

Ausgewählte Therapien

5. Das Problem abbilden

Welchen Platz räumt ein Patient den Schwierigkeiten in seinem Leben ein? Dazu hat Stefan Büchi, Ärztlicher Direktor der Privatklinik Hohenegg in Meilen, die «wissenschaftlich erprobte und international anerkannte» PRISM-Methode entwickelt: PRISM steht für Pictorial Representation of Illness and Self Measure und ist «ein visuelles Instrument, um die Beziehung eines Patienten zu seinem Problem abzubilden», wie Büchi erklärt.

Das funktioniert so: Auf einer weissen Tafel sitzt in der Ecke rechts unten eine gelbe Scheibe – symbolisch für den Patienten in seinem Lebensumfeld. Der Patient wird nun aufgefordert, sein Pro-



Stefan Büchi, Ärztlicher Direktor der Privatklinik Hohenegg.

blem – eine rote Scheibe – auf die Tafel zu placieren. «Nach der Bedeutung seiner Wahl gefragt, ist der Patient imstande, das Ausmass seines Leidensdrucks und dessen Verortung im eigenen Leben sehr präzise zu formulieren», erklärt Stefan Büchi. Eine mögliche Antwort ist zum Beispiel: «Meine Schwierigkeiten erdrücken mich dermassen, dass ich nicht mehr arbeiten kann.» Anders gesagt: PRISM erfasst nicht primär den Inhalt des Problems, sondern dessen Bedeutung und Auswirkungen im Alltag.

Neben der gelben und der roten stehen noch weitere Scheiben zur Verfügung, zum Beispiel eine in Blau für den

Schmerz. «In der Psychotherapie sind auf diese Weise komplexe Anwendungen möglich, und es ergeben sich in kurzer Zeit ganz viele Informationen», sagt Büchi. Auch Ressourcen und Therapieziele lassen sich so darstellen. Rückt die rote Scheibe weiter weg, ist der Patient auf dem Weg zur Besserung. Dass sie ganz von der Tafel verschwände, wäre kein realistisches Ziel.

Wie Stefan Büchi auch auf der Website prismium.ch betont, hilft PRISM Menschen, klarer zu denken, besser zu kommunizieren und effizientere Entscheidungen über ihr Leben zu treffen.

Irène Dietschi