

Neue Psychotherapieangebote an der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich

Dr. med. Viola Habermeyer
Oberärztin Psychotherapie- und Frauenstation

Effektive Behandlungsangebote für psychische Erkrankungen bestehen in institutionsübergreifenden multidisziplinären Therapieprogrammen, die neben der stationären Therapie auch die ambulante und tagesklinische Nachbetreuung einbeziehen. Durch die integrierte Versorgung mit psychotherapeutischem Schwerpunkt, die auf der engen Verzahnung und direkten Kommunikation zwischen den Institutionen basiert, können Rückfälle und Rehospitalisation reduziert sowie die Prognose der psychischen Erkrankung verbessert werden. Darüber hinaus werden durch integrierte Angebote kürzere Klinikaufenthalte möglich.

Psychotherapie- und Frauenstation

Im Rahmen des bio-psycho-sozialen Krankheitsmodells ist die Psychotherapie ein zentraler und integraler Bestandteil der Behandlung von Patienten mit psychischen Erkrankungen. Neben den biologisch begünstigenden Faktoren wie zum Beispiel der Prädisposition zu einer Störung der Emotionsregulation beeinflussen auch psychologische Faktoren (Persönlichkeitsanteile oder individuelle Bewältigungsstrategien) sowie die soziale Situation des Patienten (Familie, Freundeskreis, Arbeitssituation) die Entwicklung einer psychischen Erkrankung.

An der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich existiert seit eineinhalb Jahren mit dem Angebot der Psychotherapie- und Frauenstation ein psychotherapeutisches Programm, das aus Einzel- und diversen Gruppentherapien besteht und nach einem interdisziplinären Ansatz funktioniert. Es richtet sich an Patientinnen mit problematischen Persönlichkeits- und Verhaltensstilen sowie an Patientinnen, die aufgrund einer Traumatisierung an einer Posttraumatischen Belastungsstörung leiden. Gerade für diese Patientinnen kann die Psychotherapie an einem Ort, wo ausschliesslich Frauen behandelt werden, hilfreich und entlastend sein. Der gleichzeitige Kontakt mit männlichen Ärzten und Pflegefachpersonen bietet den Patientinnen die Chance, ihre Angst im Kontakt mit Männern abzubauen und Vermeidungsverhalten zu reduzieren.

Für jede Patientin wird ein individuelles Therapieprogramm erarbeitet, das sich an gemeinsam formulierten Therapiezielen orientiert und multidisziplinäre Angebote wie zum Beispiel die kognitiv-verhaltenstherapeutische Gesprächsgruppe, Skillsgruppe, Expositionstraining, Ergotherapie, Körpertherapie sowie Sozialberatung umfasst. Inhaltlich orientiert sich das Programm an der Dialektisch Behavioralen Therapie nach Linehan unter Einbezug von diversen Traumaexpositionsverfahren.

Ambulante Spezialsprechstunde für Patienten mit problematischen Persönlichkeits- und Verhaltensstilen

Begleitend wird den Patientinnen und Patienten am Zentrum für Gemeinde- und Familienpsychiatrie in Zürich ambulante Psychotherapie angeboten. Neben den Einzeltherapien werden zwei ambulante Skillsgruppen für Patienten mit Borderline Persönlichkeitsstörung, eine Depressionsgruppe sowie ein Gruppentraining sozialer Kompetenzen angeboten. Geplant ist die Einrichtung einer internetbasierten Nachbetreuung der Patienten über E-mail zur Überbrückung der sensiblen Übergangsphase nach dem Austritt aus der stationären Behandlung.

Der Ausbau der Psychotherapie an der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich stellt nicht nur eine Verbesserung der Behandlungsmöglichkeiten dar, sondern ist auch eine wichtige Massnahme in der Umsetzung einer optimierten und umfassenden ärztlichen Weiterbildung für junge Assistenzärztinnen und -ärzte. Die Psychotherapie wird auch im Rahmen der neurowissenschaftlichen Forschung an der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich beispielsweise mittels funktioneller Bildgebung im eigenen Magnetresonanz-Zentrum systematisch beforscht und mittelfristig auch akademisch ausgebaut.