

# Sozialpsychiatrisches Ambulatorium

**Das Sozialpsychiatrische Ambulatorium mit den Standorten Thun und Steffisburg bietet psychisch erkrankten Menschen ambulante psychiatrische und psychotherapeutische Abklärungen und Behandlungen an. Menschen in einer Krise werden mit gezielten Massnahmen entlastet. Bei komplexen Erkrankungen oder chronischen Leiden werden den Patientinnen und Patienten längerfristige Begleitungen angeboten. Bei Bedarf werden die Betroffenen bei der Suche einer Fachperson in der Region, z.B. einer Psychiaterin oder einem Psychiater mit eigener Praxis, unterstützt.**

## Ambulante Sprechstunde

Jede Patientin und jeder Patient erhält eine auf die persönlichen Bedürfnisse abgestimmte Therapie. Um möglichst wirkungsvolle therapeutische Massnahmen planen zu können, wird die individuelle Situation sorgfältig abgeklärt: Der psychische Zustand und allfällige körperliche Leiden werden differenziert erfasst. Das private und berufliche Umfeld sowie weitere Ressourcen werden ebenfalls einbezogen. Auf der Basis dieser Abklärungen wird gemeinsam mit der Patientin oder dem Patienten ein Behandlungsplan erstellt.

## Das Angebot

Die folgenden Massnahmen werden gezielt und bei Bedarf auch kombiniert eingesetzt:

- Gesprächstherapien für Einzelpersonen, Paare und Familien. Nach Absprache werden auch Arbeitgeber oder weitere in die Behandlung involvierte Institutionen einbezogen.

- Gruppentherapien für ausgewählte Erkrankungen
- Medikamentöse Behandlungen
- Testpsychologische Verfahren
- Unterstützung bei der Bewältigung schwieriger Situationen im Alltag
- Unterstützung durch Sozialarbeitende
- In besonderen Situationen führen Pflegefachpersonen Hausbesuche durch.

## Gruppen-Psychotherapien

Patientinnen und Patienten mit bestimmten Krankheitsbildern – zum Beispiel depressiven Erkrankungen, Angst-erkrankung oder anhaltenden psychischen Leiden – werden Gruppen-Psychotherapien angeboten. Unter der Leitung von Fachpersonen lernen sie Wichtiges über ihre Erkrankung, bearbeiten konkrete Schwierigkeiten, erfahren so Unterstützung, erarbeiten neue Lösungen und erproben sie im Alltag.

## Job-Coaching

Bei Bedarf nehmen spezialisierte Sozialarbeitende in Absprache mit der Patientin oder dem Patienten rasch Kontakt mit dem Arbeitgeber auf. Das vordringliche Ziel liegt im Erhalt des Arbeitsplatzes und/oder in der Vorbereitung des beruflichen Wiedereinstiegs.

## Arbeitsrehabilitation

Die Psychiatrischen Dienste pflegen Kontakte zu Unternehmen, um psychisch erkrankten Menschen geschützte Arbeitsplätze vermitteln zu können. Die Arbeit wird auf

die aktuelle Belastbarkeit abgestimmt, dabei können die Betroffenen ihre Leistungsfähigkeit überprüfen und steigern.

## **Kontakt**

Die Patientinnen und Patienten werden von zuweisenden Fachpersonen, Beratungsstellen, Sozialdiensten oder Behörden beim Sozialpsychiatrischen Ambulatorium angemeldet. Im Notfall können sich Betroffene oder Angehörige direkt an das Sozialpsychiatrische Ambulatorium (033 226 47 00) oder ausserhalb der Öffnungszeiten an den psychiatrischen Notfalldienst des Notfallzentrums am Spital Thun (033 226 26 26) wenden.