

# Betreuung psychosomatisch Kranker im „Therapiesalon im Wald“

**DER THERAPIESALON IM WALD** in Reichenau/Rax bietet psychologische, psychotherapeutische und fachärztliche Betreuung im Kontext eines ständigen Austausches im Behandlungsteam, um Patienten mit psychosomatischen Erkrankungen optimal behandeln zu können.

**ÄRZTE KRONE: An welche Patienten richtet sich der Therapiesalon im Wald?**

**BARBARA DWORAK:** Das Angebot der Behandlungseinrichtung Therapiesalon im Wald richtet sich an Menschen mit psychischen und psychosomatischen Erkrankungen. Für viele Menschen sind psychische und psychosomatische Erkrankungen trotz deren steigender Häufigkeit ein unklarer Begriff. Dies ist sehr verständlich, da sich besonders psychosomatische Erkrankungen in den vielfältigsten und verschiedensten Symptomen zeigen. Viele Menschen können nur schwer akzeptieren, dass somatische Symptome psychisch motiviert sind. Dennoch ist die Wahrnehmung psychischer Probleme im Wandel begriffen: Derzeit ist besonders das Burn-out-Syndrom in aller Munde, und es besteht ein wachsendes Verständnis für psychische Folgen von Überlastung und die Notwendigkeit, Unterstützung zu suchen.

**Gibt es genügend Einrichtungen wie Ihre, die psychosomatische Aspekte behandeln?**

Man muss ganz klar festhalten, dass die Anzahl der derzeit zur Verfügung stehenden Einrichtungen, für die Betreuung psychosomatischer aber auch Suchterkrankungen verschiedenster Art, nicht ausreichend ist.

Die Wartezeit für Kassenpatienten beträgt meist mehrere Monate, und in diesem Zeitraum sind die Patienten, gerade in der instabilsten Phase, sich selbst überlassen.

Wir, der Therapiesalon im Wald, bieten hier auf privater Basis einen sofortigen Therapieplatz um möglichst rasch mit einer sinnvollen und umfassenden Behandlung des Patienten zu beginnen.

Eine weitere Besonderheit unserer Thera-



**Barbara Dworak, systemische Familientherapeutin**

pieeinrichtung ist, dass wir unseren Therapie­gästen sieben Tage die Woche, rund um die Uhr zur Verfügung stehen.

**Was sind die Ursachen psychosomatischer Störungen?**

Bei psychosomatischen Problemen stehen meist primär, auf jeden Fall aber in der Folge, Beziehungsstörungen

im Hintergrund, welche durch innerpsychische Spannungen verhärtet werden. Auch eine allgemein ungesunde Lebensweise mit wenig Bewegung, ungesunder Ernährung und der häufigen Kompensation über Genussmittel und aufputschenden wie beruhigenden Medikamenten wirkt krankheitsverstärkend.

**Was sind typische Symptome dieser Art der Erkrankungen?**

Die Krankheit kann sich nun in verschiedenen psychischen und körperlichen Symptomen äußern, wie z.B. Schlafstörungen, Erschöpfungszustände und ständig negatives Gedankenkreisen. Typische Krankheitsbilder sind:

- Überlastungskrankheiten – Stress, Burn-out und seine Folgeerkrankungen
- Angststörungen und Panikattacken
- Posttraumatische Belastungsstörungen
- Substanzgebundene und ungebundene Abhängigkeitserkrankungen
- Somatoforme Störungen
- Depressive Störungen
- Beziehungsstörungen

**Wie sieht der therapeutische Ansatz für diese Patienten aus?**

Außer den regelmäßigen Aktivitäten in der Natur rund um die Wiener Alpen bietet der Therapiesalon Gruppen- und Einzeltherapien, systemische Familientherapien, Mal-

und Gestaltungstherapien, Körpertherapien, Massagen, Shiatsu, Bowen-Therapien, Yoga, Meditationen und Entspannungsübungen. Die Behandlung erfolgt in gemütlicher Hotelatmosphäre. Abgestimmt auf den Grad der Ausprägung und Dauer der vorhandenen Problematik bietet der Therapiesalon zwei grundsätzliche Behandlungsstrukturen an, welche auf die Probleme des Einzelnen abgestimmt sind: Das Langzeitprogramm, das drei bis 18 Monate dauert, ist auf dem Prinzip der therapeutischen Gemeinschaft aufgebaut. Dies impliziert den Selbsthilfegedanken. Der Therapie­gast übernimmt unter professioneller Begleitung Eigenverantwortung für seinen Gesundheitsprozess. Die Zielgruppe dieses Programms sind Personen mit langfristiger Problematik, chronischem Krankheitsbild oder auch fehlgeschlagenen Behandlungsversuchen und Personen mit Schwierigkeiten in der Aufrechterhaltung oder dem Wiedererlangen ihrer Arbeitsfähigkeit.

Das Kurzzeitprogramm soll in erster Linie eine Auszeit mit der Möglichkeit zur Erholung und sinnvollen Selbstreflexion bieten. Strategien zur Problemlösung, Coaching und Selbsterfahrung stehen im Mittelpunkt und fördern die Entwicklung neuer Perspektiven und Verhaltensstrategien. Auch hier kommt der Therapie­gruppe als Spiegel und Verstärker besondere Bedeutung zu.

Die Zielgruppe dieser Therapieform, die zwischen zehn Tagen und drei Monaten dauert, sind sozial fest integrierte Personen mit reaktiver Symptomatik.

Beispiele wären Burn-out-Probleme, leichte Depression, beginnende oder leichte Abhängigkeitsprobleme, Erschöpfung, Beziehungsschwierigkeiten oder Probleme in der Lebensorientierung.

Weitere Informationen unter: [www.therapiesalon.at](http://www.therapiesalon.at)