



Psychosoziale Rehabilitation: Mit den Bruchlinien zu neuer Schönheit (1/2)

Ärzte Exklusiv | Seite 76, 77 | 7. Februar 2024
Auflage: 52.590 | Reichweite: 152.511

pro mente OÖ

76 REHABILITATION | Psychosoziale Gesundheit
ÄRZTE EXKLUSIV

Psychosoziale Rehabilitation: Mit den Bruchlinien zu neuer Schönheit

Prim. Dr. Birgitta Mayer, Fachärztin für Neurologie und Psychiatrie, hat kürzlich die ärztliche Leitung im Sonnenpark Bad Hall, dem Zentrum für psychosoziale Gesundheit, übernommen. Sie beschreibt wichtige Eckpunkte der psychosozialen Rehabilitation und die Bedeutung der multidisziplinären Teamarbeit.

? Im Rahmen der medizinisch-psychiatrischen Rehabilitation werden im Sonnenpark Bad Hall jährlich über 1.200 Patienten behandelt. Können Sie aktuelle Trends beobachten?

Das Durchschnittsalter der Patienten ist um ca. fünf Jahre geringer geworden. Nach der Pandemie zeigte sich eine allgemeine Zunahme der Angst- und Depressionserkrankungen. Zudem hat diese Gesundheitskrise häufig dort, wo es bereits belastende psychiatrische oder soziale Faktoren gab, zu Aggravation der Symptomatik geführt. Der Bedarf an fundierter psychiatrischer Rehabilitation ist nach der Pandemie damit noch größer geworden. Im Sonnenpark Bad Hall sind wir bezüglich Long Covid zwar nicht auf die somatische Behandlung spezialisiert, jedoch nehmen wir unsere psychiatrische Verantwortung im Rehabilitationsprozess wahr. Überschneidungen gibt es zum Beispiel bei Long Covid und chronischen Erschöpfungssyndromen.

? Wie können Patienten bei psychosozialen Problemen durch eine Reha unterstützt werden, damit der Erfolg nachhaltig bleibt? Was müssen Patienten selbst dazu mitbringen?

Wir arbeiten primär schon während des Aufenthaltes an Strategien, die Patienten für sich, innerhalb ihres spezifischen Problems und ihrer Situation „mitnehmen“ können. Der Aufenthalt bietet einen geschützten Rahmen, der es erlaubt, sich mit der eigenen Situation in Ruhe auseinander-



Kintsukuroi – „to repair with gold“ – eine besondere Art Töpferware mit Gold und Silberlack zu reparieren, im Verständnis, dass das Stück schöner ist, weil es gebrochen wurde.

zusetzen, genug Raum zu haben für sich selbst und die eigenen Themen. Auch die spezifische Zuwendung durch Zuhören, Wahrnehmung und das Sichtbarmachen im Rahmen der Einzel- und Gruppentherapien ist ein wesentlicher Faktor. Darüber hinaus braucht es individuell angepasste Nachsorge, die über den Aufenthalt hinausgeht, etwa in Form von psychotherapeutischen Settings, beruflichen Reintegrationsmaßnahmen oder dem sozialen Netzwerk, wie zum Beispiel Selbsthilfegruppen. Die Patienten selbst müssen Reflexionsfähigkeit mitbringen und die Möglichkeit und Bereitschaft, sich ihren eigenen Prozessen zu stellen. Das stellt schon eine Herausforderung dar. In der Akutphase von Erkrankungen ist normalerweise eine emotionale und affektive Stabilität dafür noch nicht ausreichend gegeben.

? Was an der medizinisch-psychiatrischen Rehabilitation macht den Sonnenpark Bad Hall besonders?

Wir sind ein großes Haus mit einem ebenso großen Therapeutenteam. Psychotherapeutisch gibt es daher ein großes Spektrum an verschiedenen Therapierichtungen wie Traumatherapie, klientenzentrierte Psychotherapie, Verhaltenstherapie, systemische Therapie und ein großes Zusatzangebot aus dem komplementärmedizinischen Bereich. Ärzte, Pflege und Therapeuten haben überdurchschnittlich hohe professionelle Qualität und Motivation. Diese Vielfalt empfinde ich als eine besondere Bereicherung.

? Warum ist ein multiprofessioneller und ganzheitlicher Zugang zu Themen der seelischen Gesundwerdung wichtig?

Seelische Gesundwerdung war nie ein Prozess der reinen „Schulmedizin“. Es geht um die Erkrankung, aber auch um den persönlichen Werdegang und das Schicksal des Menschen. Es geht um Aufarbeitung



Psychosoziale Rehabilitation: Mit den Bruchlinien zu neuer Schönheit (2/2)

Ärzte Exklusiv | Seite 76, 77 | 7. Februar 2024
Auflage: 52.590 | Reichweite: 152.511

pro mente OÖ



„Psychosoziale Rehabilitation hat für mich viele Parallelen zur japanischen Kunst Kintsukuroi, bei der Bruchstellen an Keramik absichtlich hervorgehoben und vergoldet werden. Am Ende entsteht etwas völlig Neues. Jede Bruchlinie trägt zur neuen Schönheit bei.“ Prim. Dr. Birgitta Mayer, Fachärztin für Neurologie und Psychiatrie, ärztliche Leiterin [Sonnenpark Bad Hall](#)

und neue Strategien auf dem persönlichen Weg. Ein integratives Verständnis hat aber nichts mit Esoterik zu tun. Darauf basieren die Selbstheilungskräfte des Menschen. Der Selbstheilungsprozess kann mittlerweile auch neurobiologisch untermauert werden. Jahrtausende alte empirische Weisheitstraditionen und moderne Neurowissenschaft berühren sich hier. Individualisierte Zugänge sind dennoch der Weg. Was dem einen ein gutes körperliches Workout oder umfassende Information über die Krankheit ist, ist dem anderen das Erlernen einer Meditationstechnik, kreativer Ausdruck oder Ausgleich in der Natur.

? Sie haben hohe Expertise im Bereich der multidisziplinären Rehabilitation. Welche Vorteile hat die Arbeit im multidisziplinären Team?

Die Arbeit im multidisziplinären Team bietet immer die Möglichkeit einer komplexeren Wahrnehmung. Jede Berufsgruppe bringt ihre eigene Sichtweise ein und aus den verschiedenen Zugängen entsteht ein neues, komplexes Bild, das eine Profession allein gar nicht hervorbringen könnte. Einerseits werden Dynamiken des Patienten im Team widerspiegelt und so besser sichtbar. Andererseits hat ein Team auch eine deutlich höhere Problemlösungsfähigkeit. Das ist in der Diagnostik, aber

auch in der Entwicklung von präventiven oder therapeutischen Strategien sehr wertvoll.

? Welche Ziele haben Sie sich persönlich gesteckt, als Sie die Leitung des Sonnenparks Bad Hall übernommen haben?

Ich möchte, dass sich das Haus nach partizipativen Grundsätzen entwickeln kann. Mir persönlich ist es ein Anliegen, gleichbleibende professionelle Qualität zu wahren und einen Schwerpunkt auf Meditation und Wertschätzung zu legen.

? Wenn wir in einem Jahr das Gespräch noch einmal führen – auf welche Erfolge möchten Sie zurückblicken?

Ich achte darauf, im Augenblick zu leben. In einem Jahr werde ich wie heute sagen, ich tue jeden Tag den Schritt, der gerade zu tun ist. rh ■