



## Kompaktprogramm zur Depressionsbehandlung

Unsere Oberberg Fachklinik Weserbergland bietet ein einzigartiges stationäres 3-Wochen-Kompaktprogramm zur Behandlung von Depressionen, das sich mit poststationärer Anschlussbehandlung unkompliziert in die individuelle Lebenssituation der Betroffenen einbinden lässt.

## Ihr Behandlungsteam

# Fachlich hochqualifiziert, menschlich vertrauensvoll

Der wichtigste Schlüssel zum Erfolg in der klinischen Psychotherapie ist ein gut eingespieltes, professionelles Team. Unsere ÄrztInnen, TherapeutInnen sowie Pflege- und Servicekräfte verfügen über eine fundierte fachliche Expertise – und agieren stets engagiert, herzlich und einfühlsam.

---

## Unsere Klinikleitung



**Dr. med. Hannes Horter, MBA**  
Chefarzt



**Martin Hein**  
Kaufmännischer Direktor



**Mareike Keuchel**  
Klinikmanagerin

---

## Unser ärztliches und therapeutisches Team besteht derzeit aus:

- FachärztInnen für Psychiatrie, Psychosomatik, Psychotherapie und Innere Medizin
- Psychologischen PsychotherapeutInnen
- sowie einem großen Team aus FachtherapeutInnen (Psychiatrische Fachkrankenpflege, Kunsttherapie, Sport- und Bewegungstherapie, Körpertherapie)

## Indikationen

Depressionen sind häufige Erkrankungen. Im Laufe des Lebens erkranken ca. 20 % der Menschen an zumindest einer behandlungsbedürftigen depressiven Episode. Dabei handelt es sich um ernsthafte seelische Erkrankungen, die aufgrund ihrer vielfältigen und oft unspezifischen Symptome häufig übersehen oder mit anderen Erkrankungen verwechselt werden. Eine Depression sollte jedoch immer professionell behandelt werden – je früher, desto größer sind die Chancen auf einen Erfolg der Behandlung.

Die Therapieleitlinien empfehlen je nach Schwere der Erkrankung Psychotherapie, Medikamente oder eine Kombination beider Verfahren. Ambulante Behandlungen reichen nicht immer aus, um aus der Depressionsspirale „auszubrechen“, zudem gibt es bei der ambulanten Psychotherapie oft lange Wartezeiten.



## Unser Therapiekonzept

Klassische stationäre psychiatrisch, psychotherapeutische Behandlungen sind auf 4 – 8 Wochen ausgelegt, was in vielen Lebenslagen nicht umsetzbar erscheint. Deswegen haben wir uns in der Oberberg Fachklinik Weserbergland daran gemacht ein stationäres **Kompaktbehandlungsprogramm** aufzustellen, das auf **3 Wochen** ausgelegt ist. Da diese Zeit in der Regel nicht ausreicht, um nachhaltige Veränderungen zu erreichen, ist eine **poststationäre Anschlussbehandlung**, mit 3 (telemedizinischen) Behandlungskontakten verteilt über 6 Wochen, Teil des Programms.

Ausgehend von der guten Wirksamkeit in klinischen Studien mit gerade einmal 10 Behandlungssitzungen, bietet sich die **Metakognitive Therapie (MCT)** nach Wells als Behandlungsverfahren für ein Kompaktprogramm an. Im Mittelpunkt steht hier das Grübeln, welches oft das Kernsymptom einer depressiven Erkrankung darstellt. Der Patient soll besseres Verständnis darüber erlangen, wieso er grübelt und wie er damit umgehen kann. Im Gegensatz zur klassischen kognitiven Verhaltenstherapie stehen die „Gedanken über das Denken“ (die sog. Metakognitionen), im Zentrum der Betrachtung.

Um die Behandlung zu unterstützen kann das psychotherapeutisch angelegte Grundprogramm mit Psychopharmaka oder aber einer intensivierte Therapie mittels **transkranieller Magnetstimulation (rTMS) unterstützt** werden.

Nähere Information zur rTMS finden Sie unter:



### Die Behandlung umfasst wöchentlich\*

- 3 psychologische Einzelgespräche
- 3 Gruppeneinheiten à 100 Minuten mit Inhalten aus der MCT
- 2 Gruppenstunden Psychoedukation zur Depression
- 2 Gruppenstunden einer „Wahlgruppe“
- Wöchentliche ärztliche Visiten beim Chefarzt oder einer der Oberärzte und ärztliche Sprechstunden nach Bedarf
- Gestaltungs- und Achtsamkeitsbasierte Körpertherapie in Gruppe und ggf. auch in Einzeltherapie
- Angeleitete Entspannungsverfahren
- Sporttherapie
- Optional rTMS im Theta-Burst-Verfahren mit 1-2 Sitzungen pro Tag

\*Reguläres Therapieprogramm. Abweichungen hiervon, z.B. durch Krankheitsausfälle, möglich.

Haben Sie Fragen?

## Rufen Sie uns gern an oder schreiben Sie uns eine E-Mail

In den Oberberg Kliniken behandeln wir Privatversicherte, Beihilfeberechtigte, Selbstzahlende und unter bestimmten Voraussetzungen auch gesetzlich Versicherte. Bei Interesse beraten wir Sie gern telefonisch über die Aufnahmemodalitäten, Therapiekonzepte, Behandlungsschwerpunkte sowie die Räumlichkeiten unserer Klinik.

---

### Oberberg Fachklinik Weserbergland

Brede 29

32699 Extertal-Laßbruch

Telefon +49 5754 782 959 42

weserbergland@oberbergkliniken.de

[www.oberbergkliniken.de/weserbergland](http://www.oberbergkliniken.de/weserbergland)



### Interessieren Sie sich für eine andere Oberberg Klinik oder für eines unserer Oberberg City Center?

Informieren Sie sich einfach auf unserer Website:

[www.oberbergkliniken.de/fachkliniken](http://www.oberbergkliniken.de/fachkliniken)

[www.oberbergkliniken.de/citycenter](http://www.oberbergkliniken.de/citycenter)

