

# Pünt Nord - Stationäre Psycho- therapie für junge Erwachsene

Pünt Nord ist eine Psychotherapiestation mit verhaltenstherapeutischem Schwerpunkt. Sie eignet sich für junge Erwachsene, bei denen eine ambulante Behandlung einerseits nicht genügt, andererseits eine Akutstation nicht nötig ist.

### **An wen richtet sich das Behandlungsangebot?**

Wir bieten Behandlungen für Patienten im Alter von 18 bis ca. 30 Jahren und behandeln das gesamte Spektrum an Problemen und Störungen, bei denen eine intensive und veränderungsorientierte Psychotherapie wirksam ist. Besondere Therapiekonzepte haben wir für die Behandlung von Borderline- und Traumafolgestörungen, Essstörungen, ADHS und anhaltenden Problemen der Emotionsregulation.

Behandlungsschwerpunkte setzen wir mit der Dialektisch-Behavioralen



Therapie der Borderline-Störungen (DBT nach M. Linehan) und der emotionsbezogenen Psychotherapie (z.B. Schematherapie nach J. Young).

### **Wie lebt man in Pünt Nord?**

Die Station «Pünt Nord» gehört zum Zentrum für Stationäre Psychotherapie der Privatklinik Clienia Littenheid. Das helle und freundliche Haus befindet sich eingangs des Klinikdorfes, am Rand des Park- und Sportareals mit Blick auf Bäume und Wiesen. Es verfügt über 20 Einzelzimmer, ein Malatelier und zahlreiche Funktionsräume.

Das Behandlungsteam hat sich in jahrelanger Erfahrung und Weiterbildung auf die Arbeit mit jungen Erwachsenen spezialisiert.

Die Teilnahme an den vereinbarten Therapien ist obligatorisch. Ausserhalb der Therapie bleibt genügend Zeit für Ausgang, Besuche und sportliche oder kulturelle Aktivitäten in Littenheid oder ausserhalb.

### **Das Behandlungskonzept**

Die Eintrittsphase dient dem Einleben auf der Station, der diagnostischen Abklärung und dem Kennenlernen von Patientengruppe und Team. Sie wird abgeschlossen durch die Vertragsbesprechung, in der die individuellen Therapieziele im Therapievertrag gemeinsam von Patient, Bezugsperson, Therapeut und Oberarzt festgelegt werden.

In der Behandlungsphase werden die vereinbarten Therapien durchgeführt und die Fortschritte in regelmässigen Standortgesprächen evaluiert. Die Pflegeplanung mit der Bezugsperson ermöglicht die Umsetzung der Therapieziele in kleinen Schritten im Alltag.

In der Austrittsphase stehen der Abschluss der Behandlung und die Vorbereitung der Lebenssituation zu Hause im Vordergrund.

## **Das Behandlungsangebot**

- Intensive Einzelpsychotherapie durch Psychologen mit abgeschlossenen Zusatzqualifikationen
- Gruppenpsychotherapien zweimal wöchentlich
- Familien- und Angehörigengespräche
- Milieugruppen und intensive Bezugspflege
- Kreativ- und Gestaltungstherapien (einzeln und/oder in der Gruppe)
- Körperorientierte Therapie (Escrima, Yoga, Körperwahrnehmung u.v.a.)
- Weitere Komplementärtherapien (Musiktherapie, Ergotherapie u.v.a.)
- Der Sozialdienst unterstützt bei der sozialen Zukunftsplanung

## **Schwerpunkt DBT**

Die Dialektisch-Behaviorale Therapie wurde zur Behandlung von Störungen, die mit Impulsivität, inneren Spannungszuständen und ausgeprägten Gefühlsschwankungen einhergehen, entwickelt. In Vergleichsuntersuchungen hat sie sich bisher als wirkungsvollste Therapie der Borderline-Störung erwiesen.

Die DBT ermutigt zu neuen, veränderten Verhaltensweisen anstelle starrer, festgefahrener Handlungsmuster. Eine grosse Rolle spielen hierbei die aus der ZEN-Praxis stammenden Techniken der Achtsamkeit (Förderung bewussten Erlebens) und der Akzeptanz (Förderung des Annehmen-Könnens, der inneren Nachsicht und der Selbstfürsorge).

Zentrales Element ist das „Skillstraining“ in der Gruppe, wo diese und weitere Fertigkeiten des Emotionsmanagements vermittelt und geübt werden. Wir bieten als anerkannte DBT-Station das komplette 12-wöchige DBT-Therapieprogramm an.

## **Schwerpunkt Schematherapie**

Die Schematherapie nach J. Young entstand aus der Beobachtung und Erfahrung, dass Psychotherapie insbesondere bei schweren Persönlichkeitsstörungen, bei Traumafolgen, aber auch bei persönlichkeitsverankerten Angst- und Zwangssyndromen auf längere Sicht erfolglos bleibt, solange sie nicht die aus unerfüllten Grundbedürfnissen entstandenen inneren «Schemata» und die Art, mit ihnen umzugehen (Schemaerfüllung, Schemabekämpfung oder Schemavermeidung) berücksichtigt und integriert. Eine grosse Rolle spielt die Arbeit mit Imaginationen.

Stationäre Schematherapie wird bei uns ebenfalls in Form eines 12-wöchigen Programms angeboten.

## **Kontakt**

Stationsleitung

Christoph Fuhrhans, Oberarzt

Viola Kempe, Stationsleiterin Pflege

Bereichsleitung

Dr. med. Elisabeth Möller, Leitende Ärztin

Susy Wagner, Bereichsleiterin Pflege

Auskunft und Anmeldung

Patientenaufnahme, Direktwahl +41 (0)71 929 60 06

## **Clienia Littenheid AG**

Privatklinik für Psychiatrie  
und Psychotherapie

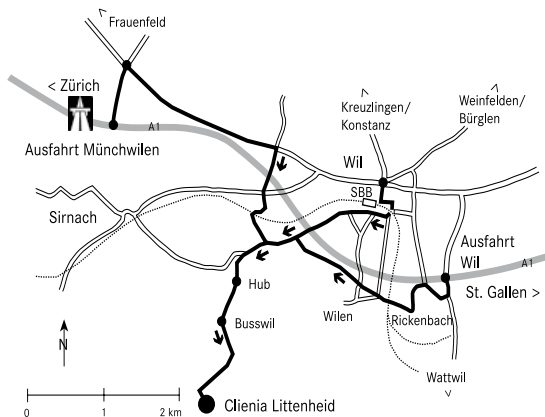
CH-9573 Littenheid

Tel. +41 (0)71 929 60 60

Fax +41 (0)71 929 60 30

info.littenheid@clienia.ch

www.clienia.ch



## **Clienia Standorte**

### **Clienia Littenheid AG**

Privatklinik für Psychiatrie  
und Psychotherapie, Littenheid

### **Clienia Schlössli AG**

Privatklinik für Psychiatrie und  
Psychotherapie, Oetwil am See

Psychiatriezentrum Männedorf

Psychiatriezentrum Uster

Psychiatriezentrum Wetzikon

Ambulatorium Wetzikon