

Die Aufnahme erfolgt nach einem persönlichen  
Vorgespräch.

## KONTAKT /

Aufnahme: 07373 10-53011

**Damaris Fauth**

Psychologische Psychotherapeutin,  
therapeutische Stationsleitung  
damaris.fauth@zfp-zentrum.de  
07373 10-3628

**Dr. Heike Scholdei-Taut**

Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie,  
Oberärztin Allgemeinpsychiatrie  
heinke.scholdei-taut@zfp-zentrum.de  
07373 10-3629

## ANSCHRIFT /

ZfP Südwestfalen  
Allgemeinpsychiatrie Zwiefalten, Station 3011  
Hauptstraße 9  
88529 Zwiefalten

 [www.zfp-web.de](http://www.zfp-web.de)

 [psychiatrie.im.sueden](https://www.facebook.com/psychiatrie.im.sueden)

Ein Unternehmen der **zfp**-Gruppe Baden-Württemberg

Stand: März 2023 / 1000



# DIALEKTISCH- BEHAVIORALE THERAPIE (DBT)

## / BEI STÖRUNGEN DER EMOTIONSREGULATION

STATION 3011,  
ALLGEMEINPSYCHIATRIE  
ZWIEFALTEN /

**zfp**  
Südwestfalen





## WAS IST DIALEKTISCH-BEHAVIORALE THERAPIE? /

Dialektisch-Behaviorale Therapie, kurz DBT, ist eine Behandlung für Menschen mit emotional-instabilen Persönlichkeitsstörungen sowie für Menschen, bei denen es im Rahmen einer anderen psychischen Erkrankung zu Störungen der Emotionsregulation kommt. DBT bietet Menschen mit Störungen der Emotionsregulation einen alltagsnahen verhaltenstherapeutischen Ansatz, um ein gesundes Mittelmaß zwischen Veränderung und Akzeptanz der momentanen Situation zu finden.

Durch die Therapie erlernen die Patient:innen in einem strukturierten Therapieprogramm, mit starken unangenehmen Gefühlen, Stress oder starken Impulsen zur Selbstverletzung anders umzugehen.

Zentrales Ziel der Behandlung ist die Bewältigung von Schwierigkeiten im Alltag und die Verbesserung zwischenmenschlicher Beziehungen.

## WORAUF ZIELT DIE BEHANDLUNG? /

Mit Hilfe der DBT werden Strategien zur Bewältigung suizidaler, selbstverletzender und selbstschädigende Verhaltensmuster erlernt. Therapieschädigende Verhaltensmuster werden abgebaut, um die Patient:innen für eine nachfolgende ambulante Therapie zu befähigen. Dies geschieht durch den Aufbau von Fertigkeiten zur Bewältigung von akutem Problemverhalten.

Ziel ist es, die Lebensqualität zu verbessern und einer wiederholten Behandlungsbedürftigkeit sowie einer Behandlungsverlängerung entgegenzuwirken. Gemeinsam soll ein Erklärungsmodell der Symptomatik erarbeitet werden, um einen funktionalen Umgang mit Einsamkeit, Schuld, Scham oder Wut zu erlernen und gleichzeitig die Selbstfürsorge, die Wahrnehmung und den Ausdruck eigener Bedürfnisse einhergehend mit der Förderung sozialer Kompetenzen zu stärken.

