

Max-Planck-Institut für Psychiatrie
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie,
Psychosomatik und Neurologie
Zentrum für Nervenheilkunde



MAX-PLANCK

TAGKLINIK

für Psychiatrie und Psychotherapie



MAX-PLANCK-GESELLSCHAFT



”

Stress ist eine der größten
Gesundheitsgefahren des
21. Jahrhunderts.

Weltgesundheitsorganisation (WHO)

Stressbedingte Erkrankungen wie Depressionen und Burnout nehmen weltweit zu. Nicht immer benötigen die Betroffenen einen stationären Aufenthalt: In unserer Tagklinik für Psychiatrie und Psychotherapie profitieren Sie tagsüber von unserer umfassenden medizinischen Diagnostik und dem innovativen Behandlungsangebot auf dem aktuellen Stand der klinischen Forschung. Die Nacht und das Wochenende verbringen Sie in Ihrem gewohnten sozialen Umfeld. Zu unserem Behandlungsspektrum gehören neben diesen Stressfolgeerkrankungen auch bipolare Störungen, Psychosen, Zwangs- und Angsterkrankungen.

Seit mehr als zehn Jahren arbeiten in unserer Tagklinik Psychiater und psychologische Psychotherapeuten, Internisten, Pflegekräfte, Sozialpädagogen, Ergo-, Sport-, Bewegungs- und Kunsttherapeuten Hand in Hand. Unsere Psychotherapie ist verhaltenstherapeutisch orientiert und integriert die Schematherapie als eine der modernsten Psychotherapiemethoden. Die berufsorientierte Therapie hilft gezielt, die Leistungsfähigkeit wiederzuerlangen.

Neben Einzel- und Gruppengesprächen bleibt auch viel Raum für Bewegung, Kreativität und Entspannung. Wenn Sie sich für eine Behandlung bei uns interessieren, sind wir gerne für Sie da.



Privatdozentin Dr. Elisabeth Frieß

Oberärztin, Leiterin der Max-Planck-Tagklinik
für Psychiatrie und Psychotherapie
Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie



BEHANDLUNG

Schonende Medikamente und Psychotherapie

Wir setzen bei der Behandlung auf eine Kombination aus Psychotherapie und schonender, möglichst nebenwirkungsarmer Medikamente. Die Wirksamkeit dieses so genannten integrativen Konzeptes, das auch an unserem Forschungsinstitut entwickelt wurde, ist wissenschaftlich belegt und hat sich vielfach bewährt.

Die Methoden der emotionsaktivierenden Schematherapie und kognitiven Verhaltenstherapie bilden den Schwerpunkt in unseren Einzel- und Gruppentherapien. Gemeinsam schauen wir uns Ihre aktuellen Lebensumstände, Ihre persönliche Entwicklung und Probleme an und helfen Ihnen dabei, die für Sie problematischen Denk- oder Verhaltensmuster zu erkennen und abzubauen.

Arbeitstherapie und kognitives Training

Elemente aus der berufsorientierten Ergotherapie unterstützen Sie dabei, Ihre Arbeitsfähigkeit wiederzuerlangen. Schrittweise führen wir Sie an die Grundlagen des Arbeitslebens heran. Dabei bearbeiten Sie z.B. Aufgaben am PC oder sind handwerklich aktiv.



Ziel ist es, das Selbstvertrauen zu stärken, Belastbarkeit und Konzentration zu steigern und sich wieder an Zeitstrukturen und die Übernahme von Verantwortung zu gewöhnen.

Bei vielen psychischen Erkrankungen leiden auch kognitive Fähigkeiten wie die Geschwindigkeit der Informationsverarbeitung, Gedächtnis, Aufmerksamkeit und Konzentration. Das kognitive Training, die Arbeit am PC und moderne neuropsychologische Therapieprogramme helfen Ihnen, Ihre Beeinträchtigungen bei uns gezielt anzugehen.

Psychosoziale Beratung und Coaching

Beim Weg zurück in einen möglichst selbstbestimmten Alltag unterstützt Sie unsere Sozialpädagogin. Sie vermittelt Rehabilitationsmaßnahmen oder den Aufbau einer sinngebenden und nachhaltigen Tagesstruktur und gibt Hilfestellung bei finanziellen und behördlichen Angelegenheiten oder bei der beruflichen Wiedereingliederung.



ERGÄNZENDE ANGEBOTE

Therapiehündin Juno

Schäferhündin Juno kommt zu tiergestützten Gruppen- und Einzeltherapien in unsere Tagklinik. Sie wurde bereits als Welpen an ihre Aufgaben herangeführt und arbeitet jetzt schon viele Jahre sehr erfolgreich hier in unserer Tagklinik. Hunde erkennen die Gefühlslage von Menschen gut und können sie spiegeln. Dabei genießen sie die Nähe zum Menschen, werten nicht und sind offen im Kontakt. Die idealen Voraussetzungen, um Menschen u.a. zu helfen, Vertrauen wieder aufzubauen, Verantwortung zu übernehmen, Wahrnehmung und Einfühlungsvermögen zu verbessern und Grenzen zu spüren.

Foto: Karolin Gosda

Sie erhalten einen individuellen Tagesplan, der Ihre persönlichen Bedürfnisse und Interessen berücksichtigt. Dafür steht Ihnen eine breite Palette von ergänzenden Therapien zur Verfügung.

- Ergotherapie und berufsorientierte Therapie
- Achtsamkeitstraining
- Akupunktur
- Kunsttherapie und kreatives Schreiben
- Tanztherapie und Yoga
- Entspannungsübungen, z. B. Progressive Muskelrelaxation
- Sporttherapie unter sportwissenschaftlicher Leitung
- Schwimmen und Aquagymnastik
- Nordic Walking und Wirbelsäulengymnastik
- Ballsportarten
- Ernährungsberatung

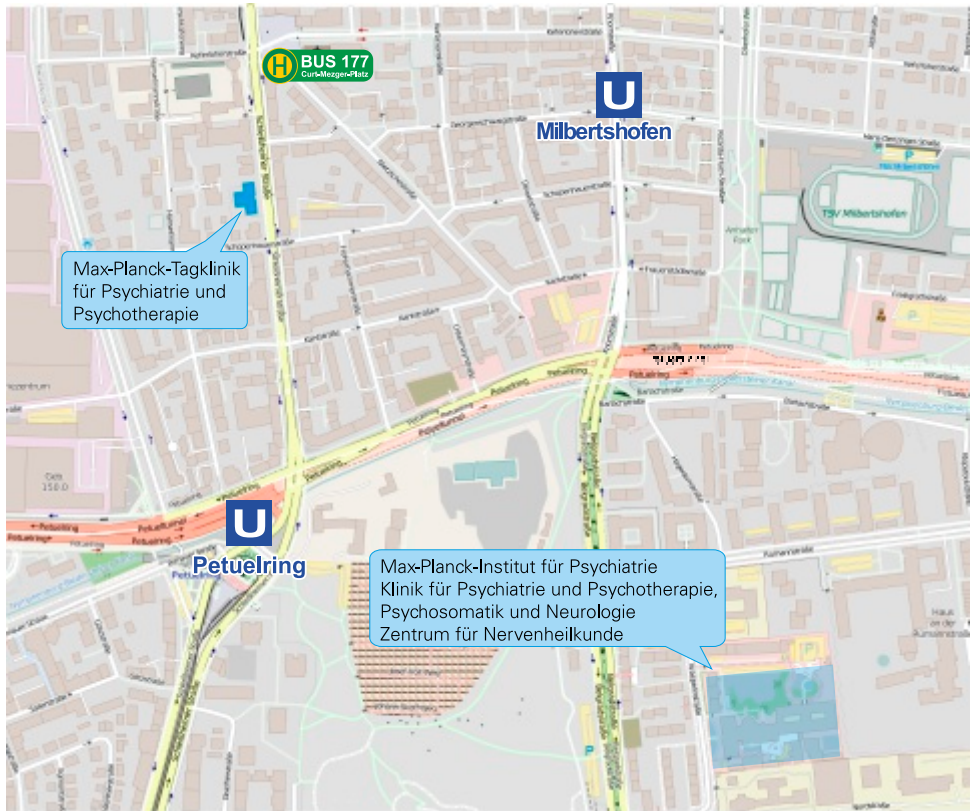
Ob Entspannung, Bewegung oder eine kreative Tätigkeit – hier findet jeder etwas, das ihm Spaß macht und bei der Bewältigung der psychischen Erkrankung hilft.

Bei der Koordination der verschiedenen Therapien werden Sie von Ihrem Bezugstherapeuten unterstützt. Sie oder er ist Ihr Ansprechpartner von der Aufnahme bis zur Entlassung, führt mit Ihnen regelmäßige Einzelgespräche und erarbeitet mit Ihnen maßgeschneiderte Konzepte zur Alltagsbewältigung.



Max-Planck-Tagklinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Schleißheimer Str. 267 • 4. Stock • 80809 München



Anmeldung

Telefon: +49 (0) 89-356249-18

Bei einem Rundgang jeden Montag um 13:45 Uhr sehen Sie sich die Tagklinik an und werden ausführlich über unser Behandlungskonzept informiert.

Bitte vorher telefonisch anmelden, Einzel-Info-Gespräche sind leider nur begrenzt möglich.

Öffnungszeiten

Montag - Donnerstag: 8:00 - 16:00 Uhr
Freitag: 8:00 - 15:00 Uhr

Kontakt

Telefon: +49 (0) 89-356249-0
Tel. alternativ: +49 (0) 89-356249-18
Fax: +49 (0) 89-356249-99

Außerhalb unserer Öffnungszeiten können Sie sich gerne über die Pforte (+49 (0) 89-30622-1) beim zentralen Aufnahmedienst unserer Klinik melden (+49 (0) 89-30622-325).

www.psych.mpg.de

