

Kombinierte Psychotrauma-Schmerz-Therapie der Mettnau-Kur (KPTS-Therapie^{METTNAU})

Das Angebot richtet sich in erster Linie an gesunde Ausgangspersönlichkeiten, die ein seelisch erschütterndes Ereignis durch- und überlebten und die danach unter einer posttraumatischen Belastungsstörung und eventuell zusätzlich unter weiteren Folgeerkrankungen, wie Schlafstörungen, Depressionen, Unruhezustände, psychosomatische Beschwerden u.a. leiden.

Es wird für jeden Betroffenen ein psychologisches Bewältigungsprogramm zusammen gestellt. Das Programm ist keine Therapie im herkömmlichen Sinn, sondern vielmehr ein ressourcenorientiertes Training zur Kontrolle der belastenden Erinnerungen und Bilder. Natürlich können wir das Erlebte nicht ungeschehen machen und natürlich bleibt es für die Betroffenen auch zukünftig im Gedächtnis schmerzhaft und leidvoll. Allerdings können die quälenden Erinnerungen und Bilder so bearbeitet werden, dass sie aufhören, Erschrecken, Verzweiflung und einen andauernden ungesunden Stress von innen zu bewirken.

In der KPTS^{METTNAU} setzen gute gegen die schlechten Erlebnisse und es wird nach Möglichkeit viel Sport getrieben. Körperliche Fitness und ein lebensbejahendes Ambiente hilft, schwerwiegende Erlebnisse zu relativieren, um sie zu überwinden. Wir unterstützen und bauen psychologische Ressourcen auf, die für eine gesunde Bewältigung notwendig sind. Unser Programm ist daher eine Gesundheitspartnerschaft, in der der Betroffene zum Experten für sich selbst und für seine Bewältigung wird.

Wer ein sichtbares körperliches Trauma erlitten hat, hat ein unsichtbares psychisches Trauma erlitten. In diesem Zusammenhang sind chronische Schmerzerkrankungen nach Unfällen oder Katastrophen erfahrungsgemäss besonders problematisch. Der Körper besitzt ein sogenanntes Schmerzgedächtnis, welches das erlittene Trauma aufnimmt, d.h. somatisiert. So können sich in einem Chronifizierungsprozess Schmerzen einstellen, für die keine medizinische Ursache gefunden werden kann. Hier kann ein psychologisches Schmerzbewältigungsprogramm Abhilfe schaffen.

Die KPTS-Therapie^{METTNAU} ist ressourcenorientiert und nach einem Baukastenprinzip aufgebaut, und wird für jeden Patienten individuell zusammengestellt.

Die Bausteine der Therapie sind:

1. das psychologische Traumabewältigungsprogramm unter Neurofeedback-Kontrolle
2. das psychologische Schmerzbewältigungsprogramm unter Neurofeedback-Kontrolle
3. alternative Heilmethoden (Osteopraxis, traditionelle chinesische Medizin, Fussreflexzohmentherapie, kranio-sakrale Therapie, Magnetfeldtherapie, usw.)
4. Neurofeedback zur Verbesserung der Konzentrations- und Aufmerksamkeitsleistung
5. persönl. Stressmanagement und Burnout-Prophylaxe
6. Beratung zu berufsbedingten Problemen
7. das Spektrum des Mettnau-Kur- und Sportangebotes

In der täglichen persönlichen Kommunikation beurteilen unsere Klienten selbst die Wirkungen der Anwendungen und den Grad ihres Wohlbefindens. Die angestrebte Verbesserung der Selbstwahrnehmung kommt dem persönlichen Selbstmanagement und der eigenständigen Bewältigung der Unfallfolgen zu Gute.

Der Tagessatz der KPTS-Therapie^{METTNAU} beträgt zwischen 281,00 € und 310,00 €.