

Im Zeitraum vom 16.02.2026 bis zum 29.03.2026 absolvierte ich mein Erasmus+ Praktikum an den Universitären Psychiatrischen Kliniken (UPK) in Basel, in der Abteilung für Physio- und Bewegungstherapie. Die UPK ist eine große psychiatrische Einrichtung mit einer langen Geschichte, die bis ins Jahr 1880 zurückreicht. Heute umfasst sie rund 300 Betten und bietet ein breites Spektrum an Behandlungsbereichen, darunter Erwachsenenpsychiatrie, Kinder- und Jugendpsychiatrie sowie forensische Abteilungen. Besonders hervorzuheben ist die Vielfalt der therapeutischen Angebote wie Physiotherapie, Sport-, Tanz- oder tiergestützte Therapie, die ein interdisziplinäres Arbeiten ermöglichen.

Während meines Praktikums war ich hauptsächlich auf der Privatabteilung J sowie in der Abteilung P2 für affektive Störungen eingesetzt. Dort konnte ich sowohl Einblicke in die Einzeltherapie als auch in verschiedene Gruppentherapien gewinnen. Zu meinen Aufgaben gehörte die Durchführung und Unterstützung von sogenannten „Personal Therapies“, also individuellen physiotherapeutischen Behandlungen von etwa 30 Minuten Dauer. Diese wurden nach dem SOAP-Prinzip dokumentiert und hatten häufig den Schwerpunkt auf aktivem Fitnessstraining. Die Patient:innen litten überwiegend an psychischen Erkrankungen wie Depressionen, Angststörungen, Persönlichkeitsstörungen oder Suchterkrankungen.

Neben der Einzeltherapie nahm ich regelmäßig an Gruppentherapien teil, darunter Yoga, Achtsamkeit und Meditation (YAM), medizinische Trainingstherapie (MTT) sowie Kletterangebote. Diese Formate zeigten mir die Bedeutung von Bewegung und Körperwahrnehmung im psychiatrischen Kontext und verdeutlichten, wie wichtig ein ganzheitlicher Therapieansatz ist. Mein Wochenplan war abwechslungsreich gestaltet und bot mir zusätzlich die Möglichkeit, in verschiedene Bereiche zu hospitieren und weitere Therapieformen kennenzulernen.

Auch außerhalb des Praktikums konnte ich wertvolle Erfahrungen sammeln. Die Stadt Basel bot zahlreiche kulturelle und freizeitliche Möglichkeiten, wie Museumsbesuche, das Schwimmen im Rhein oder traditionelle Veranstaltungen wie die Basler Fasnacht. Zudem nutzte ich die Zeit für Ausflüge in andere Städte und Regionen der Schweiz sowie ins nahegelegene Ausland.

Rückblickend war das Praktikum eine sehr bereichernde Erfahrung. Besonders positiv empfand ich die angenehme Arbeitsatmosphäre, die enge Betreuung sowie das motivierte und interdisziplinäre Team. Zudem schätzte ich die Möglichkeit, meinen Terminplan teilweise selbst zu gestalten. Herausforderungen stellten hingegen die langen Arbeitstage und die hohen Kosten für Verpflegung dar. Insgesamt konnte ich sowohl fachlich als auch persönlich wichtige Kompetenzen weiterentwickeln und wertvolle Einblicke in die physiotherapeutische Arbeit im psychiatrischen Setting gewinnen.