Küche
- HO Funktionsbereich Holz / Außenanlage
- GT Gruppenpsychotherapie
- GB Gesundheitsberatung / Gesundheitstraining
- SB Sozialarbeiterische Beratung
- BT Bewegungstherapie
- KT Kreatives Training
- SP Sporttherapie
- WT Werktherapie