



Psychologische Gespräche

Psychotherapie – Unterstützung in herausfordernden Lebensphasen

Psychische Erkrankungen können jede und jeden treffen. Während Ihres Aufenthalts in der Bezirksklinik Rehau begleitet Sie unser psychologisches Team mit fachlicher Kompetenz, Wertschätzung und Vertraulichkeit.

Psychotherapie ist ein zentraler Teil der Behandlung und ergänzt medizinische und pflegerische Maßnahmen. Gespräche helfen dabei, Belastungen besser zu verstehen, neue Perspektiven zu entwickeln und Veränderungen anzustoßen.

Psychotherapie und medikamentöse Behandlung sind gleichwertige Bestandteile der Therapie und wirken häufig am besten im Zusammenspiel. Während Ihres Aufenthalts erhält jede Patientin und jeder Patient mindestens ein psychologisches Gespräch pro Woche. Eine aktive und motivierte Mitarbeit ist eine wichtige Voraussetzung für eine erfolgreiche Behandlung, insbesondere bei geplanten Aufnahmen.

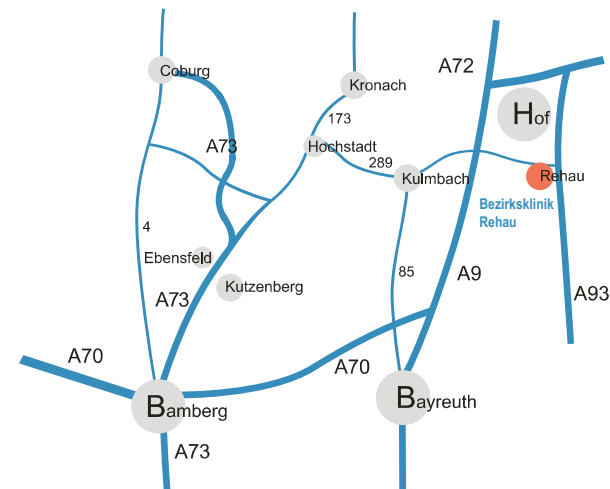
Kontakt

Bezirksklinik Rehau

Fohrenreuther Str. 48
95111 Rehau

Telefon 09283 599-0
 Fax 09283 599-276172
rehau@gebo-med.de
www.gebo-med.de

So erreichen Sie uns



03/2026



Bezirksklinik Rehau
 Fachkrankenhaus für Psychiatrie
 und Psychotherapie

Was ist Psychotherapie?

Psychotherapie ist eine wissenschaftlich fundierte Behandlung, die dabei unterstützt

- ◆ seelische Belastungen zu verstehen,
- ◆ psychische Symptome zu lindern,
- ◆ neue Bewältigungsstrategien zu entwickeln,
- ◆ die eigene Lebensqualität zu verbessern.

Im Mittelpunkt stehen Gespräche über Gedanken, Gefühle, Verhalten und aktuelle Lebenssituationen. Ziel ist es, Zusammenhänge zu erkennen, persönliche Ressourcen zu stärken und neue Wege im Umgang mit Belastungen zu entwickeln.

Wann kann psychologische Unterstützung hilfreich sein?

Psychologische Gespräche können unterstützen bei:

- ◆ Akuten Krisen,
- ◆ Länger bestehenden psychischen Beschwerden,
- ◆ Belastenden Lebensereignissen,
- ◆ Schwierigkeiten im Umgang mit Gefühlen, Stress oder Beziehungen.

Psychische Erkrankungen sind keine persönliche Schwäche. Sie entstehen meist durch ein Zusammenspiel biologischer, psychischer und sozialer Faktoren – und sie sind behandelbar.

Wie laufen psychologische Gespräche ab?

Psychologische Gespräche finden in einem geschützten Rahmen statt und unterliegen der Schweigepflicht.

Mögliche Inhalte sind:

- ◆ Klärung Ihrer aktuellen Situation und Ihrer Anliegen
- ◆ Besprechen von Symptomen und Belastungen
- ◆ Gemeinsame Zielvereinbarungen
- ◆ Entwicklung von Strategien im Umgang mit schwierigen Gefühlen oder Situationen
- ◆ Förderung von Selbstverständnis und Selbstwirksamkeit.

Tempo, Themen und Schwerpunkte werden individuell angepasst. Ein wichtiger Baustein für den Behandlungserfolg ist das selbstständige Einüben der neuen Strategien zwischen den Psychotherapiestunden, und das Umsetzen der „Hausaufgaben“ bzw. Arbeitsaufträge.

Wenn es sinnvoll ist und von Ihnen gewünscht wird, können auch Angehörige oder Bezugspersonen in die Behandlung einbezogen werden.



Psychotherapie bietet einen Raum, um Belastungen zu verstehen, neue Perspektiven zu entwickeln und Schritte in Richtung Veränderung zu gehen.

**Gemeinsam nah
am Menschen**