



# Sie leiden unter Depressionen? Sie möchten sich stationär behandeln lassen?

Das Therapieangebot der P11 ist auf depressive Symptome ausgerichtet. Wir haben ein verhaltenstherapeutisches Programm nach aktuellem, wissenschaftlichen Stand und stärken Sie dabei, Ihre Erkrankung zu bewältigen.

Umfangreiche Gruppen- und Einzeltherapien helfen Ihnen handlungsfähiger zu werden und Ihre Freude am Leben zurückzugewinnen.

Unsere Sport-, Ergo-, Musik- oder Kunsttherapie hilft Ihnen dabei zur Ruhe zu kommen. Bewusstste Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen, Aromapflege oder lebenspraktisches Training unterstützen Sie zusätzlich.

In Einzel- und Gruppentherapie unterstützen wir Sie.



Individuell begleitet in Ihrer Behandlung werden Sie durch regelmäßige Visiten.

## Wir denken weiter



Damit Sie auch nach Ihrem Aufenthalt bei uns unterstützt werden, planen wir mit Ihnen die weitere Behandlung. So erstellen wir gemeinsam einen Rückfallschutz, unter anderem in der Soziotherapie und der Nachsorge-Gruppe.

## Wir nutzen alle Möglichkeiten



Neben psychotherapeutischen Methoden bieten wir Ihnen auch eine medikamentöse Mitbehandlung an, ebenso Elektrokrampf-, Licht-, und Schlafentzugstherapie.

## Wir geben nicht auf

Auch für chronische Depressionen nutzen wir ein spezifisches, modernes Behandlungsprogramm (CBASP), welches unter anderem mit persönlichen Prägungen, Situationsanalysen und Rollenspielen arbeitet.

In unterschiedlichen Trainings lernen Sie mit Ihrer Krankheit umzugehen.



## Wir machen Sie zum Profi



Sie lernen Ihre Krankheit zu verstehen und finden Orientierung. Gruppen- und Einzelgespräche oder spezifische Literatur setzen wir hierbei ein.

## Wir helfen Ihnen



Sie erkennen depressive Gedankengänge und verändern sie. Zum Beispiel durch metakognitives Training und die Akzeptanz-und-Commitment-Therapie.

## Wir denken an mehr



Auch Ihr soziales und berufliches Umfeld haben wir im Blick, z.B. in der Interpersonellen Psychotherapie, der Gruppe für Arbeitsleben, der Elterngruppe, dem Training sozialer Kompetenz und unseren Angehörigen-gruppen.