

# Konzept P S Y C O M - Zentrum für Psychische Gesundheit und Komplementärmedizin

Von PD Dr. Jakob Bösch

---

## **1. Zielgruppe**

Geplant ist eine Klinik, bzw. Klinikabteilung für üblicherweise psychosomatisch und psychotherapeutisch behandelte Erkrankungen mit Wahleintritten und Notfallaufnahmen (Kriseninterventionen). Bei einem beachtlichen Teil der Patienten wird es sich um sogenannte chronische, therapieresistente Erkrankungen handeln wie chronische Schmerzsyndrome, diverse Störungen des körperlichen Wohlbefindens ohne organisch bestimmbare Ursache, Depressionen, Ess-Störungen, Persönlichkeitsstörungen, Menschen, die unter Halluzinationen leiden usw. Die Therapien werden differenziell und individuell nach Art der Störung und nach den Therapiezielen zusammengestellt. Neben stationären werden auch ambulante Behandlungen angeboten. Das Angebot richtet sich an Menschen, die das klassische Therapie-Angebot durch geistige und energetische Behandlungsverfahren erweitert haben möchten und denen die spirituelle Dimension im Selbst- und Menschenbild nicht fremd ist. Die Beschäftigung des Projektverfassers mit spirituellen Krisen, Sensitivität und geistigem Heilen bei psychosomatischen und psychischen Störungen zeigt immer wieder, dass bei Patienten ein grosses Bedürfnis vorhanden ist, kompetente Psychiater zu finden, die gleichzeitig Wissen und Offenheit für komplementäre Methoden der Diagnostik und Therapie haben. Insbesondere die Suche nach spirituellen Dimensionen im Zusammenhang mit psychischen und körperlichen Erkrankungen und die Suche nach geistigen Heilmethoden sind weit verbreitet. Ein Grossteil der Patienten berichtet, nachdem sie Vertrauen gefasst haben, dass sie schon die Dienste von Medien, Geistheilern, Energietherapeuten, Kinesiologen usw. in Anspruch genommen haben. Das Spektrum der Erfahrungen reicht von sehr positiv bis sehr negativ. Viele dieser Patienten werden von der Schulmedizin als therapieresistent beurteilt.

## **2. Finanzierung / Wirtschaftlichkeit**

Dem vorliegenden Konzept liegt die Überzeugung zugrunde, dass durch die Erweiterung der heutigen Therapien mit neuen Methoden die Behandlungen nicht teurer werden dürfen. Ökonomische Konzepte sowie Quantitäts- und Qualitätskontrollen allein werden unser Gesundheitssystem nicht sanieren, wenn diese Massnahmen nicht durch ein neues Menschenbild ergänzt werden, das sich als Folge eines neuen Behandlungskonzeptes ganz konkret auch in günstigeren Behandlungskosten niederschlägt. Im vorliegenden Konzept sind folgende Elemente neu: stärkere Mitverantwortung und Mithilfe der Patienten, stärkerer Einbezug von Angehörigen, Anwendung geistiger und energetischer Heilmethoden, Ergänzung durch spirituelle Perspektiven und stärkere Betonung von Selbsthilfe-Elementen (siehe Ausführungen unter Abschnitt 3).

Es wird angestrebt, mit den Krankenkassen auch für Privat- und Halbprivat-Versicherte eine Pauschale zu vereinbaren, d.h. es wird nach Möglichkeit ein Leistungspaket, wie unter Abschnitt 5 beschrieben, zu einem festen Preis verkauft; dies macht den administrativen Aufwand, sowohl für die Klinik wie auch für die Krankenkassen, einfacher. Allfällige Budget-Überschüsse sollen für Prämien der Mitarbeitenden, für

Forschung und Evaluation und für einen Fonds zur verbilligten Behandlung von Patienten ohne ausreichende Finanzierung verwendet werden.

### **3. Therapieansätze**

#### *3.1 Integration klassischer Psychotherapie-Ansätze mit Erweiterung durch spirituelle Perspektive*

In PSYCOM wird ein Team arbeiten, das vieljährige Erfahrung in den heute gängigen Psychotherapie-Methoden besitzt und insbesondere die psychodynamisch-tiefenpsychologische, die systemisch-familientherapeutische und die kognitiv-verhaltenstherapeutische Methode zu einem integrativen Konzept kombiniert hat und je nach Erkrankung differenzielle Indikationen stellt. Das Team ist vertraut mit den heute anerkannten bio-psycho-sozialen Behandlungen, erachtet aber für eine tiefgreifende und dauerhafte Heilung psychischer und körperlicher Störungen eine darüber hinausgehende, spirituelle Ausrichtung von therapeutischem Team und Patienten als wichtig. Diese spirituelle Ausrichtung ist nicht an eine bestimmte Konfession oder Religion gebunden, schliesst aber alle Formen von Religiosität mit ein, die im Zentrum ihrer Lehre Menschen-, Gottes- und Wahrheitsliebe, Toleranz, Gottvertrauen und Hoffnung haben. Es geht also um einen bio-psycho-sozio-spirituellen Ansatz.

#### *3.2 Anwendung energetischer und geistiger Heilmethoden*

Das therapeutische Team ist ausserdem ausgebildet in den heute von der klassischen Medizin noch nicht anerkannten Methoden der geistigen und energetischen Heilung, wie sie einerseits von der katholischen Kirche über all die Jahrhunderte anerkannt und in der Volksmedizin praktiziert wurde, andererseits in Ländern wie England, Holland, Norwegen und USA immer mehr angewendet wird. Diese Art des Heilens ist heute wissenschaftlich breit erforscht und in einer der wissenschaftlichen Betrachtungsweise genügenden Art dargestellt. Die konkrete Zusammenarbeit mit sensitiv begabten Menschen und Geistheilern hat immer wieder zu erstaunlichen Resultaten geführt, die klar machten, dass hier ein grosses Potential an effizienter Therapie nicht ausgeschöpft wird. Geistiges Heilen ist bekannterweise umstritten. Dazu tragen einerseits Missbräuche und falsche Versprechen bei, andererseits Unkenntnis und Vorurteile u.a. in der klassischen Medizin. Diese Praxis des Heilens beinhaltet auch die Lehre von den feinstofflichen Körpern und Energiezentren und wendet verschiedene dieser heute bekannten Methoden der heilenden Beeinflussung der feinstofflichen Seite des Menschen an. Klassische Psychopharmaka werden angewendet, wenn die anderen Mittel der Heilung, Beruhigung und Symptombekämpfung erschöpft sind oder zur Bewältigung der Krankheit in nützlicher Frist allein nicht ausreichen.

#### *3.3 Verstärkter Einbezug des Hilfepotentials der Patienten*

Die therapeutischen Strukturen beruhen auf der Überzeugung, dass jeder Mensch zu jeder Zeit sowohl Hilfe benötigt wie auch Hilfe geben kann. Wissenschaftler haben schon vor Jahrzehnten herausgearbeitet, dass das Verlangen gut, fair, hilfreich und solidarisch zu sein ebenso ursprünglich im Menschen angelegt ist, wie die Tendenz zu egoistischem und aggressivem Verhalten. Das Hilfe-Potential der Patienten hat in PSYCOM einen hohen Stellenwert und ist ein unverzichtbarer Bestandteil des Behandlungskonzeptes.

### *3.4 Verstärkter Einbezug von Angehörigen und Freunden, Ergänzung durch vermehrte Selbsthilfe-Angebote*

Die Gesundung eines Menschen kann nie unabhängig von Angehörigen und Freunden geschehen und gesehen werden. Diese Personen sind eingeladen, aktiv am PSYCOM-Betrieb teilzunehmen und ihre Hilfe, aber auch ihre Sorgen und Nöte miteinzubringen. Nach Absprache können Angehörige oder Freunde als ambulante Patienten an ausgewählten Therapieprogrammen teilnehmen. Bei unruhigen Patienten kann die Anwesenheit von Angehörigen und Freunden unter Umständen den Einsatz von Psychopharmaka vermeiden oder reduzieren helfen.

### *3.5 Betonung kognitiv-verhaltenstherapeutischer Methoden, die gleichzeitig von vielen spirituellen Strömungen gelehrt werden*

Grübeln und sich sorgen, Schuldgefühle und Angst sind mächtige Krankmacher bei fast allen psychischen und psychosomatischen Störungen. Solche Tendenzen können und sollen nicht einfach unterdrückt werden; sie können aber in der Regel ersetzt werden durch positive Affirmationen. Dieses Ersetzen von negativen Gedanken-Automatismen mit den entsprechenden negativen und angstvollen Gefühlen durch konstruktive und hoffnunggebende Gedanken ist ein wichtiger Bestandteil der heutigen kognitiven Verhaltenstherapie wie auch vieler spiritueller Therapien.

### *3.6 Gleichgewicht von Therapie und möglichst sinnvoller Arbeit*

Therapeutische Programme, einzeln und in Gruppen, dürfen auch nicht zu intensiv sein. Dies ist weder medizinisch noch ökonomisch vernünftig. Das Behandlungskonzept in PSYCOM sieht vor, dass die Patienten, wenn immer gesundheitlich möglich, an mindestens drei Tagen drei bis vier Stunden in der Klinik oder ausserhalb einer Arbeit nachgehen.

### *3.7 Betonung der Selbstverantwortung und der Verantwortung für die Mitmenschen*

Wie oben angedeutet, beinhaltet das Menschenbild von PSYCOM, dass jeder Patient letztlich die Möglichkeiten hat, Selbstverantwortung aber auch Verantwortung für Mitmenschen zu übernehmen. Alle neu eingetretenen Patienten haben während der ersten Wochen ein bis zwei Tutoren von bereits länger anwesenden und stabileren Mit-Patienten.

### *3.8 Künstlerische Therapien*

Künstlerische Therapien, wie sie heute in vielen Kliniken einen festen Platz haben, bilden ein wichtiges Element. Kreativer Ausdruck mit Tönen - auch mit der eigenen Stimme - und kreativer Ausdruck mit dem eigenen Körper, insbesondere vielen Formen von Tanz und anderer rhythmischer Bewegung, haben besondere Bedeutung wie auch das Gestalten mit Materialien wie Farbe, Ton usw.

### *3.9 Sport / Bewegung / Massage*

Gemässigte sportliche Betätigung ist gerade bei psychischen und psychosomatischen Leiden enorm wichtig. Schwimmen, Fitness, Physiotherapie- und Massage sowie Wanderungen und kleine Bike-Ausflüge bilden wichtige Elemente.

### *3.10 Intensiv-Pflege*

Die Klinik wird offen geführt. Patienten, die sehr unruhig, suizidal oder stark regrediert (in der Entwicklungsstufe zurückgefallen) sind, und die die Selbstkontrolle weitgehend verloren haben, werden in der Intensiv-Pflege-Abteilung, d.h. in harmonisch eingerichteten Ein-Bett-Räumen, behandelt. Dauer-Präsenz von therapeutischem Personal, Angehörigen und Mitpatienten ist gewährleistet, sodass die Patienten in der Intensiv-Pflegeabteilung nie allein sind. Zur Beruhigung werden neben energetischen Verfahren verschiedenste Mittel zur Entspannung eingesetzt.

### *3.11 Schlafstörungen / Nacht-Wach-Raum*

Bei Schlafstörungen geht es in erster Linie darum, dass die Patienten ihre Angst vor Schlaflosigkeit verlieren, die oft das Übel überhaupt chronisch werden lässt. Sie sollen Vertrauen finden in ihr eigenes Heilungspotential, das auch den Schlaf reguliert und andererseits das kreative Potential der Schlaflosigkeit entdecken, das uns oft tiefer auf unserem Weg zu mehr Bewusstheit und zur Loslösung von alten Gedanken und Gefühlsmustern führt. Sie sollen den Mut entwickeln, zuhause für sich ähnliche Lösungsmöglichkeiten bei Schlaflosigkeit zu schaffen. In einem speziellen Nacht-Wach-Raum werden solche Patienten nachts betreut und unterstützt.

### **Aufschlussreiche wissenschaftliche Arbeiten**

Die Sicherung der Qualität und der Wirtschaftlichkeit ist gemeinsames Ziel von PSYCOM, Kostenträgern und Patienten. Verschiedene Modelle der Zusammenarbeit lassen sich denken und sind von den Verhandlungen mit den Kostenträgern abhängig. Zwei bis drei Vertreter der Kostenträger sollten einem Klinik-Beirat angehören, in dem ebenso Mitarbeiter, ehemalige Patienten und niedergelassene Ärzte vertreten sind.