



UPDate



Psyche und Internet

Das Internet gehört zu den bahnbrechendsten Erfindungen unseres Zeitalters. Obwohl es erst in den frühen 1990er-Jahren entwickelt wurde, ist es nicht mehr aus dem Leben der meisten Menschen weg zu denken. Im deutschsprachigen Raum sind bereits im Alter von zehn Jahren nahezu alle Kinder regelmässig online. Die sogenannte Digitalisierung sowie ihre Auswirkungen und Herausforderungen für unsere Gesellschaft und die darin lebenden Individuen werden derzeit von Politik und Wissenschaft in hohem Masse thematisiert.

Prof. Dr. med. Michael Kaess, Direktor und Chefarzt der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie erörterte an zwei öffentlichen Veranstaltungen im Rahmen von Fokus Psyche vor insgesamt über 300 Zuhörenden die relevanten Probleme, Entwicklungen und Möglichkeiten, die das Internet rund um das Thema Psyche mit sich bringen. Das Internet ist ein neuer Lebensraum, den es zu akzeptieren gilt. Michael Kaess spricht nicht von virtueller und realer Welt, da auch die digitale Welt real ist. Der Lebensraum Internet ermöglicht unendliche Kommunikationswege

und Freiheiten, hat jedoch auch negative Seiten, wie beispielsweise das Cybermobbing. Die Schweiz ist in Sachen Cybermobbing im internationalen Vergleich im oberen Mittelfeld vertreten. Mobbing im Internet kann rund um die Uhr stattfinden, das Publikum ist unüberschaubar gross und Inhalte können sich extrem schnell verbreiten. Michael Kaess zeigte auf, dass Cybermobbing in engem Zusammenhang mit Suizidalität bis hin zu Suizid steht.

Weiter setzte sich der Fachmann mit dem Phänomen Internetsucht auseinander, aus welcher sich unter anderem die Diagnose Online-Spielsucht (Internet Gaming Disorder) entwickelte. Gamen dient überwiegend der Stressregulation. Internetsüchtige besuchen selten Therapien. Der Leidensdruck manifestiert sich bei den Betroffenen zu einem späten Zeitpunkt, was hochproblematisch ist. Entscheidende Fragen diesbezüglich sind: Was holen sich Süchtige im Internet? Wie kann ihnen Adäquates in der analogen Welt geboten werden? Wichtig ist: Um Jugendliche vor übermässigem Internetskonsum zu schützen, gilt es in erster Linie, in der analogen Welt eine gleichwertige Bedürfnisbefriedigung sicherzustellen.

Die positiven Seiten des Internets wurden ebenfalls beleuchtet. So wurden als Beispiele «E-Mental Health» als Diagnostikinstrument der Zukunft und aufschlussreiche Studien zu diesem Thema vorgestellt. Künftig muss die Kontaktaufnahme mit Therapeutinnen und Therapeuten sowie die Durch-

führung von Therapien per Chat möglich sein, da Jugendliche heutzutage kaum mehr telefonieren. Chatbasierte Notlaufstellen fehlen jedoch bisher. Das deutsche Projekt STA, welches bei selbstverletzendem Verhalten Hilfe bietet, hat hierbei Vorbildcharakter. Ebenso wird überwiegend in den USA mit virtual reality gearbeitet, um Expositionstrainings und Konfrontationstherapien mit vorhandenen Ängsten durchzuführen.

Take Home Message: Wenn Ihre Kinder sich in den Ausgang verabschieden, fragen Sie als Eltern wahrscheinlich «wo gehst du hin?», «mit wem verabredest du dich?» und «wann bist du wieder zu Hause?». Weshalb stellen Eltern diese Frage nicht auch, wenn die Kinder vor dem PC sitzen und in die Welt des Internets abtauchen?

Die Präsentation von Prof. Dr. Michael Kaess finden Sie auf www.upd.ch

Rahel Krebs, Sozialarbeiterin FH MSc

SAVE THE DATE!

Fokus Psyche: Psyche im Alter

Demenz: Prävention, Früherkennung und Behandlung

11. März 2020, 18:45–20:00 Uhr

Uni Bern/UniS, Schanzeneckstrasse 1, Raum A003

Erfolg für die Forschung



Im Dezember 2019 habilitierte sich Herr Priv.-Doz. Dr. med. Tobias Bracht im Fach Psychiatrie und Psychotherapie an der medizinischen Fakultät Bern als Anerkennung seiner ausgezeichneten Leistungen in Lehre, Forschung und klinischer Dienstleistung. Herr Bracht studierte in Freiburg im Breisgau Medizin, und promovierte 2009 mit einer Arbeit zur strukturellen Konnektivität im limbischen

Systems. 2010 wechselte er als klinisch und wissenschaftlich tätiger Assistenzarzt an die Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der UPD Bern und arbeitet seitdem in der Arbeitsgruppe von Prof. Walther. In zahlreichen wissenschaftlichen Publikationen in internationalen Zeitschriften

hat er über seine MRT-Untersuchungen zerebraler Netzwerke bei Patienten mit affektiven und psychotischen Störungen berichtet. 2016 absolvierte er mit Unterstützung des Schweizer Nationalfonds einen PhD zur Neurobiologie des Belohnungssystems bei affektiven Störungen am Cardiff University Brain Research Imaging Centre (CUBRIC). Seit seiner Rückkehr nach Bern ist er weiterhin erfolgreich wissenschaftlich und als klinischer Oberarzt, aktuell als Oberarzt der Sprechstunde für Therapieresistenz tätig. Neben seinen vielbeachteten Publikationen erhielt er weitere Auszeichnungen wie den renommierten Frutiger Preis sowie Drittmittel-Unterstützung für seine geplanten Arbeiten von der Universität Bern, der Frutiger und der Novartis Stiftung. Er leitet eine Arbeitsgruppe mit dem Fokus auf MRT-basierter Therapiepräädiktion von Stimulationsverfahren (TMS und EKT) bei affektiven Störungen. Interessierten Kollegen bietet sich die Möglichkeiten zur Mitarbeit.

Prof. Dr. med. Werner Strik



Neues Angebot: Sprechstunde berufliche Integration

Psychische Erkrankungen haben in der Regel erhebliche psychosoziale Folgen. Seit Jahren setzt sich das Zentrum Psychiatrische Rehabilitation (ZPR) der UPD erfolgreich für die berufliche Integration von Menschen mit psychisch bedingter Leistungsbeeinträchtigung ein. Das firststep für berufliche Abklärungen und Förderungen oder das Job Coach Placement mit seinen Angeboten für Integration im ersten Arbeitsmarkt sind Teil des Bereichs Arbeit des ZPR.

Jeder dritte Bezüger von Arbeitslosenentschädigung, IV-Leistungen oder Sozialhilfe leidet an einer psychischen Erkrankung (OECD 2014). Interventionen wie ausführliche Beurteilungen der Arbeitsfähigkeit mit dem Ziel, den Arbeitsplatz zu erhalten oder Wiederzuerlangen sind nicht sehr verbreitet. Auch die Angebote des firststep und Job Coach Placement kommen leider im Rehabilitationsprozess erst spät zum Tragen. Im Laufe der Begleitung vieler Einzelschicksale auf dem Weg der beruflichen Integration drängte sich zunehmend die Notwendigkeit einer möglichst frühen und fachlich qualifizierten Unterstützung auf. Oft ist in der klinisch symptomorientierten Behandlung die ausführliche Beschäftigung mit Arbeitsfähigkeit, arbeitsbezogenem Ressourcenprofil oder Empfehlungen zur Anpassung eines Arbeitsplatzes schwierig zu realisieren. Ist es bereits zum Verlust des Arbeitsplatzes gekommen, folgt in der Regel eine Phase der Stagnation und des Abwartens, die den Chronifizierungsprozess begünstigt und eine spätere Reintegration erheblich erschwert oder sogar verhindert (Baer, Frick, & Fasel, 2009).

Auf dieser Grundlage hat das ZPR entschieden, für die sensible Phase der beruflichen Reintegration an einem noch

bestehenden Arbeitsplatz oder nach Arbeitsplatzverlust im Pilotversuch eine Spezialsprechstunde für berufliche Integration aufzubauen. In zwei Gesprächen mit dem Facharzt für Psychiatrie und der Psychologin werden Empfehlungen für den Arbeitseinstieg erarbeitet. Bei Bedarf besteht die Möglichkeit einer psychologischen, kognitiven Leistungsdiagnostik sowie Aufnahme ins Training sozialer Fertigkeiten. Durch erfahrene Integrationsfachleute werden weitere abklärende Massnahmen durchgeführt (z. B. Abklärung der Grundarbeitsfähigkeiten nach MELBA) und Arbeitsplatzbesuche gemacht. Die psychiatrische und psychologische Expertise bilden die Grundlage für Aussagen zur psychischen Belastbarkeit, Motivation sowie Ressourcen und Hindernisse hinsichtlich der beruflichen Eingliederung.

Das Angebot richtet sich an Betroffene, Arbeitgeber, Kliniken, niedergelassene Ärzte und Psychotherapeuten, Sozialdienste oder Versicherungen. In komplexen Situationen, beispielsweise nach Klinikaustritt, gescheiterten Arbeitsversuchen, drohendem oder erfolgtem Arbeitsplatzverlust sowie unklaren Ausgangsbedingungen bieten wir Unterstützung. Die Finanzierung erfolgt wo indiziert durch die Krankenkasse oder durch den Auftraggeber.

Anmeldungen bitte an

Thomas Brandt
Job Coach Placement & firststep
Waldeggstrasse 39, 3097 Liebefeld
Telefon 031 970 10 30, E-Mail: thomas.brandt@upd.ch

Jonas Hahn
Oberarzt Zentrum Psychiatrische Rehabilitation



Neues vom Stress

Das 12. Berner Herbst-Symposium hat am 5. Dezember 2019 im Uptown auf dem Gurten über dem Nebelmeer zum Thema «Neues vom Stress» einen Rekord erzielt. Insgesamt waren über 200 Personen anwesend. Insgesamt hielten sechs Referentinnen und Referenten spannende Vorträge, davon vier aus der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der UPD.

Nach der Einführung durch Organisator Prof. Dr. med. Sebastian Walther stellte PD Dr. phil. Leila Soravia ihre Berner Studie zur Traumatisierung im Notfalldienst vor. Dabei untersuchte die Gruppe mittels anonymer Onlinebefragung Mitarbeitende von Polizei, Feuerwehr, Ambulanz sowie Pflegefachpersonen im Notfalldienst des Inselspitals und der Akutpsychiatrie. Die Studie untersuchte, ob diese Berufsgruppen durch traumatische Erlebnisse in ihrem Berufsalltag mehr Posttraumatische Belastungsstörungen (PTBS) entwickeln als die Allgemeinbevölkerung (bis 3,5 % innerhalb eines Jahres), und wie sie damit umgehen. Die verschiedenen untersuchten Berufsgruppen waren unterschiedlich stark betroffen, aber deutlich mehr als die Bevölkerung: Ein Verdacht auf PTBS bestand in der Psychiatrie bei 22 Prozent, im Spitalnotfall bei 18 Prozent, bei Polizei und Ambulanz bei 15 Prozent und bei der Feuerwehr bei 8 Prozent. Nach der Studie wurden in allen Berufsgruppen Massnahmen ergriffen, um die Mitarbeitenden zukünftig besser zu schützen. Diese orientierten sich an folgenden in Studien eruierten Schutzfaktoren: Mentales Vorbereitetsein, problemorientierte Bewältigungsstrategien, soziale Unterstützung, gefühlte Kontrolle über Situationen Selbstwirksamkeit sowie Kommunikationsmöglichkeiten.

«Es ist ein Brauch von alters her: Wer Sorgen hat, hat auch Likör.» Mit diesem Satz von Wilhelm Busch eröffnete Prof. Dr. phil. Franz Moggi seinen Vortrag. Dabei wird schon ein Teufelskreis angedeutet, den er später ausgehend von Ängsten über Suchtmittelkonsum als Selbstmedikation zu Toleranzentwicklung und Steigerung des Suchtmittelkonsums bis hin zu verstärkten Angstzuständen und ausserndem Suchtmittelkonsum aufzeigte. Dass Alkohol auf Dauer kein taugliches Mittel zur Selbstheilung bei diversen Stresssituationen ist, ist allgemein bekannt. Anfangs hilft Alkohol noch, Spannungen abzubauen, aber bald kehrt der Effekt ins Gegenteil. Dann muss mehr getrunken werden, um die negativen Gefühlszustände weiterhin zu betäuben. Was bei der Behandlung einer Alkoholabhängigkeit hilfreich war, erläuterte Prof. Moggi anhand einer eigenen Multicenterstudie. Abstinente Alkoholranke, im Gegensatz zu trinkenden, sahen das Suchtmittelproblem eher als Herausforderung, hatten das Problem aktiv bewältigt und fanden Unterstützung im Freundeskreis.

PD Dr. med. Katharina Stegmayer stellte die Frage, ob und wie man zwei Störungen unterscheiden kann. Anpassungsstörungen sind viel seltener als depressive Episoden und sind eine Reaktion auf belastende Ereignisse, wohingegen depressive Episoden auch ohne Anlass auftreten können. Nicht die objektive Härte des Ereignisses, sondern das subjektive Empfinden der Belastung ist entscheidend dafür, ob eine Anpassungsstörung ausgelöst wird. Die Diagnose einer Anpassungsstörung bleibt schwierig, unter anderem, weil sie eine vielfältige Symptomatik aufweist. Die kombinierte Psycho- und Pharmakotherapie, jedoch nicht die exklusive Pharmako-

therapie ist dabei sehr wirksam. Depressionen weisen dagegen spezifischere Symptome auf und der Verlauf kann chronisch sein. Auch hier hilft die individuell kombinierte Pharmako- und Psychotherapie.

Dr. med. Aslan Abivardi, Oberarzt an der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich sprach über Tiermodelle für Angsterkrankungen und ob diese auf Menschen übertragbar sind. Dabei zog er den Schluss, dass neurobiologische Prozesse und Verhaltensweisen des Annäherungs- und Vermeidungskonflikts bei Nagern stellvertretend für Menschen verwendet und diese als Modelle für Medikamentenstudien brauchbar seien. Prof. Dr. med. Andrew Chan, Chefarzt und Neurologe am Neurozentrum sprach eingehend über Multiple Sklerose (MS) als Beispiel einer neuroimmunologischen Erkrankung. Dabei wurde deutlich, dass Stress bei dieser Erkrankung Entzündungen im Gehirn hervorrufen und neue Schübe auslösen kann.

Den Abschluss machte Prof. Dr. med. Sebastian Walther mit seinem Vortrag über den Zusammenhang von Stress und

Psychosen. Gemäss einer Metaanalyse steigt das Erkrankungsrisiko für Schizophrenie durch Migration auf einen Wert von 1,77 Prozent, während es in der Gesamtbevölkerung bei 1 Prozent liegt. In einer neuen Studie über Psychosen in Katastrophen- und Konfliktgebieten fand man eine erhöhte Wahrscheinlichkeit für schwere psychische Störungen wie PTSD, Depression, Angst und Psychosen (5,1%). Auch besondere Lebensereignisse wie z. B. eine Geburt können Auslöser für Psychosen sein. Zudem haben in Westeuropa Umwelteinflüsse wie Veränderungen der Nachbarschaft oder das Leben in einer Grossstadt einen negativen Einfluss auf psychotisches Erleben.

An diesem Nachmittag wurde also mehrfach demonstriert, dass (negativer) Stress einen ungünstigen Einfluss auf verschiedene psychische Störungen haben kann. Dass es auch positiven Stress gibt, wäre ein Thema für einen andern Anlass.

lic. phil. Daniela Krneta, Stabschefin PP

UPD erlangt die REKOLE® Re-Zertifizierung bis 2024



v.l.n.r.: Martial Seifriz, Thomas Marras, Ilir Suleijmani, Alexander Hirsbrunner

Die UPD konnte im Januar 2020 die REKOLE® Zertifizierung erfolgreich erneuern. Das REKOLE® Gütesiegel attestiert dem Finanzbereich der UPD AG eine hohe Transparenz und die Bereitschaft zu Vergleichbarkeit mit anderen Kliniken in der Schweiz.

Die Zertifizierung wurde im Dezember 2019 von der Revisionsgesellschaft Ernst & Young vorgenommen. Aufgrund der erstmaligen Durchführung des Re-Zertifizierungsprozesses seit der Verselbständigung der UPD per 1. Januar 2017 zu einer gemeinnützigen Aktiengesellschaft und der gänzlich neuen Systemlandschaft, ging der Re-Zertifizierung ein neunmonatiges Projekt unter der Leitung von Thomas Marras (Stv. Leiter Controlling) voraus.

Im Rahmen des Projektes hat das Controlling-Team in der Zusammenarbeit mit der Finanzbuchhaltung sowie dem Patienten- und Leistungsmanagement verschiedene Prozesse in

den Bereichen Leistungserfassung, Buchführung und Rechnungslegung, Kostenarten-/Kostenstellen- und Kostenträgerrechnung analysiert und angepasst.

Die UPD erlangte die Erst-Zertifizierung im April 2012 und konnte nun die Re-Zertifizierung zum zweiten Mal bestätigen. Die Umsetzung der Zertifizierungsrichtlinien muss alle vier Jahre durch eine akkreditierte Prüfstelle neu bestätigt werden. Im Kanton Bern wird eine Kostenrechnung nach REKOLE® explizit gesetzlich gefordert.

Mit dem REKOLE®-Gütesiegel bestätigt die UPD gegenüber Ihren Tarifpartnern die Einhaltung der gesetzlichen Vorgaben und unterstützt damit Ihre Verhandlungsposition bei Tarifverhandlungen.

REKOLE® steht für Revision der Kostenrechnung und der Leistungserfassung. Der nationale Verband der Spitäler und Kliniken H+ hat im Jahr 2007 ein einheitliches System von Normen für das betriebliche Rechnungswesen in Spitälern geschaffen. Damit wurde das betriebliche Rechnungswesen von Spitälern und Kliniken landesweit vereinheitlicht und ein System entwickelt, das die gesetzlichen Vorgaben gemäss Krankenversicherungsgesetz (KVG) erfüllt. Drei Jahre später wurden zusätzliche Zertifizierungsrichtlinien erarbeitet. Dieses praxisorientierte Instrument wird von H+ und seinen Mitgliedern laufend verbessert und an neue Gesetzesgrundlagen angepasst. Eine Zertifizierung nach diesen Richtlinien sind ein Qualitätsmerkmal eines Betriebs hinsichtlich der Zuverlässigkeit und Transparenz der Kostendaten.



Jacqueline Rohrbach im Porträt

Was macht für Sie die UPD aus?

Die UPD ist universitäres Kompetenzzentrum für Psychiatrie und Psychotherapie mit Ausstrahlung ins ganze Land sowie international über die Landesgrenzen hinaus. Ich schätze die Vielfältigkeit, die Expertise, die Menschen und ihre Kompetenzen, den Elan und die Motivation der Mitarbeitenden in allen Bereichen.

Beschreiben Sie Ihre Funktion respektive Ihr Aufgabengebiet in maximal drei Sätzen.

Mit meinem Team stelle ich sicher, dass die administrativen Abläufe und fachliche Beratung in Bezug auf die Mitarbeitenden effizient und effektiv umgesetzt werden. Wir entwickeln die UPD weiter indem wir die besten Mitarbeitenden zu uns holen und ihnen beste Voraussetzungen für ihre Karriere bieten. Ich vertrete unsere Organisation in verschiedenen Gremien und Anspruchsgruppen gegen aussen und helfe damit, ein gutes Umfeld für die UPD zu schaffen.

Wie sieht ein normaler Arbeitstag bei Ihnen aus?

Normale Arbeitstage oder Routine erlebe ich eigentlich nie – meist besteht mein Arbeitstag aus Besprechungen und Sitzungen mit ganz verschiedenen Personen, Gremien oder Projektgruppen in der UPD oder mit Externen.

Was haben Sie vor dem Wechsel zur UPD gemacht?

Bei der AXPO war ich als HR Leiterin und Mitglied der Divisionsleitung für die Bereiche Wasserkraft, erneuerbare Energien, Gaskraftwerke und Asset Management zuständig. Zuvor habe ich lange Jahre in verschiedenen Funktionen im Personalbereich in Asien (Hong Kong, China, Manila) vor allem im Bereich Human Resources tätig. Zudem führte ich in Hong Kong eine Galerie für Gegenwartskunst.

Was macht Ihnen an Ihrer Arbeit am meisten Spass?

Ich schätze den produktiven und engen Austausch mit meinen KollegInnen und freue mich, wenn wir als Team eine Herausforderung meistern oder ein Projekt erfolgreich umsetzen können.

Steckbrief

Vorname/Name: Jacqueline Rohrbach
Alter: 52 Jahre
Funktion: Direktorin Human Resources
In der UPD seit: April 2018
Familie: Aber sicher! In fester Partnerschaft, Patchwork, zwei Kinder

Welche Ereignisse waren während Ihrer bisherigen Tätigkeit als Leiterin Human Resources prägend?

Meine ersten Wochen in der UPD und die darauffolgende Aufbauphase im gesamten Bereich. Dabei habe ich von allen Seiten sehr viel positive Unterstützung erfahren, die mir ermöglicht hat, diese Aufgaben zu meistern.

Welches sind Ihre persönlichen Wünsche für die Zukunft des Bereichs Human Resources?

Mit einem diversen, kompetenten und motivierten Team unsere Organisation in den Bereichen Employer Branding und Rekrutierung nachhaltig zu stärken. UPD soll in der Gesundheitsbranche mindestens schweizweit Employer of Choice sein.

Gibt es eine besondere Geschichte aus Ihrer Zeit in der UPD?

Da gibt es viele – in sehr guter Erinnerung bleiben mir unsere Teamanlässe in ungezwungener Atmosphäre in lauen Sommernächten mit Wein und einem grossen Feuer im Pizaofen.

Was tun Sie in Ihrer Freizeit am liebsten?

Mit meiner Familie und Freunden pflege ich meine Passionen für Kunst und Sport. Dazu gehören Besuche von Ausstellungen, Oper und Ballett, und viel, viel Zeit in der Natur wo ich mich am besten regenerieren und meine Batterien laden kann.



JuPEERläum – 10 Jahre Peer-Arbeit in der UPD

Peer-Arbeit gilt als ein wichtiger Treiber für genesungsorientierte psychiatrische Dienstleistungen. Die UPD war Pionierin auf diesem Gebiet und hat bereits vor 10 Jahren die erste Peer-Mitarbeiterin angestellt. Dies feierten die inzwischen zahlreichen Peer-Mitarbeitenden Ende letztes Jahr zusammen mit vielen Gästen.

Durch den Nachmittag führten Salome Balasso und Christian Feldmann, Res Hertig als Direktor Zentrum Psychiatrische Rehabilitation, René Hadorn als ehemaliger Leiter der EX-IN Weiterbildung und Christian Burr als Fachleiter Recovery und Peer-Involvement der UPD begrüßten die Gäste und blickten zurück auf die Anfangszeit und die Entwicklungen seither. Das Hauptreferat hielt Stephanie Ventling, Peer-Frau der ersten Stunden, massgeblich beteiligt in zahlreichen Projekten und vielseitig vernetzt. In ihrem Vortrag befasste sie sich mit der Entwicklung der Peer-Arbeit in der Schweiz und verknüpfte dies mit ihrer eigenen Genesungsbiographie. Danach stellten die Peer-Mitarbeitenden der UPD sich und ihre Arbeit sowie die bestehenden Angebote vor, wobei vor allem die grosse bunte Vielfalt zu erstaunen wusste. Mittlerweile ist die Peer-Arbeit breit gefächert und nebst all den anderen Feldern hat der Ansatz auch die Forschung und Forensik erreicht (dabei spielte die UPD eine tragende Rolle). In der Pause nutzten die Gäste die Gelegenheit für den persönlichen Austausch. Viele Fragen kamen von interessierten Betroffenen bezüglich der Weiterbildung EX-IN, die meist als Qualifikationsmerkmal für Peer-Arbeit gilt und nicht wenige holten sich dabei einen Motivationsschub, um diesen Weg weiter zu verfolgen. Bestimmt werden wir die eine oder den anderen der Interessierten bald wiedersehen. Eine Stellwand bot Gelegenheit, um eigene Ideen zur Zukunft der Peer-Arbeit zu äussern. Einige Beispiele: Etablierung der Peer-Arbeit in allen Behandlungsteams, langfristige Sicherung der Peer-Weiterbildung sowie Weiterbildungsangebote für EX-IN, die Leistungen der Peers sollen selbstverständlich bei den Krankenkassen abgerechnet werden können, ein Jubiläum für 10 Jahre Angehörigen-Peer-Arbeit im 2029, mehr Suchtprävention durch Peers an Schulen sowie der Einsatz von Peers in Strafvollzug und Gefängnissen. Ebenso wurde genannt, dass Peers auf der Leitungsebene der UPD einge-

Peer-Mitarbeitende – auch Genesungsbegleitende genannt – sind Menschen mit eigener Erfahrung mit psychischen Krisen, Krankheiten sowie Genesung. In einer Weiterbildung (Verein EX-IN Schweiz, Pro Mente Sana) werden sie dazu befähigt, diese Erfahrung als Expertise zu nutzen – für andere Betroffene, aber auch für die Weiterentwicklung von psychiatrischen Dienstleistungen.

Die UPD war massgeblich mitbeteiligt an der Entwicklung und Etablierung der EX-IN Weiterbildung in der Schweiz. Das entsprechende Konzept eines Recovery-Gruppenangebots wurde 2010 mit dem Berner Pflegepreis ausgezeichnet.

Mittlerweile sind in der UPD 14 Peer-Mitarbeitende angestellt. Sie bilden eine noch kleine, neue «Berufsgruppe» und bringen sich täglich auf Stationen, Wohngemeinschaften, Tageskliniken, Wohnbegleitung zu Hause, Ambulatorien etc. in die Behandlung und Pflege der Patientinnen und Patienten ein, um deren Genesungsprozess zu unterstützen.

setzt werden sollten als Vertretung ihrer Peer-Mitarbeitenden, sowie der Wunsch eines nachhaltig wachsenden Recovery Colleges und die Bildung eines von Peers geführten Recoveryhauses.

Nach der Pause ging es weiter mit dem Ausblick in die Zukunft. Unter anderem stellte Christian Burr die Leitlinien zur Peer-Arbeit in der UPD vor. Diese liegen eingebettet im Konzept zur Peerarbeit und stärken die Entwicklung dieser wertvollen Arbeit.

Die Peers selbst präsentierten ein Comedy Theater, das nebst Visionen auch die Stolpersteine und Hindernisse der Peer-Arbeit aufzeigte.

In den Abschiedsworten wies Dr. Philipp Meyer, Direktor Pflege und Pädagogik der UPD, auch auf die zukünftige Entwicklung der Peer-Arbeit hin. Zum Beispiel ist ein interdisziplinärer Workshop mit Peermitarbeitenden der UPD geplant, um ein Laufbahnmodell zur Weiterqualifizierung der Peers auszuarbeiten. Ein Clown-Intermezzo sowie der anschliessende Apéro rundeten das JuPEERläum vorzüglich ab.

Chris Zeltner und Anne Knobel, Peer-Mitarbeitende



Suizidalität – Kunsttherapie als Weg ins Leben

Im November 2019 fand in der UPD der 12. Schweizer Kunsttherapietag der Dachorganisation Oda ARTECURA statt. Die Organisatorinnen konnten Dr. phil. Anja Gysin-Maillart für ein Referat gewinnen, die auf dem Gebiet der Suizidprävention eine ausgewiesene Expertin ist. Sie forscht nicht nur, sondern ist bei der UPD auch leitende Psychologin der Sprechstunde für Menschen, die einen Suizidversuch hinter sich haben. Für Betroffene entwickelte Anja Gysin-Maillart mit anderen die Kurztherapie ASSIP (Attempted Suicide Short Intervention Programm). Innerhalb von drei bis vier Sitzungen wird eine tragende therapeutische Beziehung aufgebaut, welche als wichtigster präventiver Faktor im Umgang mit dem suizidalen Patienten gilt. Die Hintergründe der suizidalen Krise werden geklärt und wichtige individuelle Warnzeichen und ein persönlicher Krisenplan erarbeitet. Eine lose aber tragende Beziehung wird mit regelmässigen Briefen auch nach Abschluss der Kurztherapie aufrechterhalten. «Das Gespräch und die Beziehung sind zentral, um vor Suizid zu schützen» vermittelte die Referentin mittels anschaulicher Filmaufnahmen aus ihrer Arbeit. Dass die ASSIP-Therapie wirkt, konnte eine 2016 im Fachmagazin PLOS Medicine publizierte Studie nachweisen: Sie reduzierte bei betroffenen Menschen das Risiko eines weiteren Suizidversuchs um fast 80 Prozent.

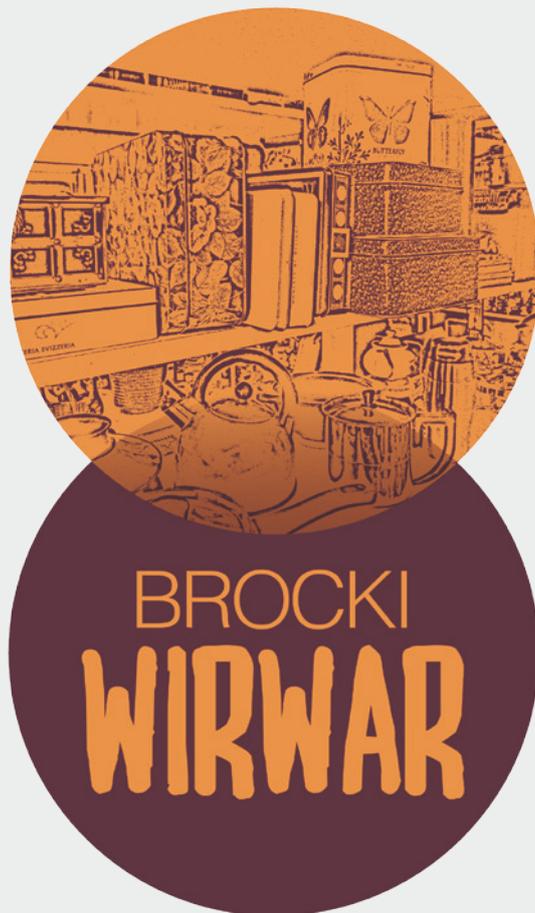
Rund zweihundert Kunsttherapeutinnen und Kunsttherapeuten aus allen Regionen der Schweiz nahmen am Kunsttherapietag 2019 teil. Anja Gysin-Maillart arbeitet bereits mit Kunsttherapeutinnen und Kunsttherapeuten im inter-

disziplinären Team und sieht Kunsttherapie als wertvoll an, um mit unterschiedlichen künstlerischen Medien eigene Themen zu bearbeiten und zu verändern. Wie konkret unterschiedliche Fachrichtungen der Kunsttherapie suizidale Menschen auf ihrem Weg zurück ins Leben begleiten, war am Nachmittag des Kunsttherapietages Thema mehrerer Workshops. Der Besuch des Symposiums und des Kunsttherapietages inspiriert mit seinen zahlreichen Beiträgen und Austauschplattformen immer wieder neu. Zurück in der beruflichen Praxis entstehen Ideen und Realisierungsmöglichkeiten.

In Zusammenarbeit der Oda ARTECURA mit der Berner Fachhochschule BFH können im Fachkurs: «Echo der Kunsttherapie» Erkenntnisse oder Interventionen aus dem Symposium und Kunsttherapietag analysiert, ins persönliche Praxisumfeld transferiert und evaluiert werden.

Angeregt durch den Vortrag von Anja Gysin-Maillart könnte das kunsttherapeutische Behandlungsangebot beispielsweise durch den Aspekt eines narrativen Interviews oder einen anderen Wirkfaktor erweitert werden. Der Vortrag «Wie gehe ich mit dem suizidalen Patienten um?» erwies sich als beeindruckend und wegweisend für unsere Arbeit mit suizidaler Klientel in der kunsttherapeutischen Praxis.

Andrea Moser-Baumann
dipl. Kunsttherapeutin (ED) Fachrichtung Gestaltungs- und Maltherapie



«äs het, solang's het...»



Die Brocki WirWar an der Bolligenstrasse 135 (Kurhaus auf dem Waldauareal) schliesst die Tore!

Als Teil des Beschäftigungsangebots vom Wohnverbund des Zentrums Psychiatrische Rehabilitation bietet die Brocki niederschwellige Arbeitsplätze für Menschen mit Psychiatrieerfahrung an. Die Brocki wurde bis März 2013 vom Verein Kultur und Öffentlichkeitsarbeit Kehrsatz (VKÖK) getragen.

Nach der Auflösung des Vereins wurde der Brocki-Betrieb vollumfänglich in den Wohnverbund UPD überführt.

Das Beschäftigungsangebot des Brocki wird vorwiegend von ehemaligen Bewohnenden und extern Interessierten genutzt und deshalb ziehen die Verantwortlichen für den Betrieb die Konsequenzen und schliessen das Brocki WirWar.

Der letzte reguläre Verkaufstag ist der 2. Mai 2020. Danach sind an speziellen Tagen noch Restverkäufe geplant, bevor der Mietvertrag per Ende Juli 2020 ausläuft.

Es gilt somit die Möglichkeit zu nutzen und dem Brocki noch einen Besuch abzustatten. Nach dem Motto: «äs het, solang's het» wechseln die guten Stücke die Besitzer und bereiten denen neue Freude.

Öffnungszeiten

Montag, Mittwoch und Donnerstag von 13.30 bis 17.30 Uhr, sowie jeden ersten und letzten Samstag im Monat von 11.00 bis 16.00 Uhr.

Kontakt

Telefon 078 810 21 24 oder per E-Mail: brockiwirwar@upd.ch

Veranstaltungen



10. März 2020
13:30–17:00 Uhr
UPD Bern, Bolligenstrasse 111, Festsaal

Sozialkonferenz I
Schwerpunktthema: Sucht 2020



11. März 2020
18:45–20:00 Uhr
Universität Bern/UniS, Schanzeneckstrasse 1, Raum A003

Fokus Psyche: Psyche im Alter
Demenz: Prävention, Früherkennung und Behandlung

IMPRESSUM

Herausgeberin: Kommunikation & Information
Verantwortung: Mike Sutter,
Leiter Kommunikation & Information
Autorinnen, Autoren, Fotografinnen und Fotografen
dieser Ausgabe: Rahel Krebs, Res Hertig, Daniela Krneta,
Jacqueline Rohrbach, Chris Zeltner, Anne Knobel,
Andrea Moser-Baumann, Werner Strik, Thomas Marras,
Rekha Nandedkar
Gestaltung: tasty graphics gmbh

Die nächste Ausgabe des UPDate erscheint im
Februar 2020. Texte und Bilder schicken Sie bitte bis
am 20. Februar 2020 an: mike.sutter@upd.ch



27. Mai 2020
9:00–16:30 Uhr
UPD Bern, Bolligenstrasse 111, Festsaal

Leadership-Konferenz
Das magische Dreieck im Pflegemanagement – Chancen und Grenzen

Weitere Informationen zu den Veranstaltungen der UPD
finden Sie unter www.upd.ch/veranstaltungen

Dienstjubiläen Januar 2020

10 Jahre

Esther Banholzer Schaller
Erica Desch Kuhlmei
Irene Gunz-Schmid
Regina Kipfer
Andrea Milena Küng
Cindy Nercide
Katharina Stegmayer

10

15 Jahre

David Bühler
Pierre-Yves Mayor
Sebastian Schulze

15

20 Jahre

Rainer Blumenau
Jocelyne Garraux-Steiger
Sibylle Glauser-Trudel
Pararajasegaram Kamalanathan
Madeleine Schenk

20