

Windisch, 21. Januar 2026

Medienmitteilung

Chronische Depressionen: PDAG behandeln auf der ersten und einzigen CBASP-zertifizierten Station in der Schweiz



Die Psychiatrischen Dienste Aargau (PDAG) haben das Psychotherapieverfahren CBASP erfolgreich in das stationäre Setting implementiert. Dafür wurde die spezialisierte Station einschliesslich des multiprofessionellen Behandlungsteams jetzt von der Deutschsprachigen Gesellschaft für CBASP zertifiziert.

Das Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP) ist derzeit das einzige Psychotherapieverfahren, das spezifisch zur Behandlung der chronischen bzw. anhaltenden Depression entwickelt worden ist. Seine Wirksamkeit ist wissenschaftlich nachgewiesen, auch und besonders bei Erkrankten, denen Behandlungen mit anderen Therapien nicht geholfen haben.

Ausgewiesene Expertise

Die PDAG führen die Behandlung nach CBASP seit 2015 auf einer offenen Psychotherapiestation durch, die auf die Behandlung von Patientinnen und Patienten mit chronischen Depressionen und Traumafolgestörungen spezialisiert ist. Prof. Marc Walter, Klinikleiter und Chefarzt der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie betont: «Die Zertifizierung würdigt unsere erfolgreichen Anstrengungen,

Innovation, klinische Erfahrung und Forschung zugunsten unserer Patientinnen und Patienten eng miteinander zu verbinden, und spornt uns an, diesen Weg weiterzugehen.»

Dr. phil. Armin Blickenstorfer, der Leitende Psychologe des Zentrums für spezialisierte Psychotherapie und Psychosomatik, ist zertifizierter CBASP-Therapeut, -Trainer und -Supervisor und seit 2016 Mitglied im Vorstand der Deutschsprachigen Gesellschaft für CBASP. Die Oberpsychologin ist zertifizierte CBASP-Therapeutin, drei Pflegefachpersonen sind zertifizierte CBASP-Co-Therapeutinnen, eine wird voraussichtlich demnächst folgen. Das Team nimmt kontinuierlich an CBASP-Fortbildungen teil.

CBASP-Therapie bei den PDAG

Die stationäre Therapie dauert zwölf Wochen. Zum Behandlungsprogramm gehören Einzel- und Gruppentherapiegespräche, Rollenspielgruppen sowie Kunsttherapie, Bewegungs- und Sporttherapie. Die CBASP-Therapie kann mit Medikamenten unterstützt werden. Neu gelerntes Verhalten wird auf der Station und an Wochenenden, die zu Hause verbracht werden, in Alltagssituationen übertragen, ausprobiert und gefestigt. Die Patientinnen und Patienten werden vom Sozialdienst unterstützt und können an einer CBASP-Selbsthilfegruppe teilnehmen.

Menschen mit chronischen Depressionen haben oftmals in ihrer Kindheit oder Jugend negative Beziehungserfahrungen im Sinne von emotionaler Vernachlässigung und/oder Gewalt gemacht. Rückzug bzw. wenig soziale Kontakte sind mögliche Bewältigungsstrategien, um diese negativen Erfahrungen zu überstehen und weitere zu vermeiden. Die früher hilfreichen Muster zeigen sich später in depressiven Symptomen wie beispielsweise chronisch gedrückte Stimmung, Hoffnungslosigkeit («Es wird sich nie etwas ändern.») oder geringe Selbstwirksamkeit («Ich kann sowieso nichts beeinflussen.»). Oft treten auch Gefühle von Leere, Einsamkeit und innerer Abstumpfung auf. Die zunehmende soziale Isolation verstärkt die Depression. «In der Psychotherapie geht es darum, andere Bewältigungsstrategien zu entwickeln und einen Umgang mit negativen Gefühlen und Gedanken zu lernen», erklärt Armin Blickenstorfer.

Die Therapeutin oder der Therapeut zeigt den Patienten, welche zwischenmenschliche Auswirkung ihr Verhalten hat, spricht auch Unangenehmes offen an. Dies eröffnet den Betroffenen die Chance, sich zu ändern. Sie reflektieren, wie sie sich selbst, andere Menschen und die Welt wahrnehmen, ihr Verhalten, ihre oft negativistische Denkweise und ihre Beziehungen. In der korrigierenden Beziehung zu den Therapeutinnen und Therapeuten machen die Patientinnen und Patienten behutsame, selbstwertstärkende Erfahrungen. «Durch die Entwicklung und Stärkung der Selbstwirksamkeit kann deutlich besser mit Verlust, Rückschlägen, Trauer umgegangen werden», resümiert Armin Blickenstorfer.

Begründer

Entwickelt wurde Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP) von James P. McCullough, emeritierter Professor der Virginia Commonwealth University, der selbst ein Betroffener ist.

Kontaktperson für Medienschaffende:

Vivien Wassermann, Leiterin Kommunikation & Marketing, Tel. 056 462 21 61, E-Mail kommunikation@pdag.ch

Bildlegende: v.l.n.r.:

Didem Ekrem, Oberpsychologin / Tamara Amsler, Stv. Stationsleiterin / Armin Blickenstorfer, Leitender Psychologe / Ulrike Wauschkies, Stationsleiterin

Psychiatrische Dienste Aargau AG

Die Psychiatrischen Dienste Aargau (PDAG) untersuchen, behandeln und betreuen psychisch erkrankte Menschen aller Altersgruppen mit sämtlichen psychiatrischen Krankheitsbildern. Massgeschneiderte stationäre oder ambulante und konsiliarische Angebote garantieren die Behandlungsart, die zur Patientin, zum Patienten, der Erkrankung und Lebenssituation passt. Die PDAG gewährleisten die psychiatrische Behandlung, den Notfalldienst und die Krisenintervention für die Kantonsbevölkerung. Die Fachpersonen der PDAG können von Regionalspitälern und Heimen beigezogen werden, an den Kantonsspitalern sind die Konsiliar- und Liaisonsdienste vor Ort verfügbar, auch für Kinder und ältere Menschen. In Rechtsfällen erstellen forensische Psychiaterinnen und Psychiater zudem Gutachten.

Zu den PDAG gehören die vier Kliniken

- [Psychiatrie und Psychotherapie](#)
- [Konsiliar-, Alters- und Neuropsychiatrie](#)
- [Forensische Psychiatrie](#)
- [Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie](#)

Seit 2004 sind die PDAG eine Aktiengesellschaft im Eigentum des Kantons Aargau. Für die PDAG arbeiten rund 1800 Personen in über 50 Berufen. Die PDAG sind Lehrspital der Medizinischen Fakultät der Universität Zürich und Aus- und Weiterbildungsstätte für Ärztinnen, Psychologen, Pflegefachpersonen und weitere Berufe.

Weitere Informationen zu den PDAG finden Sie unter www.pdag.ch.