

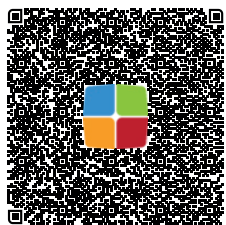


## Ihr Weg zu uns – Anmeldung und Informationen

Bei Interesse an einer Aufnahme auf unsere DBT-Station bitten wir Sie, zunächst einen telefonischen Vorgesprächstermin zu vereinbaren. Im Vorgespräch informieren wir Sie ausführlicher über unser Behandlungskonzept und klären, ob unser Setting für Sie geeignet ist.

Zur Vereinbarung eines Vorgesprächs nutzen Sie bitte unsere Online-Anmeldefunktion: <https://www.danuviusklinik.de/kliniken/pfaffenhofen/akutklinik/spezielle-psychotherapien/dbt/>

Telefonische Rückfragen richten Sie bitte an Sophia Schmalbrock, psychotherapeutische Leitung der DBT-Station, unter der Telefonnummer **08441/ 4059-0**. Alternativ können Sie uns auch eine E-Mail senden: [anmeldung.dbt@danuviusklinik.de](mailto:anmeldung.dbt@danuviusklinik.de).



## QR-Code Scannen für Google Maps

Scannen Sie den QR Code um eine direkte Anfahrtsbeschreibung via Google Maps zu erhalten.



## Kontakt

### Danuvius Klinik Pfaffenhofen DBT-Station (Station 4)



#### Chefarzt

Prof. Dr. med. Thomas Messer  
FA für Psychiatrie und Psychotherapie



#### Psychotherapeutische Leitung

Sophia Schmalbock  
Psychologische Psychotherapeutin  
DBT-Therapeutin



#### Ärztliche Leitung

Dr. Saskia-Susanne Griesbach-Hausberg  
FA für Psychiatrie und Psychotherapie

#### Adresse:

Krankenhausstr. 68  
85276 Pfaffenhofen  
Telefon 08441 4059-0  
Fax 08441 4059-101  
[station4@danuviusklinik.de](mailto:station4@danuviusklinik.de)  
[www.danuviusklinik.de](http://www.danuviusklinik.de)

Ein Unternehmen der **Celenus salvea**-Gruppe | [emeis.com](http://emeis.com)



## Stationäre Dialektisch-Behaviorale Therapie (DBT)

Information für Patient\*innen und Angehörige



**Danuvius Klinik**  
PFAFFENHOFEN  
FACHKLINIK FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT  
MIT AMBULANZ



## Dialektisch-Behaviorale Therapie (DBT)

In der DBT stehen Ihnen zehn vollstationäre Behandlungsplätze für stationäre Psychotherapie basierend auf einem modernen und wissenschaftlich sehr gut evaluierten verhaltenstherapeutischen Behandlungskonzept zur Verfügung.

### Was bedeutet „Dialektisch-Behaviorale“ Therapie?

Die DBT wurde in den achtziger Jahren von Marsha Linehan als störungsspezifisches Konzept zur Behandlung chronisch suizidaler Patient\*innen mit einer sog. „Borderline-Persönlichkeitsstörung“ (BPS) entwickelt. Marsha Linehan war in ihrer Jugend selbst von schweren psychischen Beschwerden betroffen, allerdings zu einer Zeit, in der es noch keine spezialisierte Behandlung für derartige Symptome gab. Nach dem Motto „wenn mir keiner helfen kann, dann helfe ich mir eben selbst“ hat sie dann den Grundstein für die heutige DBT gelegt, indem sie ihre eigenen Erfahrungen in ein Behandlungskonzept überführt hat. Der Begriff „Dialektisch“ beschreibt dabei eine der Therapie zugrunde liegende Haltung des Ausbalancierens von Akzeptanz und Veränderung. Das „Behavioral“ bildet ab, dass es sich um ein verhaltenstherapeutisches Therapiekonzept handelt.

### An wen richtet sich unser Angebot?

Das Behandlungsprogramm der DBT richtet sich speziell an Menschen mit:

- emotional-instabiler Persönlichkeitsstörung (impulsiver und Borderline-Typ)
- (komplexer) Traumatisierung

Auch Menschen mit anderen Störungsbildern, die mit einer emotionalen Dysregulation einhergehen, können von einer DBT profitieren (z.B. Essstörungen, Depression, Suchterkrankungen).

Wir behandeln bei uns sowohl Patient\*Innen unseres Einzugsgebietes als auch Patient\*innen aus anderen Bezirken und Bundesländern.

### Wie lange dauert die Behandlung?

Die Behandlung auf unserer DBT-Station gliedert sich in drei Phasen. Phase 1 umfasst vier Wochen stationäre Behandlung, Phase 2 acht Wochen. Zwischen den beiden Phasen erfolgt eine Erprobungsphase, in der die Patient\*innen ins häusliche Umfeld entlassen werden, um den Alltagstransfer zu fördern. Nach Abschluss von Phase 1 und 2 bieten wir bei Bedarf eine sechs-wöchige Intervalltherapie an, die frühestens sechs Monate nach Entlassung aus Phase 2 beginnt, um eine nachhaltige Rückfallprophylaxe zu unterstützen.

### Was sind die Schwerpunkte der Behandlung?

- Arbeit an Instabilität im Bereich der Stimmungen, der zwischenmenschlichen Beziehungen und des Selbstbildes
- Bearbeitung von Suizidalität, Selbstverletzungen, selbst- und therapieschädigendes Verhalten
- Gezielter Fertigkeitenaufbau zum effektiven Umgang mit Belastungen

Zu den spezifischen Besonderheiten einer DBT gehören eine gezielte Emotionsfokussierung, ein klarer Therapievertrag (transparente Abläufe und Strukturen zum Herstellen von Orientierung und Kontrolle), der gezielte Aufbau gesunder Fertigkeiten als Alternativen zu Problemverhalten und die Einbettung des Trainings in ein multiprofessionelles Therapieprogramm.

### Wie ist die Behandlung aufgebaut?

#### DBT Phase 1 (4 Wochen):

- Diagnostik und biographische Anamnese
- Informationsvermittlung
- Ziel- und Motivationsklärung
- Erlernen grundlegender Fertigkeiten in den Bereichen Stresstoleranz, Emotionsregulation und Achtsamkeit
- Entwicklung eines Krisenplans

#### Erprobungsphase (ca. 2 Wochen bis 3 Monate):

Wenn das Behandlungsteam und die Patient\*innen eine Weiterführung befürworten, folgt eine Erprobungsphase im Alltag. Hierzu werden konkrete Absprachen getroffen und schriftlich festgehalten. Nach Ende der Erprobungsphase und Erfüllen der Vereinbarungen erfolgt die Wiederaufnahme in Phase 2.

#### DBT Phase 2 (8 Wochen):

In Phase 2 werden Ihre Therapieziele vertieft bearbeitet.

- Vertiefung der Therapieziele mit Fokus auf Aufbau gesunder Verhaltensstrategien zur Reduktion von suizidalem und selbstschädigendem Verhalten
- Intensive Einzel- und Gruppentherapie mit wöchentlichen Zielen
- Evaluation Zwischenteam (Woche 4-5)
- Vorbereitung auf die Entlassung, inklusive ambulanter Nachsorge und ggf. weiterer sozialpsychiatrischer Angebote

### Welche Therapieformen werden angeboten?

Unser Therapieprogramm umfasst u.a. wöchentliche Einzelpsychotherapie, Fertigkeitentrainings (Einzel und Gruppe), Krisencoaching, kreativ- und bewegungstherapeutische Angebote (Kunst-, Musik-, Körpertherapie), achtsamkeitsbasierte Therapien, sozialdienstliche Unterstützung und bei Bedarf auch medikamentöse Behandlungsmaßnahmen.

### Wie sieht das Behandlungsteam aus?

Die Behandlung erfolgt multiprofessionell durch ein Team aus Psychotherapeut\*innen und Psychotherapeut\*innen in Ausbildung, Co-Therapeut\*innen, Ärzt\*innen, Sozialpädagog\*innen, Kunst-, Musik-, Körper- und Bewegungstherapeut\*innen sowie speziell geschultem Pflegepersonal.



### Was sollten Sie für eine erfolgreiche Behandlung mitbringen?

- Fester, sicherer Wohnsitz
- Möglichkeit, im Rahmen geplanter Belastungserprobungen außerhalb der Klinik zu übernachten
- Ausreichende Motivation und Behandlungsbereitschaft
- Fähigkeit zur Teilnahme an einem intensiven Therapieprogramm (z. B. ausreichender Antrieb und Belastbarkeit)
- Kein akutes Untergewicht
- Keine akute Suchtproblematik (evtl. muss dann eine Entgiftung vorgeschaltet werden)
- Keine akute Suizidalität bzw. die grundsätzliche Bereitschaft, wieder „Ja“ zum Leben zu sagen