



UNIVERSITÄRE PSYCHIATRISCHE DIENSTE BERN (UPD)
Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Bern

Die Psychotherapie Tagesklinik

Was wir anbieten

Die Psychotherapie Tagesklinik (PTK) ist ein tagesstationäres Therapieangebot, das zum Schwerpunkt Psychotherapie UPD gehört. Sie bietet während jeweils 14 Wochen für 18 Patient*innen flexible, individuell zugeschnittene psychotherapeutische Behandlungen für 18- bis 65-jährige Menschen mit psychischen Problemen an. Anschließend kann während weiteren zwei Wochen an einem reduzierten Therapiefolgeangebot teilgenommen werden. Wir behandeln Patient*innen mit meist langjährigen Angst- und Zwangserkrankungen, Depressionen, posttraumatischen Folge- sowie Persönlichkeitsstörungen. Das Angebot der PTK richtet sich aber auch an Menschen in besonders schwierigen und belastenden Lebenssituationen, in denen eine Weiterentwicklung nachhaltig blockiert scheint. Patient*innen mit psychotischen Erkrankungen, mit akuter Alkohol-, Drogen- und Medikamentenabhängigkeit, mit einer akuten Essproblematik sowie akuter Selbst- und Fremdgefährdung, für die es in der UPD andere, spezialisierte Therapieangebote gibt, können in der PTK nicht aufgenommen werden. Im Erstgespräch (Indikationsgespräch) muss deutlich werden, dass eine ambulante psychiatrische bzw. psychotherapeutische Betreuung nicht (mehr) ausreicht, ohne dass eine vollstationäre Behandlung nötig wäre. Eine gesicherte Wohnsituation ist für einen Aufenthalt in der PTK Voraussetzung.

Wie wir arbeiten

Die PTK legt ihrer therapeutischen Arbeit ein vielschichtiges Behandlungskonzept

zugrunde, das unterschiedliche psychotherapeutische Grundhaltungen sowie allgemeine und störungsspezifische Wirkfaktoren der Psychotherapie integrativ kombiniert. Das Therapieprogramm beinhaltet Elemente der Dialektisch Behavioralen Therapie (DBT) sowie der kognitiven Verhaltenstherapie. Ergänzt wird es durch Strategien der emotionsfokussierten Therapie. Die Therapie findet in Einzel- und Gruppentherapiegesprächen statt und wird durch körperorientierte und kunsttherapeutische Behandlungsmethoden ergänzt. Wichtig sind zudem die Beziehungsarbeit im therapeutischen Milieu, die Unterstützung in sozialen Belangen sowie die Förderung und der Ausbau der persönlichen Ressourcen und Fähigkeiten der Patient*innen.

Wie läuft die Therapie ab

Mit jeder Patientin und jedem Patienten werden zu Beginn individuelle Therapieziele erarbeitet und anschließend ein individueller Behandlungsplan vereinbart. Dadurch, dass die Patient*innen während der ganzen Behandlungszeit zu Hause wohnen, können die erarbeiteten Problemlösungen immer wieder im natürlichen sozialen Umfeld überprüft und eingeübt werden. Häufig werden zusätzlich Angehörige (Partner*innen, Familie, Bezugspersonen) in die Therapie mit einbezogen. In der Einzeltherapie bringen wir jeweils bei den Patient*innen einen klärenden Prozess in Gang. Gemeinsam mit ihnen werden Gründe und familiäre Veranlassungen zusammengetragen, die aufzeigen, wie sich bestehende Störungen oder Krisen entwickelt und aufrechterhalten haben. Danach wird ein individuelles Erklärungsmodell

Die Psychotherapie Tagesklinik

ausgearbeitet, das den Patient*innen hilft, ihre Wahrnehmungen besser zu verstehen, sie einzuordnen und Kontrolle zu gewinnen. Die Problembearbeitung erfolgt sowohl in Einzel- als auch in Gruppentherapiegesprächen. So sollen Patient*innen ihre Probleme mit den dazu gehörigen Gedanken, Gefühlen und Sinnesempfindungen direkt erleben können. Diese Prozesse werden unter anderem durch folgende Gruppenangebote in Gang gesetzt: Emotionsregulations- und Achtsamkeitsgruppe, Gruppe zum Training kommunikativer Kompetenzen (angelehnt an CBASP), Skillstrainingsgruppe, Alltagsbewältigungsgruppe (durchgeführt durch Peermitarbeitende), Körperwahrnehmungstherapie, Körper- und Kunsttherapiegruppe sowie Bewegungsgruppe. Während des ganzen Therapieprozesses werden die persönlichen Ressourcen und Fertigkeiten der Patient*innen gefördert und ausgebaut. Sie werden darin unterstützt, diese zu erkennen und gezielt bei der Bewältigung ihrer Probleme zu nutzen. Dadurch sollen sie die Erfahrung machen, dass sie bestimmte Probleme aktiv, selbstständig und effizient angehen können (Selbstwirksamkeit). Dies ermöglicht und erhöht das Erleben von positiven Erfahrungen. Bei Bedarf kann zusätzlich eine medikamentöse Therapie in Betracht gezogen werden.

Wer sind wir

Das Behandlungsteam ist interdisziplinär ausgerichtet und bezieht verschiedene Berufsgruppen (Ärzte und Ärztinnen, Psycholog*innen, Pflegefachpersonen, Peermitarbeitende, Körper- und einer Sozialarbeiterin) mit ein. Für alle Patient*innen ist je ein so genanntes

Behandlungssubteam zuständig, welches aus fallführenden ärztlichen sowie psychologischen Psychotherapeut*innen sowie einer Bezugsperson des Pflegefachteams besteht, die gemeinsam die Behandlung koordinieren. Die medikamentöse Betreuung findet durch einen Arzt oder eine Ärztin statt.

Wer weist zu

Die Anmeldung erfolgt mündlich oder schriftlich durch die ambulanten ärztlichen oder psychologischen Therapeut*innen der Patient*innen, bei denen die Behandlung in der Regel auch nach dem PTK-Aufenthalt wieder aufgenommen wird. Zuweisungen von anderen psychiatrischen Kliniken oder Abteilungen innerhalb der UPD sind selbstverständlich auch möglich. Mit Patient*innen, die sich für eine Behandlung in der PTK interessieren, führen wir vor einer möglichen Aufnahme persönliche Informations- und Indikationsgespräche durch, bei denen auch Angehörige willkommen sind. In diesen Gesprächen klären wir sorgfältig ab, ob eine Behandlung in der PTK angezeigt und sinnvoll ist. In der Regel decken wir mit dem Angebot die Region Bern ab.

Behandlungskosten

Die Kosten werden von den Krankenkassen in der Grundversicherung übernommen.

Informationen

Leitung: lic. phil. Angela Frommer und Nicole Lenz, Pflegefachfrau HF

Anmeldung

Kontaktperson: lic. phil. Angela Frommer
Bolligenstrasse 111
3000 Bern 60
Telefon 031 932 84 01/02
E-Mail: ptk@upd.ch

KONTAKT

UNIVERSITÄRE PSYCHIATRISCHE DIENSTE BERN (UPD)

Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Bern

Die Psychotherapie Tagesklinik (PTK)

Bolligenstrasse 111
3000 Bern 60
Telefon 031 932 84 01
E-Mail: ptk@upd.ch

WEITERE INFORMATIONEN

Weitere Informationen zur Universitätsklinik
für Psychiatrie und Psychotherapie Bern
erhalten Sie unter www.upd.ch

UNIVERSITÄRE PSYCHIATRISCHE DIENSTE BERN (UPD) AG

Bolligenstrasse 111
3000 Bern 60
Telefon 031 930 91 11
E-Mail: info@upd.ch
www.upd.ch
