

## THERAPIE OHNE STÖRENDE ABLENKUNGEN

Eine Besonderheit unserer Klinik ist die Konzentration der therapeutischen Arbeit auf die emotionalen Prozesse unserer Patient\*innen. Bei Menschen mit psychischen oder psychosomatischen Gesundheitsstörungen stehen wesentliche Krankheitsursachen im Zusammenhang mit Beeinträchtigungen auf der Gefühlsebene (z. B. Verlust des Selbstwertgefühls, Ängste oder seelische Verwundungen durch Traumatisierung). Neue emotionale Erfahrungen, die unsere Patient\*innen in den verschiedenen Therapien bzw. der Therapeutischen Gemeinschaft machen können, sollen einen heilenden emotionalen Prozess in Gang bringen. Stimmungsverändernde Stoffe wie Alkohol, Nikotin und Drogen, das Ausweichen in Unterhaltungs- und Zerstreuungsangebote, aber auch sexuelle Kontakte können diesen Prozess stören. Während des Aufenthaltes sollen Patient\*innen mit Hilfe unserer therapeutischen Vereinbarungen auf Ablenkungen dieser Art verzichten.

### Ihr direkter Kontakt zur Aufnahmeabteilung

Montag bis Donnerstag: 09:00 bis 11:00 Uhr und 13:00 bis 15:00 Uhr  
Freitag: 09:00 bis 11:00 Uhr

**Einweiser-Rufnummer: 0151 1460 1758**  
**E-Mail: [aufnahme@adula-klinik.de](mailto:aufnahme@adula-klinik.de)**

### Ihr direkter Kontakt zur Medizinischen Leitung

Montag bis Donnerstag: 08:00 bis 12:00 Uhr und 13:00 bis 16:00 Uhr  
Freitag: 08:00 bis 12:00 Uhr

**Telefon-Durchwahl: 08322 709-210**  
**E-Mail: [chefarztsekretariat@adula-klinik.de](mailto:chefarztsekretariat@adula-klinik.de)**



**ADULA KLINIK**  
OBERSTDORF

In der Leite 6 · 87561 Oberstdorf  
Telefon 08322 709-0 · Fax: 08322 709-403

E-Mail: [info@adula-klinik.de](mailto:info@adula-klinik.de) · [www.adula-klinik.de](http://www.adula-klinik.de)



**ADULA**  
KLINIK



PSYCHOSOMATIK & PSYCHOTHERAPIE

[www.adula-klinik.de](http://www.adula-klinik.de)

## DIE ADULA KLINIK IN OBERSTDORF

Die Adula Klinik in Oberstdorf ist eine staatlich anerkannte Akut-Fachklinik für Psychosomatik und Psychotherapie mit 146 Betten, in der gesetzlich und privat Versicherte (einschließlich Beihilfeberechtigte) mit psychosomatischen Erkrankungen im Rahmen einer stationären Therapie behandelt werden.

Das multimodale Therapiekonzept der Adula Klinik beruht auf einem integrativen Ansatz mit vorwiegend tiefenpsychologischer Ausrichtung, aber auch verhaltenstherapeutischen, systemischen und gestalttherapeutischen Ansätzen.

Neben Gruppentherapien von 8–10 Patient\*innen pro Bezugstherapeut\*in, finden wöchentlich Einzeltherapien sowie zahlreiche störungsspezifische Spezialgruppen, Körpertherapien, Achtsamkeits- und Ressourcengruppen statt. Diese Angebote werden gegebenenfalls in Einzelsettings intensiviert. Ergänzt wird das Programm durch wöchentliche Großgruppensitzungen zur Verbesserung der psychosozialen Kompetenz, durch entspannende, meditative und stabilisierende Gruppen und einer Hinführung zu Selbsthilfegruppen. Darüber hinaus gibt es seelsorgerische Angebote.

Eine Besonderheit unserer Klinik stellt die Möglichkeit dar, Familienangehörige in den therapeutischen Prozess mit einzubeziehen. Neben Paar- und Familiengesprächen wird auch eine sogenannte Familienwoche für Eltern, Geschwister, Lebenspartner\*innen oder Kindern ab 17 Jahren angeboten.

Die Behandlungsdauer in unserer Klinik beträgt in der Regel zwischen 5 und 8 Wochen.



**Benedikt Reisach**  
Geschäftsführer



**Dr. med. Thorsten Jordan**  
Chefarzt

## UNSER LEISTUNGSSPEKTRUM

Für diese psychosomatischen Krankheitsbilder bieten wir therapeutische Hilfe an:

- Depressionen
- Angst- und Zwangserkrankungen
- Burnout
- Essstörungen
- Posttraumatische Belastungsreaktionen
- Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen
- Psychosomatische Störungen
- Sucht (stoffliche und stoffungebundene Süchte, auch Internetsucht)



## UNSERE THERAPEUTISCHE ARBEIT

Die Arbeit in der Adula Klinik basiert auf wissenschaftlich fundierten Verfahren der Psychotherapie und Medizin. Im Zentrum der therapeutischen Arbeit stehen folgende wissenschaftlich anerkannte Psychotherapieverfahren:

- Tiefenpsychologisch fundierte Therapie
- Kognitiv-behaviorale Therapie
- Systemische Therapie
- Achtsamkeitsbasierte Medizin
- Körpertherapie
- Traumaspezifische Verfahren
- Elemente aus DBT/Skilltraining