



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

CBASP – Stationäres Angebot

Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy

Was ist CBASP?

CBASP ist ein evidenzbasiertes, psychotherapeutisches Verfahren, das speziell für Menschen entwickelt wurde, die an einer chronischen Depression leiden. Die Wirksamkeit dieser Behandlungsform ist durch Studien ausführlich belegt. Der Name verdeutlicht, dass verschiedene Ansätze bisheriger Methoden zusammengeführt und speziell auf die Schwierigkeiten und Bedürfnisse chronisch depressiver Menschen zugeschnitten wurden.

Unser Angebot

Das CBASP-Therapieprogramm der Station Freiburghaus dauert in der Regel zwölf Wochen. Die Behandlung kann ab der siebten Woche im tagesstationären Setting fortgesetzt werden. Zum interdisziplinären Programm gehören CBASP-spezifische Einzelpsychotherapie, Gruppentherapie, Kiesler-Kreis-Training, Ergotherapie, Körpertherapie, pflegerische Begleitung durch eine Bezugsperson, sportliche Aktivierung am Morgen und, bei Bedarf, medikamentöse Therapie. Darüber hinaus kann der Wochenplan je nach Interesse mit weiteren freiwilligen Angeboten ergänzt werden.

Das Konzept ist in drei Phasen unterteilt

- **Einführungsphase (Woche 1–2)**
Einführung ins CBASP-Konzept und Erarbeitung der individuellen Therapieziele
- **Therapiephase (Woche 3–10)**
Spezifisches CBASP-Programm gemäss individuellen Zielen
- **Austrittsphase (Woche 11–12)**
Transfer des Gelernten in den Alltag sowie Austrittsvorbereitung

Zielgruppe

- Personen, die unter chronischer Depression leiden.
- Komorbiditäten stellen keine Kontraindikation dar. Es muss jedoch geprüft werden, ob die Symptome einer anderen Störung nicht aktuell im Vordergrund stehen (z.B. Abhängigkeit).
- Bereitschaft das zwölfwöchige Programm (mind. 6 Wochen stationär) mit dem obligatorischen Kernprogramm zu absolvieren.

Zuweisung

Die Zuweisung erfolgt durch die behandelnden Ärzt:innen oder Psycholog:innen.

Nach der Anmeldung erfolgt ein Indikationsgespräch.

Anmeldung

Bitte melden Sie sich über die folgende E-Mail-Adresse an: cbasp@upd.ch

Weitere Informationen zu CBASP und dem stationären Angebot



der Station Freiburghaus finden Sie unter: upd.ch
→ Angebot → Erwachsene
→ Stationäre Angebote
→ Affektive Störungen

KONTAKT

UNIVERSITÄRE PSYCHIATRISCHE DIENSTE BERN (UPD)

Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Station Freiburghaus/
Schwerpunkt affektive Erkrankungen

Bolligenstrasse 111
3000 Bern 60

Telefon 058 630 92 43

E-Mail: freiburghaus@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 058 930 91 11

www.upd.ch
