

**Ärztliche Leitung:**  
Chefarzt Dr. med. Sebastian Seifert

**Psychologische Leitung:**  
Dipl.-Psych. Jana Seitzmann  
Psychologische Psychotherapeutin

**Kontakt:**  
Anmeldung/Pflege  
Telefon: 0351 856-6351

## Qualitätssicherung

- Interdisziplinäre Falkonferenzen
- Umfassende Qualifizierung der Mitarbeiter
- Mitarbeit in Qualitätszirkeln
- Interne und externe Supervision
- Netzwerkpartner verschiedener Institutionen

## Rahmenbedingungen

Die Psychosomatische Allgemeinambulanz ist eine Untereinheit der Psychiatrischen Institutsambulanz des Zentrums für Psychische Gesundheit – Weißer Hirsch. Kooperationen mit den somatischen Kliniken des Hauses sind selbstverständlich. In enger Zusammenarbeit mit der Station und der Tagesklinik ist eine prä- und poststationäre Behandlung möglich. Eine fundierte fachliche Beratung und gegebenenfalls Weitervermittlung ist ein wesentliches Anliegen der Psychosomatischen Allgemeinambulanz.



**Städtisches Klinikum Dresden**  
Zentrum für Psychische Gesundheit  
Weißer Hirsch  
Heinrich-Cotta-Straße 12  
01324 Dresden  
[www.klinikum-dresden.de](http://www.klinikum-dresden.de)

**Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie**  
Chefarzt  
Dr. med. Sebastian Seifert

Chefarztsekretariat: Sindy Kirsch  
Telefon: 0351 856-6340  
Fax: 0351 856-6342  
E-Mail:  
[psychosomatik@klinikum-dresden.de](mailto:psychosomatik@klinikum-dresden.de)  
[www.klinikum-dresden.de/psychosomatik](http://www.klinikum-dresden.de/psychosomatik)



Stand: Februar 2023



# Psychosomatische Allgemeinambulanz

Zentrum für Psychische Gesundheit  
Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie

## Kurzvorstellung

Psychosomatik im allgemeinen Sinn meint, dass körperliche („somatische“) und seelische („psychische“) Vorgänge untrennbar miteinander verbunden sind. Körperliche Erkrankungen ziehen das seelische Befinden in Mitleidenschaft und seelische Einflüsse sind bei der Entstehung oder Aufrechterhaltung von körperlichen Störungen beteiligt. Gegenstand und Ziel der psychosomatischen Behandlung ist es, das **komplexe Wechselspiel zwischen Körper und Seele** besser zu verstehen und heilsame Veränderungen in Gang zu setzen.

## Behandlungskonzept

Wir arbeiten auf der Grundlage eines **integrativen Behandlungsansatzes** (der psychodynamische, verhaltenstherapeutische, systemische und körperbezogene Elemente umfasst) im **einzel- und gruppentherapeutischen** Setting. Hierbei sollen die individuellen Probleme, relevante Beziehungserfahrungen, Erinnerungen, Gedanken und Gefühle zugelassen und angesprochen werden. In einer respektvollen, unterstützenden und zugleich klärenden Atmosphäre können Zusammenhänge zwischen aktuellen Beschwerden bzw. körperlichen Symptomen und ungelösten Konflikten erkannt und bewältigt werden.

Ziel dieses Prozesses ist es zu verstehen, wie alte Gewohnheitsmuster (z. B. hohe Leistungserwartungen sich selbst gegenüber, Unfähigkeit zu entspannen, liebloser Umgang mit sich selbst, Angst vor Hilflosigkeit oder Krankheit) chronischen Stress mit körperlicher Anspannung und damit auch körperliche Erkrankungen hervorrufen. **Entspannungsfördernde, körperbezogene sowie bewältigungsorientierte Therapieangebote** dienen dazu, heilsame Umgestaltungen mit dem eigenen Körper zu entdecken, Schmerzen und Spannungszustände zu lindern und Fehlwahrnehmungen zu korrigieren.

## Behandlungsangebote

### Einzeltherapie

- Psychotherapeutische Einzelgespräche
- Krisenintervention
- Ärztlich-Psychosomatische Behandlung
- Psychologische Testdiagnostik
- Sozialberatung
- Entspannungsfördernde Therapien (z. B. Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion)

### Gruppentherapie

- Tiefenpsychologisch fundierte Gruppentherapie
- Mentalisierungsbasierte Gruppentherapie
- Ressourcenorientierte Gruppentherapie
- Verhaltenstherapeutische Indikativgruppen
- Achtsamkeitsgruppe
- Psychosomatische Orientierungsgruppe
- Post-Covid-Gruppe mit psychosomatischen Fokus

## Wer kann sich an uns wenden?

Erwachsene mit folgenden Beschwerden:

- Belastungen bei Stress und körperlichen Erkrankungen
- Chronischer Schmerz
- Somatisierungsstörungen
- Vegetative Störungen
- Lebenskrisen
- Angststörungen
- Depressionen
- Essstörungen
- Zwangsstörungen
- Persönlichkeitsstörungen
- Verhaltensstörungen
- Lebensstilkorrelierte Erkrankungen (Adipositas)
- Psychosomatische Post-Covid-Beschwerden

## Erstkontakt

Nach einem Erstgespräch, medizinischer Anamnese und psychologischer Diagnostik klären wir, welche Therapieangebote und Weiterbehandlungsoptionen zielführend sind.

Die Terminvergabe zum Erstgespräch erfolgt nach telefonischer Anmeldung.

Es besteht das Angebot einer **Akutsprechstunde montags nach telefonischer Voranmeldung**.