

moment

**Klinik News
Infoabend
20.04.2022**

Seite 8



Interview

Behandlungs- schwerpunkt – Persönlichkeitsstörung

Seite 4/5



Therapeutischer Ansatz

Was ist Milieuthherapie?

Seite 6

INHALT

Therapeutischer Ansatz

Was ist Milieuthherapie?

Seite 6



Kreative Projekte gemeinsam umsetzen, klingt erst einmal nur nach Spaß. Wir berichten, was genau dahintersteckt und wie die Milieuthherapie Patienten hilft.

Vermischtes

Seite 7

„Drauf Hauen“ mal anders und wer sucht, findet bestimmt. Viel Spaß beim Ausprobieren.

Klinik-News

Seite 8

Neue Mitarbeiter, Impfkationen und Informationsabende sind geboten. Am 20.04.2022 geht es um das Thema *Persönlichkeitsstörungen inklusive einer Führung* durch die Klinik.

Behandlungsschwerpunkt

Ein Gespräch über Persönlichkeitsstörungen

Seite 4 | 5



Der Psychologe Thomas Bihler gibt Einblicke, wie sich Persönlichkeitsstörungen äußern, wie es dazu kommt und was hilft diese zu korrigieren.



Liebe Leserinnen und Leser,

Sie halten unser erstes Klinikmagazin in Händen. An dieser Stelle wollen wir Ihnen in regelmäßigen Abständen Einblicke in den Alltag der Klinik Menterschwaige geben, Behandlungsmöglichkeiten näherbringen und anregen Dinge, wie Übungen oder Rezepte, auszuprobieren.

Ich bin seit Oktober 2021 Chefärztin der Klinik. Allerdings kenne ich die Klinik Menterschwaige seit über 20 Jahren. Schon während meines Studiums arbeitete ich hier als Nachtdienstbetreuerin – dass ich jetzt als ihre Chefärztin fungiere, das hätte ich mir damals nicht träumen lassen. Aber der Funke, die Liebe zu dieser Klinik, mit ihrem einzigartigen, psychoanalytischen und gruppendynamischen Konzept, war damals schon übergesprungen. Ich hatte ein Team kennengelernt, das sich enorm engagiert den Patienten widmete und das ist bis heute so geblieben.

Mit einigen von diesem Team bin ich Mitglied einer Tanzselbsterfahrungsgruppe. Tanzen ist eine meiner Leidenschaften und die Tanztherapie eine unserer beliebtesten Spezialtherapien. Unsere letzte Sitzung im Februar ließ mich wieder mit einer außerordentlichen Intensität fühlen, welches Potential jeder Mensch in sich trägt, wieviel Potential in einer Gruppe steckt und warum ich diese Arbeit an dieser Klinik mache. Ich bin stolz, die Klinik als Chefärztin mit in die nächste Generation führen zu können.

Erkennt man den Menschen in seiner Multidimensionalität und Komplexität – mit seinem Streben nach Identität und Verwirklichung, aber auch nach Geborgenheit und Sicherheit – sind psychische Erkrankungen keine Diagnosen fürs Leben. Sie machen nicht den ganzen Menschen aus. Genau da setzen wir in der Klinik Menterschwaige mit unserem umfangreichen ressourcenorientierten Behandlungssetting an.

Lernen Sie uns und unseren gruppendynamischen Ansatz kennen – sich Hilfe zu holen, ist keine Schande, sondern gesunder Menschenverstand! Und nun viel Spaß beim Lesen und Stöbern in diesem ersten Klinikmagazin.

Ihre

Christiane Manderscheid
Chefärztin



Herausgeber:

Klinik Menterschwaige
Fachklinik für Psychiatrie,
Psychotherapie und Psychoanalyse

Geiseltagegasse 203
81545 München
+49 89-64 27 23 0
info@klinik-menterschwaige.de

Verantwortlich für Personal:

Klinik Menterschwaige
Cornelia Treffler
personal@klinik-menterschwaige.de

Verantwortlich für Redaktion:

Sprachperlen GmbH – Agentur
für Unternehmenskommunikation
Andrea Bengts
andrea.bengts@sprachperlen.de

Verantwortlich für Design:

grimm grafix
Susanne Grimm
design@grimm-grafix.de

Verantwortlich für Druck:

Irrgang Druck GmbH
info@irrgangdruck.de

Erscheinungsweise:

4 Ausgaben pro Jahr

Fotos:

S. 1 Arman Zhenikeyev/Getty Images
S. 1, 2, 4 George Doyle/Getty Images
S. 7 Natalya Harahliad/123RF
Verwendete Agenturfotos mit Models gestellt.



Wie äußern sich Persönlichkeitsstörungen?

Persönlichkeitsstörungen zeigen sich in der Art und Weise, wie Menschen mit anderen Menschen in Beziehung treten, aber auch darin, welches Bild eine Person von sich selbst hat und wie sie mit sich umgeht. Menschen mit Persönlichkeitsstörungen nehmen Beziehungen und Situationen häufig stark verzerrt wahr und reagieren immer wieder nach den gleichen Mustern – starr und unflexibel. Konflikte in Paar-Beziehungen und an der Arbeitsstelle sind vorprogrammiert. Beispielsweise nehmen Menschen mit einer paranoiden Persönlichkeitsstörung ihre Umwelt tendenziell bedrohlich wahr und haben das Gefühl, andere wollen ihnen schaden. Daher reagieren sie mit Verdächtigungen, Misstrauen, fühlen sich häufig falsch verstanden, denken in Schuldmustern und sehen die Schuld bei anderen. Denn von Persönlichkeitsstörungen Betroffene können ihre Verhaltensmuster selbst nicht erkennen und wahrnehmen, in der psychiatrischen Fachsprache bezeichnet man diesen blinden Fleck für sich selbst als „ich-synton“. Daher treten die gleichen Probleme, wie bei einem Wiederholungszwang, immer wieder auf und manchmal leidet dadurch die Umwelt mehr unter dem gestörten Beziehungsverhalten als die betroffene Person selbst.

Und die Wurzeln der Persönlichkeitsstörungen?

Diese liegen in der Regel in der Kindheit und sind eine Reaktion auf das frühe Lebensumfeld. Betroffene haben häufig Eltern, die selbst unter psychischen Störungen oder Suchterkrankungen leiden. Weitere Ursachen

EIN GESPRÄCH ÜBER PERSÖNLICHKEITSSTÖRUNGEN

Thomas Bihler, Leitender Psychologe der Klinik Mengerschwaige, gibt Einblicke zum Krankheitsbild Persönlichkeitsstörung und was Betroffenen hilft.

sind Traumata wie Missbrauch oder Misshandlungen. Menschen mit Persönlichkeitsstörungen wurden als Kinder nicht adäquat, an den jeweiligen individuellen Bedürfnissen orientiert, versorgt und konnten kein Urvertrauen aufbauen. Ihnen fehlen als hilfreich erlebte Beziehungen. Um beim Beispiel Paranoia zu bleiben: Die misstrauischen und von Schuldzuweisungen geprägten Verhaltensweisen, sind ein Abwehrmechanismus, den sich die Betroffenen angeeignet haben, um mit erlittenen Traumata oder fehlender Beziehungs- und Kontakterfahrung umzugehen, das heißt ihr psychisches Überleben schon im Kindesalter zu sichern.

Treten die Konflikte in der Kindheit auf?

Diagnostiziert wird eine Persönlichkeitsstörung in der Regel erst im Erwachsenenalter ab 18 Jahren. Bei Kindern tritt eine Persönlichkeitsstörung noch nicht in dieser Form zu Tage, aber bestimmte Störungen des Kindesalters wie ADHS, Bindungsstörungen und andere können Vorläufer

einer späteren Persönlichkeitsstörung sein. Persönlichkeitsstörungen treten häufig zusammen mit anderen psychischen Störungen auf. Denn sie verursachen Leid, das wiederum weitere Störungen, wie Depressionen, Suchterkrankungen oder Essstörungen auslösen kann. Wichtig ist daher die professionelle Diagnose eines Fachmanns. Diese erfolgt über ausführliche Gespräche, Fragebögen und Persönlichkeitstests.

Wie wird Patienten in der Klinik Mengerschwaige geholfen?

Wir setzen auf einen verstehenden Zugang: Das bedeutet Verständnis für den Patienten zu haben und ihm Wertschätzung zu vermitteln. Die Kontakt-Therapie – die heilende Kraft der Beziehungen, also einer Gruppe einzusetzen – spielt eine zentrale Rolle. Der gruppenspezifische Ansatz der Klinik mit der Milieutherapie im Fokus hilft Menschen mit Persönlichkeitsstörung, negative Erfahrungen ihrer Lebensgeschichte aufzuarbeiten und schwierige Muster ihres Erlebens und Verhaltens zu verändern. Die

Betroffenen machen positive Erfahrungen in einer Gruppe und stärken ihr Selbstvertrauen – korrigierende Erfahrungen, die zu dauerhaften Veränderungen führen können.

Mit ressourcenorientiertem Ansatz?

Ja genau. Wir arbeiten mit einem sogenannten ressourcenorientierten Ansatz. Das heißt die Patienten werden nicht auf ihre Störung reduziert, sondern wir identifizieren mit ihnen ihre kreativen Potentiale, helfen Perspektiven aufzuzeigen und herauszufinden, wer sie sein möchten und sein können. Anders gesagt: Bei uns steht der Mensch im Mittelpunkt und nicht das Symptom oder die Störung. Dementsprechend liegt der Behandlungsfokus auch klar auf der Psychotherapie. Es gibt keine spezifische psychopharmakologische Behandlung im Bereich der Persönlichkeitsstörungen. Begleitende Symptome oder andere Komorbiditäten, wie z.B. eine Depression, werden, falls erforderlich, mit Antidepressiva o.ä. behandelt.

WAS IST MILIEUTHERAPIE?



Milieuthérapie in der Klinik Menterschwaige fördert die Entwicklung der Persönlichkeit und letztendlich der Identität. Die Patienten erleben sich in der Gruppe, lernen sich selbst besser zu verstehen und erhalten Feedback der Mitpatienten oder Milieuthérapeuten. Im Zentrum der Milieuthérapie steht der direkte Austausch an einem konkreten Projekt, wie zum Beispiel der Gestaltung eines Gruppenraumes oder dem Bau eines Weges im Garten. Wesentlich ist das Erleben in der Gegenwart. „Vom Plan bis zur Umsetzung sind hier alle konkreten und kreativen Kräfte der Patienten gefragt“, so Hermine Pfindel, Leitung Milieuthérapie.

Die gemeinsame Arbeit und den anschließenden Austausch begleitet das Milieuthérapie-Team. Entscheidend ist, dass sich im Beziehungsfeld der Zusammenarbeit sowohl Stärken als auch Schwächen zeigen dürfen und anschließend besprochen werden. Zusammenhänge, die in die Vergangenheit reichen, können Patienten in der Einzel- und Gruppentherapie besprechen. Die verschiedenen Therapiebereiche tauschen sich regelmäßig aus.

Ressourcen aktivieren und Altes loslassen

Die Milieugruppen bestehen aktuell aus zwölf bis dreizehn Patienten mit einer Aufenthaltsdauer von vier bis

zwölf Wochen. Bewährt haben sich möglichst heterogene Gruppen mit Patienten unterschiedlicher Krankheitsbilder von Depressionen über Angststörungen bis hin zu Persönlichkeitsstörungen. Die Milieuthérapie ist die Basisgruppe, Stationen gibt es nicht. Über die Milieugruppe hinaus sind die Patienten in andere Spezialtherapien eingeteilt, so dass sich die Mitpatienten anderer Gruppen kennenlernen, zum Beispiel in der Musiktherapie oder bei Aktivitäten am Wochenende. „So entdecken und beginnen Patienten häufig spontan gemeinsame Hobbies und machen erste Schritte in Richtung Genesung“, berichtet Pfindel.

Wie hilft die Milieuthérapie?

Die Patienten können sich in der geschützten Gruppe erleben und wiederkehrende Konflikte oder Frustrationen durcharbeiten. So lernen sie durch Wieder-Erleben sich selbst besser zu verstehen, Veränderungsmöglichkeiten zu erleben und somit gute Gruppenerfahrungen mitzunehmen. Fragen wie, wer möchte ich sein, was kann ich und wo möchte ich hin, stehen im Fokus, um die Ressourcen zu aktivieren und Altes loszulassen. So hilft die Milieuthérapie das Selbstvertrauen zu stärken, Hoffnung und Zutrauen zu wecken und einen Platz in der Gruppe zu finden.

Lecker durch den Frühling. Aus der Patientenküche der Klinik Menterschwaige duftet es nach:

BANANENBROT

- 3 reife Bananen
- 120 g Butter
- 110 g brauner Zucker
- 2 mittelgroße Eier
- 200 g Weizenmehl
- 1 TL Backpulver
- 1 Prise Salz
- ¼ Teelöffel gemahlene Vanille
- 1 Prise Zimt
- 100 g Schmand oder Sauerrahm
- etwas Butter für die Kastenform

Zubereitung

Die reifen Bananen zerdrücken. Die weiche Butter mit dem Zucker schaumig schlagen. Dann die weiteren Zutaten zugeben und zum Schluss das Bananenmus kurz unterrühren. Bei 175 Grad (Ober- und Unterhitze) ca. 55-60 Minuten backen.



BOX-ÜBUNG

Man nehme: Einen möglichst großen Box-Sack.

Wer denkt, es geht um ‚Nimm den Box-Sack und hau drauf‘, hat Recht. Ergänzt durch beobachte, wie du dich fühlst und welche Gefühle aufkommen, heißen wir dich willkommen in der Boxtherapie. Hier arbeitest du dich an einem 180 cm großen und 70 kg schweren Box Sack ab. Ein Körper, der im Raum schwingt – nicht stark, aber kontinuierlich.

1. Schritt: Finde – in leichter Bewegung, so dass der Abstand zum Box Sack gleichbleibt – eine Distanz, bei der du dich selbst wohlfühlst. Das heißt kommt der Box Sack auf dich zu, gehst du zurück. Schwingt er in die andere Richtung, gehst du wieder näher ran.

2. Schritt: Variiere den Abstand zum Box Sack. Was verändert sich, wenn du den Abstand verkürzt oder weiter weg gehst?

Jetzt hast du auf einmal eine Beziehung erlebbar gemacht. Je nach Erlebnis und ausgelöster Reaktionen folgen weitere Übungen oder die Übung wird wiederholt oder variiert.

FINDE SIEBEN THERAPIEANGEBOTE

(z.B. Gruppen-Therapie)

Y	F	Q	T	S	E	A	C	G	S	Z	N
M	L	E	Q	D	N	B	D	A	X	M	D
E	W	P	V	M	M	O	H	E	N	C	M
D	L	P	V	U	C	X	N	X	Y	P	X
I	K	L	J	S	M	D	T	S	O	T	H
K	K	U	A	I	H	I	F	N	M	L	S
P	N	C	N	K	R	S	L	H	A	V	L
R	C	I	P	S	Q	S	J	I	W	H	T
A	G	F	U	A	T	U	A	U	E	V	A
N	U	C	I	R	E	I	T	V	I	U	N
P	N	F	Q	T	H	E	A	T	E	R	Z
S	A	Z	R	F	C	I	R	H	W	T	T

Lösung: Milieu, Box, Musik, Theater, Kunst, Reiz, Tanz

KLINIK-NEWS

Corona-Schutzimpfung

Für Kurzentschlossene bietet die Klinik Mengerschwaige regelmäßig Impfaktionen an. Die Termine werden kurzfristig über Radio Arabella und auf der Website angekündigt unter: www.klinik-mengerschwaige.de.

Im Doppelten aktiv für Menschen mit erhöhtem Risiko

Ab dem 16.03.2022 setzen wir die aktuellen Gesetzesvorgaben für Gesundheitseinrichtungen um. Alle, außer Patienten, müssen, um die Klinik betreten zu dürfen, einen der folgenden Nachweise vorlegen:

- Vollständiger Impfnachweis,
- Nachweis des Genesenenstatus oder
- Vorlage eines ärztlichen Zeugnisses, dass aufgrund einer medizinischen Kontraindikation nicht gegen COVID-19 geimpft werden kann.

Vorgestellt: Offen, herzlich, kompetent und neu im Team

Beate Meyer



Ich habe im Februar 2022 als PiA (Psychologin in Ausbildung zur Psychologischen Psychotherapeutin) in der Klinik begonnen. Ihr werdet mich bei Einzeltherapiegesprächen und als Co-Leitung der Gruppenpsychotherapie einer der Milieugruppen antreffen.



Christine Rickers

Als examinierte Gesundheits- und Krankenpflegerin bin ich seit Januar 2022 an der Klinik Mengerschwaige. Ich unterstütze als Pflegefachkraft in der Milieuthherapie und der Trauma-Stabilisierungsgruppe.

Infoabende Schwerpunktthema: Persönlichkeitsstörungen

20.04.2022
um 18 Uhr



Ab April starten erneut, jeden dritten Mittwoch im Monat, die Informationsabende samt Führung durch die Klinik – je nach Corona-Bestimmungen weichen wir vom gesamten Klinikgelände in den geliebten Klinikgarten aus.

Dr. Susanne Kristen-Antonow



Seit Februar 2022 habe ich als PiA in der Klinik begonnen. In den nächsten neun Monaten meiner Ausbildung übernehme ich Einzeltherapiegespräche und die Co-Leitung einer Gruppenpsychotherapie.