

The background of the entire page is a photograph of a vast, green, rolling landscape. In the center, a large, leafy tree stands on a small rise, with two wooden benches positioned on either side of its base. In the far distance, a range of rugged, rocky mountains is visible under a sky with soft, white clouds, suggesting a sunrise or sunset.

Stationäre Behandlung von Traumafolgestörungen

Gemeinsam Schritt
für Schritt weiter.

Was Sie erwartet

Belastende Erlebnisse können lange nachwirken. Vielleicht merken Sie, dass Erinnerungen Sie nicht loslassen oder Ihr Alltag schwerer geworden ist. Genau hier setzen wir gemeinsam an: In der Rehaklinik Gais bieten wir ein spezialisiertes Therapieprogramm mit integrativem Ansatz von psychotherapeutischen und körperorientierten Methoden.

Stationäres Therapieprogramm

EMDR-Gruppe

- EMDR steht für «Eye Movement Desensitization and Reprocessing» und ist eine Methode, bei der gezielte Augenbewegungen helfen, belastende Erinnerungen neu zu verarbeiten und innerlich loszulassen.

Einzelsitzungen

- Individuelle Zielbearbeitung
- Ressourcenorientierte Begleitung
- Förderung der Stressregulation

Bewegung & Entspannung

Ziele

Sie lernen, belastende Erinnerungen besser zu verarbeiten, sodass traumabezogene Symptome reduziert werden können. Zudem gewinnen Sie mehr Selbstwirksamkeit und finden Schritt für Schritt zurück zu mehr Lebensqualität.

Voraussetzungen

Damit Sie optimal von der Therapie profitieren, braucht es Motivation für die Bearbeitung traumatischer Ereignisse, ausreichend Stabilität zur traumafokussierten Behandlung, soziale Einbindung und sichere Lebensumstände, gute sprachliche Verständigung auf Deutsch sowie Selbstständigkeit in alltäglichen Aktivitäten (z. B. Mobilität, Körperpflege, Essen).

Bitte beachten Sie: Bei komplexen Traumafolgestörungen, schweren Persönlichkeitsstörungen, akuter Suizidalität, Suchterkrankungen oder psychotischen Zuständen ist eine stationäre Aufnahme in diesem Programm nicht möglich.

«Ziel ist die Reduktion traumabezogener Symptome durch EMDR-Gruppen- und Einzeltherapie.»

Informationen zu Teilnahme und Anmeldung

Wer kann teilnehmen?

Das Angebot richtet sich an Erwachsene, die unter den Folgen belastender Erlebnisse leiden – zum Beispiel nach ...

- Unfällen oder schweren Erkrankungen – wenn plötzlich nichts mehr ist wie zuvor
- traumatischen Erfahrungen im Beruf – etwa im Rettungsdienst, bei der Polizei, im Care-Bereich oder Gesundheitswesen
- Verluste oder Trennungen – wenn ein wichtiger Mensch (plötzlich) fehlt

Das Angebot umfasst

- Vorgespräch in unserem Ambulatorium Psychosomatik in St.Gallen
- Besprechung Ihrer Ziele und Erwartungen an die Behandlung, Informationen zum stationären Behandlungsangebot

- Überprüfung der Behandlungsvoraussetzungen
- Wir kümmern uns um die notwendigen administrativen Schritte (Kostengutsprache, Eintrittsplanung usw.)

Stationäre Behandlungsdauer

Die Behandlung dauert in der Regel 8 Wochen. Gemeinsam legen wir frühzeitig fest, wie Ihr weiterer Weg danach aussehen kann.

Fragen & Anmeldung

Haben Sie Fragen oder möchten Sie abklären, ob das Angebot zu Ihnen passt?

Wir sind gerne für Sie da.

Ihre Ansprechperson:

Yvonne Leist

T +41 58 511 60 02

zuweisungstelefon.gais@kliniken-valens.ch



Hier mehr erfahren.

Rehaklinik Gais

Gäbrisstrasse 1173
9056 Gais

Telefon +41 58 511 21 11
info.gais@kliniken-valens.ch
www.valens.ch/reha-gais

Wir sind Teil der Klinikgruppe Valens.