



## Spezialtherapien

Ein wichtiger Baustein der psychiatrisch-  
psychotherapeutischen Gesamtbehandlung

Die Spezialtherapien ergänzen die psychiatrisch-psychotherapeutische Behandlung. Über das Zusammenspiel der unterschiedlichen Therapien werden unmittelbar Zugänge zu Emotionen und Ressourcen gefördert, durch neue Erfahrungen und Wahrnehmungen des eigenen Erlebens wird die Genesung unterstützt. Die Spezialtherapien bestehen aus Musiktherapie, körperorientierter Therapie, Kunst- und Ausdruckstherapie und Handlungs- und Werkorientierter Therapie. Mehrheitlich finden die Spezialtherapien in der Gruppe statt.



## Musiktherapie

Die Musiktherapie ist eine Therapiemethode, bei der Musik im therapeutischen Prozess als Medium für Ausdruck und Kommunikation verwendet wird. Im Vordergrund steht die musikalische Improvisation, die die Möglichkeit bietet, einen Zugang zu Gefühlen und Gedanken herzustellen und diese im Prozess zu verändern. Durch die Interaktion in der Gruppe oder in der Einzeltherapie werden die Kreativität und die Wahrnehmung der eigenen Bedürfnisse und Ressourcen gefördert.

### Liegemonochord

Das Liegemonochord wird wegen seiner tiefenentspannenden Wirkung sehr geschätzt. Die obertonreichen Klänge, die in der Anwendung entstehen, sprechen den Menschen an. Sie werden als angenehm und wohltuend empfunden und sind Entspannung für Kopf und Seele. Durch das Anspielen von unterschiedlichen Saiten können verschiedene Spannungszonen im Körper angesprochen werden.



*«Nonverbal Zugang zu den eigenen Emotionen finden und verändern.»*

*«Durch Körper und Bewegung körperliche, seelische und soziale Prozesse fördern und integrieren.»*



## Körperorientierte Therapien

### **Bewegungs- und Tanztherapie**

Die Bewegungstherapie arbeitet mit verschiedenen Ausdrucksformen des Körpers, der Bewegung und des Tanzes. Sie fördert die Eigenwahrnehmung, sowie den emotionalen und körperlichen Ausdruck.

Durch das unmittelbare Körpererleben kann die Auseinandersetzung mit sich selbst und eigenen Beziehungs- und Verhaltensmustern bewusst

gemacht und angeregt werden. Eigene Ressourcen werden unterstützt, Lebens- und Ausdruckskraft gestärkt und Selbstfürsorge und Entspannung gefördert.

Bewegungsbeobachtung und therapeutische Interventionen finden auf der Körper-, Bewegungs- und Beziehungsebene statt und werden gemeinsam reflektiert.

### Sport und Gym Fit

Diese Angebote fördern das Herz-Kreislaufsystem und den ganzen Bewegungsapparat. Sport hilft, körperliche und psychische Beschwerden sowie Schwierigkeiten im sozialen Kontakt zu kompensieren und fördert gesundes Verhalten. Er verbessert die Leistungsfähigkeit und stärkt den Bezug zum eigenen Körper. Er fördert Hilfsbereitschaft und den sozialen Zusammenhalt und trägt wesentlich zu einer positiven Befindlichkeit bei. Das Angebot richtet sich an sportliche Beginner und sportlich versierte Personen.

Bei gutem Wetter wird der WaldParcours mit seinen Posten in nächster Nähe der Klinik Zugersee für die körperliche und kreative Fitness genutzt.

### Physiotherapie

Mit Physiotherapie werden somatische Beschwerden, Funktionseinschränkungen und Einschränkungen des Nervensystems behandelt. Ziel ist es, die körperliche Beweglichkeit zu erhalten, zu verbessern oder wiederherzustellen.

Folgende Angebote stehen zur Verfügung: Manuelle Therapie, Medizinische Trainingstherapie sowie Haltungs- und Bewegungsschulung und Training der Mobilität. Die Physiotherapie findet in Einzeltherapie statt.



«Körperliche Beschwerden lindern.»





*«Selbstwirksamkeit und Teilhabe durch Handlung und Tätigkeit erfahren.»*

## Handlungs- und Werkorientierte Therapie

Die Handlungs- und Werkorientierte Therapie stellt den handelnden Menschen in den Fokus. Sie unterstützt bewusstes und zielgerichtetes Handeln, eine zufriedenstellende Gestaltung der sozialen Kompetenzen und das Neuerleben der persönlichen Fähigkeiten.

In einer ersten Phase der Therapie steht die Stabilisierung durch eine ressourcenorientierte Betätigung im Vordergrund. Der Patient oder die Patientin kann in einer zweiten Phase das Erleben und Erweitern der eigenen Handlungsfähigkeit ausprobieren.

In begleitenden Gesprächen wird die Erfahrung reflektiert und Lösungsstrategien werden erarbeitet. Die Materialien werden mit der Patientin

oder dem Patienten nach eigenen Bedürfnissen gemeinsam ausgewählt. Es stehen verschiedene gestalterische Mittel wie Ton, Glas und Textilien zur Verfügung.

### Gartentherapie

Die sinnliche und erdende Arbeit im Garten fördert seelische Heilungsprozesse. Körperliche Betätigung und die sinnlichen Wahrnehmungen werden durch den Anreiz des gärtnerischen Erfolges angeregt.

## Kunst- und Ausdruckstherapie

Im Zentrum steht das kreative Gestalten, welches die Möglichkeit bietet, Gefühle, Gedanken und Wünsche auszudrücken, zu verarbeiten, neu zu ordnen und bewusst zu machen. Es wird mit bildnerischen und dreidimensionalen Ausdrucksmitteln wie Malen, Plastizieren, Zeichnen und Collage gearbeitet.

Die Aktivierung kreativer Kräfte stärkt gesunde Persönlichkeitsanteile sowie das Selbstvertrauen und die Selbstwahrnehmung.

Im leistungsfreien, geschützten Raum können neue Handlungsweisen und Perspektiven erprobt werden.

Gemeinsame Werkbesprechungen unterstützen den persönlichen Prozess und helfen dem Patienten oder der Patientin, gemachte Erfahrungen und Erkenntnisse zu reflektieren, zu vertiefen, zu integrieren und auf den Alltag zu übertragen.



*«Inneres Erleben und Prozesse durch künstlerischen Ausdruck erfahren und verändern.»*



Für ein Plus an  
Lebensqualität

## Kontakt

**Klinik Zugersee**  
**Zentrum für Psychiatrie**  
**und Psychotherapie**

Widenstrasse 55  
6317 Oberwil-Zug

T 041 726 33 00  
F 041 726 36 40

[linik-zugersee@triaplus.ch](mailto:linik-zugersee@triaplus.ch)  
[www.triaplus.ch](http://www.triaplus.ch)



Die Klinik ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut zu erreichen. Bus Nr. 611 ab Metalli/Bahnhof Zug fährt im Viertelstundentakt bis Haltestelle Klinik Zugersee. Kostenpflichtige Parkplätze sind nur in beschränkter Anzahl vorhanden.