



ANGEBOT  
SPEZIALTHERAPEUTISCHER  
DIENST



PRIVATKLINIK WYSS

SEIT 1845

A photograph of a two-story wooden building with a brown tiled roof. In the foreground, a tall, thin tree trunk is painted with vibrant, colorful patterns. To the right, a row of five rounded green bushes in light-colored wooden planters sits on a gravel bed. The building has large windows and a balcony with a wooden railing. The scene is brightly lit, suggesting a sunny day.

DURCH  
VIELFÄLTIGKEIT  
RESSOURCEN  
AKTIVIEREN



Die Angebotspalette des Spezialtherapeutischen Dienstes ist vielfältig. Sie deckt Kernelemente sowie ergänzende Angebote im Wochenprogramm der Patientinnen und Patienten ab. In den nachfolgenden Kapiteln werden die Inhalte näher vorgestellt.

Innerhalb eines Wochenablaufs sind die Angebote für Ausgewogenheit von strukturierenden und wiederkehrenden, wie auch therapeutischen Anteilen mitverantwortlich.

Die Angebote sind erlebnisorientiert und ermöglichen Zugänge zu sich und dem eigenen Handeln, dem Nachdenken und Austauschen in einer neuen Form. Sie sollen Kreativität sowie Freude an Kunst, Musik und Bewegung anregen. Spezifische Anteile wie Aktivitäten im Tierpark, die Ernährungsberatung, Physiotherapie oder Seelsorge stehen gegebenenfalls zur Verfügung. Die persönlichen Ressourcen stehen in der individuellen und gemeinsamen Arbeit im Vordergrund.

Die Angebote des spezialtherapeutischen Dienstes stellen in der Zeit des Aufenthaltes wie auch für die folgenden Übergänge ein Potential für den Transfer in den Alltag dar.

## Das Angebot

Maltherapie in einer psychiatrischen Klinik ist nie ein Malkurs. Es wird ein Freiraum angeboten, ein Raum für freien Ausdruck und persönliche Entwicklung.

- innere Balance finden
- versteckte Fähigkeiten entdecken
- Freude am spielerischen Tun
- Gelegenheit für vertiefte Auseinandersetzung

Damit der Einstieg gelingt, holen wir die Menschen dort ab, wo sie sich in ihrer momentanen Verfassung befinden. Wir bieten Unterstützung zu maltechnischer Ermächtigung – ohne unnötige Beeinflussung. Ziel ist, das Malen als Mittel zum Ausdruck nutzen zu können.

Wirkung: Das Selbstvertrauen wird gestärkt, Zuversicht keimt auf, Mut zu konkretem Handeln wird angeregt.



## Kunsttherapie im Malen und Gestalten

Diese Therapieform bietet die Gelegenheit, sich mit Farben und Formen zu beschäftigen. Den individuellen Bedürfnissen entsprechend kann das konkrete Malerei sein, beispielsweise eine Landschaft, ein Lebensbaum, eine Blumenwiese, oder vielleicht ein goldener Elefant ...

Oder es wird der offene Weg angeboten: spielen mit Farben, übermalen in mehreren Schichten, auswaschen, überkleben, spritzen, fließen... Das Experiment ist ein Vorgang, bei welchem wir neugierig beobachten, was dabei herauskommt.

## Gruppensetting

Die Gruppe ist ein hilfreiches Gefäß für die Arbeit mit einem gemeinsamen Thema. Der Austausch in der Gruppe und Malsequenzen wechseln sich ab, Rückzug ins eigene Erleben und Interaktion unterstützen die Selbsterforschung. Die Menschen erleben unerwartete Inspirationen und können sich eigenen inneren Bildern widmen. Das Können steht nicht im Zentrum, vielmehr können die Themen und Gefühle in Farbe, Form und Gestalt ausgedrückt werden. Nicht selten hilft ein Bild, persönliche Botschaften leichter in Worte zu fassen.

## Einzelsetting

Die Einzeltherapie ist der etwas intimere Rahmen, in welchem die Auseinandersetzung in geschützter Atmosphäre eventuell auch vertieft werden kann.

## **Jeder Mensch ist ein Künstler.**

*Joseph Beuys*

A man with glasses and a dark blue floral patterned shirt is smiling and gesturing with his right hand towards a woman with short grey hair wearing a white lab coat. They are in an art studio with a large, colorful abstract painting in the background. The painting features green, blue, and yellow tones with some red and purple accents. The man's hand is open and facing the woman. The woman is seen from the back, looking towards the man. The overall atmosphere is warm and collaborative.

ANGEBOT  
KUNST-  
THERAPIE  
MALEN UND  
GESTALTEN

A woman with blonde hair, seen from behind, is holding a white square frame up to a man. The man is wearing a yellow and red patterned shirt and is smiling. They are standing in a lush green environment with many ferns and trees. The background is slightly blurred, emphasizing the subjects.

ANGEBOT  
KUNSTTHERAPIE  
INTERMEDIAL

### **Das Angebot**

Intermedial – dieser Begriff bezieht sich ursprünglich auf multimediale Veranstaltungen, bei denen visuelle und akustische Medien zusammen eingesetzt werden.

### **Stimulieren Sie Ihr Denken**

Intermediale Kunsttherapie ist eine therapeutische Methode, die verschiedenste künstlerische Medien in ihre werkorientierte Arbeit mit einbezieht und somit die Möglichkeit bietet, innere Befindlichkeiten mit allen Sinnen zu erfahren, zu erspüren, auszudrücken und mitzuteilen.

Intermediale Kunsttherapie ermöglicht eine alle Sinne umfassende „totale Kommunikation“. Sie fördert die Integration unbewusster Inhalte und stimuliert analoges und vernetztes Denken. Ziel der intermedialen Arbeitsweise ist es, die spezifischen Eigenschaften der verschiedenen kreativen Ausdrucksformen für den psychotherapeutischen Prozess zu nutzen und diese wirkungsvoll zu kombinieren.



### **Intermediale Kunsttherapie**

Diese Therapie bietet einen vielfältigen Zugang zur Kreativität. Auf unkomplizierte Weise findet eine Begegnung mit der Kunst statt. Es kann mit Material dreidimensional gestaltet werden – zum Beispiel werden div. Recycling-Materialien mit Ton, Gips, Draht und dem fotografischen Fundus kombiniert. Es besteht auch die Möglichkeit, mit digitaler Fotografie und Video zu arbeiten.

### **Rezeptive Kunsttherapie**

Das gemeinsame Betrachten von Filmausschnitten, architektonischer Fotografie oder Zitatentexten bieten Metaphern, mit welchen der Bezug zu persönlichen Verhaltensmustern oder Ressourcen hergestellt wird. Der gestalterische Prozess ist immer auch eine Auseinandersetzung mit dem psychischen Prozess. Die Entwicklung wird durch positive Bilder angestossen.

### **Vielfalt**

Die Teilnehmenden können je nach Neigung und Begabung zwischen mehreren Ausdrucksformen wählen und neue Erfahrungen mit bislang unbekanntem Medien machen.

***Der Dialog von Texten, Materialien und Fotografie hat meinen kreativen Horizont wohltuend erweitert.***

*Patientin*

## **Das Angebot**

Musiktherapie ist eine eigenständige psychodynamische Therapieform mit musikalischen sowie stimmlichen und verbalen Anteilen. In der Musiktherapie wird Raum für musikalische Erlebnisse geschaffen, um emotionalen Ausdruck, Kommunikation und schöpferisches Tun zu ermöglichen.



## **Spiel und Improvisation**

Im musikalischen Spiel oder durch das Hören von Musik kann der Umgang mit den eigenen Gefühlen durch das kreative Tun spürbar werden. So können Ressourcen gestärkt oder neu entdeckt werden.

In der gemeinsamen Improvisation gibt es „Spiel-Raum“, um die eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen und sich in Beziehung mit anderen zu erleben. Im anschließenden gemeinsamen Gespräch kann das Erlebte reflektiert und in Bezug auf die eigene Lebensgeschichte verstanden werden.

In der Musiktherapie werden verschiedene Instrumente zum Klingen gebracht oder es kann mit der Stimme experimentiert werden. Musikalische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Musiktherapie wird im Einzel- und im Gruppensetting angeboten.

In der Musik wirken lebenslang alle Faktoren, die für die Entwicklung unseres Selbst und unserer Beziehung zur Welt wichtig waren, bevor wir sprechen konnten. Musiktherapie nutzt dieses Potenzial, um in Krisen zu Stabilisierung, Nachreifung und Neuausrichtung beizutragen.

***Die Musik spricht für sich allein. Vorausgesetzt, wir geben ihr eine Chance.***

*Yehudi Menuhin*

ANGEBOT  
MUSIK-  
THERAPIE



A photograph of three women practicing yoga outdoors in a park. They are sitting on mats on the ground, performing a side stretch with one arm raised. The woman on the left is wearing a grey hoodie and black leggings. The woman in the middle is wearing a blue long-sleeved shirt and black leggings. The woman on the right is wearing a light blue hoodie and black leggings. The background is filled with lush green trees and foliage, suggesting a natural setting. The lighting is bright, indicating it's daytime. A semi-transparent dark green rectangular box is overlaid on the right side of the image, containing the text 'ANGEBOT KÖRPER UND BEWEGUNG' in white and yellow capital letters.

ANGEBOT  
KÖRPER  
UND  
BEWEGUNG

### **Das Angebot**

Die körperorientierten Therapien, wie Körper-, Sport- und Physiotherapie vereinen, dass der Körper und die Bewegung als Medium genutzt wird. Die Patientinnen und Patienten werden in ihrem seelischen Genesungsprozess stabilisiert, unterstützt und für den Transfer in den Alltag angeleitet. Dabei ist uns unter anderem ein ressourcenorientiertes Arbeiten wichtig, welches den Patientinnen und Patienten zu mehr Selbstakzeptanz, Selbstfürsorge und Selbstwirksamkeit führen kann.

Ein differenzierter Bezug zum Körper und eine verbesserte körperliche-psychische Belastbarkeit unterstützt das Selbstwertgefühl, steigert das Selbstvertrauen und stärkt die Identität. Wiederentdecken der Bewegungsfreude und Kenntnisse von wirksamen Werkzeugen/Skills für den Alltag sind mitbestimmend für unser Angebot.



### **Körpertherapie (Gruppe/Einzel)**

Die Patientinnen und Patienten können über gezielte Wahrnehmungs-, Bewegungs- und Atemübungen den Bezug zu ihrem Körper positiv beeinflussen, psychische und körperliche Spannung regulieren und ihr Wohlbefinden verbessern. Die Inhalte basieren auf verschiedenen Methoden der Körpertherapie und finden in unterschiedlichen Settings statt.

### **Gruppensetting**

Schwerpunkt ist der bewegte und non-verbale Austausch mit sich selbst und dem Gegenüber. Eigene Ressourcen können gestärkt und/oder entdeckt werden. Dabei kommen unter anderem folgende körpertherapeutischen Methoden zum Zug:

- Psychodynamische Körper- und Atemtherapie nach LIKA
- Atemtherapie nach Dr. V. Glaser und I. Middendorf
- Somatic Experiencing
- Yogabasierte Körperübungen
- Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
- ...und andere

Die Gruppen finden sowohl drinnen als auch draussen statt.

### **Einzelsetting**

Individuelle Prozesse können gezielt unterstützt und begleitet werden. Der Zugang zum eignen Körper und der individuelle Ausdruck (von z.B. Gefühlen) stehen dabei im Zentrum. In den Einzelsettings wird auch taktile Arbeit angeboten (Atemmassage, med. Massagen, Physiotherapie-massnahmen)

***Das einzig stabile ist, dass alles in Bewegung ist.***

*Jean Tinguely*

### **Das Angebot**

Sportliche Betätigung unterstützt einerseits die körperliche Fitness und hat andererseits einen positiven Einfluss auf die Psyche. Neben dem unmittelbaren Erfolgserlebnis ermöglicht Sport einen konstruktiveren Umgang mit Gefühlen und Lebensumständen. Zudem ist die sportliche Betätigung ein Mittel zur Emotionsregulation, für den Spannungsabbau.

Sporttherapie kann unterstützen, das psychophysische Gleichgewicht wiederherzustellen und Lebensfreude zu erhalten.

Die Inhalte finden in Gruppen- oder Einzel-Settings statt.



### **Gruppensetting**

**Walking** Steigerung des Herz-Kreislaufsystems/ Ausdauer. Das Bewegen in der Natur soll den Horizont nach aussen öffnen.

**Body Fit, Gymnastik** zielt darauf ab, den gesamten Körper spielerisch und interaktiv zu aktivieren. Verbesserte Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Ausdauer sind die Folge daraus.

**Fitness** findet als Inhalt von störungsspezifischen Gruppen und in Kleingruppen statt.

### **Einzelsetting**

- Fitness: Instruktion, Beratung sowie Trainingsempfehlungen für den Alltag
- Personal Training
- Erfassen und Analyse der Leistungsfähigkeit

### **Physiotherapie**

Auf ärztliche Verordnung werden Inhalte der allgemeinen physiotherapeutischen Behandlungstechniken angewendet sowie eine Anleitung für die „Hilfe zu Selbsthilfe“ vermittelt.

### **Gestalten Sie aktiv mit**

Die Patientinnen und Patienten werden unterstützt, den Körper bewusster wahrzunehmen, und physische und psychische Symptome zu regulieren. Dies ermächtigt sie, selbstwirksam ihren Alltag, aber auch ihre psychischen Prozesse konstruktiv mitzugestalten.

***Man muss in Bewegung bleiben,  
um die Balance zu halten.***

*Albert Einstein*

ANGEBOT  
SPORT- UND  
PHYSIO-  
THERAPIE





ANGEBOT  
ERNÄHRUNGS-  
BERATUNG

### **Das Angebot**

Überall gibt es lecker duftendes Essen, es riecht bereits am Morgen nach Kaffee und frischen Gipfeli oder sonstigen Leckereien – das Thema „Essen“ verfolgt uns auf Schritt und Tritt. Bei der Arbeit wird einem ein Stück selbst gebackener Kuchen angeboten, im Grossverteiler wartet ein attraktiv platziertes „Leckerchen“ als Belohnung direkt bei der Kasse. Solchen Situationen begegnen wir täglich.

Dieses Überangebot kann zu einer Überforderung führen, so dass wir entweder zu viel essen oder uns dem allen verweigern. Dass man heutzutage so viel sieht, hört und liest, was man unbedingt essen soll und wovon man die Finger lassen muss, macht das Ganze noch schwieriger – erst recht, wenn man gewisse Bestandteile der Nahrung nicht verdauen kann.

In der Ernährungsberatung erarbeiten wir zusammen sinnvolle Strategien und schauen an, worauf wir denn nun wirklich achten sollten.



### **Auf Sie zugeschnitten**

In diesem Angebot werden auf die jeweilige Person zugeschnittene Ziele definiert und Strategien erarbeitet, um diese zu erreichen. Durch regelmässige Termine wird man motiviert weiter zu machen. Die Ernährung und die Freude am Essen sollen die zentralen Punkte der Beratung darstellen.

Egal, ob es um die richtigen Mengen, das ideale Gleichgewicht oder auch ums Durchbrechen von festgefahrenen Essensmustern oder Fragen rund um eine Unverträglichkeiten geht – wir finden sicher zusammen eine passende Lösung.

### **Die Ernährungsberatung im Einzelsetting**

Im Einzelgespräch kann das persönliche Essverhalten analysiert werden. Danach können gezielte Schritte erarbeitet werden, um das eigene Essverhalten zu optimieren. Dabei wird gut darauf geachtet, dass die Ziele realistisch formuliert werden.

### **Die Ernährungsberatung im Gruppensetting**

Als Bestandteil des Gruppenprogramms „Wohlbefinden bei Seniorinnen und Senioren“ werden in 45 minütigen Sequenzen Themen aus dem Alltag erarbeiten. In den interaktiven Lektionen dreht sich alles um die gesunde Ernährung im Alter.

***Der Mensch ist was er isst.***

*Ludwig Feuerbach*

## Das Angebot

Seelsorgliche Unterstützung können Patientinnen und Patienten in der Privatklinik Wyss auf zwei Arten erhalten: über Einzelgespräche und in der Gruppe Meditation & Spiritualität. In beiden Gefässen ist es das Ziel, dass der ratsuchende Mensch sich seiner selbst bewusster wird und auf die eigenen Ressourcen mehr zugreifen kann.

*„Eine Patientin fasst ihre Erfahrung mit dem Angebot der Seelsorge so zusammen: „Wie schon letztes Mal nehme ich aus dem Gespräch etwas mit, was man nicht in Worte fassen kann. Es ist sehr wohltuend.“*

Das, was wir sind und doch nicht in Worte fassen können, steht in der Seelsorge im Mittelpunkt: Der Mensch in seiner Tiefe. Die Verbundenheit mit sich selbst und dem eigenen Wesen und Ursprung ist heilsam. Natürlich ist auch das Gespräch über Glauben und religiöse Vorstellungen manchmal wichtig. Erfahrungen von Sinn und Sinnlosigkeit brauchen Orte der Reflexion, Orte, wo man gehört wird, wo jemand mitgeht, ohne einzugreifen.



## Seelsorge Einzelbegleitung

In einem vertraulichen Gespräch können die Patientinnen und Patienten über alles reden, was sie beschäftigt. Der Seelsorger oder die Seelsorgerin hört aufmerksam zu und hilft, sich den eigenen Fragen zu stellen, Antworten zu entwickeln oder Ungelöstes auszuhalten und so mehr zu sich selbst zurückzufinden. Die Seelsorge wirkt durch das Dasein und Mitgehen. Manchmal hilft ein Moment der Stille, ein Gebet, ein Segen. Auf Wunsch der Patientinnen und Patienten werden weiterführende Angebote und seelsorgliche Begleitung für die Zeit nach dem Klinikaufenthalt vermittelt.

## Meditation & Spiritualität (Gruppe)

Die Gruppe findet einmal wöchentlich statt. Durch angeleitete Meditation wird eine tiefere Verbindung mit dem eigenen Körper und der eigenen Seele angestrebt. Wege, innere Stille zu finden, werden besprochen. Erfahrungen werden reflektiert und Anregungen, wie Achtsamkeit im täglichen Leben mehr Platz finden kann, ausgetauscht. Fragen philosophischer und spiritueller Art können gestellt werden.

Die Seelsorge ist für seelsorgliche und spirituelle Anliegen da, unabhängig von kirchlicher Zugehörigkeit und religiöser Orientierung. Sie sieht „die Seele“ als einen grundlegenden menschlichen Bereich an, der manchmal besonderer Sorge bedarf.

***Wie schon letztes Mal nehme ich aus dem Gespräch etwas mit, was man nicht in Worte fassen kann. Es ist sehr wohltuend.***

*Patientin*

ANGEBOT  
SEELSORGE  
MEDITATION  
SPIRITUALITÄT



### **Das Angebot**

Im Keramikatelier wird geknetet, geformt, modelliert, ausgestrichen, geschliffen. Ohne Druck entstehen grössere und kleinere Werke. Es geht um die sinnliche Erfahrung und die Freude am Wirken und Werken mit Ton und Speckstein. In die Handlung zu kommen und kreativ zu gestalten ohne Wertung sind wichtig. Dabei entstehen Tongefässe, Skulpturen oder skizzenhafte Bilder. Durch den künstlerischen Umgang mit einem Thema fliessen erlernte und überlieferte Assoziationen mit in die Gestaltung ein.

### **Wecken Sie Ihre Experimentierlust**

Die Atmosphäre im Atelier ermöglicht es, miteinander in Kontakt zu treten. Durch das Gestalten und das Formen von Ton und Speckstein werden die Selbstwirksamkeit und der Selbstwert gefördert. Die Experimentierlust, die Konzentration auf den Moment und das Entstehenlassen stehen im Mittelpunkt. Aktuelle Themen können anhand der Arbeit oder der Arbeitsweise aufgegriffen und im Gespräch reflektiert oder in den weiterführenden Therapien thematisiert werden.



### **Ton bearbeiten und gestalten, glasieren und brennen**

Die Verwendung von Glasuren ist ein ausserordentlich bereicherndes Thema in der Keramik. Erweitern sie doch das Spektrum des keramischen Schaffens um ein wesentliches Element. Es geht um ein gestalterisches Spiel zwischen Form und Farbe und eröffnet für die künstlerische Kreativität ein weites Feld. Durch das Brennen erhält eine Keramik erst ihren endgültigen und nicht mehr rückgängig zu machenden Charakter. Von daher gehört der Brennvorgang gleichermassen zum Gestaltungsprozess einer keramischen Arbeit.

### **Speckstein gestalten, abtragen, schleifen oder polieren**

Speckstein ist ein Material, welches sich zur plastischen Gestaltungsweise besonders anbietet. Jeder Rohstein ist zuerst eine Herausforderung. Wer mit Speckstein arbeiten will, muss nicht Bildhauer sein. Die Auseinandersetzung zwischen innerer und äusserer Form, Gefühl und Gestaltung, führt zu einer intensiven Zwiesprache mit dem Material, die auf das seelische Gleichgewicht zurückwirft und damit auch eine therapeutische Wirkung haben kann. Die Weichheit des Steines hat zur Folge, dass das Material auch bewältigt werden kann. Speckstein wird skulpturierend bearbeitet, das bedeutet, um zur gewünschten Form der Figur zu kommen, wird überflüssiges Material abgearbeitet, im Gegensatz zum aufbauenden, modellierenden Gestalten, z.B. mit Ton oder Gips.

***Töpfern ist eine aufregende Entdeckungsreise mit viel Raum für eigenen Ausdruck.***

*Jacqui Atkin*

ANGEBOT  
KERAMIK- UND  
SPECKSTEIN-  
ATELIER



An overhead view of a woman in a red sweater sewing a blue fabric piece on a yellow table. A man in a blue shirt is sitting opposite her, watching her work. The table is covered with a patterned cloth and has several spools of thread and a sewing machine nearby. The background is a wooden floor.

ANGEBOT  
WERKATELIER

### **Das Angebot**

„Werken und Gestalten, das habe ich noch nie gemacht, ich habe sowieso zwei linke Hände“. Diese Aussage hören wir oft, wenn jemand zum ersten Mal das Atelier betritt. Schön ist es, wenn dieselbe Person später eine eigene, gelungene Arbeit in den Händen halten kann.

Viele Patientinnen und Patienten entdecken vergessene Fähigkeiten, vielleicht auch eine vernachlässigte Freude am Werken und Gestalten wieder und nehmen nebst den selber hergestellten Produkten auch neue Ideen oder Vorsätze mit nach Hause.

### **Überraschen Sie sich selbst**

Der kreative Spielraum erlaubt den Patientinnen und Patienten intuitiv und spontan etwas Eigenes zu erschaffen. Die Umsetzung eines Projektes – von der Idee bis zum greifbaren, einzigartigen Resultat – ermöglicht konkret erfahrbare Erfolgserlebnisse.

Die Aktivierung einer neuen, ungewohnten oder wiederentdeckten Beschäftigung ist ein wichtiges Übungsfeld im laufenden Veränderungsprozess von Patientinnen und Patienten.

Im Werk- und Gestaltungsatelier steht eine grosse Auswahl an Materialien zur Verfügung. Von kleinen Objekten mit „Geling-Garantie“ bis zu ambitionierten Sonderanfertigungen ist vieles möglich.

Neben Arbeiten mit Naturmaterialien, verschiedenen Nähprojekten werden Drucktechniken, Schmuckherstellung, Stricken, Häkeln und vieles mehr angeboten. Da unser Angebot immer wieder angepasst wird, ist diese Aufzählung nicht abschliessend. Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich inspirieren von den verschiedenen Materialien.

Gemeinsam finden wir die passende Arbeitstechnik abgestimmt auf den Moment und die Befindlichkeit der Teilnehmenden.

***Hier kann ich abschalten und es gelingt mir, für einen Moment meine Probleme zu vergessen. Das Werken beruhigt und hat eine meditative Wirkung auf mich.***

*Frau A. M. 33 Jahre, Patientin*



**Privatklinik Wyss AG**  
Fellenbergstrasse 34  
3053 Münchenbuchsee  
Tel. +41 (0)31 868 33 33  
Fax +41 (0)31 868 34 00  
info@privatklinik-wyss.ch  
www.privatklinik-wyss.ch