

Vitos Gießen-Marburg

*Wege zur seelischen Gesundheit –
wir begleiten Sie!*



WERTSCHÄTZUNG

Ob Sucht oder Schizophrenie:
Selbstbestimmt leben trotz
chronischer psychischer
Erkrankung (S. 16)

ZUGEWANDTHEIT

Ob Burnout oder Depression:
Im geschützten Raum zur Ruhe
kommen und Kraft schöpfen
(S. 19)

VERTRAUEN

Ob Ängste oder Essstörungen:
Verständnis für jedes einzelne
Kind aufbringen
(S. 22)

vitos:

Gießen-Marburg

Inhalt

04

VON MENSCH ZU MENSCH

Wir begleiten Menschen auf dem Weg zu ihrem seelischen Wohlbefinden.

07

VITOS GIESSEN-MARBURG IN ZAHLEN

Wichtige Informationen auf einen Blick.

08

WIE BEI EINER BERGWANDERUNG

Interview mit dem Ärztlichen Direktor des Vitos Klinikums Gießen-Marburg, Professor Dr. med. Michael Franz.

12

PFLEGE GANZ NAH

Nicht allein das medizinische Krankheitsbild, sondern der Mensch steht im Mittelpunkt.

15

UNSERE SCHWERPUNKTE

Überblick über die bei uns am häufigsten behandelten Krankheiten.

Hinweis: Zur besseren Lesbarkeit wird in den Texten die männliche Form verwendet. Die weibliche Form ist selbstverständlich immer mit eingeschlossen.

16

GEMEINSAMER WEG

Porträt: Bernd Donges, Standortleiter Vitos begleitende psychiatrische Dienste Marburg.

19

KÖRPER AUF AUTOPILOT

Porträt: Prof. Dr. Uwe Gieler, Klinikdirektor Vitos Klinik für Psychosomatik Gießen.

22

BELASTETE KINDERSEELE

Porträt: Dr. med. Christian Wolf, Klinikdirektor der Vitos Kinder- und Jugendklinik für psychische Gesundheit Marburg sowie ihren zugehörigen Ambulanzen und Tageskliniken in Marburg und Alsfeld.

25

LEBEN ZWISCHEN EXTREMEN

Porträt: Dr. Sara Lucke, Psychologische Psychotherapeutin in der Vitos psychiatrischen Tagesklinik Gießen am Standort Martinshof.

Vorwort

Kompetent für Menschen

Sehr geehrte Damen und Herren,

jeden Tag verfolgen wir in unseren Kliniken und Einrichtungen EIN großes Ziel: Wir wollen Menschen dabei helfen, psychisch gesund zu werden und zu bleiben. An den vier Fachkliniken von Vitos Gießen-Marburg bieten wir ein individuelles und umfassendes Hilfsangebot für Menschen aller Altersstufen an – vom noch ungeborenen Kind einer werdenden Mutter mit Bindungsstörung bis hin zu älteren Menschen mit psychischen Erkrankungen. Zentrumsnah gelegen, sorgen unsere Einrichtungen in Gießen und Marburg mit ihren historisch gewachsenen Klinik-Parkanlagen für ein besonders angenehmes therapeutisches Ambiente – und das schon seit fast 150 Jahren.

Die Kliniken und Einrichtungen von Vitos Gießen-Marburg sind aufgrund der **öffentlichen Trägerschaft** von Gemeinnützigkeit geprägt – frei von Profitinteressen finden Menschen mit einem seelischen Leiden hier kompetente Hilfestellung. Im Mittelpunkt des **wertschätzenden Miteinanders** von Patienten und Mitarbeitern stehen die Werte, die Vitos als Unternehmen prägen: Kompetenz, Transparenz, Zugewandtheit und Vertrauen.

Wie wir diese Werte bei Vitos Gießen-Marburg leben, möchten wir Ihnen gerne auf den folgenden Seiten zeigen. Dazu stellen wir Ihnen einige unserer Mitarbeiter beispielhaft vor. Im Interview mit dem Ärztlichen Direktor Prof. Dr. med. Michael Franz erfahren Sie zum Beispiel mehr über die Kompetenz und die Erfahrung, die hinter einer Behandlung bei Vitos Gießen-Marburg steht. Von psychotherapeutischen Programmen über die ärztliche und pflegerische Rundumbegleitung bis hin zur Bewegungs- und Ergotherapie – **für einen nachhaltigen Erfolg kombinieren wir verschiedene Behandlungsformen**. Diese stimmen wir ganz auf die individuellen Bedürfnisse unserer Patienten ab. Auch für die Angehörigen sind wir da.

So unterstützt unser Programm YourCoach beispielsweise Kinder und Jugendliche, deren Eltern psychisch krank sind.

Wie Zugewandtheit durch Wertschätzung und **vertrauensvollen Umgang miteinander** gelebt werden, zeigen die Mitarbeiterporträts im Heft: Wir sorgen in interdisziplinären Teams dafür, dass Menschen sich bei uns sicher und angenommen fühlen – eine wichtige Voraussetzung für erfolgreiche Therapien. Dazu gehört auch Transparenz: Behandlungsziele stimmen wir beispielsweise in der psychiatrischen Pflege stets mit den Patienten ab.

Neben vollstationären Therapiemöglichkeiten bieten wir als **größtes Fachkrankenhaus für seelische Gesundheit in Hessen** auch die Behandlung in einer Tagesklinik, Ambulanz oder in Form einer Behandlung zu Hause (stationsäquivalente psychiatrische Behandlung/StäB oder auch Teletherapie) an. Mit Offenheit wollen wir Berührungsängsten entgegenwirken und es Hilfesuchenden ermöglichen, sich möglichst früh Unterstützung zu suchen – denn wir können helfen.

Wir wünschen wir Ihnen viel Freude beim Lesen,

Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
von Vitos Gießen-Marburg



Von Mensch zu Mensch

Vitos Klinikum Gießen-Marburg

Menschen auf dem Weg zu ihrem seelischen Wohlbefinden begleiten, individuelle Ressourcen fördern, Selbsthilfe stärken – dafür setzen wir uns bei Vitos Gießen-Marburg mit mehr als 1.000 Mitarbeitern täglich ein. Mit Engagement und Fachkompetenz behandeln wir in unseren vier Fachkliniken Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit psychischen oder psychosomatischen Erkrankungen. Wir stellen mehr als 500 stationäre Betten und Plätze zur Verfügung. Jeder Patient, jeder Klient, bekommt bei uns die Therapie und Betreuung, die er braucht.

Zu Vitos Gießen-Marburg gehören unsere Kliniken und Einrichtungen an den Standorten Gießen, Marburg und Alsfeld.



1. ERWACHSENENPSYCHIATRIE

In den Vitos Kliniken für Psychiatrie und Psychotherapie Gießen und Marburg bieten wir für Erwachsene mit allen Formen von psychischen Erkrankungen Hilfe an. Wir behandeln unter anderem Menschen mit Depressionen, bipolaren Störungen, Psychosen, Angst- und Suchterkrankungen. Unsere Erfahrung zeigt: Auch wenn psychische Störungen bei Patienten und Angehörigen oft Ängste hervorrufen, sind sie meist gut behandelbar. Wir sehen unsere Aufgabe darin, den Zustand der Patienten deutlich zu verbessern und sie nach Möglichkeit zu heilen. Unser Ziel ist es, ihnen die Rückkehr in ihr gewohntes Umfeld zu ermöglichen.

2. KINDER- UND JUGENDPSYCHIATRIE

ADHS, Depressionen, Zwangs-, Ess- oder Angststörungen, Schwierigkeiten im Sozialverhalten oder emotionale Störungen – auch bei Kindern und Jugendlichen können psychische Erkrankungen vielfältig sein. An der Vitos Kinder- und Jugendklinik für psychische Gesundheit Marburg betreuen wir junge Patienten. Welche Ursachen haben psychische Probleme? Wie können wir die Familie in die Therapie einbeziehen? Fragen wie diese stehen im Mittelpunkt der Behandlung. Unsere Ärzte und Psychologen wenden verschiedene Formen der Psychotherapie an, um die Kinder und Jugendlichen nach ihren persönlichen Bedürfnissen zu betreuen. Zudem setzen wir Ergotherapie sowie Sport- und Bewegungsangebote ein.

3. PSYCHOSOMATIK

Körperliches Leiden kann die Seele beeinflussen – und umgekehrt. So leidet etwa ein Drittel aller Patienten nach einem Schlaganfall oder Herzinfarkt an einer behandlungsbedürftigen Depression. Andere haben beispielsweise ständig Rückenschmerzen, ohne dass dafür eine organische Ursache gefunden werden kann. Ängste, Erschöpfungszustände, Burnout oder Essstörungen können bei diesen Patienten eine Rolle spielen. Hilfe finden Menschen mit psychosomatischen Krankheiten in der





Im besonderen Ambiente unserer Parkanlagen können unsere Patienten Ruhe und Kraft schöpfen.

WAS UNS AUSZEICHNET

- ⊙ Wir bieten die perfekte Mischung aus Erfahrung und individuellen Konzepten.
- ⊙ Wir orientieren uns stets am aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisstand.
- ⊙ Wir behandeln ganz nah am Bedürfnis des Patienten: ambulant, teilstationär, stationär oder zu Hause.
- ⊙ Unsere Teams bestehen aus verschiedenen Professionen und helfen interdisziplinär und bestens geschult.
- ⊙ Unsere weitläufigen Klinik-Parks schaffen Raum zum Durchatmen.
- ⊙ Wir kümmern uns vor allem um Menschen, und nicht um Profite.
- ⊙ Wir informieren regelmäßig über psychologische und psychiatrische Themen.
- ⊙ Wir stehen auch den Familien unserer Patienten zur Seite.

Vitos Klinik für Psychosomatik Gießen. Einer der Behandlungsschwerpunkte liegt hier auf der Psychodermatologie, also der Verbindung von Haut und Psyche. So gibt es etwa Therapieprogramme für Patienten, deren chronische Hauterkrankung oder Allergie mit großen psychischen Belastungen einher geht.

4. BEGLEITENDE PSYCHIATRISCHE DIENSTE

Menschen mit andauernden und ausgeprägten psychischen Erkrankungen ein selbstbestimmtes Leben ermöglichen – das ist eines der zentralen Ziele der Vitos begleitenden psychiatrischen Dienste Marburg. In unserer Einrichtung und dem betreuten Wohnen helfen wir chronisch kranken Menschen, beispielsweise mit Psychosen, Suchterkrankungen oder auch Demenzen, einen möglichst eigenständigen Alltag zu führen. Sie bekommen von uns Unterstützung in den Bereichen Wohnen, Arbeit, Freizeit und beim Gesundheitsmanagement.

In der Vitos Übergangseinrichtung Gießen bieten wir zusätzlich ein spezielles Angebot für Menschen an, die von illegalen Drogen abhängig sind. Wir betreuen unsere Klienten vollstationär und begleiten sie dabei, den Alltag wieder zu meistern und neue Motivation zu schöpfen. ⊙



Mehr zu den Standorten von Vitos Gießen-Marburg unter www.vitos-giessen-marburg.de

VITOS GIESSEN-MARBURG IN ZAHLEN

 **3** STANDORTE


MEHR ALS  **1.000** MITARBEITER

 **36** VERSCHIEDENE BERUFSGRUPPEN

MEHR ALS  **500** STATIONÄRE BETTEN & PLÄTZE

 **516.000 M²** PARKANLAGEN IN GIESSEN UND MARBURG

 **FAST 150** JÄHRIGE GESCHICHTE

MEHR ALS  **25.000** PATIENTEN IM JAHR

 **22** KLINIK-GEBÄUDE

ÜBER  **134** KOOPERATIONSPARTNER

Interview mit Professor Dr. med. Michael Franz,
Ärztlicher Direktor des Vitos Klinikums Gießen-Marburg

Wie bei einer Bergwanderung

WORIN LIEGT DIE BESONDERHEIT DES THERAPEUTISCHEN VORGEHENS BEI VITOS GIEßEN-MARBURG?

Klassischerweise waren Kliniken für Psychiatrie und Psychotherapie in drei Abteilungen gegliedert: Eine Suchtabteilung, eine Abteilung für ältere Patienten – die sogenannte Gerontopsychiatrie – und die Allgemeinpsychiatrie. In dieser fanden sich die verschiedensten Krankheitsbilder wie Zwangserkrankungen, Schizophrenie, Depression, Trauma-, Angst- oder Borderline-Störung. Heutzutage bemühen sich viele Kliniken um eine stärkere Schwerpunktbildung in Bezug auf einzelne Krankheitsgruppen. Wir haben bei Vitos, seitdem ich hier bin, auch diese Entwicklung stark vorangetrieben, Schwerpunkte für einzelne Krankheitsbilder zu bilden, um sie besser behandeln zu können.

Dort arbeiten wir gerne mit Therapieformen aus der sogenannten ‚dritten Welle der Verhaltenstherapie‘ – eine sehr integrative Entwicklung der Psychotherapie der vergangenen 15 Jahre. Diese benutzen aus den verschiedensten Therapieverfahren einzelne Bausteine und setzen sie – oft modular – so zusammen, dass sie speziell auf das Störungsbild passen.

WIE SIND SIE VORGEANGEN, UM DIESE SPEZIALISIERUNG ZU SCHAFFEN?

Ich habe analysiert, wie viele Patienten mit bestimmten Störungen bislang bei Vitos Gießen-Marburg behandelt wurden. Wo immer möglich, haben wir dafür eine Spezialisierung herbeigeführt, wenn die Inanspruchnahme groß genug war. Das ist umsetzbar, weil wir als größte Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik in Hessen sehr viele Patienten haben.

So konnten wir viele Schwerpunkte bilden und dabei ist es bereits gelungen, am Standort Gießen für die Station für Borderline-Störungen als erste in der Region eine Zertifizierung durch den Dachverband für Dialektisch-Behaviorale Therapie (DBT) zu erhalten; die Depressionsstation in Marburg wurde durch die Deutsche Gesellschaft für Interpersonelle Psychotherapie (DGIPT) zertifiziert. Darüber hinaus entwickeln wir gerade an beiden Standorten Trauma-Stationen.



Ein enger Kontakt zwischen dem
Therapeuten und dem Patienten ist bei Vitos
Gießen-Marburg von großer Bedeutung.



„Wir haben bei Vitos Gießen-Marburg Schwerpunkte für einzelne Krankheitsbilder gebildet, so können wir unsere Patienten noch besser und gezielter behandeln.“

SIE HABEN IN ZUSAMMENHANG MIT DER SPEZIALISIERUNG EINE PSYCHIATRISCHE BETRIEBSSPRACHE FÜR ALLE MITARBEITER ENTWICKELT. WAS VERBIRGT SICH DAHINTER?

Mit dem sogenannten Gießen-Marburg-Basis-Set (GIMA Basics) haben wir einen Standard für ein psychotherapeutisches Grundverhalten definiert. Damit schulen wir unsere Mitarbeiter. Dazu zählen wir beispielsweise Achtsamkeit, womit auch eine bestimmte Haltung unseren Patienten gegenüber gelehrt wird, bestimmte therapeutische Gesprächstechniken, grundlegende Verhaltensregeln oder Konzepte der Deeskalation.

KÖNNEN SIE DIE HALTUNG BESCHREIBEN, DIE BEI VITOS GEGENÜBER DEN PATIENTEN GELBT WIRD?

Patienten haben ein Anrecht auf Personal, das mit seinen unvermeidbaren Problemen und Zuständen professionell umgehen kann. Wir arbeiten bei allen Krankheitsbildern in multiprofessionellen Teams mit den Patienten. Sie bestehen aus gut ausgebildeten Ärzten, Psychologen, Pflegekräften und Therapeuten der verschiedensten Fachrichtungen. Diese nehmen gegenüber dem Patienten eine ausbalancierende Haltung zwischen Akzeptanz und Veränderung ein. Einerseits wohlwollendes ‚Fordern – komm‘, tu was – auf der anderen Seite aber auch das gute Halten und Versorgen.

» Wir nehmen gegenüber dem Patienten eine ausbalancierende Haltung zwischen Akzeptanz und Veränderung ein.«

WAS KÖNNEN PATIENTEN DAFÜR TUN, DASS IHRE BEHANDLUNG BEI VITOS ERFOLGREICH VERLÄUFT?

Die Mitarbeit und Motivation des Patienten ist neben der Beziehung ein unabdingbarer Erfolgsfaktor für das Gelingen einer Therapie. Viele Patienten kommen in einer Krise und wollen sich nicht ändern. Sie möchten nur, dass die Krise behoben wird. Wir machen natürlich jederzeit eine Krisenintervention. Wenn jemand jedoch seine Depression loswerden will, dann können wir ihm unsere Zusammenarbeit in einer Therapie anbieten und ihn da herausführen. Aber laufen müssen die Patienten selbst. Es ist wie bei einer Bergwanderung. Wir sind die Bergführer. Aber die Schritte machen die Wanderer.

GIBT ES EINE PATIENTENGESCHICHTE, DIE IHNEN IN ERINNERUNG GEBLIEBEN IST?

Da gab es beispielsweise eine junge Patientin, die Medizin studiert. Sie war in der Kindheit so schwer traumatisiert worden, dass sie ständig wie weggetreten war und sich überhaupt nicht mehr konzentrieren konnte. Sie saß nur noch stumm beim Essen, ließ die Haare ins Gesicht hängen und konnte gar nichts mehr. Man dachte, dass sie nie wieder Medizin studieren könne. Wir haben mit ihr eine Trauma-Therapie gemacht, die wir hier auch unseren ärztlichen Mitarbeitern beibringen. Diese nennt

In regelmäßigen Weiterbildungen werden die Mitarbeiter im Umgang mit neuen Therapieformen geschult.



„Patienten haben ein Anrecht auf Personal, das mit seinen unvermeidbaren Problemen und Zuständen professionell umgehen kann. Dafür setzen wir multiprofessionelle Teams ein, die bei allen Krankheitsbildern eng mit unseren Patienten zusammenarbeiten.“

Zur Person

Prof. Franz ist seit 2017 Ärztlicher Direktor des Vitos Klinikums Gießen-Marburg. Er verfügt über eine außerplanmäßige Professur am Fachbereich Medizin der Justus-Liebig-Universität Gießen. Die Vitos Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik Gießen ist akademisches Lehrkrankenhaus der Uniklinik Gießen.

Zuvor war der Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie unter anderem stellvertretender Direktor der Psychiatrischen Klinik des Universitätsklinikums Gießen und Marburg (UKGM) in Gießen sowie Ärztlicher Direktor des Vitos Klinikums Kurhessen. Seine Schwerpunkte liegen im Bereich Sozialpsychiatrie, Versorgungsforschung, Lebensqualität schizophrener Menschen, Angehörigenforschung sowie Psychotherapie in der Psychiatrie.

Er erhielt mehrere Forschungspreise wie u.a. den Schizophrenia Reintegration Award und mehrfach den Quality of Life Award sowie Nominierungen in den Fachgebieten Schizophrenie, Depression und bipolare Störungen in der Focus-Ärzteliste.

sich narrative Expositionstherapie. Dabei legt man eine Lifeline: Lebensstationen mit Blumen, die für wunderbare Erlebnisse stehen, und mit Steinen für schwere Traumata. Zu allen Steinen gibt es dann sogenannte Expositionen, d.h. der Patient geht in Begleitung des Therapeuten in die Traumaerfahrung zurück. Durch den Therapeuten wird er dabei so begleitet und festgehalten, dass er in einer mittleren Anspannung ist.

Die Patientin hatte sehr viele Steine gelegt. Nach Abschluss dieser Therapie war die Symptomatik der Patientin vollständig verschwunden. Sie hat zwischenzeitlich das Physikum, die schwerste Prüfung im Medizinstudium, geschafft, kann sich konzentrieren und arbeitet neben dem Studium. Das ist wirklich beeindruckend und zeigt, wie wirkungsvoll die Therapieverfahren der dritten Welle der Verhaltenstherapie sind, mit denen wir arbeiten.

SIE HABEN SCHON VIEL VORANGEBRACHT – WOHIN SOLL DER WEITERE WEG FÜHREN?

Ich möchte die moderne, modulare, psychotherapeutische Organisation unserer Psychotherapie in der Psychiatrie, verbunden mit guter Pharmapsychotherapie, mit der wir begonnen haben, weiter voranbringen. Dazu gehört auch die gute Weiterbildung für unsere Mitarbeiter anhand des Gießen-Marburg-Basis-Sets. Zudem möchten wir die äußerst gute Besetzung an Ärzten und weiteren Mitarbeitern erhalten. Dass das so ist, liegt meiner Meinung nach, mit Blick auf die Ärzte, vielleicht auch daran, weil hier während der Arbeitszeit Psychotherapie vollumfänglich gelehrt und durch erfahrene Spezialisten supervidiert wird. Die Mitarbeiter müssen dafür also kein externes Psychotherapieinstitut aufsuchen.

Vielen Dank für das Gespräch. ☺



Moderne Lichttherapie gehört zum Behandlungsspektrum.

Markus Kraft-Balkau, Krankenpfleger in der Psychiatrie

Pflege ganz nah

Auch nach etlichen Berufsjahren übt die Pflege in der Psychiatrie auf Markus Kraft-Balkau eine starke Faszination aus: „Jede Krankengeschichte ist anders.“ Gerade diese Unterschiede machen den psychiatrischen Pflegeberuf aus. „Wir orientieren uns nicht allein am medizinischen Krankheitsbild, sondern am Menschen“, sagt der Gesundheits- und Krankenpfleger.

Das Recht auf Selbstbestimmung hat bei Vitos einen hohen Stellenwert. Die psychiatrischen Pflegemaßnahmen orientieren sich am Patienten und seinen persönlichen Therapiezielen.



Im Jahr 1989 hat Markus Kraft-Balkau seine Ausbildung bei Vitos begonnen und durch Weiterbildungen verschiedene Zusatzqualifikationen erworben. Dem Unternehmen fühlt sich der 51-Jährige bis heute verbunden: „Es ist ein gutes Gefühl, einen Beitrag zu leisten, dass psychisch kranke Menschen ihr seelisches Gleichgewicht wiederfinden und ein eigenständiges und selbstbestimmtes Leben trotz Krankheit führen können.“

»Es ist ein gutes Gefühl, einen Beitrag zu leisten, dass psychisch kranke Menschen ihr seelisches Gleichgewicht wiederfinden.«

In der Vitos Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie in Gießen ist Kraft-Balkau Qualitätsbeauftragter Pflege auf einer Station für Menschen mit Depressionen im



Moderne Therapieformen integrieren Fühl- und Tastspiele.

höheren Lebensalter. Die psychische Erkrankung wird bei älteren Menschen häufig übersehen: Familienangehörige halten Symptome wie Antriebslosigkeit und Schlafstörungen oftmals für eine normale Alterserscheinung. Die Lebensqualität der Erkrankten lässt sich jedoch durch die Behandlung der Erkrankung z.B. in einem stationären Klinikaufenthalt entscheidend verbessern. „Wir betreuen den Patienten in der akuten Krise sehr engmaschig und vermitteln ein Gefühl der Sicherheit“, betont der Qualitätsbeauftragte Pflege.

RESSOURCEN FÖRDERN, SELBSTHILFE STÄRKEN

Das Recht auf Selbstbestimmung hat bei Vitos einen hohen Stellenwert. „Die psychiatrischen Pflegemaßnahmen orientieren sich am Patienten und seinen persönlichen Therapiezielen“, betont Kraft-Balkau. Dadurch unterscheidet sich die psychiatrische Pflege stark von der Pflege in einem allgemeinmedizinischen Klinikbetrieb, in der das Krankheitsbild den Pflegeablauf vorgibt.

Die Behandlungsziele werden dabei regelmäßig kontrolliert und bei Bedarf mit dem Patienten angepasst. Kraft-Balkau sagt: „Jeder Schritt wird mit dem Patienten abge-

stimmt. Die Inhalte der Pflege fließen in den Therapieplan mit ein.“ Leidet ein Patient beispielsweise unter einem gestörten Hunger- und Sättigungsgefühl und hat stark an Gewicht zugenommen, wird seine Selbstwahrnehmung trainiert: In welchen Momenten neigt er zum übermäßigen Essen? Welches Bedürfnis wird kompensiert und welche Alternativen gibt es? Dazu werden Achtsamkeits- und Genussgruppen angeboten, die von den Pflegekräften auch geleitet werden. Außerdem sollen Aromatherapien die Selbstheilungskräfte der Patienten aktivieren und Farblichttherapien für Entspannung sorgen.

EINFÜHLUNGSVERMÖGEN UND FACHLICHE KOMPETENZ

Eine psychiatrische Erkrankung geht immer mit einer Beziehungsstörung einher. „Dann ist die Interaktion mit anderen Menschen erschwert und soziale Kontakte brechen ab“, erklärt der Gesundheits- und Krankenpfleger. Wenn es gelingt, mit dem Patienten eine vertrauensvolle Beziehung aufzubauen, ist eine wichtige Voraussetzung für den Therapieerfolg geschaffen. Das erfordert von den Mitarbeitern Einfühlungsvermögen und ein hohes Maß an fachlicher Kompetenz.

THEORETISCHE UND PRAKTISCHE LEHRINHALTE

Um der anspruchsvollen Aufgabe der Pflege gerecht zu werden, bildet Vitos Gießen-Marburg an der unternehmenseigenen Vitos Schule für Gesundheitsberufe Oberhessen seinen Nachwuchs aus. Im April und im Oktober startet hier jedes Jahr ein neuer Kurs. An jedem Kurs nehmen etwa 15 Personen teil.

Für Vitos ist die Fort- und Weiterbildung eine Herzensangelegenheit und wird als kontinuierlicher Prozess verstanden. An der Vitos Akademie, die ein eigenständiges Unternehmen innerhalb des Vitos Konzerns ist, können die Mitarbeiter in mehr als 80 verschiedenen Seminaren sowie Fachtagungen ihre beruflichen Kompetenzen erweitern und zusätzliche Qualifikationen erwerben. Auch besteht für Mitarbeiter von Vitos die Möglichkeit, die duale Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger mit einem akademischen Studium Advanced Nursing Practice B.A. zu ergänzen oder berufsbegleitend einen Bachelor of Arts in Psychiatric Nursing zu erlangen. Sie qualifizieren sich damit als akademische Fachkraft im pflegerischen Bereich.

Markus Kraft-Balkau hat in einem Bewerbungsverfahren den Zuschlag für einen Studienplatz bekommen. Vitos vergibt pro Jahr bis zu 20 Stipendien für das Bachelorstudium und finanziert die Studiengebühren und Reisekosten für Präsenztage an der Akademie. ©



Mehr zur Vitos Akademie unter
[www.vitos.de/akademie/
studium-fuer-pflegeberufe](http://www.vitos.de/akademie/studium-fuer-pflegeberufe)

Mehr zur Vitos Schule unter
www.vitos.de/pflegeausbildung-marburg

Unsere Schwerpunkte

Borderline-Störung

Die Borderline-Störung ist eine häufige Form der Persönlichkeitsstörung. Die Betroffenen haben ein instabiles Selbstbild und eine gestörte Selbstwahrnehmung. Ein anhaltendes Gefühl von Leere führt oft zu Krisen und Phasen mit starker innerer Anspannung. Die Folge sind Selbstverletzungen und Schwierigkeiten, Gefühle zu kontrollieren. Es kann zu Suizidgedanken kommen. Eine ärztliche Behandlung kann Symptome meist deutlich abmildern.

Schizophrenie

Schizophrenie kann eine gravierende psychische Erkrankung sein, wenn sie nicht frühzeitig behandelt wird. Sie hat ein vielschichtiges Erscheinungsbild. Betroffene leiden oft unter Realitätsverlust und Wahnvorstellungen. Ihnen fällt ein normaler Umgang mit anderen Menschen schwer, ebenso wie die Bewältigung ihrer Aufgaben im Beruf und im Alltag. Wenn Patienten frühzeitig behandelt werden, kann die Krankheit einen günstigen Verlauf haben.

Bipolare Störung

Bipolare Störungen sind chronisch verlaufende psychische Erkrankungen, die durch manische und depressive Stimmungsschwankungen charakterisiert sind. Betroffene empfinden häufig in der einen Phase ein übersteigertes Hochgefühl, darauf folgen mehr oder weniger ausgeprägte Depressionen mit starker Traurigkeit. In oder nach solchen Phasen kann es zu Suiziden oder Suizidversuchen kommen. Betroffene haben oft große Probleme mit der Alltagsbewältigung. Mit einer individuell angepassten Therapie können die Patienten an Lebensqualität zurückgewinnen.

Depression

Depression ist eine der weltweit häufigsten psychischen Erkrankungen. Die Betroffenen haben ein geringes Selbstwertgefühl und ein ausgeprägtes Gefühl der inneren Leere. Der Antrieb kann soweit verringert sein, dass Betroffene selbst notwendige alltägliche Tätigkeiten nicht mehr verrichten können. Bei schweren Depressionen haben die Patienten auch Suizidgedanken. Oft kann die Erkrankung mit einer passenden Therapie jedoch gut behandelt werden.

Demenz

Eine Demenz liegt dann vor, wenn die Gedächtnisleistung merklich abnimmt. Die geistigen Fähigkeiten der Betroffenen sind so stark verringert, dass ihr alltägliches Leben davon beeinträchtigt ist. Häufig treten Stimmungsschwankungen und Reizbarkeit auf. Um von einer Demenz sprechen zu können, müssen die Symptome mindestens sechs Monate anhalten. Für demente Personen gibt es viele Hilfsmöglichkeiten.

Bernd Donges, Standortleiter Vitos begleitende psychiatrische Dienste Marburg

Gemeinsamer Weg

Mit 21 Jahren hört Tim die fremden Stimmen das erste Mal: „Du bist es nicht wert, du wirst büßen“, sagt jemand laut und deutlich zu ihm. Als sich der Jura-Student umdreht, ist weit und breit niemand zu sehen. Die Stimmen sind aber in seinem Kopf, sie pochen unaufhörlich hinter den Schläfen und werden lauter und lauter. Tim fühlt sich auch immer häufiger verfolgt. Er glaubt, andere Menschen hätten von ihm Besitz ergriffen und könnten seine Gedanken lesen. Der junge Mann leidet an einer Schizophrenie. Er nimmt Dinge wahr, die es gar nicht gibt. Das eigene Erleben und die Wahrnehmung sind so sehr gestört, dass der Bezug zur Realität verloren geht.



Das gemeinsame Kochen bringt Struktur in den Alltag.

Menschen mit einer Schizophrenie, Borderline-Persönlichkeitsstörungen, Psychosen, Suchterkrankungen, begleitet von Essstörungen, depressiven Verstimmungen und Zwangsstörungen: Bernd Donges hat in seinem Berufsleben verschiedenste psychiatrische Erkrankungen kennengelernt und weiß um die große Not der chronisch erkrankten Menschen. „Die meisten Menschen in unserer Einrichtung haben einen langen Leidensweg hinter sich, mit einer Vielzahl von Krankenhausaufenthalten, in immer kürzeren Intervallen“, erzählt der Standortleiter der Vitos begleitenden psychiatrischen Dienste Marburg.

Als deutlich wurde, dass Tims Erkrankung durch eine ambulante Therapie nicht ausreichend behandelt werden konnte, entschied sich der junge Mann für einen stationären Klinikaufenthalt und nahm im Anschluss die Begleitenden psychiatrischen Dienste in Anspruch. Der 22-Jährige hat dadurch erlernt, seinen Krankheitsverlauf und Symptome frühestmöglich wahrzunehmen, um sich rechtzeitig Hilfe zu suchen. Für Bernd Donges ist das der Idealfall: „Wenn sich der Klient vertrauensvoll an die Mitarbeiter wendet, sobald er feststellt, dass sich in der eigenen Wahrnehmung oder im Denken etwas verändert, so kann in der Regel am gleichen Tag ein Kontakt mit dem behandelnden Psychiater vereinbart werden. Ziel ist es, stationäre Krankenhausbehandlungen zu vermeiden.“

Dem Krankenhausverbund fühlt sich der Standortleiter der Vitos begleitenden psychiatrischen Dienste seit rund 40 Jahren eng verbunden. Seinem Fachbereich stehen in der Vitos Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Marburg, die sich auf einem parkähnlichen Gelände befindet, 26 stationäre Plätze und 25 Plätze für Betreutes Wohnen



» Unser Anspruch ist es, gemeinsam mit den Klienten einen individuellen Weg zu finden, damit sie möglichst selbstständig und selbstbestimmt leben können.«

BERND DONGES/Standortleiter Vitos
begleitende psychiatrische Dienste Marburg



Je nachdem wie schwer der Mensch erkrankt ist, helfen Pflegeteammitglieder und Therapeuten bei der Strukturierung und Bewältigung des Alltags: Zum Beispiel bei der Ordnung im eigenen Wohnraum.

Spezialangebot im Bereich Sucht:
Die Vitos Übergangseinrichtung Gießen
 Zu den Vitos begleitenden psychiatrischen Diensten gehört auch die Übergangseinrichtung in Gießen. Hier bekommen drogenabhängige Menschen direkt nach der Entgiftung therapeutische und persönliche Unterstützung. Unser vollstationäres Angebot hilft dabei, wieder körperlich und psychisch stabiler zu werden und mit neuer Motivation in einen drogenfreien Alltag zu starten. Auch Eltern mit Kindern können aufgenommen werden.

Mehr zu den Vitos begleitenden psychiatrischen Diensten unter www.vitos-giessen-marburg.de

zur Verfügung. Menschen, die chronisch psychisch krank sind, gelingt das selbstständige Wohnen im eigenen häuslichen Umfeld häufig nicht mehr. Auf Grundlage des notwendigen Unterstützungsbedarfs sind eine stationäre Betreuung oder Betreutes Wohnen notwendig. Auch im Betreuten Wohnen wird den Klienten in Krisen Hilfe und Unterstützung an sieben Tagen in der Woche, rund um die Uhr angeboten.

LEBEN STATT LEBEN ÜBEN

„Unser Anspruch ist es, gemeinsam mit den Klienten einen individuellen Weg zu finden, damit sie möglichst selbstständig und selbstbestimmt leben können“, so Donges. Die Mitarbeiter bieten Motivation und Anleitung zum selbstständigen Handeln und geben die Unterstützung, die tatsächlich benötigt wird.

Dieser Aspekt ist für die Arbeit in der Einrichtung entscheidend. Oftmals haben Menschen mit chronisch psychischer Erkrankung eine lange Klinik-Odyssee hinter sich und somit wenig Raum für ein selbstbestimmtes Leben gefunden. Je nachdem wie schwer der Mensch erkrankt ist, helfen Pflegeteammitglieder und Therapeuten bei der Strukturierung und Bewältigung des Alltags: Sie unterstützen bei Bedarf in den lebenspraktischen Bereichen, wie zum Beispiel Körperpflege, Kleidung, Ordnung im eigenen Wohnraum, Einkaufen und Kochen und bieten darüber hinaus je nach Interesse des Einzelnen ein vielseitiges Angebot zur Freizeitgestaltung.

„WIR FREUEN UNS AUF JEDE BEGEGNUNG“

Da ein Teil der psychisch kranken Menschen keiner regulären Beschäftigung nachgehen kann und wenig belastbar ist, bieten die Mitarbeiter der Vitos begleitenden psychiatrischen Dienste Beschäftigungsangebote im lebenspraktischen und hauswirtschaftlichen Bereich an.

„Für uns ist jeder Mensch anders und wir freuen uns auf jede Begegnung“, unterstreicht der Standortleiter das Credo der Einrichtung. Begriffe wie Menschlichkeit, Wertschätzung, Vertrauen und Zuwendung sind für das Team eine Selbstverständlichkeit im täglichen Umgang mit den Menschen. Das gilt auch für das Miteinander unter Kollegen: Das Team besteht aus Pflegeteammitgliedern, Sozialpädagogen sowie Ergo- und Physiotherapeuten. Die Mitarbeiter haben eine hohe psychiatrische Kompetenz mit Zusatzqualifikationen, wie Fachkrankenpflege, Hirnleistungstrainer und Motivational Interviewing. Alle begegnen sich auf Augenhöhe. „Ich lege Wert darauf, dass alle Mitarbeiter ein aktives Mitspracherecht haben, mit einem hohen Maß an eigenverantwortlichem Handeln“, betont Donges. ©

Prof. Dr. med. Uwe Gieler, Klinikdirektor Vitos Klinik für Psychosomatik Gießen

Körper auf Autopilot

Seit Monaten fühlt sich Anna gereizt, müde und innerlich leer. Morgens quält sich die 38-jährige Sozialpädagogin lustlos aus dem Bett. Sie hat ständig Kopfschmerzen, kann sich schlecht konzentrieren. „Job, Familie, Haushalt – ich habe den ganzen Alltag als eine Last empfunden“, erinnert sich die zweifache Mutter. Als sie bei der Arbeit zusätzliche Aufgaben übernehmen soll, kommt es zum Nervenzusammenbruch. Burnout lautet die Diagnose.





Ein zentrales Angebot ist die Bewegungstherapie – zum Beispiel in Form von Stockkampf.

Der Begriff Burnout heißt wörtlich übersetzt „ausbrennen“. Die Betroffenen sind körperlich, geistig und emotional völlig erschöpft. Das Leistungsvermögen ist deutlich reduziert, sie fühlen sich ihren Aufgaben nicht mehr gewachsen und das Selbstwertgefühl leidet. Wer an einem Burnout erkrankt ist, isoliert sich immer mehr und nimmt häufig eine distanzierte Haltung gegenüber Mitmenschen ein. „Bei diesen Symptomen hilft eine psychosomatische Behandlung, da sie den gesamten Menschen mit seinen psychischen aber auch körperlichen Bedingungen betrachtet“, erklärt Prof. Dr. Uwe Gieler, Klinikdirektor der Vitos Klinik für Psychosomatik am Standort Gießen.

ABGRENZUNG ZWISCHEN BERUF UND PRIVATEM FEHLT

Der Facharzt für Psychosomatik erlebt immer häufiger, dass Menschen über einen sehr langen Zeitraum auf Hochtouren laufen und Überlastung zum Dauerzustand wird. Gefährdet sind Menschen, denen die Abgrenzung zwischen Beruf und Privatem nicht gelingt und die es allen recht machen wollen. Eine große Risikogruppe bilden Menschen in sozialen und dienstleistenden Berufen, beispielsweise Erzieher, Pädagogen und Pflegekräfte. Auch familiäre Konflikte, Trennung, Scheidung oder die Pflege eines Angehörigen können zum Burnout führen.

ANLAUFSTELLE FÜR MENSCHEN IN KRISENSITUATIONEN

Die Vitos Klinik für Psychosomatik Gießen ist eine wichtige Anlaufstelle für Menschen in Krisensituationen. Hier

her kommen Menschen mit psychosomatischen Diagnosen, für die eine ambulante Versorgung nicht ausreicht. Die Patienten leiden unter Burnout, Depressionen und Ängsten. Häufig haben sie auch körperliche Beschwerden, für die es trotz intensiver Untersuchungen keine erkennbare organische Ursache gibt. „Psychosomatik bedeutet, die Ursache für die eigenen körperlichen Probleme zu finden und durch diese Erklärung seine Einstellung und sein Verhalten zu ändern, um sich besser zu fühlen“, weiß Prof. Dr. Gieler.

In dem Klinikgebäude, mitten in einer Parkanlage am Rande der Stadt, können die Patienten in einem geschützten Raum zur Ruhe kommen und Kraft schöpfen. Die Therapie dauert in der Regel sechs Wochen. Zur Verfügung stehen 15 stationäre und 8 tagesklinische Plätze. Patienten der Tagesklinik nehmen tagsüber am Therapieprogramm teil und dürfen abends sowie am Wochenende nach Hause.

MIT KREATIVITÄT UND BEWEGUNG ZUR SELBSTWIRKSAMKEIT

Entscheidet sich der Patient nach einem Erstgespräch für eine Therapie in der Vitos Klinik für Psychosomatik Gießen, schließen sich umfassende diagnostische Untersuchungen an. Dabei arbeiten Fachärzte für Psychosomatik, Psychologen, Bewegungstherapeuten, Ergotherapeuten, Pflegekräfte und Sozialarbeiter Hand in Hand. Die Behandlung fußt auf verhaltenstherapeutischen und psychodynamischen Einzel- sowie

Gruppengesprächen, die von Psychotherapeuten geleitet werden. Kreatives Gestalten, Bewegung sowie Entspannungsübungen gehören beispielsweise zum Tagesablauf.

„Menschen mit Depressionen und Ängsten sind körperlich meist wenig oder gar nicht aktiv“, erklärt Dr. med. Peter Felder, Oberarzt der Klinik. Ein zentrales Angebot in der Vitos Klinik für Psychosomatik Gießen ist daher die Bewegungstherapie: Selbstwahrnehmung, Ausdauertraining, Stockkampf, Slackline und als neues Element das therapeutische Boxen. „Den eigenen Körper in seiner Standfestigkeit zu erleben oder auch die eigenen Unsicherheiten im Umgang mit seinem Körper zu spüren, ist als Ergänzung der psychosomatischen Behandlung oft von sehr hohem Wert“, ergänzt Klinikdirektor Prof. Dr. Gieler.

Schlüsselerlebnisse haben die Patienten auch in der Hipponotherapie (tiergestützte Therapie mit Pferden). Die Patienten führen z.B. ein Pony. Scheuen sie sich, die Richtung vorzugeben, spürt das Pony sofort die Unsicherheit, übernimmt das Kommando und macht was es will. Das therapeutische Arbeiten hilft dann, eine klare Haltung einzunehmen und diese auch deutlich zu machen.

EIN WICHTIGER „BOXENSTOPP“

Für Anna war der Aufenthalt in der Vitos Klinik für Psychosomatik ein wichtiger „Boxenstopp“. „Ich gehe seitdem viel achtsamer mit meinen Ressourcen um“, sagt die Sozialpädagogin. Freizeitaktivitäten, mit anderen Menschen Zeit verbringen und Freude empfinden – das alles glaubte sie, verloren zu haben. „Ich bin dankbar, das Leben wieder genießen zu können.“ ☺



Schwerpunkt Psychodermatologie
An der Vitos Klinik für Psychosomatik Gießen werden Menschen mit allen Formen psychosomatischer Erkrankungen behandelt. Darüber hinaus verfügt sie über den in der Region einzigartigen Behandlungsschwerpunkt Psychodermatologie, also der Verbindung von Psyche und Haut. Im Rahmen dessen bietet die Klinik ein Therapieprogramm für Menschen, bei denen Hauterkrankungen und Allergien belastende Auswirkungen auf die Psyche haben und umgekehrt.

Mehr zur Vitos Klinik für Psychosomatik Gießen
www.vitos.de/kps-giessen



» Psychische Ursachen für körperliche Beschwerden werden häufig lange übersehen und zu spät erkannt! «

PROF. DR. MED. UWE GIELER/
Klinikdirektor Vitos Klinik für Psychosomatik Gießen

Die Behandlung fußt auf verhaltenstherapeutischen und psychodynamischen Einzel- sowie Gruppengesprächen, die von Psychotherapeuten geleitet werden.

Dr. med. Christian Wolf,
Klinikdirektor der Vitos Kinder- und Jugendklinik für psychische Gesundheit Marburg

Belastete Kinderseele

Nora weint bitterlich: „Mein Bauch tut so weh, ich kann nicht in die Schule.“ Ihre Mutter kennt diese Situation nur zu gut. Sobald sie sich von ihrer Tochter entfernt, hat die Siebenjährige Bauchschmerzen und ist völlig außer sich. Nora leidet unter einer emotionalen Störung mit Trennungsangst. Das Kind empfindet eine große Furcht, seine Eltern nicht wiederzusehen.



Oben: Die Bewegungstherapie erhöht das Selbstvertrauen.
Unten: Das Ansprechen der Kreativität wirkt positiv auf die Kinderseele.

In Deutschland sind etwa 17 Prozent der Kinder und Jugendlichen psychisch auffällig und haben psychosomatische Beschwerden. Depressionen, Ängste und Essstörungen sowie aggressives oder zwanghaftes Verhalten, Hyperaktivität und Aufmerksamkeitsstörungen haben meist unterschiedlichste Ursachen. Aber immer sind sie Ausdruck dafür, dass im Leben des Heranwachsenden etwas aus dem Lot geraten ist.

Dr. Christian Wolf ist seit 20 Jahren Klinikdirektor der Vitos Kinder- und Jugendklinik für psychische Gesundheit Marburg (ehemals Klinik Lahnhöhe) und erlebt immer mehr junge Patienten mit ausgeprägten Angststörungen. „Trennungsängste wie im Fall von Nora betreffen häufig wohlbehütete Kinder, deren Eltern selbst ängstlich und mit ihrem Kind symbiotisch verbunden sind“, sagt der Chefarzt. Bei der kleinen Nora beispielsweise mangelte es an Freiraum für das eigene Tun und Erleben. „Das Mädchen hatte kaum Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und fand sich ohne ihre Eltern nicht zurecht“, so Wolf.

MIT DER GANZEN FAMILIE AUF URSACHENFORSCHUNG

„Uns ist es wichtig, Vertrauen aufzubauen und gemeinsam mit der Familie nach den Gründen für die Probleme zu suchen“, betont Dr. Wolf. Die vertrauensvolle Beziehung zwischen Therapeuten und Patienten bildet bei der Vitos Kinder- und Jugendklinik für psychische Gesundheit Marburg die wesentliche Grundlage für den Erfolg der Behandlung. „Jedes einzelne Kind soll sich bei

Ein Spieltherapiezimmer, eine Turnhalle, ein Fitnesskeller und ein Entspannungsraum stehen zur Verfügung.



uns verstanden fühlen“, sagt Wolf. Je nach Altersgruppe und Erkrankung werden unterschiedliche Behandlungsangebote gemacht.

Das Angebot auf dem Klinikgelände ist abwechslungsreich: Zur Verfügung stehen beispielsweise ein Spieltherapiezimmer, eine Turnhalle sowie ein Fitnesskeller und ein Entspannungsraum. In 90 Prozent der Fälle suchen die Eltern auf Empfehlungen von Haus- oder Kinderärzten zunächst die Ambulanz der Klinik auf, weil sie nicht weiterwissen. Reicht eine Behandlung in der Ambulanz oder Tagesklinik nicht aus, kann auf insgesamt vier Stationen in der Fachklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie stationäre Hilfe in Anspruch genommen werden.

Beobachten Eltern bei ihrem Kind Verhaltensänderungen, sollten sie möglichst zeitnah professionellen Rat suchen, beispielsweise bei anhaltenden Kopf- oder Bauchschmerzen ohne medizinischen Befund, bei sozialem Rückzug und Schulverweigerung, bei Appetitlosigkeit und Gewichtsverlust sowie bei Aggressivität, Hyperaktivität und fehlender sozialer Anpassung. Bei sehr kleinen Kindern sind hartnäckiges Weinen oder Schreien, Fütter- und Schlafstörungen Alarmsignale.

BELASTENDE LEBENSUMSTÄNDE BESSER BEWÄLTIGEN

Aus Therapeutesicht werden die Rahmenbedingungen für ein gesundes Heranwachsen der Kinder und Jugend-



» Uns ist es wichtig, Vertrauen aufzubauen und gemeinsam mit der Familie nach den Gründen für die Probleme zu suchen.«

DR. MED. CHRISTIAN WOLF/Klinikdirektor der Vitos Kinder- und Jugendklinik für psychische Gesundheit Marburg



Dr. Christian Wolf (2.v.r.) und sein Team setzen auf eine vertrauensvolle Beziehung zwischen Patient und Therapeut.

lichen immer schwieriger. „Viele Kinder leben bei einem alleinigen Elternteil oder Eltern, die sich selbst überfordert fühlen,“ so Wolf. Kinder werden häufig von komplizierten Patchwork-Situationen herausgefordert, mit denen sie ohne elterliche Hilfe kaum fertigwerden. Verfügen diese Kinder nicht über eine natürliche Widerstandsfähigkeit und haben keine Kompetenz erlernt, belastende Lebensumstände zu bewältigen, kann das schnell zu einer dauerhaften Überforderung und psychischen Störung führen.

In vielen Familien ist das Smartphone zudem ständiger Begleiter. „Das Abtauchen in die digitale Welt ersetzt oft fehlende Kontakte“, so Wolf. „Wir erleben mittlerweile Kinder, die sagen: „Alexa ist meine beste Freundin“, sagt der Experte. Vielen gelingt es dann nicht mehr, sich in Gruppen zurechtzufinden und tragfähige Beziehungen mit Menschen einzugehen.

ANGST VOR DEM EIGENEN VERSAGEN

Mit Sorge sieht der Klinikdirektor auch die hohen gesellschaftlichen Anforderungen an die Jugend: Immer mehr Schüler haben einen vollen Terminkalender, leiden unter Versagensängsten und können dem Leistungsdruck kaum standhalten. Schulschwänzen und Prüfungsangst sind die häufige Folge. Bei einem Trainingsprogramm lernen die Betroffenen in der Vitos Kinder- und Jugendklinik für psychische Gesundheit, mit ihrer Angst besser umzugehen und sich auf ihre eigenen Stärken zu besinnen. ©



Mehr zur Vitos Kinder- und Jugendklinik für psychische Gesundheit Marburg
www.vitos.de/kjp-marburg

Dr. Sara Lucke, Psychologische Psychotherapeutin in der Vitos psychiatrischen Tagesklinik Gießen am Standort Martinshof

Leben zwischen Extremen

Als Julia die Sprachnachricht ihres Freundes hört, packt sie eine unglaubliche Wut. Martin muss arbeiten und sagt die Verabredung ab. „Ich bin ihm nicht wichtig“, glaubt Julia. Sie spürt eine unerträgliche Anspannung. Um den inneren Druck loszuwerden, ritzt sie sich mit einem scharfen Gegenstand in den Unterarm. Selbstverletzungen verschaffen Julia emotionale Erleichterung.

Julia leidet an einer Borderline-Persönlichkeitsstörung, ihr Leben besteht aus Extremen: Ihre Gefühle schwanken zwischen Euphorie und Depression, Liebe und Hass, Selbstzweifeln, Sich-abgelehnt-Fühlen und Begeisterung. Es gibt Tage, an denen sie mehrmals ausrastet – die Auslöser scheinen für Außenstehende oft schwer nachvollziehbar oder banal. Das impulsive Verhalten bringt sie in Bedrängnis, ihr droht die berufliche Kündigung. Julia ist argwöhnisch, manchmal fast paranoid. Findet sie keine Beachtung und fühlt sich zurückgewiesen, nimmt die Abwärtsspirale ihren Lauf. Aus Idealisierung und Hoffnung wird Abwertung, aus Bewunderung Verachtung. In Momenten der extremen Anspannung verliert sie die Kontrolle über sich selbst. Dann neigt sie zu riskantem Verhalten und Selbstverletzungen.

FEHLENDE GEFÜHLSSTEUERUNG

„Menschen mit einer Borderline-Störung fällt es schwer, Emotionen zu regulieren“, sagt Dr. Sara Lucke. Starke Gefühlsschwankungen sind ein tiefgreifendes Muster der seelischen Erkrankung. „Ihre Welt ist gekennzeichnet von Angst vor Zurückweisung, Unsicherheit und einer großen Anspannung“, erklärt die Psychologische Psychotherapeutin. An der Vitos psychiatrischen Tagesklinik Gießen am Standort Martinshof behandelt sie unter anderem Patienten mit Borderline-Persönlichkeitsstörungen. Die zwischenmenschlichen Beziehungen der Erkrankten sind seit frühester Kindheit geprägt von Konflikten, emotionaler Instabilität, Angst vor dem Verlassenwerden und dem Alleinsein. Häufig haben sie Gewalt und Missbrauch oder



»Alle unsere Patienten bekommen eine maßgeschneiderte Therapie, die dem Krankheitsbild entspricht.«

DR. SARA LUCKE/

Psychologische Psychotherapeutin in der Vitos psychiatrischen Tagesklinik Gießen am Standort Martinshof



Fester Bestandteil in der psychotherapeutischen und psychiatrischen Behandlung bei Vitos ist das Entspannungstraining.

emotionale Vernachlässigung erlebt. Die Kategorisierung in Gut oder Böse ist der verzweifelte Versuch, Kontrolle zu gewinnen.

HOCHINTENSIVE PSYCHOTHERAPIE

In der psychiatrischen Tagesklinik Martinshof hat Julia mit Hilfe des sehr intensiven Psychotherapieprogramms gelernt, belastende Situationen früh genug zu erkennen und Bewältigungsstrategien zu entwickeln. Diese besonders intensive und umfassende Form der Psychotherapie wurde speziell am Vitos Klinikum Gießen-Marburg entwickelt und ist in dieser Form innovativ. „Unsere Erfahrungen mit diesem Therapiekonzept sind ausgesprochen gut“, sagt Dr. Lucke, die als stellvertretende therapeutische Leiterin auch die Supervision und Weiterbildung des Teams verantwortet.

Neben dem klassisch psychiatrischen Tagesklinikprogramm nehmen die Patienten an einem umfangreichen Therapieplan mit verschiedenen hochfrequenten psychotherapeutischen Gruppenangeboten teil. Die Therapeuten verfügen zudem über spezielle Fachkompetenzen und können dadurch neben ihrer Standard-Psychotherapie zusätzlich verschiedene störungsspezifische Verfahren in den Einzelgesprächen anwenden. Alle Patienten bekommen so eine maßgeschneiderte Therapie, die dem Krankheitsbild entspricht. Eine solch intensive Psychotherapie bietet sich an bei (chronischen) Depressionen, Ängsten, Zwängen und Persönlichkeitsstörungen, z.B. der Borderline-Erkrankung sowie Essstörungen, Suchterkrankungen oder ADHS als Komorbiditäten.

In den lichtdurchfluteten Räumen im Obergeschoss des Gesundheitszentrums nehmen die Patienten werktags von acht bis 16 Uhr an allen psychotherapeutischen Gruppenangeboten teil. Eine feste Bezugsgruppe schafft Vertrauen und Stabilität. Die Rückmeldungen sind sehr positiv, eben auch über den vor Ort möglichen, wertschätzenden Austausch der Behandelten untereinander. Kommen Therapeut und Patient auf der kognitiven Ebene nicht weiter, empfehlen sich emotionsfokussierte Verfahren der ‚Dritten Welle‘ der Verhaltenstherapie. Die Therapeuten greifen u.a. auf Methoden der ‚Dialektisch Behavioralen Therapie‘ (DBT) und ‚Schematherapie‘ sowie ‚Acceptance-



Mehr zur Vitos psychiatrischen Tagesklinik im Martinshof
www.vitos-giessen-marburg.de

und ‚Commitmenttherapie (ACT)‘ zurück. „Dieses Vorgehen hat sich bei vielen Patienten als sehr wirksam erwiesen“, erklärt die zertifizierte DBT- und Schematherapeutin.

VERANTWORTUNG ÜBERNEHMEN

Ein wichtiges Therapieziel ist die Reduzierung des seelischen Leidensdrucks. Dafür müssen Patienten bereit sein, Verantwortung für ihr Leben zu übernehmen. Eine fürsorgliche Haltung sich selber gegenüber ist der erste Schritt, ein gesundes Selbstwertgefühl zu entwickeln. Fester Bestandteil in der psychotherapeutischen und psychiatrischen Behandlung bei Vitos ist das Achtsamkeitstraining. Die Aufmerksamkeit ganz und gar auf einen

Moment zu lenken und die eigenen Gedanken, Gefühle und Empfindungen ohne Bewertung wahrzunehmen, stärkt die Selbstwahrnehmung. Dies beugt idealerweise emotionalen Krisen, auch ausgelöst durch traumatische Erlebnisse, durch Erkennen von Frühwarnzeichen und daraufhin Anwenden von gelernten Strategien vor. Übungen zur Gefühlsregulierung und Stresstoleranz helfen darüber hinaus Krisen auszuhalten. Ebenso trainiert werden soziale Kompetenzen und zwischenmenschliche Interaktionen. „Sie sind das Fundament für stabile Beziehungen“, meint Dr. Lucke, „welche wiederum protektiv gegen psychische Erkrankungen wirken.“ ☺



IMPRESSUM

Herausgeber
Vitos Klinikum Gießen-Marburg
Licher Straße 106
35394 Gießen
Tel. 0641 - 403 - 0
Fax 0641 - 403 - 472
info@vitos-giessen-marburg.de
www.vitos-giessen-marburg.de

Redaktion & Gestaltung:
Thieme Communications, Stuttgart

Bildrechte/quelle
Vitos Gießen-Marburg gGmbH

IHR WEG ZU UNS

Vitos Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Marburg

Cappeler Straße 98
35039 Marburg
Tel. 06421 - 404 - 0
info@vitos-giessen-marburg.de
www.vitos.de/kpp-marburg

Vitos Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Gießen

Licher Straße 106
35394 Gießen
Tel. 0641 - 403 - 0
Zentrales Aufnahmemanagement
Tel. 0641 - 403 - 500

info@vitos-giessen-marburg.de
www.vitos.de/kpp-giessen