

Über Persönlichkeiten – und ihre Störungen



Editorial von Dr. med. Franz Caduff,
Chefarzt Privatklinik Wyss

Jeder Mensch hat eine Persönlichkeit. Bei einigen ist sie ausgeprägt und kantig, bei anderen weich und formbar. Einige ecken ständig an, andere vermeiden Auseinandersetzungen. Einige neigen zu Jähzorn, andere zu Melancholie. Einige fühlen sich nur in Gesellschaft wohl, andere suchen die Einsamkeit. Leiden weder die Betroffenen selbst noch ihre nähere Umgebung unter den Verhaltensweisen, liegt keine Störung vor. Kommt es jedoch regelmässig zu Konfliktsituationen, so kann dies Ausdruck einer Persönlichkeitsstörung sein. Wie entstehen Persönlichkeitsstörungen? Handelt es sich um Krankheiten oder kann man gar von «Charakterfehlern» sprechen?

Menschen kommen nicht als unbeschriebene Blätter zur Welt. Schon Neugeborene haben unterschiedliche Temperamente. Im Verlauf der Kindheit und Jugend kommen vielfältige Erfahrungen hinzu, welche die Persönlichkeit prägen. Insbesondere die zwischenmenschlichen Beziehungen, aber auch Verlustereignisse und Traumatisierungen spielen eine Rolle. Ab dem jungen Erwachsenenalter steht die Persönlichkeit zwar meistens in ihren Grundzügen fest, sie kann und soll sich aber weiterentwickeln. Hier setzen die therapeutischen Bemühungen an. Die Therapie hat zum Ziel, den Betroffenen die Verhaltensweisen, welche sie selbst oder andere stören, bewusst zu machen und ihnen Wege aufzuzeigen, diese längerfristig zu ändern.

In unseren beiden Tageskliniken können sich Menschen mit Persönlichkeitsauffälligkeiten behandeln lassen. Langfristig angelegte tagesklinische und daran anschliessende ambulante Programme, welche den Bezug zum Alltag und zum gewohnten Umfeld unterstützen, haben sich gerade in solchen Situationen bewährt.

Wir möchten dies zum Anlass nehmen, um Ihnen die beiden Tageskliniken auf den nächsten Seiten vorzustellen und auch Betroffene zu Wort kommen zu lassen.

F. Caduff
Dr. Franz Caduff

VERANSTALTUNGSHINWEISE

20. Februar 2011, 10.30 Uhr

Bewegte Realität:

Revolutionary Road

Kino-Anlass mit anschliessender
Podiumsdiskussion
CineMovie 1, Bern

7. März 2011, 19.00 Uhr

Psychoonkologie

Referentinnen:

Dr. med. D. Ferrari-Franke

und lic. phil. D. Schmid

Restaurant der Klinik Linde, Biel

16. März 2011, 20.00 Uhr

Herz und Psyche

Referentin: Dr. med. P. Sorgenfrey

Buchhandlung Stauffacher, Bern

1. Mai 2011, 10.30 Uhr

Bewegte Realität:

Analyze This

Kino-Anlass mit anschliessender

Podiumsdiskussion

CineMovie 1, Bern

16. Mai 2011, 19.00 Uhr

Depression

Referent: Dr. med. F. Caduff

Restaurant der Klinik Linde, Biel

8. Juni 2011, 20.00 Uhr

Borderline

Referentin: Dr. med. F. Kessler

Buchhandlung Stauffacher, Bern

Weitere Informationen

finden Sie unter

[www.privatklinik-wyss.ch/
veranstaltungen](http://www.privatklinik-wyss.ch/veranstaltungen)

Ein Tag pro Woche, der Halt gibt – die Struktur-Tagesklinik

Die Struktur-Tagesklinik bietet ein therapeutisch ausgerichtetes Beziehungs- und Kontaktnetz, das Patientinnen und Patienten stützt und ihnen eine feste Struktur im Alltag gibt. Das Tagesprogramm besteht aus einem kreativ-therapeutischen Atelier und Körpertherapie. Diese Struktur ermöglicht den Teilnehmenden, soziale Kontakte zu üben sowie Angst und Unsicherheit abzubauen, die im Umgang mit anderen Menschen behindernd wirken. Mit Hilfe ressourcenorientierter Therapien kann ein stabiles Selbstwertgefühl aufgebaut werden – eine Voraussetzung für die dauerhafte Einbindung im Alltag. Im Rahmen der Körpertherapie schulen die Patientinnen und Patienten ihre Wahrnehmung, stärken ihre Konstitution und üben den eigenverantwortlichen Umgang mit dem Körper.

Die Struktur-Tagesklinik wird an einem Tag pro Woche in stets derselben Gruppe besucht. Die Zeitspanne, über welche die Patientinnen und Patienten am wöchentlichen Programm teilnehmen, ist variabel. Sie dauert mindestens sechs Wochen und in der Regel höchstens ein Jahr.

Die Behandlung eignet sich für Personen, die in einer ambulanten psychotherapeutischen und/oder ärztlichen Behandlung stehen und eine strukturierende Unterstützung als Ergänzung benötigen. Das Angebot eignet sich auch als Nachbetreuung nach einem Klinikaufenthalt.

Kontakt:

Struktur-Tagesklinik · 3053 Münchenbuchsee
031 868 33 33 · STK@privatklinik-wyss.ch

Eine Patientin, welche die Struktur-Tagesklinik besucht, beschreibt anschaulich, wie vielfältig die Wirkung des Angebots sein kann:

«Der fixe Wochentag, an dem ich die Struktur-Tagesklinik besuche, vermittelt mir Stabilität in meinem Alltag. Er ermöglicht mir, mich immer wieder auf neue Art in dieselbe Gruppe einzufügen und in diesen regelmässigen Begegnungen Sicherheit zu gewinnen. Mich in der Körperwahrnehmung auf meinen Körper einlassen, stellt für mich nach wie vor eine Herausforderung dar. Doch langsam werde ich vertrauter damit und zeitweise erinnere ich mich nun sogar in meinem Alltag daran. Das sind wichtige Bausteine in meiner Weiterentwicklung.

Im Atelier Neues auszuprobieren, mich kreativ auszudrücken und den Gefühlen in meinem Innern äussere Gestalt zu verleihen, hat etwas Therapeutisches für mich. Manchmal arbeite ich zu Hause weiter und kann mich so auch im Alltag sinnvoll beschäftigen.

Tagesklinik und Therapie gehen fließend ineinander über und verflechten sich. Der strukturierte Tag – morgens rechtzeitig aufstehen, mich bemühen, pünktlich zu sein, versuchen, in der Körperwahrnehmung aktiv dabei zu sein, regelmässig genug zu Mittag essen, danach einen sicheren Heimweg antreten – dies alles sind für mich (noch) keine Selbstverständlichkeiten. Jeder Schritt ist ein Erfolg.»



Rundum betreut und doch im vertrauten Umfeld – die Psychotherapie-Tagesklinik

Seit vier Jahren bietet die Psychotherapie-Tagesklinik eine Kombination der Vorteile von stationärer und dichter ambulanten Betreuung. Wie bei einer ambulanten Therapie bleiben die Betroffenen abends und an den Wochenenden in ihrem vertrauten Umfeld. Durch den Aufenthalt tagsüber in der Klinik ist dennoch eine intensivere psychotherapeutische Betreuung möglich. Dadurch kann eine stationäre Behandlung oft verhindert oder verkürzt werden. Die Patientinnen und Patienten profitieren davon, dass der Kontakt zu ihrem sozialen Umfeld erhalten bleibt. Sie können das in den Therapien Erarbeitete im Alltag umsetzen und eventuelle Schwierigkeiten mit dem Behandlungsteam besprechen. Damit wird einerseits die Selbstverantwortung, andererseits die soziale Vernetzung gefördert.

In der Psychotherapie-Tagesklinik wird eine Vielzahl von psychischen Erkrankungen behandelt, unter anderem auch Depressionen und Persönlichkeitsstörungen. Voraussetzung für

die Aufnahme ist die prinzipielle Bereitschaft, sich auf eine Behandlung in der Gruppe einzulassen. Die meisten Patientinnen und Patienten kennen ausschliesslich Einzeltherapie-Situationen, so dass die Therapie in der Gruppe eine neue Herausforderung darstellt. Sie ermöglicht jedoch viele wertvolle Erfahrungen – etwa das Gefühl von Zugehörigkeit, das Erleben gegenseitiger Unterstützung und Selbstöffnung, Einsicht in die Universalität des Leidens, Lernen am Beispiel oder Ausprobieren von neuen Verhaltensweisen.

Gerade bei Persönlichkeitsstörungen bietet die Gruppentherapie eine wirksame Möglichkeit, um an problematischen Beziehungsvorstellungen und ungünstigen Formen der Beziehungsgestaltung in einem therapeutischen Übungsfeld zu arbeiten.

Kontakt:

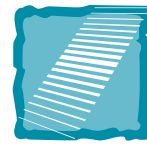
Psychotherapie-Tagesklinik · 3053 Münchenbuchsee
031 868 33 33 · PTK@privatklinik-wyss.ch

Wie eine Patientin den Aufenthalt in der Psychotherapie-Tagesklinik erlebt hat:

«Als ich mir nach einem Zusammenbruch eingestehen musste, dass ich dringend psychiatrische Unterstützung benötigte, wurde ich durch meine Hausärztin in die Privatlinik Wyss eingewiesen. In den sechs Monaten, die ich mich dort aufhielt (drei Monate stationär, drei Monate Psychotherapie-Tagesklinik), erfuhr ich viel Neues über mich selbst. In den Gruppengesprächen war ich mit Gleichgesinnten zusammen, mit denen ich Erfahrungen, neue Aufgaben und Ideen teilen konnte. Die Therapeuten waren sehr geduldig und einfühlsam und in den vielen Gesprächen lernte ich, mich selbst besser zu verstehen, mir und meinem Umfeld zu verzeihen und letztlich: mich selbst wieder anzunehmen und zu lieben.

Nun liegt mein Aufenthalt in der Privatlinik Wyss bereits ein Jahr zurück und ich kann mit Stolz sagen, dass ich mich stabil fühle. Die Rückkehr in den Alltag und in die Berufswelt habe ich gut gemeistert und wenn ich in eine schwierige Situation komme, kenne ich nun zahlreiche Ressourcen, auf die ich zurückgreifen kann.»





Privatklinik Wyss

Engagiert Innovativ Wegweisend

Ein Leben in Extremen – die Borderline-Störung

Die bekannteste Persönlichkeitsstörung ist die Borderline-Störung. Sie betrifft rund 1.5 Prozent der Bevölkerung, wobei mehr als die Hälfte der Betroffenen – ungefähr 60–70 Prozent – Frauen sind. Aufgrund ihrer Komplexität muss die Borderline-Störung relativ häufig psychiatrisch behandelt werden.

Menschen mit einer Borderline-Störung haben oft Mühe, ihre Gefühle zu kontrollieren. In emotionalen Belastungssituationen neigen sie zu unüberlegten Handlungen, die einen selbstverletzenden Charakter haben können (Ritzen, Schneiden, Überkonsum von Alkohol, Medikamenten und/oder Drogen). Wenn sich wichtige zwischenmenschliche Beziehungen im Privatleben, am Arbeitsplatz oder in der Freizeit ändern, geraten sie schnell in ein Wechselbad der Gefühle, was nicht nur die Betroffenen selbst, sondern auch ihre Umgebung belastet. Ohne eine Behandlung durch Fachpersonen ist die Prognose für Patientinnen und Patienten mit Borderline-Störung meist ungünstig.

Der folgende Fragenkatalog stammt aus einem bekannten Fragebogen zu Persönlichkeitsstörungen (SKID II). Je mehr Fragen mit Ja beantwortet werden, desto wahrscheinlicher ist es, dass Symptome einer Borderline-Störung vorliegen. Sollten Sie hierzu Fragen haben, wenden Sie sich an eine Vertrauensperson in Ihrer Umgebung, an Ihren Hausarzt oder an unsere ambulanten Dienste in Bern und Biel.

- Sind Ihre Beziehungen zu Personen, an denen Ihnen viel liegt, von einem ständigen Auf und Ab gekennzeichnet?
- Haben Sie schon die Erfahrung gemacht, dass sich Ihre Zielsetzungen und Ihr Gefühl, wer Sie sind, plötzlich ändern?
- Erleben Sie häufig krasse Veränderungen in dem, wie Sie sich selbst sehen?
- Haben Sie je versucht, sich selbst zu verletzen oder umzubringen oder es angedroht?
- Sind Sie launisch?
- Fühlen Sie sich oft innerlich leer?
- Haben Sie oft Wutausbrüche oder werden so böse, dass Sie die Kontrolle verlieren?
- Werden Sie anderen gegenüber argwöhnisch oder fühlen Sie sich manchmal unwirklich, wenn Sie unter grossem Druck stehen?

Unser Büchertipp:

Der ganz normale Wahnsinn.

von François Lelord und Christophe André

Verlag Kiepenheuer Leipzig, 2005



Der cholerische Donald Duck und der akribische Sherlock Holmes haben eines gemeinsam: Sie verhalten sich extrem. Das macht den Umgang mit ihnen schwierig, anstrengend und nervtötend. Solche Persönlichkeiten begegnen uns auch im Alltag. Wie man sich am besten mit schwierigen Menschen arrangiert und trotzdem die Fassung bewahrt, zeigt dieses überaus eloquente und amüsante Buch vom renommierten Autorenduo François Lelord («Hectors Reise») und Christophe André.

Privatklinik Wyss AG
Fellenbergstrasse 34
CH-3053 Münchenbuchsee
Tel. +41 (0)31 868 33 33
Fax +41 (0)31 868 34 00
info@privatklinik-wyss.ch
www.privatklinik-wyss.ch