

# Ambulante Behandlungsangebote für Menschen mit bipolaren affektiven Störungen

Tagesklinik und Psychiatrische Institutsambulanz (PIA)  
am Vivantes Humboldt-Klinikum

**Dipl. Psych. Yvonne Zeisig**



**Auguste-Viktoria-Klinikum**



**Humboldt-Klinikum**



**Klinikum Am Urban**



**Klinikum Hellersdorf**



**Klinikum im Friedrichshain**



**Klinikum Neukölln**



**Klinikum Spandau**



**Wenckebach-Klinikum**

Dr. Beate Brombacher  
Lt. Psychologin  
PIA – Schwerpunkt Bipolare Störungen

Yvonne Zeisig  
Lt. Psychologin  
Tagesklinik Bipolare Störung

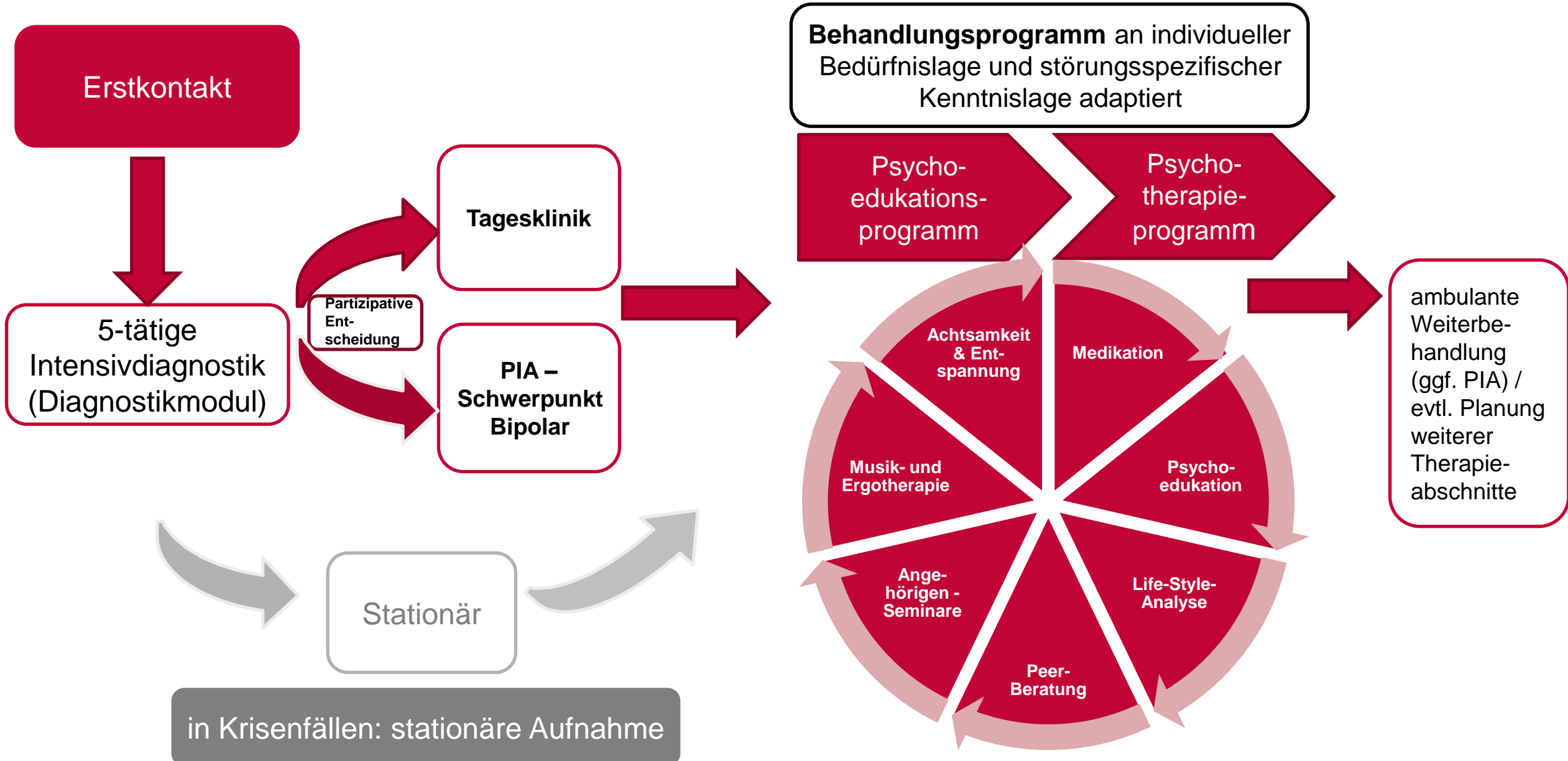
Unser ambulantes Behandlungsprogramm verbindet ...

- Psychopharmakotherapie,
- Psychoedukation
- sowie verschiedene psychotherapeutische Ansätze

... miteinander.

**Ziele** unseres Behandlungsprogramms sind u.a.

- Wissensvermittlung (Psychoedukation)
- Stimmungsstabilisierung
- nachhaltiger Rückfallschutz (u.a. Erstellung eines Krisenplans) und eine
- medikamentöse Einstellung bzw. Optimierung



## Diagnostikmodul

- ✓ Diagnostik- und Vorbereitungsphase
- ✓ umfangreiche medizinische Untersuchungen & psychologische Testungen wie u.a. strukturierte klinische Interviews, Verhaltens- & Lebensstilanalysen (Mikro- und Makroanalysen), Life-Charts & anamnestische Befunde durch Angehörige



Diagnostik-  
modul

## Diagnostik

Umfangreiche  
medizinische und  
psychologische  
Untersuchungen

## Diagnostikmodul

Diagnostik-  
modul

**Diagnostik**  
Umfangreiche  
medizinische und  
psychologische  
Untersuchungen

|                   |       |   |        |
|-------------------|-------|---|--------|
| <b>Montag</b>     | Tag 1 | Pflegerische und ärztliche Aufnahme   | Einzel |
|                   |       | Einzelgespräche mit biographischer Anamnese   | Einzel |
| <b>Dienstag</b>   | Tag 2 | Life-Chart  | Gruppe |
|                   |       | Rezidivprophylaxe   | Gruppe |
|                   |       | Anleitung der Pat. zum Selbstmanagement<br>Fragebögen eigenständig ausfüllen  | Gruppe |
| <b>Mittwoch</b>   | Tag 3 | Einzelgespräche zur SKID-I-Diagnostik mit Rückmeldung aller Fragebögen/ Diagnostikergebnisse                                | Einzel |
| <b>Donnerstag</b> | Tag 4 | somatische Abklärung und ggfs. medikamentöse Einstellung  | Einzel |
|                   |       | PE Gruppe I   | Gruppe |
|                   |       | Skills-Gruppe   | Gruppe |
| <b>Freitag</b>    | Tag 5 | Anleitung von Mikro- und Makroanalysen in der Gruppe<br>Einzelgespräche/Abschlussgespräche zur Planung der Weiterbehandlung | Gruppe |
|                   |       | Pflegerische Entlassung   | Einzel |
|                   |       | PE Gruppe II  | Gruppe |

## Entscheidungsmodul

- ✓ gemeinsame Planung und Einleitung der Therapie
- ✓ wahlweise als Patient unserer TK oder unserer PIA

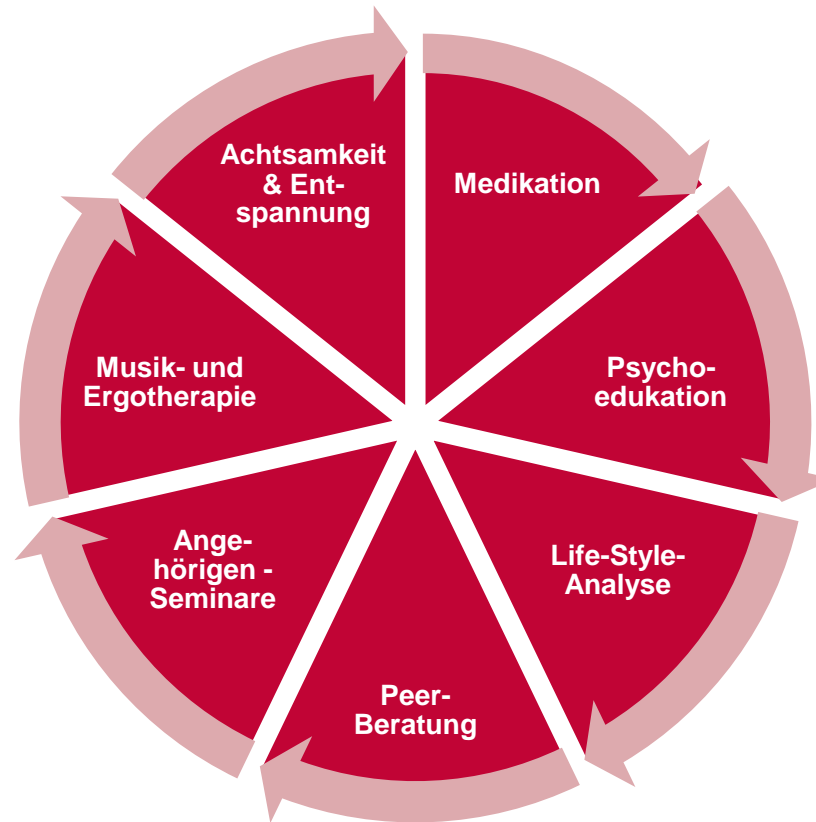


## Behandlungsmodul

- ✓ Auswahl von Therapiemodulen auf Grundlage individueller Bedürfnisse & Vorkenntnisse
- ✓ Basisprogramm für kürzlich erkrankte oder kürzlich diagnostizierte Patienten
- ✓ Aufbauprogramm für Patienten mit langjähriger Diagnoseerfahrung



## Behandlungsmodul





# Therapieplan – Tagesklinik Bipolare Störungen

| Mo   | Di                            | Mi              | Do                | Frei                        |
|--|-------------------------------|-----------------|-------------------|-----------------------------|
| Morgenrunde                                | Morgenrunde                   | Morgenrunde     | Morgenrunde       | Morgenrunde                 |
| Verhaltenstraining<br>Persönlichkeitsstile | Psychoeduka                   | Arzt            | Psychotherapeut   | Genusstraining              |
| Bewegungstherapie                          | Skills                        | Einzelgespräche | PEER-Beratung     | Persönlichkeitsstile-Gruppe |
| Musiktherapie                              | Achtsam                       | Peer-berater    | Fachkrankenpflege | Angehörigen-gespräch        |
| Mittagspause                               | Mittagspause                  | Diagnostik      | Mittagspause      | Mittagspause                |
| Walking                                    | Life Chart                    | Walking         | Life Chart-Gruppe | Wochenabschlussrunde        |
| Pflege-sprech-stunde                       | Ergotherapie                  | PC-Testung      | Arzttermin        | Sozialdienst                |
|  | Kognitions-gruppe             | Blutabnahme     |                   |                             |
|  | Interaktionelle Gruppenarbeit |                 |                   |                             |
|  | Angehörigen-gruppe            |                 |                   | Krisengespräch              |

# Tagesklinik für Bipolare Störungen - Eckdaten

- Durchschnittliche Behandlungsdauer: 6 Wochen
- Montag – Freitag, jeweils von ca. 8:30 – ca. 15:00 Uhr
- Gruppenpsychotherapieprogramm, spezialisiert auf Bipolare Störung
  - Störungsspezifische Psychoedukation
  - Life Chart-Gruppe
  - PEER-Beratung
  - Lebensstil-Gruppe
  - Selbstmanagement allg.
- Breites Komplementärtherapieprogramm
  - Musik- und Ergotherapie, Bewegungs-/Tanztherapie
  - Entspannungstraining, Achtsamkeit, Qi Gong
  - Genusstraining, Kognitionsgruppe
- Indikation:
  - Krankheitsphase
  - Rezidivprophylaxe (Verhinderung von weiterer Krankheitsphase)
  - medikamentöse Um- oder Einstellung
  - Differentialdiagnostische Fragestellungen

# Workshop 04: 13:30 – 15:00 R1.002



## Wünsch Dir was! Brauchen Betroffene mit langjähriger Diagnoseerfahrung spezielle Behandlungsansätze?

Dipl. Psych. Yvonne Zeisig



**Auguste-Viktoria-Klinikum**



**Humboldt-Klinikum**



**Klinikum Am Urban**



**Klinikum Hellersdorf**



**Klinikum im Friedrichshain**



**Klinikum Neukölln**

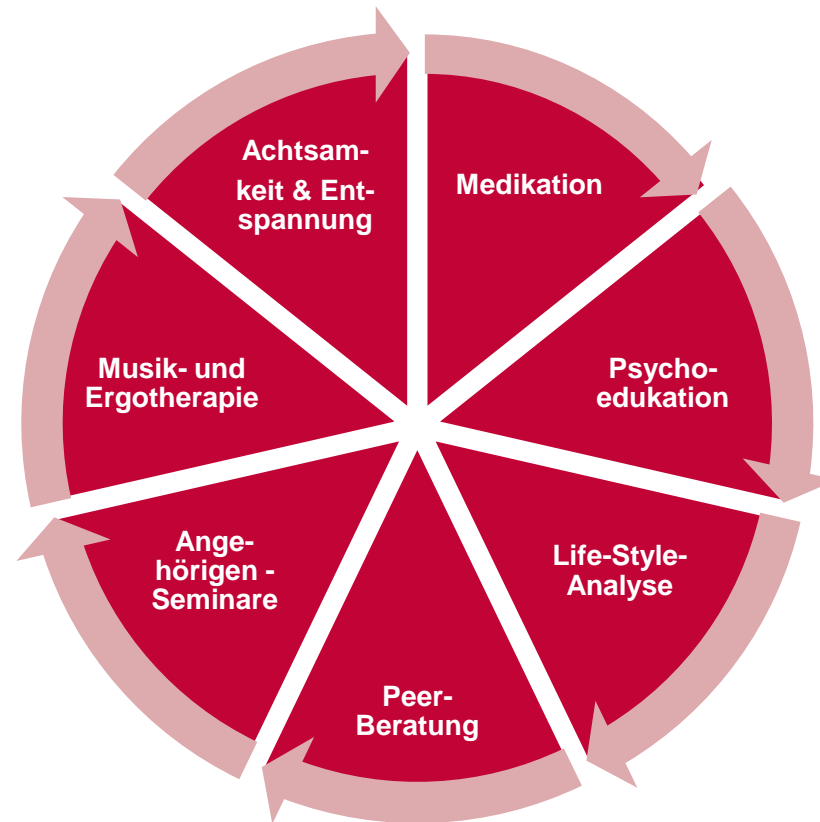


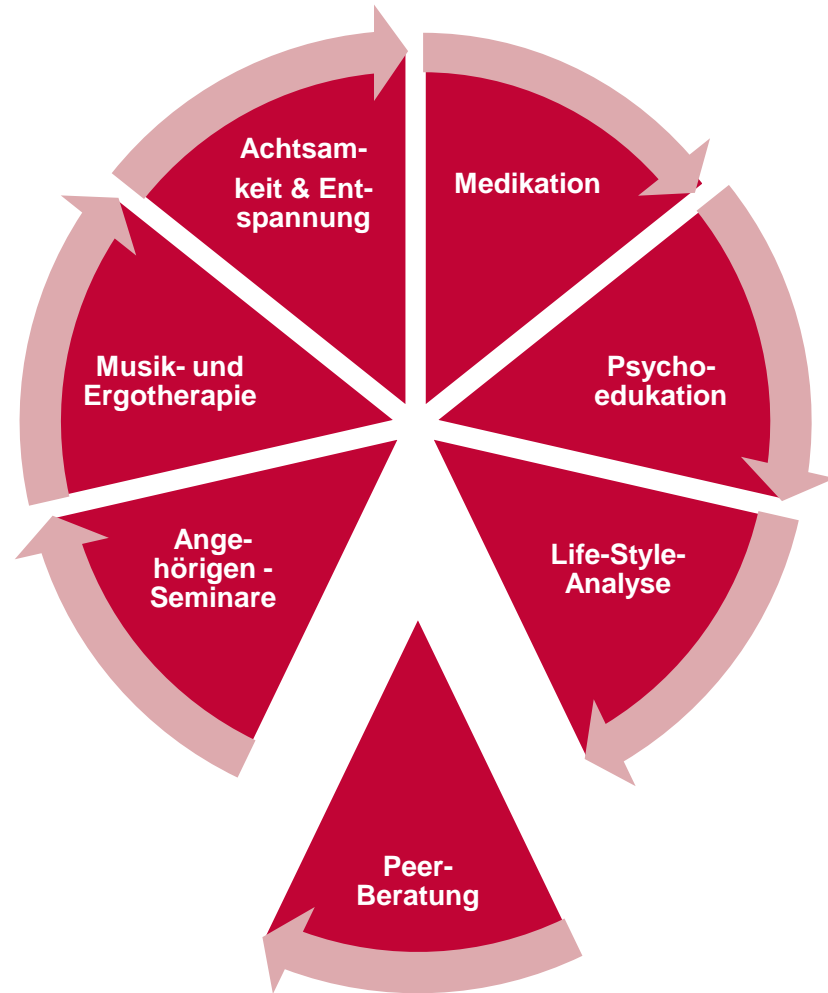
**Klinikum Spandau**



**Wenckebach-Klinikum**

Wir verfolgen einen **trialogischen** Behandlungsansatz: Betroffene mit Bipolarer Störung, deren Angehörige, Peer-Berater sowie das Behandlungsteam sitzen bei uns in einem Boot!





*Peer heißt „Gleichrangiger, auf gleicher Stufe Stehender“*

Die Peer-Berater/innen bieten Gespräche und Beratung aus Betroffenenensicht an.

Inhalt kann all das sein, was mit psychischen Krisen und Erkrankungen im Zusammenhang steht.

Jeden Donnerstag von 10:00 bis 14:00 Uhr findet die Betroffenen-Beratung statt.

Ramona Freitag und Uwe Wegener wechseln sich im Wochen-Rhythmus ab.

14-tägig bietet Herr Wegener eine sog. Peer-Gruppe für die Tagesklinik Bipolar-Patienten an.

Aus dem Flyer der Peer-Beratung

Wir leben seit vielen Jahren mit schweren psychischen Krisen, mit manischen und depressiven Phasen und haben uns in Selbsthilfegruppen und Weiterbildungen intensiv mit psychischen Krisen und ihren Folgen auseinandergesetzt.

*Diagnose*                      *Partnerschaft*

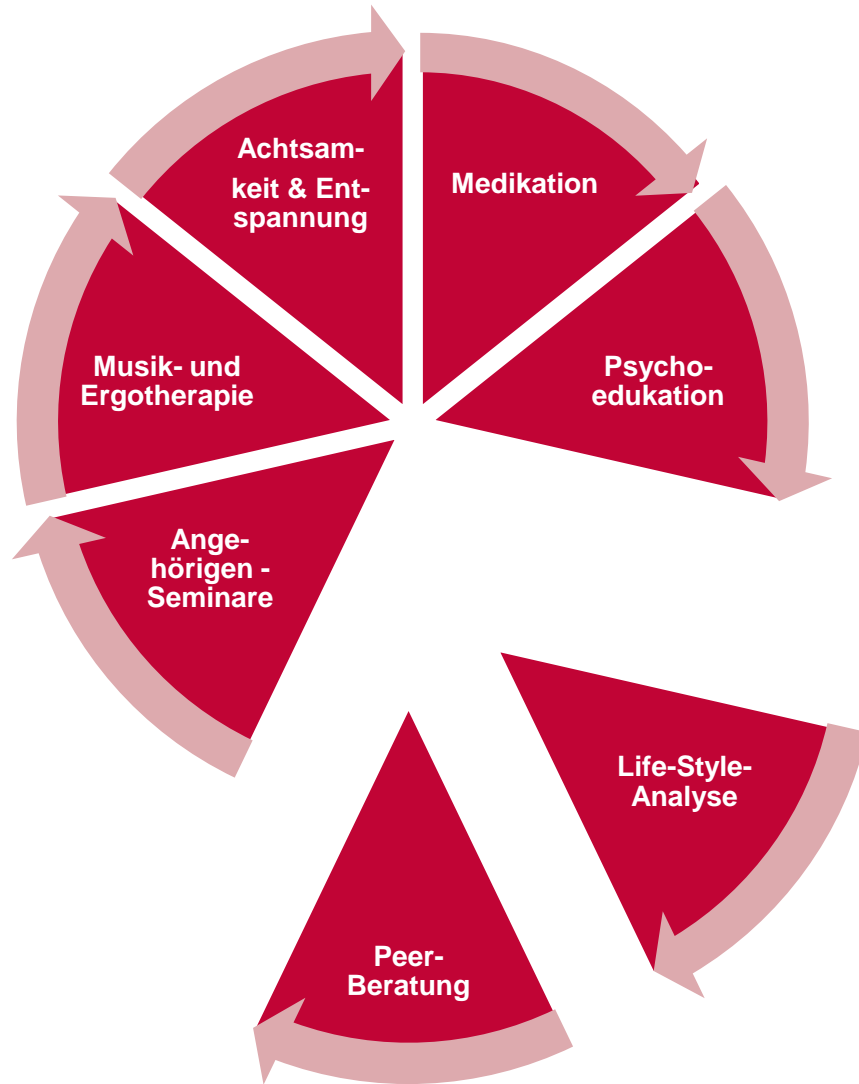
**Verständnis**                      *Angst*                      *Therapie*

*Kinder*                      **Leben mit schweren psychischen Krisen und ihren Folgen**                      *Rente*                      *Hilfe*

*Erfahrung*                      *Glück*                      *Arbeit*

*Krise*                      *Medikamente*                      *Selbsthilfe*                      *Kreativität*

*Phase*                      *Frühwarnzeichen*



*Psycho-  
edukation*

*Lebensstil und  
Ernährung*



Bausteine  
zum  
Selbstmanagement  
bei  
bipolarer Störung

## Die Referentin vorgestellt:

Ich bin selbst Betroffene und ehemalige Patientin der Bipolar-Tagesklinik. Mein Name ist Annett Oehlschläger.

Ich wurde im 47. Lebensjahr als „Bipolar I mit katatonen Zuständen“ diagnostiziert.

Nach sieben Jahren Therapie, bei der ich vierundzwanzig Mal in sechs verschiedenen Kliniken war und über einhundert Stunden Psychotherapie hatte, habe ich es durch konsequentes Selbstmanagement und eine Ernährungsumstellung geschafft, stabil und symptomfrei zu werden.

In der Selbsthilfeorganisation *bipolaris* war ich jahrelang aktiv, baute mehrere Selbsthilfegruppen mit auf, beriet Betroffene und moderiere noch immer die SHG Potsdam.

Im Seminar gebe ich meine Erfahrungen im Umgang mit der bipolaren Störung und meine Erkenntnisse aus dem Studium vieler Bücher zum Thema Psyche und seelische Gesundheit an Interessierte weiter.



## Module der Seminarreihe

**MODUL 1: STOFFWECHSEL UND STIMMUNG**

**MODUL 2: MOLEKÜLE DER GEFÜHLE**

**MODUL 3: GEHIRN-ÖL OMEGA-3**

**MODUL 4: STIMMUNGSKILLER KOHLENHYDRATE**

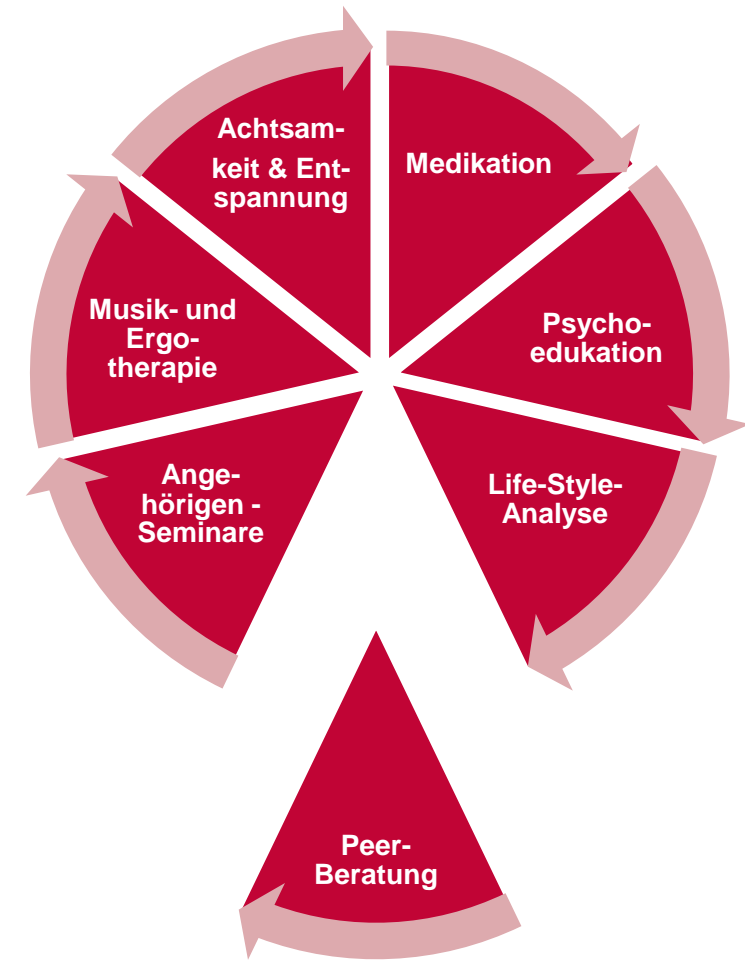
**MODUL 5: VITAMIN-ALPHABET GEGEN DEPRESSIONEN**

**MODUL 6: MAGNESIUM - DAS SALZ DER INNEREN RUHE**

**MODUL 7: RAUCHEN UND PSYCHE**

**MODUL 8: BEWEGUNG FÜR DIE GUTE LAUNE**

**MODUL 9: BIORHYTHMUS UND SCHLAF**



Liebe Freunde der „jungen“ Selbsthilfe,

wir möchten Sie heute gerne darauf aufmerksam machen, dass am

**Mittwoch, den 22.06.2016 von 14 bis 18 Uhr**

unsere diesjährige Veranstaltung zum Thema **„junge“ Selbsthilfe** in der Tagesklinik (TK) des Vivantes Humboldt-Klinikums (HUK), Raum 111, stattfindet.

Herr Dreßler (unser Psychologe der Psychiatrischen Institutsambulanz (PIA) des HUK) wird mit einem Impulsreferat ins Thema einführen. Anschließend gehen wir in sog. World Cafés und diskutieren ausgewählte Themen, die besonders für jüngere bipolar Erfahrene wichtig sind.

Mithilfe von Erfrischungen erreichen wir die abschließende Auswertung der World Cafés im Plenum zielsicher!

Wir freuen uns auf Ihr Kommen! Bitte geben Sie die Einladung gerne auch an alle Interessierten weiter, die sich „jung genug“ für die „junge“ Selbsthilfe fühlen!

Herzliche Grüße,  
Ihr Bipolar-Team der TK und PIA  
des Vivantes Humboldt-Klinikums

# Junge Selbsthilfe in der Tagesklinik

**14:00 - 14:30 Begrüßung**

**14:30 – 14:50**

**\*Pillen...reduzieren und Absetzen von Medikamenten**

**14:55 – 15:15**

**\*Lifestyle... der hilft aus der Psychiatrie draußen zu bleiben**

**15:20 – 15:40**

**\*diagnosefreie Sprache... als Schlüssel zu unserer Wahrnehmung und unseren Gefühlen**

**16:15 – 16:35**

**\*support...wie und wer uns unterstützen kann in schwierigen Zeiten**

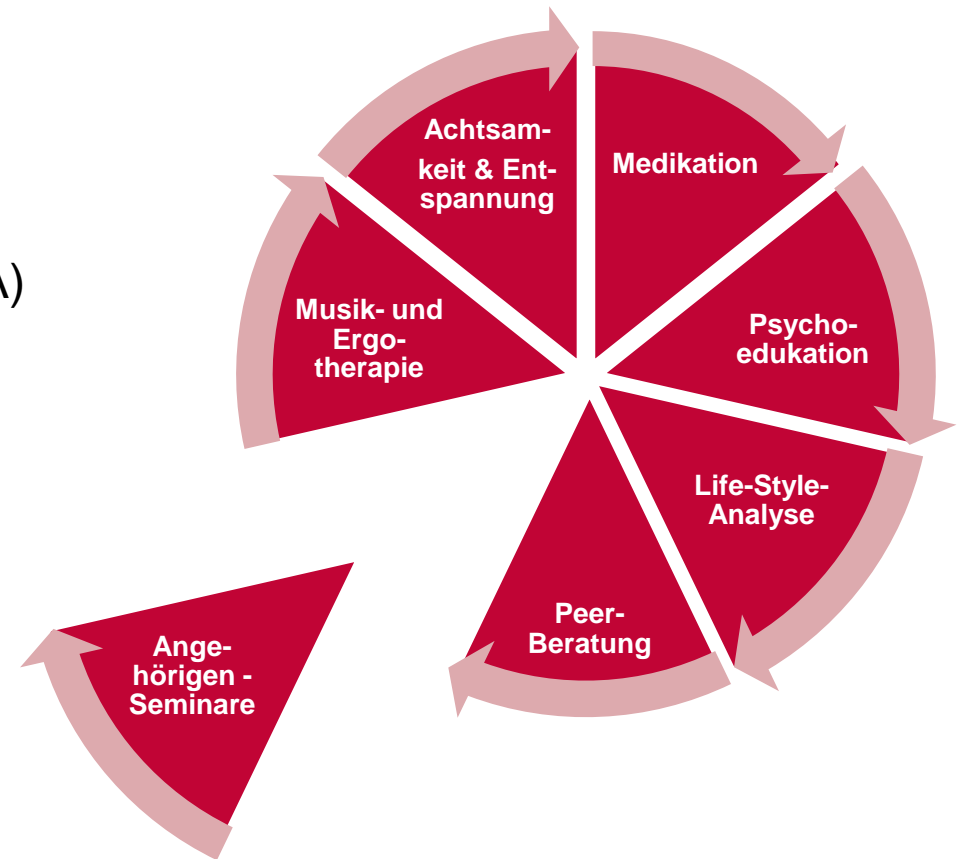
**16:40 – 17:00**

**\*Struktur...wie Moderation in einer Selbsthilfegruppe aussehen kann**

**17:15 – 17:45 Auswertung im Plenum**

## Angehörigengruppen in der Psychiatrischen Institutsambulanz (PIA)

- Allgemeine Angehörigengruppe
- Gruppe für Angehörige von Bipolar Betroffenen



## Selbsthilfeveranstaltungen für Angehörige

Ich bin doch nicht verrückt, Mama!  
Wie Angehörige die Erkrankung ihres Familienmitgliedes managen.

### Selbsthilfe-Tag für Angehörige Bipolar Erkrankter

Samstag, 30. August 2014



Vivantes  
Humboldt-Klinikum



#### Workshop I:

**Was kann ich als Angehöriger tun?  
– Krisenintervention & Rückfallprophylaxe.**

Wie Angehörige unterstützen können und wo ihre Grenzen sind  
Dr. Dipl.-Psych. B. Brombacher (Raum 112)

#### Workshop II:

**Gute Selbstfürsorge und Achtsamkeit für Angehörige  
– Jetzt geht's um mich!**

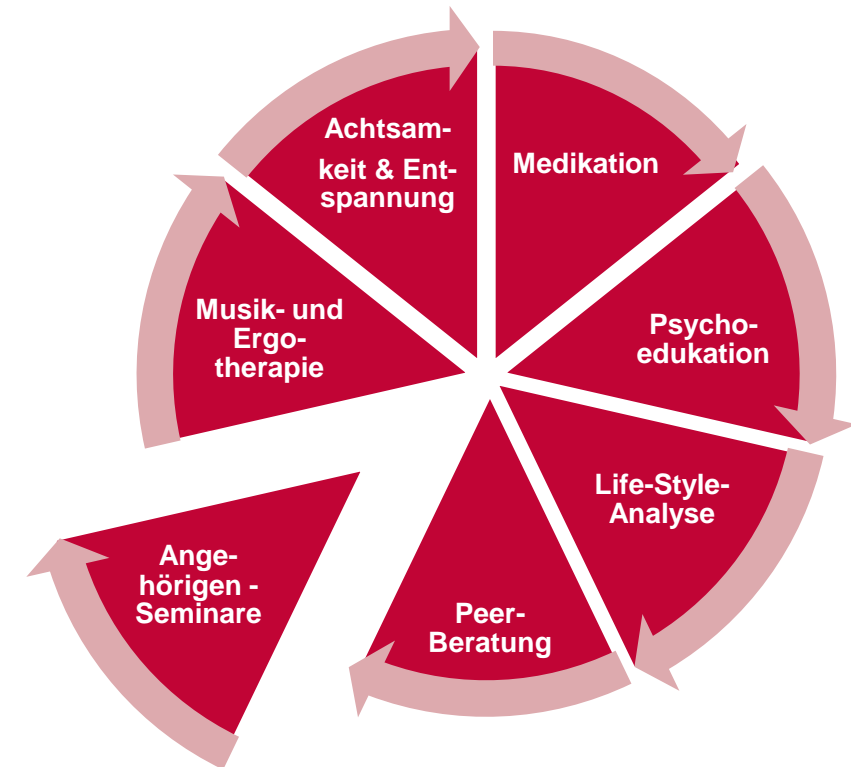
Dipl.-Psych. Y. Zeisig (Raum 122)

16.45 Uhr  
kurze Pause

17.00 Uhr  
**Kurze Zusammenfassung der Workshops im Plenum**  
(Erdgeschoss Tagesklinik)

17.15 Uhr  
**Darf ich als Angehörige noch lachen?**  
(Vortrag mit anschließender Diskussion)  
Janine Berg-Peer

ab 18.00 Uhr  
**Verabschiedung und musikalischer Ausklang**



## Selbsthilfeveranstaltungen für Angehörige



**Bipolare Erkrankung und Familie  
oder  
Papa Langohr und die  
Achterbahnkrankheit**



- 17:05** Kinder und Jugendliche mit bipolarer Erkrankung  
Michael Kölch
- 17:50** Kinder psychisch kranker Eltern – besondere Belastungen in jedem Lebensalter  
Yvonne Zeisig
- Pause**
- 18:40** Papa Langohr und die Achterbahnkrankheit – ein Buch zum Vorlesen und Selberlesen  
Stephanie Krüger/Daniel Illy
- 19:00** Verabschiedung  
Stephanie Krüger



## Intensivseminare für Angehörige Bipolar Erkrankter

### Workshop I: Diagnose Bipolar – und nun? **Donnerstag, 24.08.2017**

Dieser Workshop richtet sich besonders an Angehörige, die erstmals mit der Diagnose einer bipolaren Erkrankung konfrontiert wurden und viele Fragen haben. Inhalte des Workshops sind u. a. die Vermittlung von Basisinformationen wie Symptome und Verlauf der Störung, die Identifikation von Frühwarnzeichen und die Erstellung eines Krisenplanes.

### Workshop II: Stressmanagement und Achtsamkeit **Montag, 28.08.2017**

Ziel dieses Workshops ist die Vermittlung von Strategien der guten Selbstfürsorge im Kontext wiederkehrender Spannungen oder häuslicher Konflikte. Neben Ansätzen zur Stressbewältigung werden auch achtsamkeitsbasierte Interventionen zu einem verbesserten Umgang mit Stress und Überforderungserleben in der Familie oder Partnerschaft thematisiert. Weitere Inhalte sind die Reflexion eigener Belastungsgrenzen und Gefühle.



**Moderation (u.a.):**  
**Barbara Wagenblast**  
Angehörigenvertreterin der  
DGBS



*Und nun?*

Komm doch zur  
**Selbsthilfegruppe**  
**Gleichgewicht!**

*Eine Selbsthilfegruppe bietet die Möglichkeit  
mit Leuten zu sprechen, die ähnliche  
Erlebnisse hatten und nachvollziehen können,  
wie Du Dich fühlst.*

Wir treffen uns jeden Montag von  
18:30 bis 20.00 Uhr

Selbsthilfegruppe  
am Humboldt-Klinikum



## 10. Bipolar-Selbsthilfe-Tag

### Lebensstil und Bipolare Erkrankung

Freitag, 10. Februar 2017  
ab 13.00 Uhr

zum 10. Mal

mit Infomarkt in der  
Tagesklinik ab 12 Uhr

Vivantes Humboldt-Klinikum  
Department für seelische Gesundheit  
Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik –  
Zentrum für affektive Erkrankungen

Gemeinsam mit dem Vivantes Klinikum Spandau,  
der Deutschen Gesellschaft für Bipolare  
Störungen e.V. (DGBS e.V.) und bipolaris –  
Manie & Depression Selbsthilfevereinigung  
Berlin-Brandenburg e.V.



Vivantes  
Humboldt-Klinikum

**bipolaris**  
Manie & Depression Selbsthilfevereinigung  
Berlin-Brandenburg e.V.

#### Vorträge

13.15 Uhr

##### Lifestyle

Prof. Dr. Stephanie Krüger, Prof. Dr. Peter Bräunig

13.45 Uhr

##### Mein persönliches Recovery-Programm

Olaf Dickenhausen

14.00 Uhr

##### Vorstellung der neuen PIA – Bipolare Störungen

Dr. Beate Brombacher

14.15 Uhr

##### Das Netzwerk Gesundheit und Bewegung stellt sich vor

Jana Wöllert, Richard L.

14.30 Uhr

##### Vorstellung von Präventionsangeboten der AOK

Detlef Fronhöfer

#### Workshops

##### Ernährung

Annett Oehlschläger, Varina Walenda, Sebastian Drüge

##### Bewegung

Martin Schultz, Adam Tyblewski, Ionnis Tsagkas

##### Aktivitäten – was bietet unsere Stadt?

Uwe Wegener, Olivia Kunze, Irina Efa

##### Körperliche Komorbiditäten und Medikamente

Prof. Dr. Stephanie Krüger, Prof. Dr. Peter Bräunig,  
Dirk Epplen, Julian Lindemann

##### Sucht – das richtige Maß

Tom Dreßler, Burkhard L., Jeremy Dünow, Dr. Christian Hau

##### Von der Motivation zur Aktion

Dr. Katja Salkow, Yvonne Zeisig, Lara S., Frank R.

## Infomarkt

der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik

**Freitag, 10. Februar 2017, 12.00 – 18.00 Uhr  
im Foyer der Tagesklinik**

Wir informieren Sie über **Unterstützungs- und Selbsthilfeangebote** bei psychischen Krisen und Erkrankungen in Reinickendorf.

Eingeladen sind alle Menschen mit der Erfahrung schwerer psychischer Krisen, deren Angehörige, Ärzte und weitere Helfende.

### Mit Informationsangeboten von:

- Albatros gGmbH – Gemeinnützige Gesellschaft für soziale und gesundheitliche Dienstleistungen mbH
- AOK Nordost – Präventionsangebote
- bipolaris – Manie & Depression Selbsthilfevereinigung Berlin-Brandenburg e. V.
- DGBS – Deutsche Gesellschaft für Bipolare Störungen e. V.
- exPEERienced / EX-IN e.V. – erfahren in seelischen Krisen
- Landesverband Angehöriger psychisch Kranker (ApK)
- Netzwerk für Gesundheit und Bewegung (ngb)
- Träger gGmbH
- WIB – Weißenseer Integrationsbetriebe GmbH

**Veranstaltungsort:**  
Tagesklinik im Vivantes  
Humboldt-Klinikum  
Department für  
seelische Gesundheit  
Klinik für Psychiatrie,  
Psychotherapie und  
Psychosomatik  
Am Nordgraben 2  
13509 Berlin

**Bei Rückfragen wenden  
Sie sich bitte an:**  
Dipl.-Psych. Yvonne Zeisig  
Leitende Psychologin  
der Tagesklinik Bipolare  
Störungen  
Tel. 030 130 12 2416  
yvonne.zeisig@vivantes.de



**Vivantes 15**  
WIR WERDEN

## 9. Bipolar-Selbsthilfe-Tag

**Selbstmanagement und das Geheimnis des Life Charting**  
**Freitag, 19. Februar 2016**  
**ab 13.00 Uhr**

Vivantes Humboldt-Klinikum –  
Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik  
Zentrum für Affektive Störungen

Gemeinsam mit Vivantes Klinikum Spandau,  
der Deutschen Gesellschaft für bipolare  
Störungen, DGBS e.V. und bipolaris – Manie  
und Depression Selbsthilfevereinigung  
Berlin-Brandenburg e.V.



Vivantes  
Humboldt-Klinikum

**bipolaris**  
Manie & Depression Selbsthilfevereinigung  
Berlin-Brandenburg e.V.

### Vorträge

13.30 Uhr  
**Einführung in das Life Charting**  
Yvonne Zeisig

14.00 Uhr  
**Meine Erfahrung mit dem Stimmungstagebuch**  
Olivia Kunze, Thorsten Geisthardt

14.10 Uhr  
**Von der Krise bis zur Akzeptanz**  
Tom Dressler

14.30 Uhr  
**Bausteine der Genesung**  
Annett Oehlschläger

### Workshops

**Life Charting praktisch, mit individueller Übung**  
Yvonne Zeisig, Olivia Kunze, Inès Ohlhausen, Simone Thum

**Wie kann Ergotherapie das Selbstmanagement im Alltag unterstützen?**  
Marc Gutsche, Betroffener N.N.

**Medikamente und Selbstmanagement, Verantwortung bei der Medikamenteneinnahme**  
Dr. Christian Hau, Ramona Freitag, Tom Dressler

**WS für Angehörige: Wieviel Unterstützung ist beim Selbstmanagement sinnvoll?**  
Dr. Beate Brombacher, Randi Göldner, Dirk Wallacher

**Selbstbeobachtung: Nicht zu viel, nicht zu wenig**  
Dr. Katja Salkow, Annett Oehlschläger, Sonja Sorg

## „Baustellen“ der Bipolaren Störung

### Ehemaligentreffen

Tagesklinik Bipolare Störungen

16.00 Uhr

**Beginn und Begrüßung der Gäste  
Impulsvortrag zu den „Baustellen“**

16.30 Uhr

**Diskussion**

17.00– 18.00 Uhr

**Kaffee, Kuchen, Eis**



Vivantes  
Humboldt-Klinikum

## „Baustellen“ der Bipolaren Störung

### Ehemaligentreffen

Tagesklinik Bipolare Störungen

### Fragebogen

1) Welche sind Ihre wichtigsten alltäglichen Belastungen?

2) Welche sind Ihre wichtigsten überdauernden Belastungen?

3) Welche Themen sollten wir in den kommenden Veranstaltungen besprechen?



## Krisen bewältigen

Einladung zum Ehemaligentreffen

**Dienstag, 13. Juni 2017**

16.00 – 18.00 Uhr

Tagesklinik für Bipolare Störungen

### Programm

16.00 Uhr

**Beginn und Begrüßung der Gäste**

**Impulsvortrag**

Dipl.-Psych. Cornelia Schneider

Leiterin des Berliner Krisendienstes Region Nord

16.45 Uhr

**Diskussion**

17.15 Uhr

**Kaffee und Kuchen**

✓ **Prof. Dr. Peter Bräunig**

Chefarzt des Departments für seelische Gesundheit

✓ **Prof. Dr. Stephanie Krüger**

Chefärztin des Zentrums für Seelische Frauengesundheit und Ärztliche Leiterin der Tagesklinik für Depressionen

✓ **Dr. med. Christoph Born** - Oberarzt des Zentrums für affektive Erkrankungen

✓ **Dr. Beate Brombacher** - Leitende Psychologin der PIA – Schwerpunkt bipolare Störungen

✓ **Tom Dreßler** - Psychologe in der PIA – Schwerpunkt bipolare Störungen

✓ **Dirk Epplen** - Assistenzarzt in der TK/PIA – Schwerpunkt bipolare Störungen

✓ **Marc Gutsche** - Ergotherapeut

✓ **Yvonne Päsler** - Fachkrankenschwester in der PIA – Schwerpunkt bipolare Störungen

✓ **Bettina Schapitz-Hevecke** - Fachkrankenschwester in der Tagesklinik für Bipolare Störungen

✓ **Silke Weber** - Assistenzärztin in der PIA – Schwerpunkt bipolare Störungen

✓ **Yvonne Zeisig** - Leitende Psychologin der Tagesklinik für Bipolare Störungen

**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**

