

Medienmitteilung

Kilchberg, 13. Juli 2012

Eine neue Form der kognitiven Verhaltenstherapie

Hilfe für chronisch depressive Patienten



Traditionell verfügt das Sanatorium Kilchberg über besondere Kompetenzen in der Behandlung von affektiven Störungen. Das bestehende Angebot wurde um ein spezifisches Angebot für chronisch depressive Patientinnen und Patienten erweitert. Dr. phil. Dominique Holstein orientierte gestern am Sanatorium über die Möglichkeiten der Behandlung von chronischen Depressionen mit dem Ansatz des *Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP)*.

Depressive Störungen nehmen, häufiger als früher angenommen, in rund einem Drittel aller Fälle einen chronischen Verlauf und gehen einher mit deutlichen psychosozialen und beruflichen Beeinträchtigungen sowie einer höheren Inanspruchnahme des Gesundheitssystems. Gleichzeitig treten sie häufig in Verbindung mit weiteren psychischen Störungen auf wie Angststörungen, Alkohol- und Substanzmissbrauch sowie Persönlichkeitsstörungen.

Bislang galten chronische Depressionen als äusserst schwierig zu behandeln. Hier setzt das neue Angebot des Sanatoriums Kilchberg an – mit dem von James P. McCullough in den USA entwickelten Ansatz des „Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP)“. Dieser wurde im Rahmen der gestrigen Publikumsveranstaltung durch Dr. phil. Dominique Holstein einem breiten Publikum anschaulich vorgestellt. CBASP versteht sich als ein integratives psychotherapeutisches Modell, das Erkenntnisse und Therapieansätze aus verschiedenen Bereichen verbindet. Dabei wird davon ausgegangen, dass frühe seelische oder körperliche Traumatisierungen, Verlusterfahrungen oder eine chronische Vernachlässigung in der Kindheit die Entwicklung von Selbstvertrauen und Neugierde sowie das adäquate Eingehen auf Rückmeldungen aus dem Umfeld behindern. Die Betroffenen entwickeln einen vermeidenden, ängstlichen Lebensstil und scheitern wiederholt bei der Bewältigung von Entwicklungsaufgaben und psychosozialen Belastungen. CBASP zielt auf eine Veränderung des zwischenmenschlichen und situationsbezogenen Verhaltens ab. Mit Hilfe von Situationsanalysen lernen Patientinnen und Patienten einen Zusammenhang zwischen eigenen Verhaltens- und Denkmustern und den Konsequenzen der Umwelt herzustellen, günstige Alternativen zu entwickeln und zu erproben. Die Gestaltung der therapeutischen Beziehung mit einer Rückmeldung der Wirkung des Verhaltens der Patientin oder des Patienten auf die Therapeutin oder den Therapeuten wirkt dabei unterstützend.

Um der individuellen Situation von Patientinnen und Patienten mit einer chronischen Depression gerecht zu werden, wurde das neue Angebot sowohl im stationären (Privatstation), als auch im teilstationären und im ambulanten Bereich im Sanatorium Kilchberg aufgebaut. Die Patientinnen und Patienten erhalten ein individuell auf sie abgestimmtes Therapieprogramm basierend auf einer psychiatrisch-pharmakologischen Behandlung und CBASP-Einzeltherapie durch einen erfahrene/-n Therapeutin/-en. Zusätzlich nehmen sie an einem spezifischen CBASP-Gruppenangebot teil und werden auf der Station durch entsprechend geschulte Pflegepersonen betreut. Ergänzend kommen fachtherapeutische Angebote zur Anwendung.

Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP)

Das Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP) versteht sich als integratives psychotherapeutisches Modell, das unterschiedliche psychologische Ansätze berücksichtigt. Dazu gehören die Theorie der kognitiv-emotionalen Entwicklung von Piaget, lerntheoretische Erkenntnisse sowie kognitive und interpersonelle Ansätze. CBASP geht davon aus, dass es bei chronisch depressiven Menschen mit einem frühen Beginn der Erkrankung zu einem kognitiv-emotionalen Entwicklungsstillstand kommt infolge von frühen seelischen oder körperlichen Traumatisierungen, Verlust Erfahrungen oder chronischer Vernachlässigung. Dadurch sind die Entwicklung von Selbstvertrauen und Neugierde sowie die Loslösung von den primären Bezugspersonen behindert. Dies führt zu einem vermeidenden, ängstlichen Lebensstil und es gelingt den Betroffenen oftmals nicht, Rückmeldungen aus der Umwelt adäquat aufzunehmen und zu integrieren. Depressive Annahmen über das Leben und die Umwelt können so nicht durch andere Erfahrungen korrigiert werden. Kognitive und soziale Fertigungsdefizite beeinträchtigen die Bewältigung von Entwicklungsaufgaben und psychosozialen Belastungen, so dass die Betroffenen wiederholt scheitern. Bei Patientinnen und Patienten mit einem späteren Beginn der Erkrankung wird angenommen, dass es infolge des langen depressiven Verlaufs zu einer Regression auf ein früheres weniger ausgereiftes Funktionsniveau kommt.

CBASP ist geeignet für Patientinnen und Patienten

- mit einer chronischen Depression (Verlauf über 2 Jahre)
- mit wiederkehrenden Depressionen ohne vollständige Heilung zwischen den Episoden
- mit einer seit der Jugend bestehenden depressiven Grundstimmung und Antriebsschwäche (Dysthymia)
- bei Double Depression (lebenslang anhaltende depressive Grundstimmung plus depressive Episoden)

Für weitere Auskünfte steht gerne zur Verfügung:

*Frau Dr. med. Christine Poppe, Chefärztin Bereich Ambulante Psychiatrie und Psychotherapie,
Sanatorium Kilchberg
Tel. 044 716 40 62, c.poppe@sanatorium-kilchberg.ch*
