

PÜNT NORD



N

Christoph Fuhrhans

Pünt Nord: Psychotherapie für junge Erwachsene

1. Das Haus
2. Die Therapie
3. Das Team
4. Der Spirit









Störungsspezifische und evidenzbasierte Psychotherapie

- **Borderline-Störung - DBT**
- **Essstörungen**
- **ADHS**
- PTSD
- Angst, Zwang, Depression
- sonstige Persönlichkeitsstörung
- „Adoleszenzkrise“

Therapieprogramm Dialektisch-Behaviorale Therapie für Borderline-Störungen

- ca. 10 Patientinnen in der DBT-Gruppe
- wöchentlich 2 x 2 h Skillsgruppe (2 parallele Gruppen: „Einstiegsgruppe“, „Aufbaugruppe“)
- DBT-Einzeltherapie
- DBT-Bezugspersonenarbeit
- Patienten-Bezugsgruppe
- Infogruppe („Basisgruppe“, wöchentlich)
- DBT-Intervisionsgruppen (monatlich)
- DBT-Teamrapport (wöchentlich)
- DBT-Teamsupervision (4 x jährlich)
- Zusatztherapien: Escrima, etc.

Die Skillsgruppe



Bezugspersonengespräch



weitere DBT-Aktivitäten

- ambulante Fertigkeitengruppe (6 – 12 Monate)
- Kooperation mit DBT-A Jugendbereich
- Aufbau DBT-Netzwerk Ost- und Zentralschweiz mit
 - www.borderline.ch
 - lokale Vernetzungen Skillstrainer-Einzeltherapeuten
 - jährlich grosse Netzwerktreffen bei beteiligten Kliniken

Weitere störungsspezifische Therapien

- Anorexie-Stufenprogramm
- Bulimie-Programm (DBT-orientiert)
- ADHS-Module (DBT-orientiert)

- Angstkonzept mit Reizkonfrontation
- Zwangsstörung mit Reizkonfrontation

das Team



FEEL FREE!



Grundlegende Kommunikationsregeln

1. Ich spreche nur von mir und in der Ich-Form.
2. Wir setzen uns gegenseitig zuhören.
3. Ich drücke meine Gedanken und Gefühle über die Situation aus.
4. Ich vermeide persönlich erzwingende oder beleidigende Aussagen.
5. Jeder Mensch macht Fehler. Aus Fehlern können wir lernen, wenn wir sie freilassen.

Feelen Dank!