



UPDATE



Angehörigengruppe Psychose

Beschreibung

Psychosen bringen eine grosse emotionale Belastung mit sich. Nicht nur für die Betroffenen, sondern auch für ihr soziales Umfeld. Angehörige leiden oft unter der Situation und sind verunsichert. Was genau ist eine Psychose? Wie gehe ich als angehörige Person mit Hilflosigkeit, Ärger, Scham- und Schuldgefühlen um? Hemmen solche Gefühle meine sozialen Kontakte?

Basierend auf dem Gruppenprogramm «Emotions- und stigmafokussierte Angehörigenarbeit bei psychotischen Störungen» (Vauth, Bull & Schneider, 2009) werden wir folgende Themen bearbeiten:

gen» (Vauth, Bull & Schneider, 2009) werden wir folgende Themen bearbeiten:

- Gefühle wie Schuld, Scham, Wut, Ärger oder Hilflosigkeit
- Gängige Vorurteile erkennen und sich davon lösen lernen
- Wissen über Psychosen (Psychoedukation)
- Handlungspläne (Frühwarnzeichen, Krisenplan, Selbstfürsorge-Management etc.)

Ziele

Wir möchten Sie als Angehörige in Ihrer Situation unterstützen, gemeinsam neue Wege zu finden und umsetzbare

Lösungen zu entwickeln. Die Gruppe soll Sie befähigen, eine gesunde Balance zwischen Engagement und nötiger Abgrenzung zu finden. Zudem ist es wissenschaftlich erwiesen, dass der Einbezug der Angehörigen das Psychose-Rückfallrisiko reduzieren kann.

An wen richtet sich die Gruppe?

Die Gruppe eignet sich für alle Angehörigen, die mit der betroffenen Person in Kontakt stehen (Familienangehörige, Freunde sowie weitere nahe Bezugspersonen). Es können ca. zwei bis drei Angehörige pro betroffene Person teilnehmen. Ein Einstieg in die Gruppe ist jederzeit möglich.

Ort

Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Bern
Alte Klinik, Raum AK S2 03 «Glauser»
(zweiter Stock)
Bolligenstrasse 111
3000 Bern 60

Datum und Uhrzeit

Alle drei Wochen am Dienstag von 18:00 bis 20:00 Uhr.
Nächster Termin: Dienstag, 31. Mai 2022

Kosten

Die Teilnahme ist kostenlos.

Leitung

Nora Stauffer, Psychologin M.Sc.
Christina Frank, Pflegefachfrau HF, Paar- und Familienberaterin

Information und Anmeldung

Angehörigengruppe Psychose
Nora Stauffer
Telefon 031 930 99 65
E-Mail: nora.stauffer@upd.ch

Weiterer Kontakt

Christina Frank
E-Mail: christina.frank-fischer@upd.ch

Forschungsfenster

Nationalfonds-Förderung für ein Forschungsprojekt zur Suizidprävention

In der Schweiz erleben aktuell eine halbe Million Menschen Suizidgedanken und jährlich unternehmen rund 33 000 Menschen einen Suizidversuch. Dabei erhöht ein Suizidversuch das Risiko für einen späteren Suizid um ein Vielfaches.

Deshalb ist ein vertieftes Verständnis über die Entwicklung von suizidalem Erleben und den Übergang zu suizidalem Verhalten essentiell. Diese Erkenntnisse können direkt in die Optimierung der Behandlung von Menschen nach Suizidversuchen einfließen.

Die Forschungsgruppe von Dr. phil. Anja Gysin-Maillart und Prof. Sebastian Walther an der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Bern erhielt 460 000 Franken Forschungsförderung vom Schweizerischen Nationalfonds (SNF) für das NePsyASSIP Projekt. Dabei geht es um Fragen der Früherkennung und Behandlung von Patientinnen und Patienten mit suizidalem Erleben und Verhalten im Erwachsenenalter. Neu wird nun im ersten Teil des NePsyASSIP Projekts wissenschaftlich untersucht, wie sich Menschen mit Suizidgedanken von Menschen nach Suizidversuchen hinsichtlich psychologischer und neuropsychologischer Muster unterscheiden. Im zweiten Teil des Forschungsprojekts soll untersucht werden, wie diese Muster bei Menschen mit Suizidversuch in der Geschichte durch die Kurztherapie ASSIP (Attempted Suicide Short Intervention Program) verändert werden. Das NePsyASSIP Projekt wird zwei PhD Studierende für vier Jahre beschäftigen. Die Abschlussergebnisse werden 2026 erwartet. Zudem gibt es einige Synergien mit dem be-



reits laufenden ASSIP-Hometreatment Projekt, das von der Gesundheitsförderung Schweiz mit 1.5 Millionen Franken unterstützt wird. Die Forschung zur Suizidprävention ist klinisch enorm wichtig und erhält jetzt auch wissenschaftliche Anerkennung durch die umfangreiche Förderung, die Anja Gysin und Sebastian Walther in den letzten Jahren eingeworben haben.



ThinkSwiss–Stipendium

Erfolg in der Forschung

Professor Stegmayer konnte ein «think swiss» Stipendium für Frau Katrina Rbeiz erwirken. Dieses prestigeträchtige und hoch kompetitive Stipendium wird damit erstmals an eine psychiatrische Universitätsklinik als Gastinstitut vergeben.

Es ermöglicht der Stipendiatin aus dem Park Labor (Vanderbilt, USA) Einblick in die Forschung der renommierten Wissenschaftlerin Frau Prof. Stegmayer und ihrer Forschungsgruppe zu erlangen. Dass Prof. Katharina Stegmayer diese Ehre zuteil wird, reflektiert ihre internationale Bedeutung und Vernetzung auf dem Gebiet der Schizophrenieforschung.

Das prestigeträchtige und hoch kompetitive Stipendium wird vom Staatssekretariat für Bildung, Forschung und Innovation (SBFI) finanziert und von der schweizerischen Botschaft in Ottawa, Kanada, unterstützt. Das Programm bezweckt, excellenten amerikanischen und kanadischen Studierenden auf der Grundlage ihrer akademischen Leistungen Forschungsmöglichkeiten in der Schweiz zu bieten. Es stellt die Grundlage für eine Verstärkung der internationalen Zusammenarbeit mit dem Park Labor dar und trägt zur internationalen Sichtbarkeit für die Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie in Bern bei.



Wir heissen Frau Katrina Rbeiz herzlich bei uns Willkommen.



Über Zehn Jahre Gemeindepyschiatrisches Zentrum West (GPZ)

Das Gemeindepyschiatrische Zentrum Bern West (GPZ) ist ein Angebot der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der UPD Bern mit dem Ziel einer modernen, gemeindenahen psychiatrisch-psychosozialen Grundversorgung im Westen der Stadt Bern.

Das Konzept des GPZ baut stark auf der Integrationsbehandlung: die Behandlungsplanung richtet sich nach den individuellen Versorgungsbedürfnissen der Patientinnen und Patienten, und nicht nach der Struktur verfügbarer Behandlungseinrichtungen. Die Kernthemen im GPZ sind diagnostische Abklärungen, moderne multimodale Behandlung sowie der vorausschauende Umgang mit neuen Krankheitsepisoden, zum Beispiel Rückfallprävention. Für diese fortschrittliche Behandlung setzt sich ein multiprofessionelles Team aus Fachärztinnen und Fachärzten, Psychologinnen und Psychologen, Pflegefachpersonen, Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeitern, Kunsttherapeutinnen und Kunsttherapeuten sowie Peers ein. Die Behandlung orientiert sich an individuellen Bedürfnissen und Krankheitsverläufen und setzt auf aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse. Das GPZ-Team arbeitet eng zusammen mit Hausärztinnen und Hausärzten, Spitälern und externen Institutionen wie Sozialdiensten oder Einrichtungen zur Langzeitbetreuung psychisch Kranker.

Das GPZ bietet ambulante, tagesstationäre und stationäre Behandlungen an. So kann einem Menschen mit chronischer oder schwerer Erkrankung – zum Beispiel mit einem schweren Verlauf einer Schizophrenie – eine unter Umständen langfristige ambulante Behandlung auch bei komplexer und schwieriger Situation angeboten werden, die neben einer

intensiven medizinischen Betreuung (inkl. Diagnostik, Therapieplanung, Pharmakotherapie einschliesslich kontrollierter Medikamentenabgabe, Psychotherapie, somatische Mitbetreuung) auch eine umfassende sozialpsychiatrische Begleitung (Unterstützung hinsichtlich Tagesstruktur, sozialer Einbindung in die Gesellschaft, beruflicher und finanzieller Situation, Wohnsituation) bietet. Im Rahmen eines Case Manager-Systems ist jeder Patientin und jedem Patienten ein fallführendes Team-Mitglied zugeordnet. Bei Bedarf besteht die Möglichkeit von Hausbesuchen. Im Falle eines höheren Behandlungsbedarfs ist dank einer sehr flexiblen Organisation und engen hausinterner Vernetzung auch ein rascher Wechsel in eine teilstationäre oder stationäre Behandlung in derselben Einrichtung möglich. Dieses Konzept ermöglicht die Behandlung auch schwerstkranker Patientinnen und Patienten, deren Versorgung aufgrund der Komplexität der Anforderungen durch Privatpraxen nicht aufgefangen werden könnte, und bei denen eine rein pflegerische Betreuung ohne gleichzeitige ärztliche Behandlung unzureichend wäre. So können auch Behandlungen von Patientinnen und Patienten im Rahmen von Massnahmen der Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde (KESB) erfolgen. Aktuell werden im Ambulatorium circa 30 Prozent der Patientinnen und Patienten auf der Grundlage einer KESB-Weisung behandelt. Aufgrund der guten Vernetzung mit den anderen Standorten unserer Universitätsklinik bietet das GPZ des Weiteren die Möglichkeit einer Rekrutierung von Patientinnen und Patienten für unsere universitäre Forschung.

Das GPZ wurde 2010 durch die Zusammenlegung bisheriger Angebote der UPD (gemeindepyschiatrische Station Ostring,

Ambulatorium West, Tagesklinik Eigerstrasse und gemeinde-nahe aufsuchende Pflege) in Bern-Bümpliz neu gegründet. Das interdisziplinäre Behandlungsteam umfasst aktuell 35 diplomierte Mitarbeitende, die mit Herzblut, grosser persönlicher Motivation und Identifikation mit dem Projekt arbeiten und den besonderen Anspruch ihrer Arbeit und die interprofessionelle Teamarbeit schätzen. Im ambulanten Rahmen werden aktuell rund 230 Patientinnen und Patienten behandelt, mit einem Schwerpunkt auf schwere und chronische Erkrankungen, insbesondere psychotische Störungen. Das tagesklinische Angebot mit derzeit 30 Behandlungsplätzen besteht, je nach Bedarf in Form von Einzel- oder Gruppentherapie,

aus ärztlicher Behandlung, Bezugspflege, Soziotherapie, Psychotherapie, Familiengesprächen und Training von Alltagsaktivitäten. Das stationäre Angebot, mit fünf offen geführten Betten, ermöglicht die Behandlung von Patientinnen und Patienten in Krisensituationen. Das GPZ West wird aufgrund seiner individuellen Behandlungsplanung, seiner guten Sicherung der Kontinuität der Behandlung, gleichzeitig aber auch seiner grossen Flexibilität und seiner vielfältigen Möglichkeiten in der Ausgestaltung der Behandlung sowohl von Patientinnen und Patienten, als auch Zuweisenden sehr geschätzt. Es leistet einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsversorgung, was sich in einer grossen Nachfrage wieder spiegelt.

Interview mit einer Patientin vom GPZ

Guten Tag Frau S. Vielen Dank, dass Sie an diesem Interview teilnehmen. Das GPZ West feiert Jubiläum. Aus diesem Anlass möchten wir gerne ein kurzes Interview mit Ihnen führen. Sie kennen unsere Institution bereits seit vielen Jahren.

Wie sind Sie mit dem GPZ in Kontakt gekommen?

Das war im Jahr 2012, da waren meine Kinder fremdbetreut und mein damaliger Betreuer brachte mich, weil es mir nicht so gut ging, auf den Notfall. Das war auch mein eigener Wunsch. Drei Jahre zuvor hatte ich bereits mit den UPD ambulant zu tun. Dann kam ich zum ersten Mal in die Tagesklinik neben der Murtenstrasse.

Wie würden Sie Ihre Erfahrungen im GPZ allgemein beschreiben?

Ich bin sehr zufrieden im Ambulatorium. Ich hatte verschiedene Psychologen und Psychologinnen. Auch in der Tagesklinik und stationär im Krisenbett war ich immer sehr zufrieden. Ich konnte jederzeit kommen, wenn etwas war. Ich bin zufrieden und fühle mich hier gut aufgehoben.

Das GPZ West als gemeindepsychiatrisches Zentrum verfolgt die Idee der Integrationsbehandlung. Das heisst, das Ziel ist es, die Patienten und Patientinnen nach ihren individuellen Versorgungsbedürfnissen zu behandeln (z. B. betreffend Pflege, Psychotherapie, soziale Arbeit, ob ambulant, tagesstationär oder in einem Krisenbett). Wie haben Sie das bisher erlebt?

Sehr gut. Immer wenn ich etwas brauchte, konnte ich jederzeit anrufen oder ich konnte zum Psychologen/Psychologin oder Psychiater/Psychiaterin gehen. Das Setting wurde jedes Mal angepasst, je nachdem, wie es einem geht, es war immer unkompliziert. Ich finde das sehr gut. Es ist auch schon vorgekommen, dass der Psychologe/die Psychologin zu mir nach Hause kam, das fand ich auch sehr nett. Dass die Betreuungspersonen dann wissen, wo und wie die Patientin wohnt, finde ich sehr gut.

Was sind aus Ihrer Sicht die Vorteile daran, an einer Institution wie dem GPZ angebunden zu sein?

Ich finde es schön, dass alles unter einem Dach ist und man vom stationären in den teilstationären Bereich wechseln

kann und umgekehrt. Je nachdem was die eigenen Bedürfnisse sind. Mir ging es nicht so gut, dann konnte ich von einem Tag auf den anderen in die Tagesklinik gehen, wirklich toll! Ich bin sehr froh, dass ich sehr schnell wechseln kann. Und wenn im GPZ mal nichts frei ist, wird mir geholfen, dass ich woanders hingehen kann. Und wenn es einem besser geht, kann man wieder ins Ambulatorium zurück, wo ich ja jetzt bin.

Sie haben in ihrem Leben bereits einige Krisen erlebt. Wie haben Sie das Krisenmanagement des GPZ erlebt?

Ich kann nichts sagen, was mir nicht gefallen hätte oder wo ich gedacht hätte: «Ach das könnte jetzt aber mal schneller gehen» oder «Warum ist das jetzt so kompliziert?» Also es war nie kompliziert, es ging immer sehr schnell. Wenn ich Hilfe brauchte, konnte ich kommen und mich melden und habe sofort Hilfe gekriegt, oder wenn es mir sehr schlecht ging, wurde mir geraten, vielleicht ein paar Tage ganz stationär in die Klinik zu gehen. Wenn hier keine Krisenbetten frei waren, dann habe ich das auch angenommen. Man muss Hilfe annehmen können. Wenn man nicht mitarbeiten will und nicht annehmen will, dann ist man fehl am Platz, das sind die Voraussetzungen.

Wie nehmen Sie die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen des GPZ West wahr?

Ich war immer sehr zufrieden mit den Ärzten/Ärztinnen und Psychologen/Psychologinnen und auch mit der Pflege. Also wirklich Top! Damals als ich im Jahr 2012 herkam, war ich auch schon sehr zufrieden. Da waren noch andere Personen hier, es war aber immer sehr gut. Als es mir etwas besser ging, war ich ein paar Jahre nicht da. Dann ist es mir wieder schlechter gegangen und jetzt bin ich fast seit 1½ Jahren wieder hier. Ich bin wirklich froh. Es hat mich damals wirklich gerettet, dass ich auch ganz stationär kommen konnte und wieder zurück in die Tagesklinik oder ins Ambulatorium. Der Wechsel je nach Situation war immer super. Ich finde es auch toll, dass sich die Psychologen und Psychologinnen immer schnell einarbeiten. Es ist immer ein nahtloser Übergang und ich habe das Gefühl, alle wissen alles schon, ich muss nicht immer wieder von vorne erzählen.

Veranstaltungen



Nächste Sendungen:
Mittwoch, 15. Juni 2022
17:00–18:00 Uhr

(Wiederholung Sonntag, 26. Juni 2022, 17:00–18:00 Uhr)

Radio loco-motivo

Verrücktes Radio mit Seele: Menschen mit und ohne Psychiatrieerfahrung machen gemeinsam Radio rund ums Thema Psychiatrie, um ihre Anliegen an eine breite Öffentlichkeit zu tragen.

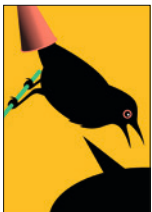
Radio loco-motivo sendet auf Radio Bern RaBe 95.6 MHz. Sendung verpasst? Kein Problem. Jederzeit nachzuhören auf www.radiolocomotivo.ch



Freitag, 17. Juni 2022
13:00–17:30 Uhr
Universitäre Psychiatrische Dienste Bern
(UPD), Bolligenstrasse 111
3000 Bern 60

Digital Tools in der Suchtbehandlung

Jahresaustausch der Schweizerischen Vereinigung Suchtpsychologie.



UNTERSTÜTZT VON DER UPD
Samstag, 18. Juni 2022
Ab 13:00 Uhr
Waisenhausplatz
3011 Bern

MAD PRIDE

Parade und Fest mit Live-Programm auf dem Bundesplatz in Bern.



Donnerstag, 7. Juli 2022
Ab 12:00 Uhr
Universitäre Psychiatrische Dienste Bern
(UPD), Bolligenstrasse 111
3000 Bern 60

Neue Befunde und Ansätze in der Arzneimittelsicherheit in der Psychiatrie

Jahrestagung der SGAMSP in Bern.

Weitere Informationen finden Sie im Veranstaltungskalender auf www.upd.ch/veranstaltungen

Dienstjubiläen Mai 2022

10

10 Jahre
Alex Wirich

15

15 Jahre
Manoharan Manickam

25

25 Jahre
Gerda Friederike Kobus

35

35 Jahre
Verena Heller-Schück

IMPRESSUM

Herausgeberin: Universitäre Psychiatrische Dienste Bern (UPD)
Gestaltung: tasty graphics gmbh

Die nächste Ausgabe des UPD-Newsletters erscheint im Juni 2022. Texte und Bilder schicken Sie bitte bis am 20. Juni 2022 an: kommunikation@upd.ch