

UPD Date



UPD-Geschäftsbericht 2022: Ein Blick zurück und nach vorne

1768 Mitarbeitende der Universitäre Psychiatrische Dienste (UPD) Bern AG haben in einem fordernden Jahr 2022 trotz Versorgungsnotstand in der Psychiatrie, den Nachwirkungen der Covid-19-Pandemie und dringend nötiger Projekte alles daran gesetzt um die integrierte psychiatrische Versorgung der Patientinnen und Patienten gewährleisten zu können.

Die UPD registrieren eine Zunahme der Nachfrage nach psychiatrischer Abklärung und Behandlung in allen Bereichen. Dies und der Fachkräftemangel führt zu langen Wartezeiten. Neben dringenden strukturellen Investitionen, der Energiekrise und der Inflation führt vor allem der Fachkräftemangel zu einem erheblichen Anstieg der Kosten, welche aufgrund der fixierten Tarife im Gesundheitswesen zu einer weiteren Verschärfung der finanziellen Situation führen.

Laufend werden die bestehenden ambulanten Angebote und stationärsersetzende Alternativen für Patient*innen gestärkt und ausgebaut und im stationären Bereich erfolgt eine Stellenaufstockung von 17 neuen Vollzeitstellen im Bereich Pflege.

Die massive Zunahme der Notfalleintritte in der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie (KJP) erforderte, trotz den Neubauplänen einen Um- und Ausbau des Notfallzentrums um ausreichend räumliche Kapazitäten für die Notfallversorgung von Kindern und Jugendlichen sicherzustellen.

Die Unterzeichnung der Absichtserklärung mit der Siloah-Gruppe für den Aufbau eines regionalen Kompetenzzentrums für die integrierte Versorgung psychisch erkrankter älterer Menschen ist ein wesentliches strategisches Projekt. Ziel dabei ist, dass vorausschauend die kommenden Herausforderungen der absehbaren demographischen Entwicklung aufgefangen und die Wirtschaftlichkeit der Leistungen verbesserte werden sollen.

Im Rahmen einer Übergangslösung für die geplante Universitätsklinik für forensische Psychiatrie, übernahm die UPD die Versorgung tagesstationärer und ambulanter Behandlungen im Strafvollzug.

Die UPD stellt sich den Herausforderungen

Es sind zusätzliche Initiativen notwendig, damit die psychiatrische Versorgungssicherheit sicherzustellen und gute Arbeitsbedingungen für Mitarbeitende zu ermöglichen. Deshalb haben die Verwaltungsräte des Psychiatriezentrum Münsingen (PZM) und der UPD Anfang 2023 eine gemeinsame Absichtserklärung unterzeichnet, in der ein Zusammenschluss unter neuem Namen geprüft wird. Ebenso hat die UPD die Tarife gekündigt, um so eine Neuverhandlung neuer und kostendeckender Tarife zu ermöglichen.

Weiterführende Informationen

[Geschäftsbericht der UPD 2022](#)
[Videobeiträge, Vorwort, Ausblick und Beiträge aus den Kliniken und Betrieben der UPD](#)



Neue Erkenntnisse in der Suizidprävention

Am vom ASSIP Home Treatment-Team organisierten Symposium «Neue Erkenntnisse in der Suizidprävention» mit über 250 Teilnehmenden wurde am 30. März 2023 in der UPD das in Bern entwickelte ASSIP Home Treatment als eines von vier Projekten vorgestellt. Alle Projekte zusammen werden von der Gesundheitsförderung Schweiz mit insgesamt sechs Millionen Franken für vier Jahre unterstützt.

Frau Dr. Franziska Widmer Howald, Projektleiterin der Prävention in der Gesundheitsversorgung (PVG) erläuterte, dass sie nicht nur Geld, sondern auch Koordination zur Verfügung stellen. Sie wollen dazu beitragen, die Lebensqualität von Patient*innen zu verbessern, ihren Behandlungsbedarf zu vermindern und dadurch auch die Gesundheitskosten zu dämpfen.

Die in der PP entwickelte Kurztherapie ASSIP (Attempted Suicide Short Intervention Program) für Menschen nach einem Suizidversuch wird seit Herbst 2021 auch ausserhalb der Sprechstunde der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie (PP) der UPD als Home Treatment angeboten.

Dieses innovative, vierjährige Projekt, geleitet von Dr. phil. Anja Gysin-Maillart und Prof. Dr. med. Sebastian Walther, wird von der Gesundheitsförderung Schweiz mit 1,5 Millionen Franken ausgestattet. In der Januarausgabe des UPDate Newsletters 2022 wurde das **Projekt** vorgestellt.

Durch die in der PP entwickelte Kurztherapie ASSIP konnte gezeigt werden, dass in drei bis vier Sitzungen mit anschließendem halbjährlichen Briefkontakt das Risiko für weitere Suizidversuche um 80 Prozent verringert werden kann. Neu wird diese Therapie jetzt auch bei den Patient*innen zuhause durchgeführt, da es immer noch Betroffene gibt, die nur schwer erreichbar sind. Nur ungefähr die Hälfte der Menschen nach einem Suizidversuch nehmen Hilfe in Anspruch. Oft wurde das bestehende Helfernetz zu wenig genutzt. Inzwischen bieten neben der UPD Bern noch vier weitere Zentren (PUK Zürich, Sanatorium Kilchberg, CHUV Lausanne und Centre Neuchâtelois de Psychiatrie) in drei Kantonen das ASSIP Home Treatment Angebot an. Für Interessierte verweisen wir auf die Website (www.assip.org) mit Informations-Video und, unter «Agenda», den Folien zu den Vorträgen des hier besprochenen Symposiums.

Ebenfalls von der Gesundheitsförderung Schweiz unterstützt werden folgende drei suizidpräventive, an diesem Nachmittag vorgestellte Projekte:

- **AdoASSIP**, die Kurzintervention ASSIP, angewandt bei Jugendlichen nach einem Suizidversuch, von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich (PUK) angeboten.
- **ASSIP en Suisse romande**, Etablierung der Methode in der Westschweiz, im Département de psychiatrie CHUV Lausanne. Um eine grössere Reichweite zu erhalten, werden neben Psycholog*innen und Psychiater*innen auch Pflegefachpersonen geschult und eingesetzt. In den Kantonen Waadt, Neuenburg und Genf bieten sie diese Therapie bereits an und wollen sie in Zukunft auf das Wallis und Fribourg ausweiten. Zudem soll auch ein AdoASSIP aufgebaut werden.
- **SERO – Suizidprävention**: Einheitlich regional organisiert zur Optimierung von Selbstmanagement und -wirksamkeit bei Suizidgefährdung in den Kantonen Luzern, Obwalden und Nidwalden geht eigene Wege. Sie verfolgen vier zentrale Massnahmen: 1. ensa Kurse «Erste Hilfe Gespräche über Suizidgedanken», 2. Erstellen eines Sicherheitsplanes, 3. ein APP für das Selbstmanagement und 4. die PRISM S Methode zur raschen Erfassung der aktuellen Suizidalität. Der Projektleiter hier ist ein Pflegeexperte APN.

Prof. Dr. med. Michael Kaess, Direktor der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie (KJP) der UPD sprach über nicht-suizidales selbstverletzendes Verhalten (NSSV), das bei 18 Prozent der Menschen im Leben vorkommt. Zwar besteht kein unmittelbar direkter Zusammenhang zwischen NSSV und Suizid, dennoch sinkt das Risiko für suizidales Verhalten massiv, wenn das NSSV aufgege-

ben wird. In der KJP haben sie ein Kurztherapie-Programm mit acht Sitzungen entwickelt, welches hilft, das NSSV aufzugeben. Auch eine Onlinetherapie mit fünf Sitzungen ist erfolgreich. Weitere Informationen zu diesem Thema finden Sie im Bericht «Früherkennung und Frühbehandlung von psychischen Erkrankungen in der Adoleszenz» auf der Seite 4.

Was gibt es neben diesen Interventionsprogrammen sonst noch Neues in der Suizidprävention zu berichten?

Dazu haben Dr. phil. Anja Gysin-Maillart und ihre Doktorandin Stella Brogna die neuste Fachliteratur und die aktuellsten Zahlen gesichtet. Eindrücklich und mit aktuellen Berichten über den Anstieg von psychischen Erkrankungen bei weiblichen Jugendlichen übereinstimmend, haben die Hospitalisierungen aufgrund mutmasslicher Suizidversuche in der Schweiz bei jungen Frauen und Mädchen (0–18 Jahre) seit 2017 zugenommen, während sie bei den Männern und Frauen ab 19 Jahren seit 2018 gleichgeblieben sind (Med. Statistik Krankenhäuser Obsan, 2022). Eine repräsentative Telefonumfrage in Frankreich von 2020 bei über 100 000 Teilnehmenden zeigte auf, dass 6500 Menschen laut eigenen Angaben einen Suizidversuch unternommen hatten. Von diesen Betroffenen haben nur 61 Prozent professionelle Hilfe gesucht. Noch weitere Studien respektive Zahlen wurden präsentiert und als Fazit folgende Empfehlungen genannt:

- Sprechen Sie suizidales Erleben und Verhalten an.
- Eine vertrauensvolle therapeutische Beziehung ist zentral.
- Suizidspezifische Interventionen sind wichtig.
- Nutzen Sie auch niederschwellige Angebote.

Lic. phil. Daniela Krneta,
Kommunikation Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie (PP)

LITERATUREMPFEHLUNG

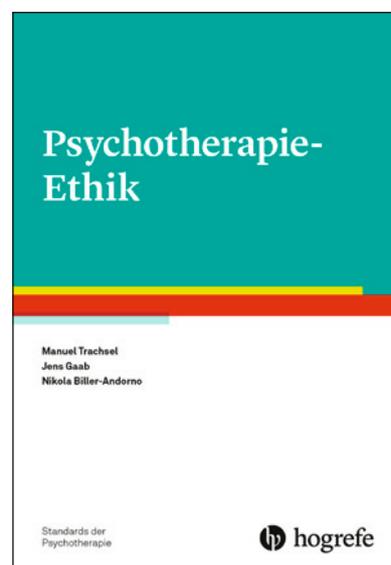
Psychotherapie-Ethik

Für Therapeut*innen ergeben sich in der psychotherapeutischen Praxis immer wieder ethisch herausfordernde Situationen. Einige wiederkehrende ethische Themen, wie Vertrauen, Intimität, Macht, Interessenkonflikte oder körperliche Nähe und Sexualität zwischen Psychotherapeut*in und Patient*in, werden seit den Anfängen des Fachs diskutiert.

Andere ethische Themen in der Psychotherapie sind beispielsweise die Patientenaufklärung, Einwilligungsfähigkeit und informierte Einwilligung, der Umgang mit Behandlungsfehlern und moralischen Verfehlungen.

Neben der praxisnahen Diskussion der Fallbeispiele werden in diesem Buch Grundkenntnisse wichtiger ethischer Theorien, Begriffe und Modelle in Anlehnung an die Medizinethik vermittelt.

Dr. phil. Werner Fey, leitender Psychologe UPD



«Ethik im Gespräch»

Manuel Trachsel, Jens Gaab,
Nikola Biller-Andorno
ISBN: 978-3-8017-2841-0
1. Auflage
Hogrefe-Verlag



PSYCHE UND PUBERTÄT

Früherkennung und Frühbehandlung von psychischen Erkrankungen in der Adoleszenz

Bereits zum zehnten Mal durften Mitarbeitende des Sozialdiensts der PP ein Laienpublikum zur Veranstaltungsreihe «Fokus Psyche» begrüßen. Seit 2018 finden an der UniS mindestens zweimal jährlich Referate rund um das Thema Psyche für die breite Öffentlichkeit statt.

Am 29. März 2023 referierte Prof. Dr. med. Michael Kaess, in einer bis auf den letzten Platz besetzten Aula, über Früherkennung und Frühbehandlung von psychischen Erkrankungen in der Adoleszenz. Das Publikum setzte sich unter anderem aus Fachleuten, wie Sozialpädagog*innen und Schulsozialarbeitenden, aber auch aus Eltern und weiteren Interessierten zusammen.

Prof. Dr. med. Michael Kaess berichtete umfassend über wesentliche Entwicklungsschritte, die in der Adoleszenz bewältigt werden müssen. Häufig treten Selbstverletzungen in suizidaler oder nichtsuizidaler Absicht auf, dabei sind Aus- und Nachwirkungen durch Mobbing deutlich nachweisbar. Das online Therapieangebot STAR-Projekt, welches in Deutschland angewendet wird, wurde erwähnt. Wie auch das «Mental Health Awareness Program», welches bei Schülerinnen und Schüler im europäischen Raum erfolgreich zur Suizidprävention eingesetzt wird. Die massive Zunahme an Patientinnen und Patienten im Notfallzentrum der Kinder- und Jugendpsychiatrie während und nach der Corona-Pandemie sowie die mangelnde Verfügbarkeit von Behandlungs-

angeboten wurden ebenfalls thematisiert. Die KJP bietet verschiedene Angebote zur psychiatrischen Behandlung von Kindern und Jugendlichen an. Wie etwa «AT_HOME» für aufsuchenden Akutbehandlung zuhause, was beim Publikum auf grosses Interesse stiess. Die Kontaktmöglichkeiten von jungen Menschen werden zudem laufend angepasst, da sich lediglich neun Prozent der Patientinnen und Patienten selber für Unterstützung melden würden.

Prof. Dr. med. Michael Kaess erteilte praktische Tipps ans Publikum. Beispielsweise wie Jugendliche, die sich selbstverletzen, mit nichtwertender Neugier angesprochen werden können.

Wie immer fand im Anschluss an das Referat eine Fragerunde statt, an der die Besucherinnen und Besucher die Möglichkeiten hatten, ihre Fragen direkt an den Referenten zu richten. Diese Gelegenheit wurde auch an diesem Abend vielfach ergriffen, wobei ein reger Austausch entstand.

Das Handout des Vortrags von Prof. Dr. med. Michael Kaess finden Sie [hier](#).

Die Veranstaltung «Fokus Psyche» geht weiter. Prof. Dr. phil. Franz Moggi wird am 6. September 2023 zum Thema «Psyche und Alkohol» referieren.

Rahel Bernet, Sozialarbeiterin MSc FH

ERFOLG IN DER FORSCHUNG

Grant für den Schlafforscher Dr. Marc Züst

Dr. Marc Züst, Leiter der Forschungsgruppe «Sleep and cognitive functions in old age» der Universitätsklinik für Alterspsychiatrie und Psychotherapie (APP) der UPD wurde für seine Studie «Preventing cognitive decline using portable, non-invasive sleep enhancement» vom Schweizerischen Nationalfonds (SNF) eine Projektförderung im Umfang von 620 000 Franken über vier Jahre zugesprochen.

Schlechter Schlaf und Demenz hängen eng zusammen und treiben sich gegenseitig an. Diesen Teufelskreis gilt es zu brechen, was mit einer Verbesserung des Schlafs erreicht werden könnte. In früheren Projekten fanden wir, dass bei schlafenden Personen über das Abspielen von sanften, rhythmischen Tönen Tiefschlaf, Gedächtnis, und Abbau von mit Demenz assoziierten Stoffwechselprodukten gefördert werden können.

In diesem Folgeprojekt verlassen wir das Schlaflabor und bringen diese rhythmischen Geräusche zu unseren Versuchspersonen nach Hause. Dafür verwenden wir ein von unseren



Projektpartnern in Zürich entwickeltes tragbares Gerät, welches im Schlaf die Hirnwellen misst und zum richtigen Zeitpunkt die Geräusche abspielt. Damit wird es möglich, diese vormals aufwändige Laborprozedur elegant ins traute Heim zu befördern.

Dr. Marc Züst, Leiter Forschungsgruppe APP



Berner Sozialstern – Nomination 2023: Es geht los!

Der Berner Sozialstern startet den diesjährigen Nominationsaufruf, um im November ein Unternehmen für das grosse Engagement als Preisträger Berner Sozialstern 2023 auszuzeichnen.

Welches Unternehmen wird Preisträger 2023?

Es soll ein Unternehmen ausgezeichnet werden, das sich für die berufliche Integration von Menschen mit einer psychisch bedingten Leistungseinschränkung einsetzt. Kennen Sie ein Unternehmen, oder gehören Sie einem Unternehmen an, das Mitarbeitenden mit psychisch bedingten Leistungseinschränkungen die Chance bietet, beruflich wieder Fuss zu fassen?

Wer kann nominiert werden?

Nominiert werden können Unternehmen aus der Region Bern, die sich besonders für die berufliche Integration von Menschen mit einer psychisch bedingten Leistungseinschränkung einsetzen. Ausgenommen sind Unternehmen, die überwiegend öffentlich finanzierte Integration anbieten. Ein Unternehmen kann jedes Jahr wieder vorgeschlagen werden (Preisträgerfirmen haben eine Wartefrist von fünf

Jahren, Best Practice Ausgezeichnete eine Wartefrist von einem Jahr).

Wer kann nominieren?

Jede Person kann ein oder mehrere Unternehmen vorschlagen. Unternehmen können sich auch selber nominieren.

Wir freuen uns auf Ihre Nomination!

Das Nominationsformular und alle Informationen finden Sie unter: www.bernersozialstern.ch

Die Nominationsfrist endet am 30. Juni 2023. Besten Dank bereits jetzt für Ihr Mitmachen!

SAVE THE DATE:

Die Preisverleihung ist geplant für den 15. November 2023 um 17.00 Uhr im Berner Rathaus – die Einladung dazu erhalten Sie Anfang Oktober.

Herzlichen Dank an unsere **Sponsoren**, ohne ihre grosszügige Unterstützung könnte diese Auszeichnung nicht verliehen werden!

Organisationskomitee Berner Sozialstern

Veranstaltungen

Minigolf Waldau: Mannschafts- und Schweizermeisterschaft 19. bis 21. Mai 2023

Der Minigolfclub Bern (MC Bern), Mitglied des Schweizerischen Minigolf Sportverbandes, mit Heimplatz der Minigolfanlage Waldau auf dem Areal der Univeristäre Psychiatrische Dienste (UPD), trägt die Mannschafts- und Schweizermeisterschaft am 19. bis 21. Mai 2023 mit rund 120 Teilnehmer*innen aus.

Minigolf ist beliebt bei Jung und Alt und wird meist an lauen Sommerabenden unter Freunden, Kollegen und in der Familie gespielt. Viele Leute wissen aber nicht, dass Minigolf auch als Sport betrieben wird und dass es weltweit Organisationen und Verbände gibt. Die Schweiz gehört zu den besten Nationen im Minigolf Sport.

Alle Interessierten sind täglich von 9.00 bis ca. 16.00 Uhr herzlich willkommen. Wir freuen uns über zahlreiche Zuschauerinnen und Zuschauer.

Programm und Spielbetrieb

Unsere Festwirtschaft sorgt für das leibliche Wohl unsere Spielerinnen und Spieler sowie für unser Gäste.

Minigolf Waldau
Minigolf-Club Bern



Nächste Sendungen:

Mittwoch, 17. Mai 2023, 17:00–18:00 Uhr

(Wiederholung Sonntag, 28. Mai 2023, 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.

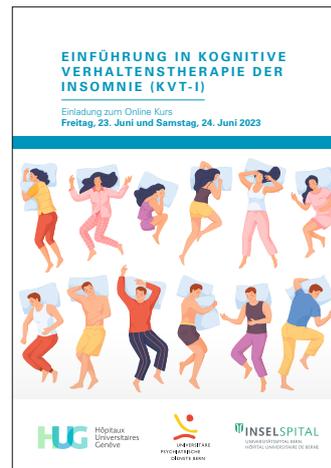
Radio loco-motivo sendet auf Radio Bern RaBe 95.6 MHz. Sendung verpasst? Kein Problem. Jederzeit nachzuhören auf www.radiolocomotivo.ch



23. Mai 2023

BERNER FACHKONGRESS DEMENZ

Weitere Informationen



23. Juni bis 24. Juni 2023

EINFÜHRUNG IN KOGNITIVE VERHALTENSTHERAPIE DER INSONNIE (KVT-I)

Weitere Informationen

IMPRESSUM

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

Die nächste Ausgabe des UPD-Newsletters erscheint im Juni 2023. Texte und Bilder schicken Sie bitte bis am 20. Mai 2023 an: kommunikation@upd.ch