



Klinik Möhnesee

Psychosomatik und Kardiologie
Rehabilitation und Prävention

Akademische Lehrstätte der Universität Duisburg-Essen

Beispielhafter Musterbehandlungsplan bei Angststörungen

Art, Anzahl und Umfang der Therapiemaßnahmen werden individuell zusammen gestellt.

Montag	Dienstag	Mittwoch
08:30 Uhr Autogenes Training	08:30 Uhr Autogenes Training	08:30 Uhr Autogenes Training
09:40 Uhr Ärztliche Visite	09:00 - 10:30 Uhr Tiefenpsychologisch orientierte Gruppentherapie	09:00 - 10:30 Uhr Tiefenpsychologisch orientierte Gruppentherapie
11:00 Uhr Bewegungstherapie in der Gruppe	11:00 Uhr Angstbewältigungsgruppe	11:00 Uhr Angstbewältigungsgruppe
Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause
13:15 Uhr Walking	13:00 Uhr Autogenes Training	13:45 Uhr Bewegungstherapie in der Gruppe
14:00 Uhr Mediz. Wannenbad	14:30 Uhr Walking	
		15:00 Uhr Aquatraining
16:00 Uhr Fitnessgymnastik		
Donnerstag	Freitag	Samstag
08:30 Uhr Autogenes Training	08:30 Uhr Autogenes Training	09:00 Expositionsübung zur Angstbewältigung
9:00 Uhr Fitnessgymnastik	09:30 Uhr Psychotherapeutisches Einzelgespräch	
10:40 Uhr Heißluft und Massage		10:30-11:20 Uhr Gesundheitsvortrag
	11:15 Uhr Aquatraining	
Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause
13:30 Uhr Kreativtherapie in der Psychotherapiegruppe	13:00 Uhr Atemfeedback	
15:00 Uhr Atemfeedback		