THE BALANCE

Trauma und Abhängigkeit

Private Behandlung

Ein Leitfaden für Betroffene und Angehörige

Ganz auf einen Klienten ausgerichtet

Mallorca, Zürich, London
Individuelle Betreuung mit Aufenthalt

Deutsch / September 2026

01 / WAS SIE VOR DER BEHANDLUNG WISSEN SOLLTEN

Was Sie vor der Behandlung wissen sollten

01 Trauma und Sucht können sich gegenseitig beeinflussen, müssen jedoch differenziert beurteilt werden, da zahlreiche weitere biologische, psychische und soziale Faktoren mitwirken können.

02 Die Behandlung priorisiert Sicherheit, Entzugsmanagement und Stabilisierung; traumafokussierte Methoden werden erst bei ausreichender Bereitschaft, Einwilligung und fachlich abgesicherter Durchführung eingesetzt.

03 Ob stationäre oder ambulante Behandlung angemessen ist, richtet sich nach aktuellem Risiko, Umfeld, Unterstützungsangebot, Koordinationsbedarf und verfügbarer weiterführender Versorgung.

Ein Klient

Eine private Residenz und ein Team, das sich nach Ihnen richtet.

Koordinierte Betreuung

Die Fachbereiche arbeiten nach einem individuellen Behandlungsplan.

Kontinuität

Die nächsten Schritte werden während der gesamten Behandlung mitgedacht.

02 / IHRE BEDÜRFNISSE VERSTEHEN

Ihre Bedürfnisse verstehen

Trauma und Sucht verstehen

Eine Trauma-Sucht-Formulierung beschreibt eine klinisch belegte Wechselwirkung zwischen traumatischer Exposition oder traumabezogenen Symptomen und Substanzkonsum oder einem anderen Suchtverhalten. Sie ist keine eigenständige formale Diagnose und sollte die Beurteilung einer PTBS, einer Substanzkonsumstörung oder anderer Erkrankungen nicht ersetzen.

Wie sich Trauma und Sucht zeigen können

Die Wechselwirkung wird häufig sichtbar, wenn Traumaerinnerungen oder Beziehungsstress dem Konsum wiederholt vorausgehen oder wenn Abstinenzversuche Belastungen offenlegen, die die Person nicht sicher zu bewältigen gelernt hat.

• Substanzkonsum oder zwanghaftes Verhalten als Reaktion auf Erinnerungen, Albträume, Angst, Scham, Taubheitsgefühle oder Konflikte

• Rückfälle an Jahrestagen, während rechtlicher Verfahren, medizinischer Behandlung, Intimität, Reisen oder bei anderen Erinnerungsreizen

• Vermeidung einer Traumabehandlung, weil frühere Behandlungen als überwältigend oder destabilisierend erlebt wurden

• Zunahme von PTBS-Symptomen während des Entzugs, bei Schlafstörungen oder in der frühen Abstinenz

• Risikoverhalten, unsichere Beziehungen oder Umfelder, die sowohl mit Konsum als auch mit Traumaexposition verbunden sind

• Dissoziation oder Erinnerungslücken, die eine genaue Darstellung von Konsum und Risiken erschweren

• Zyklen vorübergehender Erleichterung, gefolgt von Scham, Isolation und erneuten Symptomen

• Frühere Suchtbehandlung, die Trauma nicht berücksichtigte, oder Traumabehandlung, die Substanzrisiken nicht berücksichtigte

Das Muster sollte untersucht werden, ohne die Offenlegung traumatischer Inhalte als Nachweis der Motivation zu verlangen. Die Person kann beginnen, an Sicherheit, Konsum und Regulation zu arbeiten, während Einzelheiten privat oder ungewiss bleiben.

03 / SORGFÄLTIGE ABKLÄRUNG VOR EINER EMPFEHLUNG

Sorgfältige Abklärung vor einer Empfehlung

Die Beurteilung erfasst die Substanz oder das Verhalten, traumabezogene Symptome, medizinische und psychiatrische Risiken sowie die Abfolge, die Auslöser, innere Zustände, Konsum und Folgen miteinander verbindet. Sie überprüft auch, was in früheren Behandlungen geschehen ist.

Muster des Substanz-, Medikamentenkonsums oder Verhaltens, letzter Konsum, Entzug, Überdosierung und Notfallvorgeschichte

Traumatische Expositionen sowie aktuelle PTBS-, Dissoziations-, Vermeidungs- und Übererregungssymptome

Selbstverletzung, Suizidrisiko, Aggression, Ausbeutung und aktuelle Sicherheit des Umfelds

Bereitschaft, Einwilligung, Unterstützung für die Genesung und die nach der Behandlung verfügbare Kontinuität



Sicherheit und das geeignete Umfeld

Überdosierung, schwere Intoxikation, gefährlicher Entzug, Psychose, suizidale Absicht, Gewalt oder medizinische Instabilität erfordern eine Notfallversorgung, Krankenhausbehandlung oder spezialisierte Versorgung. Eine Traumavorgeschichte macht eine private stationäre Einrichtung nicht zum richtigen Rahmen für akute Risiken. Eine verfrühte oder unzureichend abgesicherte Traumaverarbeitung kann Belastungen und möglicherweise auch das Substanzrisiko erhöhen. Jede Methode erfordert eine informierte Einwilligung, fachliche Kompetenz, Überwachung und einen klaren Plan, sie zu pausieren oder den Ansatz zu ändern.

04 / BEHANDLUNG, DIE SICH AN IHNEN ORIENTIERT

Behandlung, die sich an Ihnen orientiert

Die Behandlung beginnt häufig damit, die unmittelbare Gefahr zu verringern und die Fähigkeit der Person zu erweitern, Belastungen ohne automatischen Konsum auszuhalten. Traumaspezifische Arbeit kann dann schrittweise eingeführt werden, wenn sie voraussichtlich eher hilft als überfordert.

Angemessenes Management von Entzug, Überdosierung, Selbstverletzung und medizinischen Risiken Ein gemeinsames Verständnis von Auslösern, Funktionen, Verstärkung und Folgen

Stabilisierung von Schlaf, Tagesrhythmus, Ernährung, Medikation und Umfeld Suchtbehandlung, die Motivation, Fähigkeiten, Unterstützung für die Genesung und Rückfallplanung einschließt

Traumasensible Psychotherapie von Beginn an, auch vor der Verarbeitung von Erinnerungen Traumafokussierte Methoden nur bei Bereitschaft, Einwilligung und qualifizierter Durchführung

Arbeit mit der Familie oder vertrauenswürdigen Personen, die Geheimhaltung und wenig hilfreiche Rettungsmuster verringert Weiterführende Versorgung, die Trauma und Sucht integriert, statt sie erneut voneinander zu trennen

Das Entfernen einer Substanz, ohne ihre regulierende Funktion zu ersetzen, kann die Person vulnerabel zurücklassen. Zugleich sollte die Beschreibung des Konsums als adaptiv niemals Schaden romantisieren oder die Verantwortlichkeit für Sicherheit, Beziehungen oder die Genesungsarbeit abschwächen.

Von der Abklärung zum gemeinsamen Plan

Die Empfehlung erläutert das vorgesehene Umfeld, die Prioritäten, das Team und das Tempo sowie die gemeinsame Überprüfung des Plans.

05 / DER BEHANDLUNGSALLTAG

Der Behandlungsalltag

Mallorca, Zürich, London teilen das individuelle Betreuungskonzept von THE BALANCE. Eine Residenz ist für einen Klienten reserviert, mit eigenem Koch und persönlichem Manager. Behandlung, Aktivitäten und Programm richten sich nach Ihren Bedürfnissen.



Ein privater Ort zum Innehalten

Persönlicher Raum, diskrete Koordination und ein Tagesrhythmus, der sich an den klinischen Bedürfnissen orientiert.

Raum für Erholung

Einzeltermine wechseln sich mit Ruhe, Mahlzeiten, Bewegung und Zeit zur Verarbeitung ab.

Praktische Unterstützung

Ein persönlicher Care Manager hilft bei der Koordination des Tagesablaufs und alltäglicher Angelegenheiten.

Team- und Residenzbilder aus dem Aufnahmeleitfaden von THE BALANCE. Die konkrete Residenz wird individuell bestätigt.

Mallorca

Individuelle Behandlung und Aktivitäten in einer Residenz für einen Klienten.

Zürich

Individuelle Behandlung und Aktivitäten in einer Residenz für einen Klienten.

London

Individuelle Behandlung und Aktivitäten in einer Residenz für einen Klienten.

06 / VON DER ABKLÄRUNG ZURÜCK IN DEN ALLTAG

Von der Abklärung zurück in den Alltag

01

Ein vertrauliches Gespräch

Das Aufnahmeteam hört zu und erklärt den Ablauf der klinischen Prüfung.

02

Abklärung und Empfehlung

Das Team prüft Eignung, Prioritäten, Behandlungsumfeld und individuellen Plan.

03

Persönliche Behandlung

Die Betreuung wird überprüft und an veränderte Bedürfnisse und Möglichkeiten angepasst.

04

Übergang und weitere Betreuung

Eine Übergabe verbindet die Behandlung mit Menschen, Routinen und Unterstützung zu Hause.

Die Rückkehr nach Hause vorbereiten

Die Person benötigt einen Plan für Traumaerinnerungen und Substanzrisiken im tatsächlichen häuslichen, Beziehungs- und Arbeitsumfeld. Lokale Therapie, Verantwortung für die Medikation, Unterstützung für die Genesung, familiäre Grenzen und Notfallwege sollten miteinander verbunden sein. Fortschritt kann einen verringerten Konsum, einen sichereren Umgang mit Auslösern, eine höhere emotionale Belastbarkeit, weniger Krisen, verbesserten Schlaf und bessere Beziehungen sowie die Fähigkeit umfassen, sich ausgewählten traumatischen Erfahrungen zu nähern, ohne die Stabilität der Genesung zu verlieren.

07 / DEN NÄCHSTEN SCHRITT ERWÄGEN

Den nächsten Schritt erwägen

Verursacht Trauma immer eine Sucht?

Nein. Trauma kann relevant sein, doch Sucht kann Genetik, Verstärkung, sozialen Kontext, Schmerzen, psychiatrische Erkrankungen, Verfügbarkeit und andere Faktoren umfassen. Die Beziehung muss beurteilt und darf nicht vorausgesetzt werden.

Sollte ein Trauma unmittelbar nach dem Absetzen von Substanzen bearbeitet werden?

Nicht automatisch. In der frühen Behandlung stehen häufig Sicherheit, Entzugsbehandlung, Schlaf, Stabilisierung und die Festigung der Genesung im Vordergrund. Mit der Traumabearbeitung wird erst begonnen, wenn dies angemessen ist und vereinbart wurde.

Können sich Traumasymptome während des Entzugs verschlimmern?

Das ist möglich. Schlafmangel, physiologischer Stress und das Absetzen einer Substanz, die zur Bewältigung eingesetzt wurde, können die Belastung verstärken. Gefährliche Entzugssymptome erfordern eine angemessen ausgestattete medizinische Versorgung.

Was ist, wenn eine Traumatherapie zuvor zu einem Rückfall geführt hat?

Das Team sollte Methode, Tempo, Bereitschaft, Unterstützung und Umstände überprüfen. Möglicherweise sind eine andere Abfolge oder ein anderer Ansatz erforderlich, statt daraus zu schließen, dass ein Trauma niemals bearbeitet werden kann.

Beginnen Sie mit einem Gespräch

Sprechen Sie vertraulich mit unserem Aufnahmeteam über Ihre Situation und die Möglichkeiten. Eine Anfrage verpflichtet Sie zu nichts.

+41 44 500 5111

admissions@thebalance.clinic

Vollständige Behandlungsseite

Wenn Sie oder eine andere Person unmittelbar gefährdet sind, wenden Sie sich an die örtliche Notfallversorgung. Warten Sie nicht auf eine reguläre Aufnahme oder Reise.

Allgemeine Informationen; die individuelle Behandlung richtet sich nach der Abklärung.