SIGMA ZENTRUM Magazin

Aktuelles aus
dem Sigma-Zentrum
Bad Säckingen

Februar 2021

Ausgabe 6

Liebe Leserinnen und Leser,

das Jahr 2020 war ein für uns alle äußerst herausforderndes Jahr und in jeder Hinsicht „anders“.

Das Jahr 2020 begann zunächst gut mit einem Anstieg der Nachfrage nach Leistungen des Sigma-Zentrums. Im Mai sollte das große bereits bis ins Detail vorbereitete 20. Jubiläum des Sigma-Zentrums stattfinden, doch anstatt zu feiern, standen wir alle plötzlich vor neuen Aufgaben und Herausforderungen. Es war nicht einfach zwischen all den Nachrichten, Regelungen und Einschränkungen den Überblick zu behalten und allen Anforderungen gerecht zu werden. In einem Jahr, in dem jeder von uns an seine Grenzen gekommen ist, hat es sich bestätigt, dass wir nur zusammen stark sein können, mit Hoffnung, Zuversicht, Unterstützung, Respekt und Rücksichtnahme.

Die Schweizer Lyrikerin Monika Minder (*1961) hat wunderbar auf den Punkt gebracht, wie wir aus dem alten Jahr Positives mitnehmen und mit Zuversicht dem neuen Jahr begegnen können:

„Die Hoffnung kann nur dort nicht untergehen, wo wir lernen menschlich zu denken und zu handeln.“

In diesem Sinne freue ich mich, Ihnen heute die aktuelle Ausgabe des Sigma-Magazins präsentieren zu dürfen. Warum ich davon ausgehe, dass wir als Gesellschaft an dieser existenziellen Corona-Krise wachsen werden und es heute mehr denn je auf „Authentizität“ ankommt, habe ich versucht in einem Interview mit dem Redaktionsteam auf den Punkt zu bringen (ab Seite 4).

Seite 1

Lesen Sie bitte weiter auf Seite **2**

SIGMA ZENTRUM

20 Jahre
Das Therapiekonzept

„Dass es die richtige Entscheidung war, merkt man manchmal erst hinterher.“

Sigma-Zentrum Bad Säckingen

Privates Fachklinikum für interdisziplinäre Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatische Medizin

Weihermatten 1
79713 Bad Säckingen
Telefon +49 7761 5566-0
info@sigma-zentrum.de
www.sigma-zentrum.de

Foto: Sigma-Zentrum

Fortsetzung von Seite 1

Das erfolgreich absolvierte Überwachungsaudit unseres Qualitäts- und Risikomanagements hat das hohe Qualitätsniveau unterstrichen, welches wir in allen Bereichen des Sigma-Zentrums erreicht haben. Stolz dürfen alle Mitarbeiter der Klinik sein, denn sie haben einen Beitrag zur Versorgung von Corona-Kranken geleistet. Damit wurde der Landkreis Waldshut durch Sigma etwas unterstützt.

Dass „Corona“ auch eine Chance bietet kreativ zu werden und flexibel zu bleiben, zeigt das Projekt „Moos-Stadt“. Aber auch die Etablierung einer psychotherapeutischen Männer-Gruppe ist Ausdruck eines nicht an Innovationen mangelnden Sigma-Jahres.

Foto: Sigma-Zentrum

Im Mittelpunkt eines fundierten Kommunikationskonzeptes steht eine neue Bildsprache, die erstmalig bei den Plakaten zur Ankündigung der Freiburger Gesundheitsforen zum Einsatz kam. Wir zeigen authentische Bilder, die nicht gestellt oder überzogen wirken. Abgebildet sind „normale“ Menschen, die sich aufrichtig freuen, ihren Leidensweg hinter sich gelassen zu haben. Darüber hinaus hat die Marketingabteilung unter der Leitung von Jacqueline Sieber zusammen mit einer Freiburger Kommunikationsagentur die Grundstruktur für einen neuen Webauftritt entwickelt. Unter breiter Einbeziehung vieler Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter erfolgt in den nächsten Wochen die Finalisierung der neuen Website.

Im Mittelpunkt des wiederum sehr umfangreichen Presse-Spiegels stand die Breite der vom Sigma-Zentrum in Bad Säckingen und dem Sigma-Institut in Freiburg angebotenen Therapieoptionen, die Veranstaltung von Gesundheitsforen und die aktive Teilnahme an der bundesweit ausgerufenen „Woche der Seelischen Gesundheit“.

Ganz besonders freut mich das Vertrauen, das die vielen neuen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in das Sigma-Zentrum setzen. Wir haben auch im Krisenjahr 2020 die Beschäftigungsverhältnisse soweit möglich weitergeführt und sogar weiterentwickelt. Auch die Vielzahl der zehnjährigen und zwanzigjährigen Firmenjubiläen sind Ausdruck der hohen Identifikation mit dem Sigma-Zentrum. Ich bin überzeugt, dass dies der stetigen Weiterentwicklung des Konzeptes von Herrn Prof. Burrer und gut abgewogener Strategie zu verdanken ist.

Wir haben mit dem seit Ausbruch der Corona-Pandemie gebotenen Abstand gelernt, enger zusammenzurücken. Der Beziehungsaspekt unserer Arbeit am Patienten wurde in der Corona-Krise für das Miteinander aller Berufsgruppen noch bedeutsamer. Hervorzuheben ist dabei unsere Achtsamkeit durch Corona-bedingt deutlich erschwerte Abläufe, Tag für Tag. Dafür gilt allen ein besonderer Dank der Geschäftsführung.

Lassen Sie uns auch im neuen Jahr zusammenstehen und hoffnungsfroh in die Zukunft blicken!

Herzliche Grüße
Ihr

Prof. Dr. Christoph Bielitz
Geschäftsführender Ärztlicher Direktor

Ausgabe 6
Februar 2021

Inhalt

Editorial 1

Inhaltsverzeichnis 3

Der Schlüssel liegt in der Authentizität 4
Prof. Dr. Christoph Bielitz über Herausforderungen der „Corona-Krise“

„2020 war ein besonderes Jahr …“ 7
Ein Jahresrückblick

Corona macht kreativ 9
Therapeutinnen entwickeln Projekt „Moos-Stadt“

Männer-Gruppe 11
Geschlechtsspezifische Psychotherapie im Sigma-Zentrum

Berufsbilder im Sigma-Zentrum: Sporttherapeut 13
Dr. phil. Michael Helm im Interview

Dauerausstellung Skulpturengarten 15

Patientenadministration des Sigma-Zentrums stellt sich vor 17

Neue Website und Markenkommunikation für das Sigma-Zentrum 20

Pressespiegel 23

Sigma-Ratgeber im Radio 25

Woche der Seelischen Gesundheit 26
Das Sigma-Zentrum veranstaltete zwei Gesundheitsforen in Freiburg

Kreatives Schreiben 28
Therapieangebot im Sigma-Zentrum

Geweihte 29
Sammelband der Kunsttherapeutin M.A. Johanna Müller

Harfenfortbildung für die Musiktherapeutinnen des Sigma-Zentrums 30

Ärztliche Verstärkung für die Klinikabteilungen 31

Jubilare 2020 32

Impressum 32

Der Schlüssel liegt in der Authentizität

Prof. Dr. Christoph Bielitz über aktuelle Herausforderungen der „Corona-Krise“

Was sind aktuell Ihre größten oder wichtigsten Herausforderungen bei der Arbeit mit Patienten?

Für das Fachgebiet der Psychiatrie und Psychotherapie ergeben sich durch die Corona-Pandemie zum Teil sehr spezifische und komplexe Herausforderungen. Gerade weil wir wissen, dass psychische Erkrankungen bei vielen unserer Patienten in besonderem Maße mit Angst verbunden sind, halten wir einen sehr konsequenten und seriösen Umgang mit dem Coronavirus für geboten; wir beteiligen uns daher nicht an unangemessenen Debatten, Gerüchten und thematisch überzogener Ausgestaltung. Wir nehmen diese Erkrankung sehr ernst: So werden Patienten, bei denen der Verdacht einer Infektion mit dem Coronavirus besteht, umgehend isoliert und die Infektion labordiagnostisch geprüft. Ein stets weiterentwickeltes Hygienekonzept sichert die Aufrechterhaltung des Klinikbetriebes.

Wie hat „Corona“ Ihre Kommunikationsstrategie beeinflusst?

„Charakter zeigt sich in der Krise.“ Die Worte von Altbundeskanzler Helmut Schmidt unterstreichen wie wichtig es ist, gerade in Krisenzeiten schnell, transparent und vor allem authentisch zu kommunizieren. Es war mir deshalb ein persönliches Anliegen die umfangreichen Patienten- und Mitarbeiterinformationen im April 2020 mit zwei öffentlich zugänglichen Video-Statements zu ergänzen (einsehbar auf der Website des Sigma-Zentrums). Diese geben Einblicke, wie das Sigma-Zentrum insbesondere zu Beginn dieser besonderen Situation handelte, welchen Beitrag die Klinik leistet und welche Folgen und Chancen sich daraus für das Gesundheitswesen ergeben. Die Rückmeldung von Patienten und Mitarbeitern zu den jeweils aktualisierten Informationen waren durchweg positiv. Wir haben es so geschafft, den Gemeinsinn und die Verantwortung zu stärken.

Mit welchen seelischen Erkrankungen, Traumata oder Ängsten müssen wir in Zukunft rechnen und wie bereiten Sie sich darauf vor?

Schon vor der Corona-Pandemie war eine deutliche Zunahme von somato- Schmerzstörungen festzustellen. Es ist damit zu rechnen, dass in Zukunft auch Traumafolgestörungen, Ängste und Süchte (z. B. Mediensucht) verstärkt auftreten. Im Sigma-Zentrum haben wir deshalb drei leitlinienbasierte Sigma-Behandlungskonzepte umgesetzt, in welchen wir unsere langjährigen Erfahrungen mit den evidenzbasierten Vorgaben verknüpfen.

Welche Rolle spielt Authentizität in Ihrem Fachgebiet?

In Bezug auf die Psychotherapie bedeutet Authentizität keine Sicherheit vorzutäuschen, wo keine ist. Schon der 1994 verstorbene Philosoph Sir Karl Raimund Popper kritisierte Theorien wie etwa den Marxismus und die Psychoanalyse, weil sie sich seiner Meinung nach gegen Einsprüche und Gegenargumente immunisierten. Gerade die moderne Psychotherapie lebt von der Falsifizierbarkeit der Hypothesen; es geht nicht um ewige Gültigkeit, sondern darum, Hypothesen immer wieder zu hinterfragen und sich so der Wahrheit zu nähern.

Welche psychosozialen Folgen sehen Sie auf unsere Gesellschaft zukommen, wenn wir uns eines Tages wieder im normalen Alltag zurechtfinden dürfen? Oder wird es diesen Alltag wie zuvor Ihrer Ansicht nach nie mehr geben?

So wie dieses Virus ein kollektiver Stresstest für die Psyche jedes Einzelnen ist, so gilt dies auch für die Gesellschaft. Es ist davon auszugehen, dass „Corona“ psychische Erkrankungen und leider wohl auch die Zahl der Suizide steigern wird. Auch wenn wir in Zukunft hoffentlich reflektierter und bewusster leben werden, ist davon auszugehen, dass die aktuelle Belastung zunächst energiezehrend ist und viele Menschen ängstlich, depressiv, erschöpft und einsam werden lässt. Aber es wird weltweit angedacht werden zu den Themen Reisen, Handel, Prophylaxe, Krisenmanagement und Gesundheitsstrukturen. Meine Haltung ist, dass in Deutschland ein Ruck durch das Gesundheitswesen geht und die Leistungserbringer gestärkt werden durch mehr Planungssicherheit und Wertschätzung.

In welchem Verhältnis werden sich künftig beruflicher Leistungsdruck und Stresssyndrome begegnen? Wird hier eine neue Gewichtung stattfinden, auch unabhängig von „Corona“?

Der Schlüssel liegt zunächst in differenzierterer Bewertung des Stresserlebens. Gerade in Krisenzeiten kommt es – beruflich und privat – mehr denn je auf das Miteinander, auf gute Beziehungen, konstruktive Partnerschaften und gelebte Wertegemeinschaften an. Es stellt sich immer mehr heraus, dass Authentizität eine außerordentlich hohe Bedeutung für die Gesundheit hat. Authentischer leben heißt bewusster, achtsamer und damit auch gesünder leben. Für mich persönlich gehört dazu auch die künstliche Trennung von „Work“ und „Life“ aufzuheben. Wenn wir Arbeitszeit als Lebenszeit begreifen, dann müssen wir auch nicht mehr einer „Work-Life Balance“ hinterherjagen. „Corona“ wird die Haltung zu Arbeit, Arbeitsprozessen, Kommunikation und Meetings verändern.

Welche Chancen sehen Sie in der Krise?

Ich gehe davon aus, dass wir als Gesellschaft an dieser existenziellen Krise wachsen werden. Große Hoffnung leite ich von der volkswirtschaftlichen Kondratieff-Theorie der „langen Wellen“ ab. Diese zeigt, dass sich die neuen Märkte immer an den knappen Produktionsfaktoren entwickelt haben. Bisher hat Technik Ressourcen eingespart: Dampfmaschine, Eisenbahn, elektrischer Strom, Auto und zuletzt die Informationstechnologie haben zu ihrer Zeit zusätzliches Material und Zeit freigesetzt, das für anderes verwendet werden konnte – so wuchs der Wohlstand. Die größten Produktivitätsreserven der Zukunft sind in Daten und im immateriellen Bereich der Wissensarbeit zu heben. Produktivität ist in wachsendem Maße automatisiert, aber es wird nicht ohne Menschen gehen. Die hierfür erforderlichen Charaktereigenschaften wie Authentizität, Kritikfähigkeit und Demut hängen unmittelbar mit der Qualität der psychosozialen Gesundheit zusammen.

Lesen Sie bitte weiter auf Seite **6**

Welche Schlüsse ziehen Sie daraus?

Diese Sicht hilft die Zukunft zu gestalten: Erstmals in der Geschichte stehen jetzt nicht mehr nur technische Innovationen im Vordergrund; es geht nun darum, wahrhaftig in den Menschen zu investieren, der in einer von der Vernetzung von Wissen abhängigen Gesellschaft zum „Flaschenhals" der Produktivität wird. Die Erhaltung der psychosozialen Gesundheit der Mitarbeiter ist für die auf die Vernetzung von Wissen und die Erhaltung von unternehmensspezifischem Wissen und Stammbelegschaft angewiesenen Unternehmen überlebensnotwendig und Existenzsicherung zugleich. Hierfür braucht es eine neue Kultur der Zusammenarbeit und Investitionen in die Gesunderhaltung des Einzelnen. Beides beeinflusst unmittelbar die Qualität der Vernetzung, die Dauer der produktiven Lebensarbeitszeit bzw. die Amortisationszeit der teureren Investments in Aus- und Weiterbildung und damit die Produktivität von Unternehmen und Volkswirtschaften.

Was hat das für konkrete Folgen?

Wir werden den seit Klinikgründung konsequent verfolgten Weg der Unterstützung der Mitarbeiter für Aus- und Weiterbildung nicht verlassen. Dies gilt ebenso für den Wissenstransfer intern. Ich halte es für einen fatalen Irrtum, wenn nicht methodenintegrativ, sondern nur verhaltenstherapeutisch gearbeitet wird. Da ich Verhaltenstherapeut bin, darf ich das auch getrost sagen.

Was können Sie in diesem Bereich anbieten?

Die Prognose zur Heilung psychischer Erkrankungen ist besser, je früher diese erkannt und professionell behandelt werden. Damit es gar nicht erst so weit kommt, haben wir im Anfang März eröffneten Sigma-Institut im Ärztehaus beim Freiburger Diakoniekrankenhaus das Behandlungsspektrum erweitert: Schon in einem sehr frühen Stadium der Beeinträchtigung bietet der neu konzipierte Bereich der Individualprävention Selbstzahlern die Möglichkeit, von einer ganz auf die eigene Person und Situation fokussierten psychologischen Diagnostik und Beratung zu profitieren. Sollte im weiteren Verlauf eine psychosomatische und psychiatrische Abklärung erforderlich werden, bieten Früherkennungszentrum und Ambulanz für jeden privatversicherten Ratsuchenden und Patienten einen diskreten Zugang zu einer integrativen Beratung und Therapie. Mit diesem Stufenmodell trägt das Sigma-Institut der Tatsache Rechnung, dass die Grenzen von einfacher, vorübergehender und ernster psychischer Beeinträchtigung oft fließend sind.

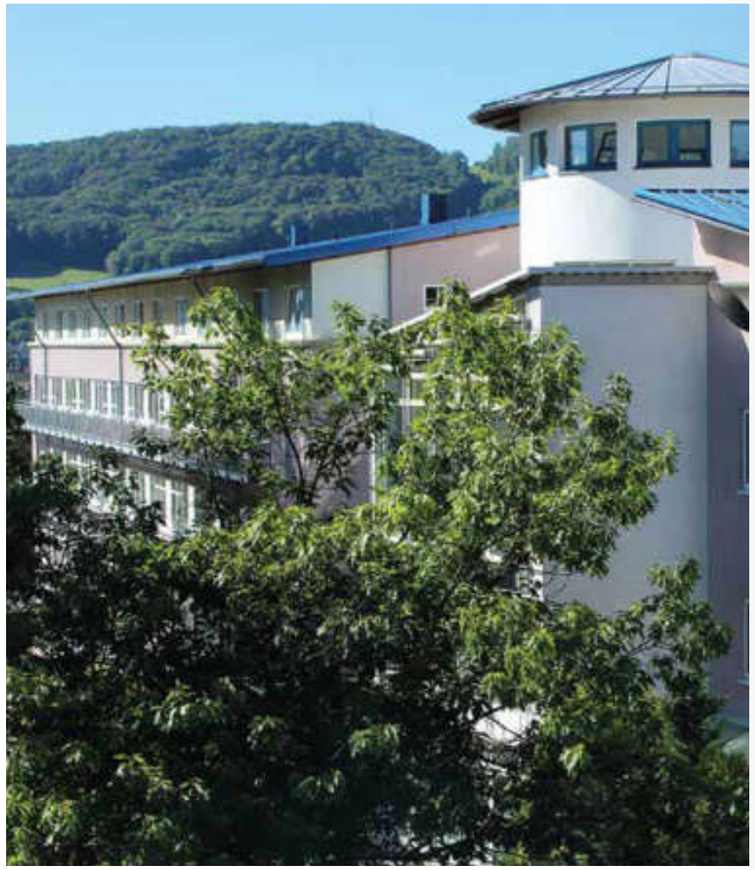


Foto: Sigma-Zentrum

„2020 war ein besonderes Jahr …"

Ein Jahresrückblick aus Sicht von Frau Dr. med. Heike Zachowski, Funktionsoberärztin Hygiene/Somatik

Illustration: akr11_ss © shutterstock

Oft haben wir diesen Satz nicht nur Ende des Jahres gehört, sondern auch immer wieder mitten drin. Manchmal mag der ein oder andere ihn auch nicht mehr hören, das verstehe ich gut … ☺ Trotzdem wird wohl niemand behaupten, dass in diesem Jahr alles so lief, wie wir es sonst gewohnt sind. Niemand wird wohl sagen, dass wir nicht alle betroffen waren, dass wir uns alle noch ganz andere Gedanken gemacht haben als in den Jahren zuvor.

Ich möchte aber auch sagen, dass wir wohl alle sehr kreativ versucht haben die Herausforderungen zu bewältigen, die so plötzlich vor uns standen. Das war schon allein deshalb notwendig, weil sie sich auch ständig verändert haben. Niemand von uns hätte Ende 2019 geglaubt, dass wir dieses Silvester (2020/21) ab 20 Uhr nicht rausgehen dürfen und dass es kein Feuerwerk geben wird, nicht einmal eine einzige Party erlaubt wäre, oder? Von den nicht vorhandenen Weihnachtsmärkten, keinem Glühwein in Geselligkeit und weihnachtlichen Vorfreuden (☺ – Jesus hätte sicher mitgefeiert!) und den fast unüberschaubaren Rechenaufgaben zu Weihnachten mal ganz abgesehen. Diese Rechnungen sind trotz aller Kreativität „nie aufgegangen", weil am Ende doch zu viele Personen am gleichen Tisch saßen, wenn auch nicht zum gleichen Zeitpunkt. Das hätte nur geklappt, wenn alle in einem Haushalt unter sich blieben und was sind das für ein Weihnachten und Silvester?

Zweite Welle

Und dann zuvor im Spätherbst, ich höre noch die Sprüche in der Öffentlichkeit: *„Huch! Die zweite Welle kommt auf uns zu, damit haben wir ja gar nicht gerechnet"*… Komisch, wo doch vorher alle wieder in Europa herumreisten und alles wieder offen war. Hatte tatsächlich jemand geglaubt (vielleicht gehofft – das ist immer drin), dass dieses Virus einfach verschwindet, so wie andere zuvor? Jeder, der sich mit dem Thema auseinandergesetzt hat wusste, dass der Übertragungsweg ein anderer ist und dieses Virus eben schon im oberen Respirationstrakt andocken kann, im Gegensatz zu den Vorherigen ähnlicher Gestalt. Wo war nur auf einmal die medizinische Beratung durch namhafte Virologen geblieben? Oder standen jetzt doch andere Interessen im Vordergrund?

Aber vielleicht sollte ich doch zeitlich der Reihe nach berichten, wie sich das alles auf die Sigma-Klinik ausgewirkt hat. Also wann anfangen?

Wie alles seinen Lauf nahm

Begonnen hatte für mich das Geschehen bereits im November/Dezember des Jahres 2019. Da las ich von einer scheinbar neuen Erkrankung, aufgetreten in China, die plötzlich alle medizinischen Systeme „aushebelte" und erschreckende Symptome mit vielen Todesfällen verursachte. Die entsprechenden Bilder und Berichte folgten in den allgemeinen Medien. Es war schnell klar, dass, wenn die Grenzen nach China nicht unmittelbar geschlossen würden, bei den bestehenden multiplen Handelsbeziehungen und der globalen Reisetätigkeit die Gefahr einer schnellen weltweiten Verbreitung sehr wahrscheinlich sein würde. Das Wort „Pandemie" erschien da in Gedanken am Horizont. Dann dauerte es nicht lange und „schwups" hatten wir den ersten Fall in Bayern. Schön, dass man da noch glaubte, durch Einzelverfolgung das Geschehen eingrenzen zu können. Leider war es zu diesem Zeitpunkt dann schon nicht mehr möglich z. B. für uns als Klinik an eine ausreichende Anzahl von Masken (dabei handelte es sich um den einfachen Mundnasenschutz) zu gelangen. Der asiatische Markt war bereits leergefegt. Nach der Verteilung des Virus ausgehend von einem kleinen Ort in den Alpen, der eigentlich zuvor eher ein Tummelplatz für Après-Ski feiernde Freizeitsportler war, trat die Verbreitung in ganz Europa so schnell ein, dass die Systeme zur Maskenbeschaffung völlig versagten. Vermutlich hatte zuvor bereits eine unbeobachtete Ausbreitung von China über Handelsbeziehungen nach Italien stattgefunden. Da halfen auch die Bestellungen von Masken auf oberster Regierungsebene zunächst nichts. Es wurden sogar Masken im großen Stil auf Flughäfen gekapert. Die „Wild-West-Manieren" scheinen auch nach mehr als 200 Jahren in gewissen Erdteilen bzw. Ländern nicht vergessen zu sein … Im Frühjahr 2020 haben wir zu unseren Nachbarn in Italien und Frankreich geschaut und gehofft, dass uns das, was wir dort sahen, alles erspart bleibt. Wie hätte das bei diesen internationalen Vernetzungen auch sein können? Alle Mitarbeiter des Sigma-Zentrums, die aus Skigebieten in Öster-

Dr. med. Heike Zachowski ▶

Foto: Sigma-Zentrum

reich und der Schweiz kamen, mussten vorsichtshalber 14 Tage Zuhause bleiben. Zum Glück, denn es zeigte sich, dass sich tatsächlich eine Mitarbeiterin sehr wahrscheinlich beim Skifahren in der Schweiz infiziert hatte. So blieben wir in der gesamten „ersten Welle“ der Corona-Pandemie tatsächlich ohne Fälle im Sigma-Zentrum!

Mitarbeit und Zusammenhalt im Sigma-Zentrum

Um den Maskenmangel zu kompensieren, legten sich alle sehr ins Zeug, auch in unserer Klinik. Patienten und Mitarbeiter produzierten selbstgenähte Masken. Was für eine Umgewöhnung. Das erste „Hygieneteam“ hatte sich bereits gebildet. Dieses bestand aus den Leitungen der Reinigung und Hygiene, Frau Büche, und in Vertretung zu der hygienebeauftragten Pflegekraft, die krankheitsbedingt abwesend war, Frau Labude als Pflegeleitung. Unterstützt wurden wir als Hygieneteam außerdem von Herrn Bürgin als Leiter des Einkaufs und Herrn Maier als Küchenchef und Restaurantleiter. Zudem möchte ich an dieser Stelle auch alle anderen erwähnen, die unsere Arbeit begleitet haben. Ich hoffe ich vergesse niemanden: Die Teamsupporter, die immer wieder mit viel Geduld die wechselnden Situationen mitgestaltet haben und immer für die notwendigen neuen Umsetzungen offen waren und ohne deren Engagement die jeweiligen Anpassungen an Raumgröße und Patientenzahlen nicht möglich gewesen wären. Außerdem die Mitarbeiter der Patientenadministration, der Pflege und der Reinigung, die Therapeuten und Fachtherapeuten und nicht zuletzt die Sport- und Bewegungstherapeuten einschließlich der Physiotherapie. Wenn auch erst jetzt genannt, dem allen in keiner Weise nachstehend, die Mitarbeiter der Haustechnik, die insbesondere an der Verwirklichung der Quarantäne-Station, im Weiteren Station 4 genannt, teilhatten. Außerdem die Mitarbeiter des Empfangs, die zunehmend mehr und mehr Aufgaben im Hinblick auf die Sicherheit des Zugangs für Patienten und Besucher übernehmen mussten. Ich bin allen sehr dankbar für die Unterstützung nicht nur in dieser Zeit!

Sigma als Teil des medizinischen Versorgungskonzeptes

Die Station 4 – das war eine ganz besondere Aufgabe. Unter dem Eindruck der hohen Infektionszahlen und des Versorgungsnotstands im Elsass dachte man auf politischer Ebene Anfang März 2020 über die Beteiligung von umliegenden Krankenhäusern und medizinischen stationären Einrichtungen zur Entlastung der Akutkrankenhäuser nach, so auch im Landkreis Waldshut. Unter der Koordination des Landratsamt Waldshut wurde beschlossen, dass sich das Sigma-Zentrum an dieser Aufgabe beteiligen wird. So planten und schufen wir im Untergeschoss des Bettenhauses 1 eine isolierte Station zur Versorgung von Coronavirus-positiven und klinisch stabilen Patienten zur Weiterversorgung. Ende März war in einer Medienmitteilung des Landratsamt Waldshut sowie der Presse zu lesen, dass das Sigma-Zentrum Teil des medizinischen Versorgungskonzeptes des Landkreises Waldshut sein wird.

Die Umsetzung der Station 4 gelang uns innerhalb von ca. 14 Tagen. Wir hatten uns bereits zuvor gemeinsam mit Frau Bruederich Gedanken über eine eventuell notwendig werdende Isolationsstation für die behandelten stationären Patienten unserer Klinik gemacht, falls es zu einer Infektion mit dem Coronavirus kommen sollte. Aus diesem Grund war bereits das UG im Bettenhaus 1 nicht mehr für Patienten der Normalaufnahme eingeplant. Nun mussten nur noch einige Mitarbeiter mit ihren Büros und Therapiezimmern umziehen. Mit vereinten Kräften halfen die Mitarbeiter der Haustechnik bei den Umzügen. Wie gut, dass Frau Bruederich, die damals noch Frau Wolf hieß, für alle schnell neue Zimmer fand. Von Herrn Kramer und seinem Team wurden die teilweise kunsttherapeutisch umgestalteten Zimmer rasch renoviert, Möbel gerückt, ab- und eingebaut und eine Zwischentür als „Schleuse“ einzogen. Hinzu kam dann noch die IT-Abteilung, die die PC-Ausstattung und Drucker einrichtete, Telefonnummern vergab und alles Technische in dieser Richtung in Rekordzeit aus- und einrichtete. Parallel ging es an die Beschaffung und Ausstattung der Schutzkleidung und technischen Ausrüstung. Hier bewährte sich erneut die Teamarbeit der Abteilungen Hygiene, Materialbeschaffung/Einkauf, Reinigung und Hygiene, Pflegedienstleitung und Mitarbeiter der Pflege sowie dem inzwischen in unsere Organisation ebenfalls integrierten Herrn Stoll. Es waren zahlreiche Abstimmungen mit dem Landkreis Waldshut sowie dem Klinikum Hochrhein erforderlich. Mit dem dortigen Koordinator für die Versorgung der Corona-Patienten wurden Telefonate geführt und dann war auch schon der erste Patient da.

Wie gut, dass die freiwilligen Mitarbeiter der Pflege, zumeist mit der notwendigen Fachausbildung im Hintergrund, so ein großes Organisationstalent zeigten und noch mit der ersten Patientenversorgung die Abläufe der neuen Station 4 koordinierten und stets kreativ-wirksame Lösungen für die aufkommenden Probleme in der Stationsgestaltung fanden.

Herr Behrndt wurde, obwohl erst kurz zuvor als Arzt im Sigma-Zentrum eingestellt, aufgrund seiner Qualifikationen als Facharzt für Anästhesie und Allgemeinmedizin gleich zum zuständigen Arzt für die Station 4 berufen. Insgesamt verlief die Betreuung der Patienten gut. Lediglich eine Patientin musste leider in das Klinikum Hochrhein zurückverlegt werden, da sich ihr Zustand bereits während des Transports massiv verschlechtert hatte.

Fortsetzung folgt in der nächsten Ausgabe des Sigma-Magazins ...

Dr. med. Heike Zachowski
Funktionsoberärztin Hygiene/Somatik

Illustrationen: Virus: ak111_ss © shutterstock | Maske: panos13121 © Pixabay

Ausgabe 6
Februar 2021

Corona macht kreativ

Therapeutinnen entwickeln Projekt „Moos-Stadt“

Foto: Sigma-Zentrum

Corona bietet auch eine Chance kreativ zu werden und flexibel zu bleiben. Es ist schwer Pläne zu machen, denn es kommt aktuell alles anders als man denkt. So ging es auch unseren Therapiepferden Amy und Perla. Sie wurden in der Corona-Hochphase im Frühjahr ins „Stall-Office“ geschickt, und die Therapeutinnen für pferdegestützte Therapie Dorothea und Helena Kundel standen auf einmal ohne „ihre Mitarbeiterinnen“ da.

Es musste eine alternative therapeutische Beschäftigung entwickelt werden, weshalb Dorothea und Helena Kundel sich etwas Besonderes einfallen ließen. Natürlich war schon klar, dass die beiden „Zweibeiner“ niemals die Wirkung und Ausstrahlung der tierischen Mitarbeiter erreichen konnten, aber sie hatten Luft, Licht, Bewegung, Aktivität, Kreativität, Wald, Wiesen, Raum und Ideen im Überfluss.

So entstand die Idee gemeinsam mit den Patienten eine Moos-Stadt entstehen zu lassen. Wenige Fußminuten von der Klinik entfernt fand sich beim „Thimos-Pilz“ ein wunderbares Plätzchen. Hier konnte und wurde nun mit Begeisterung, Fleiß, Elan, Phantasie und Kreativität angefangen aus allen möglichen Materialien, die der Wald und die Wiese so zu bieten hat, kleine Häuschen, Schlösser, Parkanlagen, Gärten, Schaukeln, Hängematten, Türme, Wege, Kunst und vieles mehr zu bauen. Nach und nach wuchs die Moos-Stadt. Patienten erzählten sich untereinander davon, hatten auch an Wochenenden oder freier

*Lesen Sie bitte weiter auf Seite **10***

Zeit eine Möglichkeit ins Tun zu kommen, sich auf etwas einzulassen, ins Spielen und Ausprobieren zu kommen, im Hier und Jetzt zu sein. Trotz der Hygiene- und Abstandsregeln hatten die Patienten durch die Moos-Stadt Gelegenheit gemeinsam im Freien etwas zu unternehmen, Selbstwirksamkeit zu erfahren, stolz auf sich zu sein und mit vielen verschiedenen Menschen zusammen etwas Gemeinsames zu schaffen. Auch Spaziergänger, Kinder oder Familien ließen sich von dem Projekt inspirieren. So war es bei jedem Besuch der Moos-Stadt wieder spannend zu sehen und zu entdecken was sich verändert hatte. Spezielles Material wurde keines benötigt. Der Wald hielt alles bereits parat und man musste sich nur auf den Weg machen, die Sinne gebrauchen, offen werden und so fanden sich die tollsten Schätze. Es machte sowohl den Patienten wie auch den Geschwistern Kundel und allen zufällig Vorbeikommenden große Freude, diese Stadt entstehen zu lassen. Wer weiß, vielleicht sind inzwischen einige Frösche oder Käfer stolze Hausbesitzer geworden und erfreuen sich an ihren Prachtbauten oder Feriendomizilen.

Amy und Perla sind inzwischen schon längst wieder im aktiven Dienst und freuen sich über regen Sigma-Besuch, denn auf Dauer wurde es ihnen dann doch auch etwas langweilig so ganz ohne Trubel der Sigma-Patienten.

Foto: Sigma-Zentrum

Seite 10

Dorothea Kundel ▶ ◀ Helena Kundel

Portraits: Sigma-Zentrum

Männer-Gruppe

Geschlechtsspezifische Psychotherapie im Sigma-Zentrum

Ich bin froh und stolz im Sigma-Zentrum eine psychotherapeutische Männer-Gruppe anbieten und leiten zu können. Dabei ist mir bewusst, dass es ungewöhnlich ist, einen Artikel mit „Ich“ zu beginnen. Nur möchte ich vermeiden, rechtfertigen zu müssen, warum es in der heutigen Zeit sinnvoll ist, eine solche Gruppe anzubieten. Es ist für mich als Mann sinnvoll und ich bin sogar stolz als Mann einen Schutzraum für die Unsicherheiten anbieten zu können. Zudem zeigt die Ich-Form an, dass es sich bei Fragen des Geschlechts um persönliche, sensible und manchmal sogar um delikate Gewissheiten und Unsicherheiten handelt.

Ablauf einer Männer-Gruppe

Zumeist leite ich die Gruppe mit einer persönlichen Zielsetzung und Feststellung ein, damit sich die Mitglieder orientieren können: *„Es geht in dieser Gruppe darum, einen Raum zu schaffen und zu gestalten, der Männern oftmals wenig zur Verfügung steht. Das eigene Innenleben und Erleben als Mann zu erforschen wird uns selten von unseren Vätern beigebracht und auch in Freundschaften leben wir es selten aus.“* Damit markiere ich für mich ein erstes Mal, dass es mir in aller erster Linie noch nicht um Lösungen, sondern das Erleben geht. Auch ist es für mich wichtig, dass ich keine vorgefertigte Lösung für das Mann-Sein habe. Um genau zu sein zweifle ich stark daran, dass irgendjemand solche vorgefertigten Lösungen anbieten kann. Sie sind aus den eigenen Erfahrungen und Problemen erst zu gewinnen. Ohne Orientierung drohen wir aber zugleich im Ungewissen und der Unsicherheit verloren zu gehen oder uns frühzeitig an Gewissheiten zu klammern, die uns schaden. Die Männergruppe stellt ein Angebot dar, den Weg gemeinsam zu gehen, zwischen notwendiger Unsicherheit und Offenheit für Neues auf der einen Seite und erarbeiteten oder herangetragenen Lösungen auf der anderen Seite.

Zu Beginn der Gruppe: *Fragen*

All die Fragestellungen, die sich geschlechtsspezifisch für eine Psychotherapie ergeben, sind dabei so vielfältig, dass ich sie kaum bündeln kann. Dennoch möchte ich es versuchen, um zumindest einen Eindruck zu geben. Jeder Mann macht die Erfahrung in der Vergangenheit als Junge, als Kind, als Sohn. Hier macht er erste prägende Erfahrungen mit sich, mit anderen Kindern, mit den Eltern, mit Zuneigung und Abneigung, mit Freundschaft, Verantwortung, Rivalität und Sexualität, die ihn auch als Erwachsener noch begleiten. Als Erwachsener ergeben sich neue Herausforderungen und Enttäuschungen, die damit verbunden sind, für sich und eventuell die Partnerschaft und sogar ein oder mehrere Kinder die Verantwortung zu übernehmen. Privatleben und Beruf müssen vereinbart werden, ohne den sozialen Kontakt zu anderen Menschen zu verlieren. Im Alter ergeben

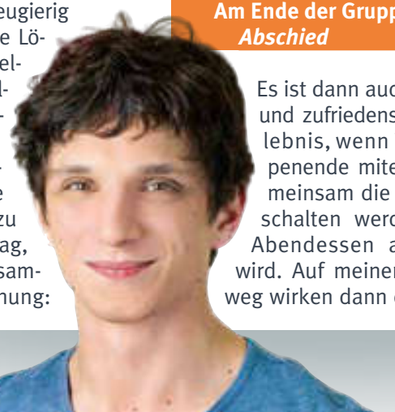
Foto: Sigma-Zentrum

Seite 12

sich wiederum neue Fragen, wenn die eigenen Kräfte nachlassen, die Rente winkt oder droht und möglicherweise die eigenen Kinder erwachsen sind und sich selbst mehr mit diesen Herausforderungen als mit den Eltern beschäftigen.

In der Mitte der Gruppe: *Bewältigung*

Im Beschreiben der Aspekte von geschlechtsspezifischer Psychotherapie fällt mir immer wieder auf, dass es sich um allgemeinmenschliche Entwicklungsaufgaben handelt. Also eigentlich etwas gar nichts so Besonderes. Gerade dieser Widerspruch macht mich immer wieder neugierig auf die Gruppe: Welche Lösungen haben die einzelnen Männer für diese allgemeinen Entwicklungsaufgaben gefunden? Was sind ihre Gemeinsamkeiten und was die Unterschiede? Dazu kommt jeden Montag, wenn die Gruppe zusammenkommt, die Spannung: Wieviel Unsicherheit und Intimität werden wir heute gemeinsam entwickeln und aushalten? Wie stark wird auch unser Bedürfnis sein, zu rivalisieren und uns zu beweisen? Manchmal mischt sich bei mir auch eine Sorge unter, ob es möglich sein wird, die Differenzen produktiv zu bewältigen, oder ob wir in Klischees oder gar unkonstruktiven und lähmenden Streit abgleiten? Ich mache dann aber eine für mich immer wieder wichtige Erfahrung: Die Männergruppe bietet einen sicheren Rahmen, der gemeinsam genutzt werden kann und einen unterstützenden, klärenden und wohlwollenden Zusammenhalt bietet.



Portrait: Sigma-Zentrum

Mag. phil. Benedikt Mayer ▶

Am Ende der Gruppe: *Abschied*

Es ist dann auch ein schönes und zufriedenstimmendes Erlebnis, wenn ich nach Gruppenende miterlebe, wie gemeinsam die Lichter ausgeschalten werden und zum Abendessen aufgebrochen wird. Auf meinem Nachhauseweg wirken dann die Erlebnisse der Gruppe noch nach und ich realisiere, dass die drängende, manchmal quälende Frage, was einen Mann auszeichnet, nicht mehr so drängend und quälend ist. Eine Antwort, stelle ich dann erstaunt fest, habe ich allerdings trotzdem nicht. Ich stelle dann fest, wie meine Gedanken neugierig abgleiten und ich mich frage, wie es wohl in der geschlechtsspezifischen Gruppe für Frauen oder der Bewegungs- und Tanzgruppe für Frauen so abläuft: Welche Fragen beschäftigen diese Gruppe, wie ist die Atmosphäre? Etwas enttäuscht stelle ich dann fest, dass ich das nie so genau herausfinden werde und konzentriere mich wieder darauf, dass ich stolz und froh bin, die Männer-Gruppe anbieten zu können, Teil von ihr zu sein und sie leiten zu dürfen. ■■■■■

Mag. phil. Benedikt Mayer
Psychologe

Sporttherapeut

Seite 13

Berufsbilder im Sigma-Zentrum

Sporttherapeut Dr. phil. Michael Helm im Interview

Als Sporttherapeut hilft Dr. phil. Michael Helm Patienten, psychische, körperliche oder soziale Beeinträchtigungen mithilfe von Sport zu überwinden.

Sie haben erfolgreich in Sportwissenschaften promoviert – was ist die Kernaussage Ihrer Doktorarbeit?

Untersucht habe ich das Verhalten von Muskeln, Sehnen und Gelenken des Menschen bei bestimmten Sprungmustern („Drop Jumps“). Ich konnte zeigen, dass der Bewegungsapparat beim Sprung aus unbekannter Höhe oder auf unbekannten Untergrund unerwartet auftretende Kräfte abdämpft, indem der Muskel-Sehnen-Komplex „weicher“ wird. Zwar wird die Sprungleistung dadurch geringer, jedoch auch das Verletzungsrisiko minimiert.

Was kann ein Patient erwarten, wenn er zu Ihnen in die Einzeltherapie kommt?

In der Therapie geht es vor allem darum, das Bewusstsein für den eigenen Körper wieder zu schulen und Freude und Interesse an Körperbewegungen zu wecken. Ein bedeutsamer Teil dabei ist es, dem Patienten Vertrauen in die eigenen Kräfte zu geben, damit er wieder selbstständiger im Alltag handeln kann. Mir ist wichtig, dass die Sporttherapie sich an den individuellen Bedürfnissen der Patienten orientiert und der Inhalt der Therapiestunden gemeinsam erarbeitet wird.

Der Patient hat in der Sporttherapie die Möglichkeit, verschiedene neue oder bekannte Sportarten auszuprobieren (z.B. Boxen, Yoga, Badminton, Walking, u.v.m.) und mit dem vielseitigen Equipment kreative Therapiestunden zu erleben.

Foto: Sigma-Zentrum

Lesen Sie bitte weiter auf Seite **14**

Welche Aufgabenschwerpunkte haben Sie als Sporttherapeut?

Als Sporttherapeut ist meine Aufgabe sowohl die Durchführung der Therapieeinheiten als auch das Reflektieren über das Verhalten der Patienten in den Therapiestunden mit den therapeutischen und ärztlichen Kollegen in täglichen Treffen im multiprofessionellen Team.

- Einzeltherapiestunden: individuell und gemeinsam gestaltet
- Gruppentherapie:
  - Sporttherapie für Schmerzpatienten
  - Aquasport
  - Sporttherapie für „Youngsters“
  - In Vertretung: Walking, Zirkeltraining, Rückentraining
- Geräteeinweisung

Worin sehen Sie die Ziele der Sporttherapie?

Sport und Bewegung sind erwiesenermaßen sehr wirkungsvolle Methoden, um Selbstwirksamkeit und Wohlbefinden zu steigern und Stress abzubauen. Sie sind daher wichtige Ressourcen, auf die in psychischen Belastungssituationen zurückgegriffen werden kann. Wer sich bewegt, ist ausgeglichener und zufriedener. Deshalb ist mein langfristiges Ziel, die Patienten bei der Entwicklung eines eigenen gesunden Bewegungslebensstils zu unterstützen, der als positive Ressource in den Alltag übertragen wird. Hierfür erarbeiten wir gemeinsam einen „Handwerkskoffer“ mit individuell angepassten Übungen. Dazu gehört für mich auch, Wissen zum Thema Bewegung und Training mitzugeben.

Dr. phil. Michael Helm ▶

Seite 14

Nachruf

In stiller Trauer nehmen wir Abschied von unserer ehemaligen Mitarbeiterin

Frau Anna Morici

die im Mai 2020 im Alter von 24 Jahren unerwartet verstorben ist.

Frau Anna Morici trat im Jahr 2012 ihre Ausbildung zur Fachkraft im Gastgewerbe in der Sigma-Klinik an und schloss diese im Juli 2014 mit der Abschlussprüfung ab.

Im Anschluss war sie bis zum 30. September 2019 in unserem Unternehmen als Beiköchin beschäftigt.

Wir haben sie als stets fleißige, zuverlässige, höfliche und bescheidene Mitarbeiterin und Kollegin schätzen gelernt und wir werden ihr immer ein ehrendes Andenken bewahren.

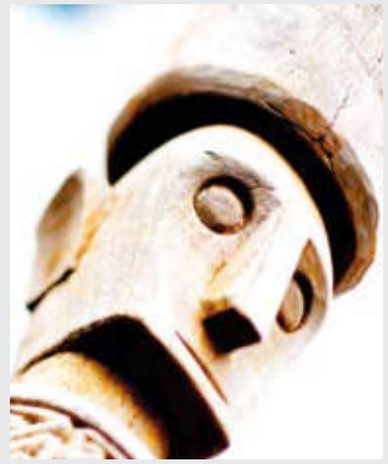
Unser tiefes Mitgefühl gilt ihrer Familie und allen Angehörigen.

Im Namen der gesamten Belegschaft des Sigma-Zentrums
Prof. Dr. Christoph Bielitz
Geschäftsführender Ärztlicher Direktor

Fotos: Johannes Klatt

... im Innenhof des Sigma-Zentrums

Dauerausstellung Skulpturengarten



Fotos: Sigma-Zentrum

Im Innenhof des Sigma-Zentrums wurden schon vor einigen Jahren Holzskulpturen aufgestellt. Doch welche Bedeutung steckt dahinter? Woher stammen diese Skulpturen? Eine Kurzinformation wird im Folgenden dargestellt. Ausführlichere Informationen zu den einzelnen Skulpturen sind auf sechs Tafeln in der Wandelhalle im Sigma-Zentrum zu finden.

Herkunft und Kultur

Die Herkunft dieser Skulpturen ist Ost-Indonesien, ein Kulturraum, in dem noch ein Bewusstsein über die eigene ursprüngliche Weltvorstellung lebendig und zum Teil sichtbar erhalten geblieben ist, trotz geistigem Wechsel in monotheistische Glaubensformen und Übernahme von westlichen Wertvorstellungen in neuerer Zeit. Die eigenen ursprünglichen Kulturwurzeln noch bildhaft erinnernd bis in die heutige Zeit der Schnelllebigkeit mit ihren flüchtigen und bewegten Bildern, davon zeugen diese Skulpturen.

Fotos: Sigma-Zentrum

Material, Formen und Symbole

Gearbeitet wurden sie aus einem Stamm, meist aus dem sehr harten Holz des Kayu Merah (Rotholz) Baumes. Auch wegen seiner Größe „Schatten spendender Baum“ genannt. Die Skulpturen wurden vermutlich einem Vorbild nachgearbeitet; von verschiedenen Bildhauern mit unterschiedlichen handwerklichen Fähigkeiten, individueller Ausdruckskraft und Interpretation gestaltet. Viele der Figuren machen den Eindruck, als tragende Säule eines Gebäudes gedient zu haben, erkennbar an einigen Formen der Kopfbedeckungen. Dargestellt ist der Mensch, Frau und Mann, keine Götter. Es wird nicht der Mensch in seiner ästhetischen Erscheinung mit den natürlichen Körpermaßen abgebildet, der Gestaltungswille ist, ein Unsichtbares, Ahnendes, ein inneres Erleben im Bildwerk zu verkörpern. Diese Künstler bilden kein Gesicht ab, sondern schaffen eine Physiognomie – sie stellen nicht das Auge dar, sondern erschaffen die Kraft des Blickens. Stilisierend formen sie den Körper, hockend oder stehend mit leicht gebeugten Knien, und schaffen damit bewusste Ausdruckskraft, erzeugen unaufdringliche Stille, ruhige Präsenz. Wesentliches soll zum Vorschein kommen. Jede Skulptur ist aus einem Stamm herausgearbeitet. Der Wuchs des Baumes wurde in seiner natürlichen Lebensbewegung belassen und verleiht den Werken dadurch individuellen Ausdruck. Die großen Skulpturen sind in ihrem Aufbau in drei Bereiche geordnet. Der untere Bereich dieser Dreigliederung mit dem Kontakt zur Erde ist naturbelassen, die Maserung und die Form des Stammes kommen zum Ausdruck. Hier findet kein Eingriff statt, das Naturhafte selbst ist formgebend. Der Mittelteil dient der Formen- und Symbolsprache, ein Aspekt von bewusstseinsbildender Ausdruckskraft wird sichtbar, Mitteilungsraum für den Menschen entsteht. Im dritten und obersten Teil wird der unverhüllte Mensch selbst dargestellt, Mann wie Frau, ohne Unterschied, teils mit Symbolen im Brustbereich oder Stirn, teils mit Symbolen verzierter Kopfbedeckung versehen.

Wirkung

Die stille Ausdruckskraft dieser Skulpturen mit ihrer Symbolik und der in ihrer Schlichtheit ansprechenden figürlichen Darstellung von Frau und Mann wirkt, als ob sie etwas zu erzählen hätten, was jenseits gedachter Funktionen liegt. Die Darstellung der Figuren in ihrer Nacktheit lässt sie nicht schutzlos wirken. Ihr unverhüllter Eindruck zum Betrachter kann ihn eher irritieren. Ist ihr Blick leer oder nach innen gerichtet, ausdruckslos oder mich als Betrachtenden durchdringend? Sie wirken, als ob sie sich durch keine Affekte oder Emotionen beeindrucken lassen, können aber auch grimmig schauen. Manche Skulptur schenkt einem ein stilles Lächeln, bisweilen ist ein Schmunzeln sichtbar, über was oder wen? Ihre Haltung verrät keine Anzeichen von Angestrengtheit, Angst oder Angespanntheit. Ihr leichtes Beugen in den Knien oder die hockende Position vermitteln den Eindruck bewusster Körperempfindung.

Viele Zeichen und Darstellungen an den Skulpturen bleiben hier unbenannt, vieles ist nicht benennbar, aber im unmittelbaren Betrachten erlebbar. Alle Beschreibungen der Formen, Symbole und deren möglicher Sinngehalt, Assoziationen sowie subjektive Empfindungen, sollen nur eine Brücke sein, mit Aufforderungscharakter, sich der Bildgestalt betrachtend gegenüberzustellen – offen und unvoreingenommen die eigenen Empfindungen und Gedanken im Dazwischen aufkommen zu lassen und diesem den ganz eigenen Wert beizumessen.

Mehr Informationen zu den Holzskulpturen mit ihren Formen und den eingearbeiteten Symbolen, finden Sie auf den Foto-Tafeln in der Wandelhalle.

Text: Klaus Kammerer

… gestrickte Accessoires

Eine strickbegeisterte Patientin zeigte sich während der Corona-Hochphase kreativ und verpasste den Skulpturen schicke Accessoires aus feinster Wolle.

Die Anlaufstelle im Sigma-Zentrum

Patientenadministration des Sigma-Zentrums stellt sich vor

Die Patientenadministration ist die erste Anlaufstelle für Interessenten, die sich in unserer Klinik behandeln lassen wollen.

Diese Abteilung unterteilt sich in drei wesentliche Aufgabenbereiche:

- Bettendisposition
- Kostensicherung
- Wahlleistungsmanagement

Die drei Bereiche greifen auch ineinander und erfordern somit einen engen Austausch unter den Kolleginnen. Jeden Morgen findet eine Teambesprechung statt, in der wichtige Themen ausgetauscht werden und der Tagesablauf besprochen wird.

Foto: Sigma-Zentrum

*Lesen Sie bitte weiter auf Seite **18***

Aufnahmen

Zur Patientenadministration gehören auch die Aufnahmegespräche der anreisenden Patienten. Während der Aufnahme werden mit den Patienten die einzelnen Dokumente besprochen, die unterzeichnet werden müssen. Wichtig dabei ist, auf die Patienten einzugehen und diese nicht mit dem „Papierkram“ zu überfordern. Als Erstes sollten der Krankenhausvertrag und die Behandlungsvereinbarung unterzeichnet werden, denn ohne diese dürfen keine Behandlungen stattfinden. Alle Dokumente und Patienteninformationen werden im System erfasst und bei Bedarf an interne Abteilungen kommuniziert.

Einweiser-Gespräche

Eine weitere wichtige Aufgabe ist die Entgegennahme von Patientenanmeldungen der einweisenden Ärzte über das sogenannte Einweiser-Telefon. Im Sigma-Zentrum wird den einweisenden Ärzten der Service angeboten, dass sie über eine „exklusive Telefonnummer“ ihre Patienten anmelden und mit dem zuständigen Arzt im Sigma-Zentrum verbunden werden. Dieses Telefon wird von den Mitarbeitern der Patientenadministration und den zuständigen Ärzten Montag bis Freitag ab 8.00 Uhr bis 16.30 Uhr betreut. Außerhalb dieser Zeiten übernimmt das Empfangsteam diese Aufgabe, damit einweisende Ärzte das Sigma-Zentrum jederzeit kontaktieren können.

Wesentliche Aufgabenbereiche der Patientenadministration:

Die Bettendisposition

Der Aufgabenbereich Bettendisposition ist für die Patientenverteilung im Haus zuständig. Hier findet ein regelmäßiger Austausch mit verschiedenen Abteilungen im Haus statt. Patientenverlegungen werden nach Rücksprache mit den Stationen und der Abteilung Reinigung und Hygiene geplant und im System angelegt.

Angehörige unserer Patienten haben, nach Abstimmung mit dem Einzeltherapeuten, die Möglichkeit an Wochenenden in unserer Klinik zu übernachten. Die Zimmer und Beistellbetten werden entsprechend durch die Bettendisposition eingeplant. Auch das Planen von Notfallbetten wird in Absprache mit der Abteilung Reinigung und Hygiene organisiert.

Über die Bettendisposition findet der Erstkontakt mit den Interessierten statt:

- Erfassung der Kontaktdaten des Patienten
- Abklärung des Versicherungsstatus
- Vereinbarung des Aufnahmetermins

Je nach Versicherungsstatus muss bei manchen Versicherungen eine Vorauszahlungsvereinbarung und/oder eine Zuzahlungsvereinbarung berechnet und erstellt werden. Einige Patienten kommen auch als Selbstzahler in die Klinik, diese bekommen einen kompletten Kostenvoranschlag. In den meisten Fällen betrifft dies die gesetzlich Versicherten. Durch die unterschiedlichsten Konstellationen und Zahlungsmodalitäten ist ein enger Austausch mit der Abrechnungsstelle und der Buchhaltung notwendig. Dieser Schritt wird dann auch von der Abteilung Kostensicherung mitverfolgt.

Es werden nicht nur die Aufnahmen geplant, eingeteilt und erfasst, sondern auch die Entlassungsmeldungen, die durch die Therapeuten mitgeteilt werden. Dies ist wichtig, um die künftigen Aufnahmen planen zu können und Engpässe zu erkennen. Dabei wird auch die Kapazität der Wahlleistungsplätze berücksichtigt.

Jeden Morgen findet eine Besprechung mit den zuständigen Ärzten, der Stationsleitung und dem Dienstarzt statt. In dieser Runde werden die Anreisen für den Tag und die Gesamtbelegung besprochen.

Die Kostensicherung

Die Kostensicherung ist für einen reibungslosen Ablauf der Kostenübernahmen sämtlicher Versicherungen und Beihilfestellen aller Patienten zuständig. Es ist sehr wichtig, immer einen Überblick über die laufenden Fälle zu haben und sämtliche Berufsgruppen wie Ärzte, Therapeuten, Abrechnungsstelle und die Sekretariate darüber auf dem Laufenden zu halten. Die Patienten können ebenfalls bei Kostenfragen gerne auf die Mitarbeiter dieser Abteilung zukommen. Es werden sämtliche Angelegenheiten während des Aufenthaltes für die Patienten geregelt, so dass sich diese voll und ganz auf ihre Gesundheit und Therapie konzentrieren können.

Im Einzelnen wird dafür gesorgt, dass die Einweisungsscheine korrekt datiert und formuliert sind. Die Versicherungen werden über die Aufnahmen der einzelnen Patienten mit der Akuteinweisung und einer sogenannten Aufnahmeanzeige informiert.

Eine aktuelle Übersicht der Verlängerungsanzeigen die von den Therapeuten, Ärzten und den Sekretärinnen bearbeitet werden, wird systematisch geführt. Dies ist notwendig, damit stets eine Kontrolle darüber vorhanden ist, ob neue Verlängerungsanträge an die Versicherungen gestellt werden, oder ob die Versicherungen ihre Kostenzusagen noch an die Klinik erteilen müssen.

Sina Sutterer ▶

◀ Annett Lemke

Portrait-Fotos: Sigma-Zentrum

Der Schriftverkehr mit den Versicherungen und Beihilfestellen, wie z. B. die Kostenzusagen und die Ablehnungsschreiben, werden bearbeitet, erfasst und anschließend an die entsprechenden Abteilungen weitergegeben. Viele Absprachen werden vorab schon telefonisch geklärt, um eine schnellere Bearbeitung gewährleisten zu können. Für jeden Patienten wird nach Aufnahme eine Akte angelegt, in welcher sich die bei der Aufnahme unterzeichneten Dokumente wie der Krankenhausvertrag, die Behandlungsvereinbarung, die Wahlleistungsvereinbarung, Vorauszahlungen, Zuzahlungsvereinbarungen, Betreuer-Urkunden und einiges mehr befinden. Aber auch die Kommunikation vor Aufnahme mit dem Patienten und die Unterlagen der Tarifprüfung, welche die Bettendisposition durchführt, werden darin archiviert.

Die Kostensicherung ist auch für die Einplanung, Aufnahmen und Verwaltung der Tagesklinik-Patienten zuständig.

Das Wahlleistungsmanagement

Das Wahlleistungsmanagement, welches die Chefarztleistung sicherstellt, plant und unterteilt die anreisenden Patienten. Sobald ein Patient die Chefarztleistung mitversichert hat, darf er diese im Sigma-Zentrum auch in Anspruch nehmen. Die Patienten werden nach Abteilung und auch nach Wahlarztkapazitäten eingeteilt. Derzeit verfügt das Sigma-Zentrum über 4 Wahlärzte. Die Therapiekonzeptgebung erfolgt durch die Wahlärzte. Darum ist es schon im Vorfeld wichtig, die Therapiewünsche und Möglichkeit der Inanspruchnahme der Chefarztleistung genau unter die Lupe zu nehmen und bestmöglich zu planen.

Das Wahlleistungsmanagement ist ein Verbindungsglied zwischen der Patientenverwaltung, den Ärzten und Therapeuten und vielen anderen Abteilungen. Die Planung und Unterteilung der Wahlarztpatienten erfolgt täglich, um sofort auf Wünsche oder Änderungen zu reagieren. Dabei ist ein enger Kontakt zu den Ärzten und der Bettendisposition genauso wichtig, wie der rege Austausch mit den Teamsupportern. Diese planen anhand der Zuteilung der Patienten die Therapietermine. Ebenso wichtig ist die enge Zusammenarbeit mit der Abteilung Reinigung und Hygiene sowie mit der Abrechnungsabteilung.

Das Wahlarztmanagement informiert die Wahlarzt-Patienten auch über Abwesenheiten der Wahlärzte und steht bei Fragen bzw. Wünschen bezüglich der Wahlleistung jederzeit zur Verfügung. Somit ist auch ein persönlicher Kontakt zu den Patienten gegeben.

„Als Teamleitung der Patientenadministration kann ich sagen, dass unsere Abteilung ein wichtiger Bestandteil der Klinik ist. Nicht nur, weil wir die erste Anlaufstelle für die Patienten sind, die Kostendeckungen überprüfen und die Chefarztleistungen verwalten, sondern weil wir ein Bindeglied zwischen vielen Abteilungen der Klinik darstellen. Für unsere Arbeitsabläufe ist die Kommunikation (und das auch bereichsübergreifend) ein wichtiger Bestandteil.“

Christin Bruederich
Teamleiterin Patientenadministration

Nicole Laile ▶

◀ Christin Bruederich

Neue Website und Markenkommunikation für das Sigma-Zentrum

In den vergangenen Monaten hat die Marketingabteilung unter der Leitung von Jacqueline Sieber zusammen mit einer Freiburger Kommunikationsagentur die Grundstruktur für einen neuen Webauftritt entwickelt.

Die Basis für die neue Website bildet ein fundiertes Konzept, das auch das Fundament für die neue Markenkommunikation in anderen Bereichen wie z. B. Imageanzeigen in Web und Print darstellt.

Foto: Sigma-Zentrum

Die neue Homepage des Sigma-Zentrums ▲

Fotos: Sigma-Zentrum

Ziele der neuen Bildsprache:

- „Den Mensch in den Mittelpunkt stellen."
- „Es soll genau die Welt gezeigt werden, nach der ich mich sehne."
- „Hier bekommt der Patient eine original auf ihn abgestimmte Therapie."

Ziel war es, keine graue, dunkle oder „schwermütig" anmutende Bildsprache zu erschaffen, sondern eine helle, bunte und lebensfrohe Bilderwelt, welche mit positiven Emotionen angereichert ist.

Wir zeigen authentische Bilder, die nicht gestellt oder überzogen wirken. Abgebildet sind „normale" Menschen, die sich aufrichtig freuen, ihren Leidensweg hinter sich gelassen zu haben. Es sollten alle Altersgruppen so gut es geht abgebildet werden.

◀ Imageanzeigen für den Printbereich

*Lesen Sie bitte weiter auf Seite **22***

Es soll genau das gezeigt werden, wonach die Menschen/Patienten sich sehnen – Normalität und Lebensfreude. Die meisten wollen einfach nur ihr „altes Ich“ zurück. Das Sigma-Zentrum findet im Zusammenspiel mit den beteiligten Personen die passende und individuell abgestimmte Therapie für alle seine Patienten.

Die neue Bildsprache wird bereits verwendet. Erstmalig zum Einsatz kam die neue Bildsprache bei den Plakaten zur Ankündigung der vier Gesundheitsforen von Oktober bis Dezember in Freiburg.

Die Website ist das Ergebnis einer Teamleistung und soll im Verlauf des 1. Quartals unter der bekannten Webadresse **www.sigma-zentrum.de** online gehen. Es empfiehlt sich zur korrekten Darstellung die Nutzung des Browsers Firefox.

Die Marketingabteilung (marketing@sigma-klinik.de) ist für jeden Hinweis dankbar, der zur Weiterentwicklung des Webauftrittes beiträgt.

Fotos: Sigma-Zentrum

▲ Eventplakat

Pressespiegel

In dieser Rubrik stellen wir einige Auszüge von Presse-Artikeln der vergangenen Monate zusammen, in denen das Sigma-Zentrum erwähnt worden ist. Im Mittelpunkt der sehr umfangreichen Berichterstattung stand die Breite der vom Sigma-Zentrum in Bad Säckingen und dem Sigma-Institut in Freiburg angebotenen Therapieoptionen, die Veranstaltung von Gesundheitsforen und die aktive Teilnahme an der bundesweit ausgerufenen „Woche der Seelischen Gesundheit“. Die Presseberichte können in der Marketingabteilung eingesehen werden.

Badische Zeitung, 9. Oktober 2020

Gesundheitsforen im Bürgerhaus Seepark und im Humboldtsaal

... Am Samstag, 17. Oktober 2020 um 11 Uhr findet im Humboldtsaal über den Dächern der Freiburger Altstadt (Humboldtstraße 2) ein Gesundheitsforum zum Thema „Vorbeugen ist besser als Heilen!“ statt ... Als eine der großen privaten Fachkliniken für interdisziplinäre Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatische Medizin in Deutschland hat das Sigma-Zentrum Bad Säckingen mit der Einrichtung des Sigma-Instituts im neuen Ärztehaus (Wirthstraße 9) beim Diakoniekrankenhaus auf die immer größere Nachfrage aus dem Raum Freiburg reagiert ...

Der Sonntag, 4. Oktober 2020

Gesundheitsforen im Bürgerhaus Seepark und im Humboldtsaal

... Im Rahmen der bundesweit stattfindenden Woche der Seelischen Gesundheit finden in Freiburg zwei Gesundheitsforen statt: Am 12. Oktober 2020 um 19 Uhr im Bürgerhaus Seepark (Gerhart-Hauptmann-Straße 1) steht das Thema „Emotionale Wunden heilen“ im Vordergrund. Insbesondere wird das Thema „Posttraumatische Belastungsstörung“ behandelt ... Prävention, Ambulanz, Früherkennungszentrum und Spezialsprechstunden bieten für privatversicherte Ratsuchende und Patienten einen persönlichen und diskreten Zugang zu Beratung im Bereich psychischer und psychosomatischer Beschwerden ...

Markgräfler Bürgerblatt, 24. September 2020

Woche der Seelischen Gesundheit

... Professor Dr. Christoph Bielitz: *„Etwas überlebt zu haben, heißt nicht es überstanden zu haben und genesen zu sein. Bei der Behandlung von Traumafolgestörungen geht es darum, dass die betroffene Person darin unterstützt wird, das traumatische Geschehen zu verarbeiten, damit es integriert werden kann.“* Das Sigma-Zentrum Bad Säckingen hat dazu ein mehrstufiges Behandlungskonzept entwickelt, bei dem die Traumabehandlung so dosiert wird, dass die psychische Verarbeitungsfähigkeit der Betroffenen nicht überschritten wird ...

*Lesen Sie bitte weiter auf Seite **24***

Regiotrends Online, Juli 2020

Sigma-Institut bietet Anlaufstelle für „Post-Corona-Patienten“

... Bei einer „Posttraumatischen Belastungsstörung“ (PTBS) dauernd die seelischen Schmerzen an – oft über Jahre und Jahrzehnte – und ziehen massive [...] Symptome nach sich [...]. Das Sigma-Zentrum Bad Säckingen hat dazu ein mehrstufiges Behandlungskonzept entwickelt, bei dem die Traumabehandlung so dosiert wird, dass die psychische Verarbeitungsfähigkeit des Patienten nicht überschritten wird ...

Markgräfler Online, Juni 2020

Hilfe bei Zwangserkrankungen

... Wer eine medikamentöse Behandlung vermeiden möchte, hat trotzdem weitere mögliche Therapieoptionen. Das Sigma-Institut [...] bietet jetzt auch in Freiburg für privatversicherte Ratsuchende und Patienten einen persönlichen und diskreten Zugang zu Beratung im Bereich psychischen und psychosomatischen Unwohlseins.

Freiburger Wochenbericht, 27. Mai 2020

Beratung und Hilfe bei Mediensucht

... Das Sigma-Zentrum hat ein auf die multimodale Behandlung und das kybernetische Menschenbild ausgerichtetes Konzept zur Behandlung dieser Störung erarbeitet. Das Konzept umfasst eine exakte Diagnostik und Differentialdiagnostik zum Ausschluss verwandter oder ähnlicher Störungen sowie mögliche Komorbiditäten, [...] die mit der Mediensucht einhergehen können, wie zum Beispiel Depressionen und Angststörungen.

Weitere und auch ältere Presseartikel können gerne in der Marketingabteilung eingesehen werden.

Magazin Netzwerk Südbaden, Mai 2020

Der Schlüssel liegt in der Authentizität

... Damit es gar nicht erst so weit kommt, haben wir im Anfang März eröffneten Sigma-Institut im Ärztehaus beim Freiburger Diakoniekrankenhaus das Behandlungsspektrum erweitert: Schon in einem sehr frühen Stadium der Beeinträchtigung bietet der neu konzipierte Bereich der Individualprävention Selbstzahlern die Möglichkeit, von einer ganz auf die eigene Person und Situation fokussierten psychologischen Diagnostik und Beratung zu profitieren ...

Lesen Sie bitte hierzu auch unseren Beitrag ab Seite 4: **Prof. Dr. Christoph Bielitz über aktuelle Herausforderungen der „Corona-Krise“**

Seite 24

Sigma-Ratgeber im Radio

baden.fm-Ratgeber „Leben auf der Überholspur“

Gesund ist, wenn Sie sich rundum wohl fühlen. Im eigenen Körper. In der eigenen Seele. Im eigenen Leben.
baden.fm und das Sigma-Zentrum in Bad Säckingen kümmern sich um Sie und Ihre Gesundheit. Bei baden.fm erhalten Sie in regelmäßigen Abständen Gesundheitstipps in der Reihe **„Leben auf der Überholspur“** von und mit Prof. Bielitz und Lisa von baden.fm.

August 2020
Selbstliebe

Juli 2020
Mobbing am Arbeitsplatz

Juni 2020
Häusliche Gewalt

Alle Beiträge aus dieser Reihe können unter **www.baden.fm/leben-auf-der-ueberholspur** nachgehört werden:

baden.fm

Radio Seefunk-Ratgeber „Psychische Gesundheit“

Jeden Mittwoch um 14.30 Uhr: Prof. Bielitz im Interview beim Radio Seefunk zu einem anderen Thema der Rubrik **Psychische Gesundheit**.

Oktober 2020
Zurück im Leben: Erfahrungsbericht einer ehemaligen Patientin

September 2020
Naturheilkunde in der Psychiatrie

September 2020
Helena Kundel, Fachtherapeutin für pferdegestützte Therapie im Sigma-Zentrum, im Interview mit dem Radio Seefunk

August 2020
Stationäre Versorgung psychisch Kranker während Corona

Alle Beiträge aus dieser Reihe können unter diesem Link angehört werden:

Radio Seefunk

Woche der Seelischen Gesundheit

Das Sigma-Zentrum veranstaltete zwei Gesundheitsforen in Freiburg

Im Rahmen der bundesweit stattfindenden Woche der Seelischen Gesundheit veranstaltete das Sigma-Zentrum Mitte Oktober in Freiburg zwei Gesundheitsforen. Im Bürgerhaus Seepark stand das Thema „Emotionale Wunden heilen“ im Vordergrund; insbesondere wurde das Thema „Posttraumatische Belastungsstörung“ behandelt. Referenten waren Prof. Dr. Christoph Bielitz und der für die Sigma-Privatambulanz im Ärztehaus beim Diakoniekrankenhaus verantwortliche Chefarzt Dr. Olaf Windmüller. Wenige Tage später fand dann im Humboldtsaal über den Dächern der Freiburger Altstadt das Gesundheitsforum zum Thema „Vorbeugen ist besser als Heilen!“ statt. Bei diesem Termin wurde Prof. Dr. Christoph Bielitz unterstützt von Dr. Brigitte Seiler, Bereichsleiterin Individualprävention des Freiburger Sigma-Instituts. Die Veranstaltungen trotz der coronabedingten Einschränkungen durchzuführen, wurde vom Publikum sehr positiv aufgenommen. Deutlich zu spüren war, dass gerade in emotional schwierigen Zeiten das Informationsbedürfnis in der Bevölkerung sehr hoch ist.

Fotos: Sigma-Zentrum

„Emotionale Wunden heilen“

Stressreaktionen sind ein genetisch verankertes, überlebensnotwendiges und automatisiertes Reaktions- und Verhaltensprogramm, das mit körperlichen Symptomen verbunden ist. Wenn ein Mensch etwas erlebt, das seine Anpassungs- und Bewältigungsstrategien überfordert, wird sein Stresssystem chronisch überaktiviert. Vor einer Trauma-Bearbeitung gilt es unbedingt, die betroffenen Personen psychisch zu stabilisieren und u. a. eine Ressourcenaktivierung einzuleiten. Das Sigma-Zentrum Bad Säckingen hat dazu ein mehrstufiges Behandlungskonzept entwickelt, bei dem die Traumabehandlung so dosiert wird, dass die psychische Verarbeitungsfähigkeit der Betroffenen nicht überschritten wird. Bei einer „Posttraumatischen Belastungsstörung“ (PTBS) dauern die Symptome oft über viele Jahre an und gehen mit massiven psychischen und physischen Beeinträchtigungen der Betroffenen einher. Charakteristisch für die Entwicklung einer Posttraumatischen Belastungsstörung ist u. a. der Umstand, dass die psychische Anspannung der Betroffenen über einen längeren Zeitraum d. h. über Wochen und Monate nicht nachlässt, da die Person nicht in der Lage ist, das Erlebte psychisch zu verarbeiten. In Folge dessen kann es nicht integriert werden und in das Langzeitgedächtnis übergehen. Damit das Erlebte nicht ständig präsent ist, bleibt der Psyche nur die Möglichkeit, das Unverarbeitete abzuspalten. Die Intensität der Abspaltung variiert. Im extremen Fall ist sie dem Bewusstsein nicht mehr zugänglich. Durch Auslöser (Trigger) kann die unbewusste Erinnerung jedoch plötzlich und unerwartet wieder aktiviert werden. Dies kann über alle Sinnesorgane (Augen, Ohren, Nase, Haut) geschehen. In Folge davon tauchen die Bilder der Ereignisse unvermittelt auf und die damit einhergehenden Gefühle und Körperreaktionen stellen sich ein. Die Person wird dann davon überflutet, da dies unwillkürlich passiert und sie keinen Einfluss darauf hat. Sie hat das Gefühl, als ob der traumatisierende Vorgang „jetzt“ (wieder) passiert. Daher stellen sich dann auch damit einhergehende Stressreaktionen wieder ein, wie beim Erleben des Traumas selbst. *„Überlebt heißt nicht überstanden und genesen ist nicht gesund“*, erläutert Professor Dr. Christoph Bielitz und ergänzt: *„Bei der Behandlung von Traumafolgestörungen geht es darum, dass die betroffene Person darin unterstützt wird, das Geschehene zu verarbeiten, damit es integriert werden kann. Die Prognose zur Heilung psychischer Erkrankungen ist besser, je früher diese erkannt und professionell behandelt werden.“*

Foto: Sigma-Zentrum

„Vorbeugen ist besser als Heilen!“

Die Prävention psychischer Erkrankungen ist umso wirksamer, je mehr diese auf die individuelle Person innerhalb ihrer Lebenskontexte ausgerichtet werden kann. Aus diesem Grund wurden im Sigma-Institut verschiedene wissenschaftlich fundierte und persönlichkeitsbasierte Förderangebote entwickelt, die das ganz individuelle Denken, Fühlen und Handeln von Personen vor dem Hintergrund ihrer beruflichen und privaten Herausforderungen in den Blick nehmen: Seminare führen in die Zusammenhänge und Hintergründe individuellen Belastungserlebens ein und verdeutlichen, welche Rolle die Persönlichkeit hierbei spielt. Faktoren, die auf das persönliche Belastungserleben Einfluss nehmen, werden in Workshops vorgestellt und können dort an realitätsnahen Fallbeispielen zieladäquat in Anwendung gebracht werden. Das Gruppenangebot SriB (Selbstregulation im Beruf) ermöglicht eine professionelle Begleitung und Förderung über einen längeren Zeitraum hinweg. Die psychologische Individualberatung unterstützt bereits in einem sehr frühen Stadium des Belastungserlebens bei der Entwicklung geeigneter Regulationsstrategien und Lösungsansätze. Sie ist ein krankenkassenunabhängiges, nicht-therapeutisches Angebot des Sigma-Instituts, in bestimmten Fällen kann sie auch bei aktuellen Engpässen in der psychotherapeutischen Versorgung erste Hilfestellungen leisten. ■■■■■

WOCHE DER SEELISCHEN GESUNDHEIT

Kreatives Schreiben

Foto: art Lasovsky © unsplashed

Therapieangebot im Sigma-Zentrum

Wie die Gesprächstherapie bedient sich die therapeutische Schreibwerkstatt der Wörter. Hier sind die Wörter dazu eingeladen im ungerichteten Denken zu bleiben. Nichts muss Sinn machen, die Texte müssen vordergründig nicht verstehbar sein oder ‚stimmen', ähnlich wie in der Kunsttherapie finden in der therapeutischen Schreibwerkstatt, mittels Metaphern und Analogien, Bilder Einzug in die Gruppensitzung und erlauben einen unterbewussten, intuitiven Zugang zur inneren und äußeren Welt. In den Sitzungen wird in der Schreibphase produktiv und in der Vorlese-/Reflexionsphase rezeptiv gearbeitet. Texte von Teilnehmenden werden forschend, explorierend und wertschätzend betrachtet. Kann der Autor eigene Spuren und Themen im Text entdecken? Wozu und für wen soll dieser Text dienen? Wie reagiere ich als Leser auf den Text? Wie fühlt sich der Text an? Löst er Impulse im Autor, oder im Zuhörer aus? Für wen ist ein Text bestimmt? Was gibt es für Stimmen im Text? Wie erzählt er? Wie ist das, gehört zu werden? Im Rahmen einer kontinuierlichen und halboffenen Gruppe wird der Umgang mit fremden und eigenen Texten realisiert und reflektiert. Kreatives Schreiben wird im Einzel und Gruppensetting angeboten.

M.A. Johanna Müller
Kunsttherapeutin

Fazit einer Patientin

„Mit dem Schreiben habe ich schon vor längerer Zeit begonnen. Damals motivierte es mich, Erlebnisse des Alltags und auch meine extremen Zustände auszudrücken. Schon damals entlastete mich diese Form. Dazu kommt die Freude am Umgang mit der Sprache. Das Schreiben half mir auch Distanz zu meiner Befindlichkeit einzunehmen.

Seit der Teilnahme an der Therapie, die Frau Müller hier im Sigma-Zentrum anbietet, veränderte sich mein Schreiben: Ich lernte im Abstrakten und surrealer Einbindung meiner Phantasie eine unbeschränkte Freiheit kennen. Nichts ist in der Literatur unmöglich, alles kann erlebt werden. Die Begegnung in der Gruppe und die therapeutische Begleitung fördert dann im nächsten Schritt die Entwicklung und Aufarbeitung belastender Momente. Das ist für mich derzeit mein Fazit. Mal sehen, wie es weitergeht."

Ilona A. Häring

Leider kann die Schreibwerkstatt aktuell nicht stattfinden, wir möchten Ihnen das therapeutische Potenzial dieser aber nicht vorenthalten.

Foto: Sigma-Zentrum

◀ M. A. Johanna Müller

Folgender Text ist in einer Sitzung kreativen Schreibens entstanden:

Etwas mit krausem Fell, netten Augen und nasser Zunge begegnet Ihnen. Es guckt freundlich, sieht aber sehr sonderbar aus. Was tun Sie? Etwas mit krausem Fell, netten Augen und nasser Zunge steht plötzlich vor mir auf dem Waldweg. Wir erschrecken beide und schauen uns in die vier Augen. Bist du ein Tier? Wahrscheinlich, aber so etwas wie dich habe ich noch nie gesehen, sagen wir. Was muss es von mir denken? denke ich.

Glatte Haare, grüne Augen und hoch bis in den Himmel wehe ich hin und wieder. Sonderbar finden wir uns. Ich setze mich auf den weichen Boden. Tausende Ameisen, Spinnen, Käferchen, Würmchen, Larven sind empört darüber. Das Tier (oder so) steht auf vier Beinen, streckt jetzt den Hals und wagt sich Schritt für Schritt näher. Du bist schön, sage ich. Du bist so wohltuend, sage ich. Das sonderbare Lebewesen kommt langsam, langsam näher. Ich spüre die Nähe immer mehr. Je näher es kommt, desto kleiner wird es. Die Nähe rührt mich. Bin ich doch nicht so abschreckend und empörend? Tränen brechen sich Bahn und rinnen über meine Wangen. Das kleine Lebewesen ist jetzt winzig klein. Es passt in meine Hand und es brummelt zufrieden und beruhigend. Seine nasse Zunge fängt meine tropfenden Tränen auf. Jede davon verwandelt sich: sie wird silbern, sie scheint und glitzert und sie klingt in einem wunderschönen Ton. Mein kleines Wesen leckt mit seiner nassen Zunge über meinen Daumen und ich schließe vorsichtig meine Hand. Der Wald hat sprachlos und still den Atem angehalten und zugeschaut, aber jetzt plötzlich singen alle Vögel, brummen die Bienen, knabbert das Reh, mümmelt das Häschen.

Meine Tränen laufen und alle freuen sich.

Ilona A. Häring

Geweihte

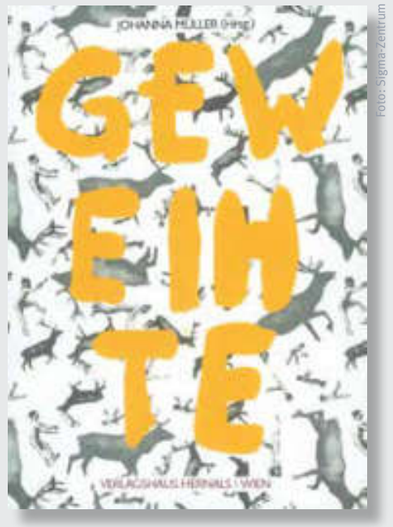


Foto: Sigma-Zentrum

Im November 2020 ist das Buch „Geweihte" (Hrsg. Johanna Müller; Verlagshaus Hernals, ISBN 978-3-902975-98-0) erschienen. Johanna Müller ist Kunsttherapeutin im Sigma-Zentrum Bad Säckingen und bietet im Haus kreatives Schreiben im Einzel und Gruppensetting an. Die in diesem Buch versammelten Textstücke wurden während eines psychosomatischen, psychiatrischen oder neurologischen Klinikaufenthalts ohne ein Richtig oder Falsch geschrieben. Entstanden sind starke, authentische Texte. Die Schreibenden ließen fremde und eigene Konventionen fallen. Dem Leser begegnet Spontanität, Direktheit und Freiheit im Assoziieren. Manchmal begegnet sich der Leser auch selbst. Die Grenzen zwischen Therapie, Literatur und Selbsterfahrung verschwimmen. Eine literarische Art Brut. Der Sammelband zeigt, wie nah sich Selbstanalyse und Literatur sind.

▼ Pressemitteilung im Markgräfler Bürgerblatt

Sammelband „Geweihte" erschienen

Kreatives Schreiben in persönlichen Krisen

Bad Säckingen. Im November 2020 ist das Buch „Geweihte – Kreatives Schreiben in persönlichen Krisen" von Johanna Müller, Kunsttherapeutin im Sigma-Zentrum Bad Säckingen, erschienen. Sie bietet im Sigma-Zentrum kreatives Schreiben im Einzel- und Gruppensetting an. Die so gesammelten Textstücke wurden während eines psychosomatischen, psychiatrischen oder neurologischen Klinikaufenthalts ohne ein „Richtig oder Falsch" geschrieben. Entstanden sind starke, authentische Texte, die Schreibenden ließen fremde und eigene Konventionen fallen.

Dem Leser begegnet Spontanität, Direktheit und Freiheit im Assoziieren – manchmal begegnet er sich auch selbst. Der Sammelband zeigt auf, wie nah sich Selbstanalyse und Literatur sind, die Grenzen zwischen Therapie, Literatur und Selbsterfahrung verschwimmen.

Prof. Dr. Christoph Bellitz, Geschäftsführender Ärztlicher Direktor, schreibt im Vorwort:

„Ich arbeite seit 20 Jahren an einem Ort ständiger Entwicklung und innerer Veränderung. Und aus bestimmten Gründen ist es mir ein wichtiges Anliegen, den Raum zur persönlichen Entwicklung, zum Erkennen des „Ichs" und den Umgang damit zu ermöglichen. Denn in einer stetig komplexer werdenden Welt verlieren sich Menschen untereinander leicht aus dem Blick, manche verlieren sich sogar selbst. Wenn ich einen Menschen treffe, staune ich über das, was die Menschen an diesem Ort leisten. Sie begegnen sich selbst, manche zum ersten Mal.

Mit Dankbarkeit für die Texte der „Geweihten" und der authentischen Arbeit der professionellen Akteure der Sigma-Klinik, soll die vorliegende Schriftensammlung den Blick öffnen helfen für die Emotionen innerseelischer Lebenswirklichkeiten. Das Geschriebene der „Geweihten" kann hier den jeweiligen Autoren selbst und den Leser zugleich helfen, eine Brücke zu bilden von der innerseelischen Lesbarkeit zur Realität."

Das Buch „Geweihte – Kreatives Schreiben in persönlichen Krisen" von Johanna Müller (Herausgeberin) ist im Verlagshaus Hernals Wien erschienen und wurde durch das Sigma-Zentrum Bad Säckingen gefördert.

Das Sigma-Zentrum Bad Säckingen ist eine der großen privaten Fachkliniken für interdisziplinäre Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatische Medizin in Deutschland und magnete mit der Einrichtung des Sigma-Instituts für Ärztehaus Wirthstraße 9 in Freiburg, in der Nähe des Diakonissenkrankenhauses, auf die immer größere Nachfrage aus dem Raum Freiburg.

Das Institut bietet für privat versicherte Ratsuchende und Patienten Früherkennungs- und Spezialsprechstunden, einen persönlichen und diskreten Zugang zu Beratung im Bereich psychischer und psychosomatischer Beschwerden an.

Info: www.sigma-institut.de, Kontakt: info@sigma-institut.de oder (0761 15187130. (rs.)

Johanna Müller (Hrsg.): „Geweihte – Kreatives Schreiben in persönlichen Krisen", Verlagshaus Hernals, Wien 2020. 198 Seiten, ISBN 978-3-902975-98-0, 23 Euro

Erhältlich im Buchhandel oder zum Empfang Sigma-Zentrum Bad Säckingen oder unter www.verlagshaus-hernals.at/books/geweihte direkt beim Verlag.

Harfenfortbildung für die Musiktherapeutinnen des Sigma-Zentrums

Seit August 2020 hat sich zu dem reichen Instrumentarium der Musiktherapie noch eine irische Harfe gesellt. Es ist eine Athanasos-Klangschiffharfe, gebaut von Lutz Bönisch, mit 30 Saiten, umfasst also gut 4 Oktaven und wiegt ca. 7 kg. Als irische Harfe hat sie Halbtonklappen, mit deren Hilfe jede Saite um einen Halbton verkürzt werden kann.

Ich selbst kam zum Harfe spielen, als ich vor etwa 30 Jahren begann, meinen Musiktherapieraum einzurichten. Jedes Instrument, was damals hinzukam, war wie ein neuer Mitbewohner, der kennengelernt und eingespielt werden wollte. War das geschehen, kam ein neues Instrument dazu. Nur die Harfe ließ mich nicht los. Ich hatte bis dahin im Studium das Querflöten- und Klavierspiel bis in höchste Differenzierung verfeinert. Nun begann ich mich für den Klang der Harfe zu interessieren, besonders für den Zwischenraum, die Stille zwischen den gezupften Tönen, den Nachklang, das Verschmelzen der Töne, die in der Regel nicht gedämpft werden.

Durch den Nachklang der Harfentöne entsteht ein Klangteppich, der in meinen Therapiegruppen „Stimme und Atem“ die Patienten unterstützt und einlädt, sich mit der Stimme zu trauen. Die gezupften Saiten berühren besonders den Herzraum der Menschen.

In den 19 Jahren, die ich im Sigma-Zentrum tätig bin, haben sich mindestens 10 Patienten nach oder während ihres Aufenthaltes eine Harfe gekauft, denn die Harfe ist ein Instrument, welches sich auch im Erwachsenenalter noch gut erlernen lässt. Mit einer Harfe nach Hause zu reisen bedeutet, neues Land zu betreten und Ressourcen zu pflegen. Das heißt, nun gibt es im Sigma-Zentrum auch die Möglichkeit, dass die Patienten mit einer Harfe vertraut werden können.

Die Anschaffung der irischen Harfe ergab nun den Anlass, meine Kolleginnen aus dem Fachbereich Musiktherapie in die Kunst des Harfe Spielens einzuführen.

Bei der Fortbildung wurden wir vertraut mit Stimmen und Handhabung des Instrumentes und dessen Vielseitigkeit:

Die Harfe lädt ein,

- ohne Noten zu spielen,
- zu improvisieren,
- Lieder zu begleiten (zu der Fortbildung hatte ich das altenglische „Greensleeves“ ausgewählt),
- und natürlich auch kleine Stücke zu erlernen.

Dadurch dass ich weitere drei kleine Harfen mitbringen und zur Verfügung stellen konnte, war es möglich, dass es kleine Übe-Einheiten gab, in denen jede Musiktherapeutin auf einer Harfe üben konnte. Danach trafen wir uns wieder und setzten das Erlernte zusammen zu gemeinsamen Klängen.

Für alle Beteiligten war die Fortbildung inspirierend in einer guten Mischung von vermitteltem Wissen und spielerischer Freude.

Eva Schindelin
Musiktherapeutin

Fotos: Sigma-Zentrum

Ärztliche Verstärkung für die Klinikabteilungen

In 2020 konnten fünf neue Ärzte für das Sigma-Zentrum gewonnen werden. Gerne möchten wir die aktuelle Ausgabe des Sigma-Magazins zum Anlass nehmen, unsere neuen ärztlichen Mitarbeiter vorzustellen und nochmals herzlichst zu begrüßen.

Wir hoffen, dass sich unsere neuen Kolleginnen und Kollegen bereits gut im Sigma-Zentrum eingearbeitet haben und freuen uns auf eine weiterhin vertrauensvolle und gute Zusammenarbeit.

Seit März 2020

Dr. med. Tina Preis
Assistenzärztin der Abteilung 3

Seit April 2020

Thomas Behrndt
Oberarzt der Abteilung 2
Facharzt für Allgemeinmedizin
Facharzt für Anästhesiologie

Seit September 2020

Dipl.-Med. Antje Beeck
Chefärztin der Abteilung 2
Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie
Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie

Seit Oktober 2020

Alexander Shpakov
Leitender Oberarzt der Abteilung 1
Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie

Seit Oktober 2020

Leo Pyatkov
Arzt der Abteilung 3
Facharzt für Innere Medizin

Fotos: Sigma-Zentrum

Jubilare 2020

Insgesamt neun Mitarbeiter blicken im Jahr 2020 auf 10 bzw. sogar 20 Jahre Firmenzugehörigkeit zurück. Diese Mitarbeiter werden normalerweise anlässlich der Weihnachtsfeier mit einem Präsent besonders geehrt. Leider kann in diesem Jahr aufgrund der aktuellen Situation keine größere Veranstaltung stattfinden. Den Jubilaren werden die Präsente daher stattdessen persönlich von ihren Vorgesetzten überreicht.

Herzlichen Glückwunsch und vielen Dank für **10 Jahre** Firmenzugehörigkeit:

Name	Abteilung	Eintrittsdatum
Daniela Leonhard	Diagnostik	1. Januar 2010
Hannelore Hansmann	Pflege	1. März 2010
Bernhard Schneider	Empfang	1. März 2010
Sandra Gauß (aktuell in Elternzeit)	Pflege	17. Mai 2010
Peter Spiegel	Empfang	1. August 2010
Karin Waßmer	Pflege	1. August 2010
Petra Welle	Sozialberatung	15. September 2010

Herzlichen Glückwunsch und vielen Dank für **20 Jahre** Firmenzugehörigkeit:

Name	Abteilung	Eintrittsdatum
Monika Seger	Sekretariat	15. Februar 2000
Prof. Dr. Christoph Bielitz	Geschäftsführender Ärztlicher Direktor	26. März 2000
Andreas Noch	Arzt	15. Mai 2000
Maria Kammerer	Fachtherapie	15. Oktober 2000

Impressum

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird im Magazin die männliche Form verwendet. Selbstverständlich sind die Inhalte geschlechtsunabhängig zu verstehen.

Redaktion:
Jacqueline Sieber
Marketingleiterin

SIGMA Magazin
Aktuelles aus dem
SIGMA ZENTRUM

Zentrum für Akutmedizin GmbH
Geschäftsführer:
Prof. Dr. Christoph Bielitz

Weihermatten 1
D-79713 Bad Säckingen
Telefon +49 7761 5566-0
Telefax +49 7761 5566-199
info@sigma-zentrum.de
www.sigma-zentrum.de

www.facebook.com/SigmaZentrum

sigmazentrum_privatklinik

© Februar 2021 SIGMA-Zentrum

Johannes Klatt TypoGrafik_Bad Krozingen | Tunsel