



Was wirkt in der stationären Psychotherapie?

Dr. Franz Pfitzer

Arzt für Neurologie und Psychiatrie
Arzt für Psychotherapeutische Medizin
Chefarzt der Psychosomatischen Abteilung

Klinik St. Irmingard
Osternacher Straße 103
83 209 Prien am Chiemsee

Simssee Klinik
Ströbinger Straße 18a
83 093 Bad Endorf

Behandlungsschwerpunkte

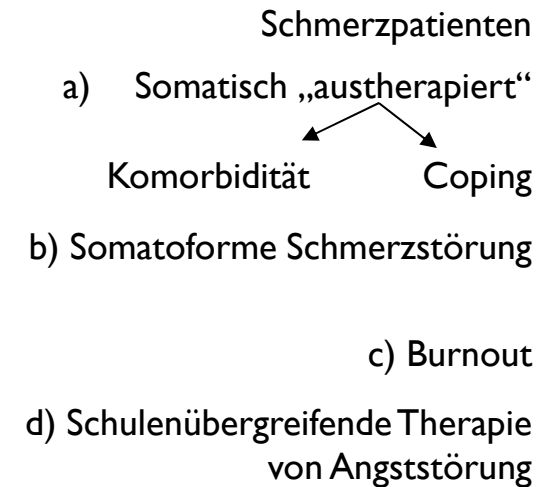
**St Irmingard
Prien**

**Simssee Klinik
Bad Endorf**

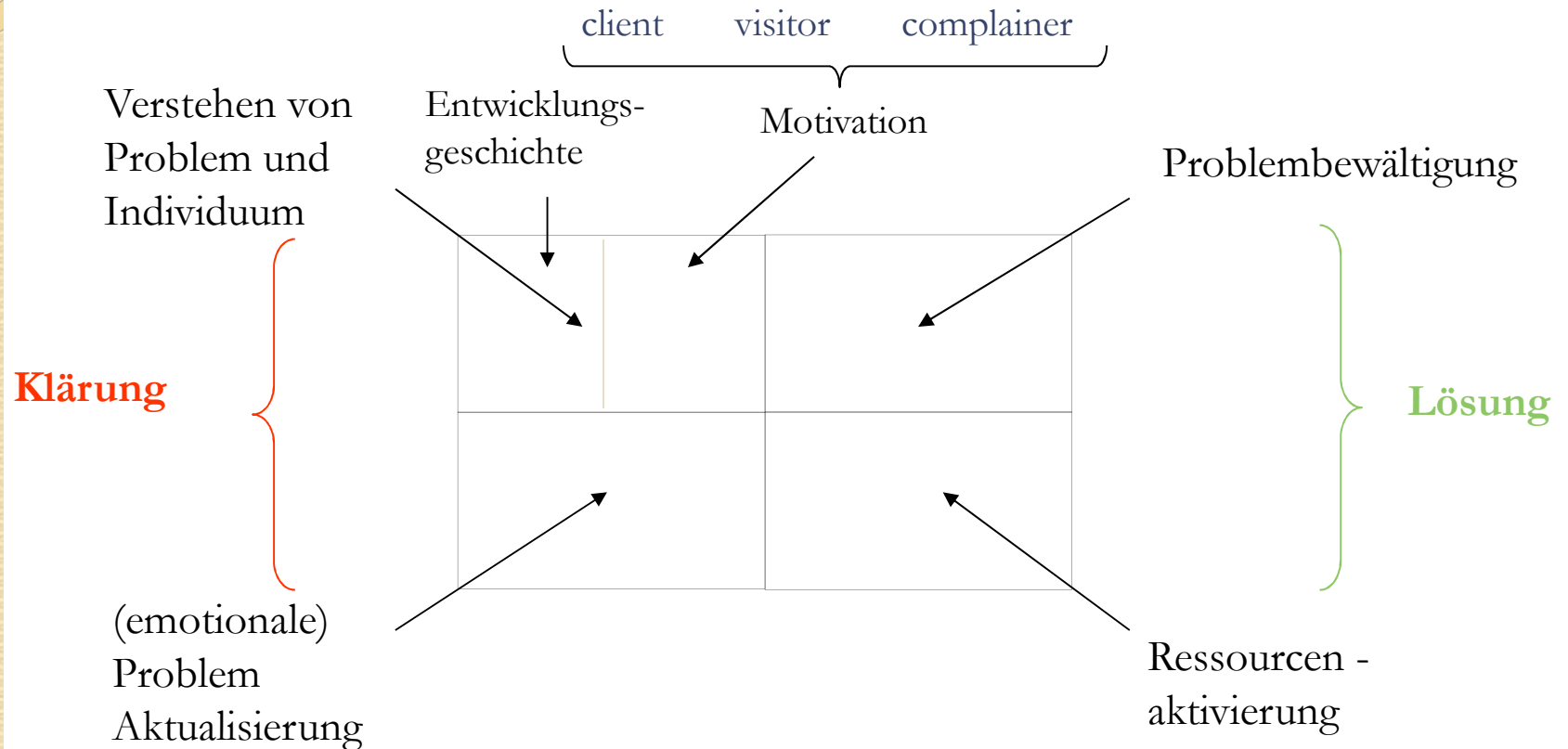
Depressionen
Angststörungen
Somatoforme
Störungen
Ältere Patienten

Traumapatienten
Internistische
Psychosomatik/Komorbidität

Bindungstraumatisierung



Behandlungsprinzipien der integrativen stationären Psychosomatik





Abteilungsvision

- I. Klinik als Ort der Heilung für Patienten
- II. Ein besonderer Arbeitsplatz,
Entwicklungsförderung für die
Mitarbeiter
- III. Regionale Vernetzung
- IV. Ständige Weiterentwicklung der
Therapiekonzepte

Jede Beziehung ruht auf 2 Säulen





Menschliche Grundbedürfnisse

- Bindung
- Orientierung und Kontrolle
- Selbstwert und Wachstum
- Unlustvermeidung / Spaß und Freude
- Erleben von Sinnhaftigkeit
 - Intrinsisch
 - Extrinsisch

Schmerz und Grundbedürfnisse nach Grawe

Alles Planen Perfektionismus

vertrauten sich nur selbst

Aufmerksamkeitssuche
Hyperaktivität
Altruismus

vernünftig sein
immer funktionieren

Vermeidung von
Ausgeliefertsein

Vermeiden von
Nähe

Vermeidung von
Nichtbeachtung

vermeide Freude,
Enttäuschung/Ärger

Orientierung/Kontrolle

Bindung

Selbstwert

Lust/Unlust

Unberechenbarer
Alkoholikervater

Mutter lässt
das Kind schreien

Schwäbisches Lob

immer Arbeiten
im Familienbetrieb



Wie entsteht Gesundheit?

- Gesundheit als Geschenk der Götter (Griechenland)
- Gesundheit als mit hohem Aufwand selber herstellbares Gut *Man muss etwas für seine Gesundheit tun, Ernährung, Sport, Lustfeindliche Askese*
- *Gesundheit als Ergebnis von Beziehungen*



Glück und Gesundheit

- Glück senkt den Stresslevel und stärkt die Immunabwehr
- Glückliche Arbeitnehmer haben seltener Diabetes, Bluthochdruck, Herzinfarkt und AU-Zeiten



Glück und Beziehungserfahrungen

- Im Arbeitsleben 3:1
- In Beziehungen 5:1



Selbsthilfegruppen ermöglichen

- Information
- Orientierung
- Aufgefangen und ermutigt werden
- Soziale Nähe und Gemeinschaftserleben
- Handlungskompetenz entdecken
- Neue Entwicklungschancen eröffnen
- Solidarität erleben



Grundhaltung

- Krankheit oder schwierige Lebenssituation wird nicht als zu bekämpfender Feind gesehen, vielmehr geht es darum, die Erkrankung in die Persönlichkeit, ins eigene Leben zu integrieren und sich neu zu orientieren



Patienten erleben in hilfreichen Therapien

- dass sie als Personen wichtig, anerkannt, respektiert und bedeutsam sind
- dass die Welt Ordnung, Sinn und Struktur birgt
- dass sie diese Welt beeinflussen und mitgestalten können



Die 5 unverzichtbaren Stärken für das eigene Wohlbefinden

1. Neugierde (Interesse an der Umwelt)
2. Enthusiasmus (begeisterter Tatendrang, mit vitaler Energie dabei sein)
3. Bindungsvermögen (Nähe herstellen und wertschätzen können)
4. Hoffnung (das Beste erwarten und darauf hinarbeiten)
5. Dankbarkeit (sich des Guten bewusst sein, es wertschätzen und ausdrücken können)