

## Psychologische Intensivtherapie (PIT) beim ipu und beim ipg

### 1 Was ist eine Psychologische Intensivtherapie?

Die Psychologische Intensivtherapie dient dazu, in ausgewählten Fällen eine mehrtägige Ganztagsbehandlung mit einer spezifischen Verdichtung an Therapieangeboten durchzuführen, um

1. möglichst schnell Klarheit über die Therapieressourcen der Betroffenen / des Betroffenen zu erlangen,
2. eine Therapiemaßnahme ohne Leerlaufphasen zu ermöglichen,
3. die Therapiemotivation des Betroffenen zeitlich konzentriert zu unterstützen und zu fördern,
4. den Betroffenen aus einer problematischen Alltagswelt herauszunehmen,
5. den Betroffenen in eine systematisch angelegt Alternativwelt hineinzusetzen.

### 2 Ziel und Zielgruppe

Eine Psychologische Intensivtherapie verwendet die in der Psychologie vorhandenen Forschungsergebnisse und setzt sie in die Praxis um, z.B. zur Ressourcenaktivierung, zur Angstbewältigung, zur inneren Stabilisierung, zur positiven Zukunftsorientierung, zur Verbesserung der Bezüge zum Umfeld und zu sich selbst.

Die Psychologische Intensivtherapie ist indiziert, wenn

1. eine hohe Therapiemotivation gegeben ist, die möglicherweise durch konzentrierte therapeutische Angebote gefestigt oder auch verstärkt werden kann,
2. eine ausreichende Therapiefähigkeit der betroffenen Person existiert,
3. die psychische Belastung der betroffenen Person so groß ist, dass ethische Normen (z.B. die gegebenen Heilungschancen zu nutzen) verletzt werden, wenn nicht sofort therapeutisch gehandelt wird,
4. Entwicklungen zu erwarten sind, die sich im Rahmen der herkömmlichen (vor allem zeitverteilten) Therapie negativ auswirken könnten.

Intensivcoaching richtet sich an Personen, für die es einen Bedarf an Kompetenzentwicklung zum Zwecke einer Leistungssteigerung (z.B. für die Verbesserung der beruflichen Karrierechancen) und keine krankheitswertige Diagnose gibt. Im Intensivcoaching geht es darum, die vorhandenen gesunden psychischen Kompetenzen weiter zu optimieren. Die Methoden und Verfahren eines solchen Coaching können jedoch aus der Psychotherapie stammen.

### 3 Vorgehen

Zusammen mit Kostenträgern, anderen Behandlerinnen/Behandlern, vorzugsweise gemeinsam mit dem Arbeitgeber und der Familie wird eine psychologische Intensivtherapie individuell mit der und für die betroffene Person bzw. den Coachee geplant.

Für die umfassende Erfüllung der Aufgaben stehen Psychologinnen und Psychologen, Therapeutinnen und Therapeuten unterschiedlicher Fachrichtungen und externe, kooperierende Mediziner zur Verfügung.

Jeder Intensivtherapieplan enthält ergänzend zu den hochfrequenten Psychotherapiesitzungen Einheiten aus den Bereichen Entspannungs-, Musik-, Kunst- und Biofeedbacktherapie. Zusätzliche Maßnahmen zur Verbesserung der Körperwahrnehmung wie z.B. Physiotherapie, Massage, Radfahren, Tauchen u.a. werden in die individuelle Therapieplanung einbezogen.

#### **4 Organisation intensivpsychologischer Maßnahmen**

Standardmäßig ist folgender Ablauf vorgesehen:

- Vorplanung und Vorprüfung von ipu/ipg mit Kostenträger und mit Betroffenen (1. Tag),
- Schriftliche Planung der PIT mit Terminen durch ipu/ipg (2. Tag),
- Kostenplanung nach Standardsätzen durch ipu/ipg (2. Tag),
- Kostenzusage des Kostenträgers (3. oder 4. Tag),
- Beginn der PIT- Maßnahme bei ipu/ipg vorzugsweise ab dem 5. Tag.

Während der laufenden Maßnahme erfolgen Zwischenbilanzen mit der betroffenen Person und mit dem Kostenträger.

Nach Abschluss der Maßnahme erfolgt die Berichterstattung an den Kostenträger innerhalb von 5 Tagen.

#### **Erreichbarkeiten**

Institut für Psychologische Unfallnachsorge (ipu)  
Institut für Psychologische Gesundheitsförderung (ipg)  
Olpener Str. 544 (Merheim)  
51109 Köln  
Tel.: 0221 969 20 39  
Fax: 0221 969 26 77

E-Mail: [echterhoff@unfallnachsorge.de](mailto:echterhoff@unfallnachsorge.de) und [trautmann@kompetenzentwicklung.de](mailto:trautmann@kompetenzentwicklung.de)  
Internet: [www.unfallnachsorge.de](http://www.unfallnachsorge.de) und [www.kompetenzentwicklung.de](http://www.kompetenzentwicklung.de)