



BEHANDLUNGSBAUSTEINE

- Fachärztlich-psychiatrische Behandlung nach den Leitlinien der DGPPN (Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Nervenheilkunde)
- Psychotherapeutische Einzelbehandlung bei Bezugstherapeutin/ Bezugstherapeut (störungsspezifisch z. B. IPT)
- Gruppentherapie in der Bezugsgruppe (edukativ und übend)
- Themenorientierte Gruppen (z. B. Depression und affektive Störungen, Achtsamkeit, Stabilisierungstechniken für die eigenen Gefühle)
- Gruppen zur erneuten Leistungserprobung für die Arbeitswelt (z. B. Konzentrationstrainings, spezifische Erprobungen an Simulationsarbeitsplätzen in Büro, Garten-Landschaftsbau, Holz- oder Metallverarbeitung)
- Kunst- und Musiktherapie einzeln und in Gruppen
- Kreativgruppen (z. B. geleitete und freie Arbeiten mit verschiedenen Werkstoffen, wie Holz, Stein, Papier)
- Unterstützung durch unseren sozialpädagogischen Fachdienst zur Regelung aller sozialen Belange
- Sportgruppen (z. B. Nordic-Walking, Aqua-Jogging, Konditionstraining)
- Informationen zu körperlicher Gesundheit (z. B. Kochstudio, Fitnesstraining)
- Checkup für die körperliche Gesundheit mit Bezugsarztin/-arzt

HAUSBESICHTIGUNG:

Sie sind herzlich willkommen, sich einen persönlichen Eindruck von unserem Haus zu verschaffen (samstags ab 15.00 Uhr oder nach vorheriger telefonischer Vereinbarung).



Neuenkirchen-Vörden

Verkehrsanbindung

VERKEHRSANBINDUNG

Die Fachklinik St. Marienstift liegt etwa 30 km nördlich von Osnabrück im Erholungsgebiet Dammer Berge am Ortsrand von Neuenkirchen-Vörden in einem 14 Hektar großen Park.

Adresse

FACHKLINIK ST. MARIENSTIFT

Dammer Straße 4a · 49434 Neuenkirchen-Vörden
 Telefon: 05493/502-0 · Telefax: 05493/502-179
 marienstift@sucht-fachkliniken.de · www.sucht-fachkliniken.de



DEPRESSION UND SUCHT

Ein gendersensibles
 Behandlungsangebot
 für Männer



Fachklinik St. Marienstift
 Dammer Berge



Die Fachklinik St. Marienstift Dammer Berge besteht seit 1974 und ist eine Einrichtung der professionellen Suchtkrankenhilfe für volljährige Männer. Wir bieten therapeutische Hilfe für Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit sowie für pathologische Glücksspieler.

WENN DIE LEBENSZUVERSICHT VERLOREN GEHT...

Allmählich und unmerklich oder aber ganz plötzlich nach einschneidenden Lebensereignissen kann es passieren:

- Das abendliche Einschlafen wird durch Grübeln gestört.
- Nach nächtlichem Aufwachen findet man wegen Grübelns nicht wieder in den Schlaf.
- Die Lebensfreude läßt nach.
- Sorgen beherrschen das Denken und Fühlen.
- Zukunftsangst kommt auf.
- Soziale Kontakte werden zur Last, man zieht sich zurück, mag morgens gar nicht mehr aufstehen und den Tag beginnen.
- Die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit scheint zu schwinden – was bisher ein Leichtes war, ist jetzt eine unbezwingbare Last.
- Man wird ungeduldig und reizbar.
- Der Lebensmut und die Lebenszuversicht gehen verloren, womöglich kommen sogar Gedanken auf, lieber tot sein zu wollen

STOPP!

Das ist Depression und gut behandelbar.



DEPRESSION UND SUCHTMITTELABHÄNGIGKEIT

Depression ist eine in der Menschheitsgeschichte tief und fest verankerte Empfindung – sie kann jeden betreffen.

- Heute versteht man unter Depression eine Kombination von bestimmten Befindlichkeitsstörungen, wie sie in diesem Flyer aufgelistet ist. Männer erkranken fast so häufig wie Frauen, und auch bei Männern spielen Hormone eine Rolle. Männer jedoch leiden anders.
- Oft treten neben depressiven Lebensphasen auch Lebensphasen in Erscheinung mit leicht gehobener Stimmung, übermäßig großer Zuversicht, wenig Schlafbedürfnis und hoher Handlungsaktivität. Solche Phasen nennt man hypomanisch oder manisch. Dann besteht eine sogenannte bipolare oder manisch-depressive Störung.
- Da jeder betroffene Mensch zuerst für sich alleine Hilfe und Besserung finden will, greifen viele zu Suchtmitteln, wie Alkohol, Benzodiazepinen, Schmerzmitteln, Cannabis oder auch Glücksspielen, die die Schlafstörungen kurzfristig bessern und Abschalten ermöglichen, jedoch mittelfristig in Abhängigkeit führen.

Depression, bipolare Störung und Sucht gehen Hand in Hand und sind sehr gut behandelbar.



DIE BEHANDLUNG

Wir bieten eine Behandlung an

- In der Sie in einem männerspezifischen Rahmen sicher sind.
- Die zuerst mit Ihnen analysiert, was Ihre spezifische Belastungs- und Bedürfnislage ist.
- Die mit Ihnen geplant und gestaltet ist.
- Die Sie wieder stabilisiert und Ihnen alles Rüstzeug vermittelt, das Sie für ein stimmungsmäßig ausgeglichenes und suchtmittelfreies Leben brauchen.

Behandlungsstruktur

- Zuerst Diagnostikphase zur Analyse Ihrer spezifischen Belastungs- und Bedürfnislage („Aufnahmegruppe“)
- Dann Übernahme in die passende Bezugsgruppe (8-12 Patienten, ein Bezugstherapeut)
- Behandlungseinheiten spezifisch für Burn-Out und Ihre Suchtproblematik
- Behandlungseinheiten allgemeiner Art
- Behandlung in Einzel- und Gruppentherapie

Wir erwarten von Ihnen

- dass Sie unsere Hilfe für sich zulassen.
- dass Sie bereit sind zu Lebensveränderungen.
- dass Sie mit uns Behandlungsziele erarbeiten und verfolgen.
- dass Sie mit uns an Ihren Belangen arbeiten.
- dass Sie während der Therapie bei uns suchtmittelfrei leben.