Ein Jahr Leuchtturm-Elternprogramm am Universitätsklinikum Ulm

Hohe Akzeptanz, erste positive Effekte und steigende Nachfrage bestätigen den Bedarf eines spezialisierten psychosomatischen Gruppenangebots

Mit dem Leuchtturm-Elternprogramm hat das Universitätsklinikum Ulm (UKU) vor einem Jahr ein innovatives Behandlungsangebot für eine bislang wenig adressierte Patientengruppe geschaffen. Die erste Bilanz zeigt: Das speziell adaptierte Programm für Eltern mit anhaltenden Körperbeschwerden wird sehr gut angenommen und entwickelt sich zu einem festen Bestandteil der psychosomatischen Versorgung.

Im Mai 2025 startete an der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie des UKU erstmals das sogenannte Leuchtturm-Elternprogramm. Seitdem findet wöchentlich eine mentalisierungsbasierte Elterngruppe mit begleitenden Einzelsitzungen statt, die von den Therapeutinnen Prof. Dr. **Jana Volkert** und M.Sc. Psych. **Elisa Merkenschlager** der Sektion Translationale Psychotherapie durchgeführt wird. Ziel des Programms ist es, Eltern in ihrer Beziehungsgestaltung zu ihren Kindern zu stärken und gleichzeitig die Weitergabe psychosomatischer Beschwerden über Generationen hinweg zu verhindern.

Im Unterschied zur ursprünglichen Programmausrichtung wurde das Angebot in Ulm gezielt auf Eltern mit anhaltenden Körperbeschwerden zugeschnitten. Diese Patientengruppe ist häufig in psychosomatischen Behandlungseinrichtungen anzutreffen und weist ein erhöhtes Risiko für die Weitergabe ihrer Beschwerden an die nächste Generation auf. Daher wurden spezifische Elemente wie Psychoedukation sowie Übungen zum körperorientierten Mentalisieren in das Programm integriert. Mentalisieren beschreibt dabei die Fähigkeit, eigene und fremde Gedanken, Gefühle und Körperempfindungen wahrzunehmen, einzuordnen und in Beziehungen zu kommunizieren.

Die Umsetzung erfolgt weiterhin in enger Zusammenarbeit mit dem Programmentwickler Gerry Byrne sowie durch den Austausch im internationalen Leuchtturm-Netzwerk. Zudem präsentiert Elisa Merkenschlager die Ulmer Erfahrungen regelmäßig auf internationalen Fachkongressen.

Begleitend wurde eine Machbarkeitsstudie (Link zur Präregistrierung: https://osf.io/ynv95/overview) durchgeführt, deren Ergebnisse in Kürze veröffentlicht werden. Seit Programmstart nahmen 29 Eltern an der Gruppe teil. Die hohe Abschlussrate weist darauf hin, dass die Zielgruppe gut erreicht wird. Die Intervention ließ sich vollständig in den klinischen Alltag integrieren, schwerwiegende Abbrüche traten nicht auf. Sowohl die teilnehmenden Eltern als auch das Behandlungsteam bewerteten das Programm als sehr positiv. Besonders hervorzuheben ist, dass 95 Prozent der Teilnehmenden die Intervention weiterempfehlen würden.

Auch aus therapeutischer Sicht zeigen sich erste vielversprechende Effekte. Es gibt Hinweise auf eine verbesserte elterliche Mentalisierungsfähigkeit sowie ein gesteigertes Kompetenzerleben im Umgang mit den eigenen Kindern. Darüber hinaus berichten die Behandelnden von einer spürbaren Entlastung der Eltern von Schuld- und Schamgefühlen. Gleichzeitig gelingt es durch das Programm, familiäre Themen stärker in die ganzheitliche psychosomatische Behandlung zu integrieren und Impulse in andere therapeutische Settings zu übertragen.

„Die Ergebnisse zeigen deutlich, dass unser angepasstes Leuchtturm-Elternprogramm sowohl durchführbar als auch für unsere Patientinnen und Patienten sehr hilfreich ist. Besonders freut uns, dass wir Eltern nachhaltig stärken und gleichzeitig einen Beitrag zur Reduktion der Transmission von psychischen und körperlichen Beschwerden an die nächste Generation leisten können“, erklärt Elisa Merkenschlager.

Anlässlich des einjährigen Bestehens ist eine Jubiläumsveranstaltung mit bisherigen Teilnehmenden geplant. Perspektivisch soll das Programm dauerhaft im Behandlungsangebot der Psychosomatik verankert werden. Aktuell werden außerdem Fachpflegekräfte der Psychosomatik wie Carmen Jahn und Andrea Friedrich geschult, um perspektivisch co-therapeutische Aufgaben zu übernehmen. Bereits jetzt steigt die Nachfrage von Patient*innen, aber auch Therapeut*innen – nicht nur innerhalb der Klinik, sondern auch bei ambulanten Behandler*innen in Ulm und Umgebung.

Hintergrundinformationen

Das Leuchtturm-Elternprogramm ist ein therapeutisches Gruppenangebot zur Förderung elterlicher Kompetenzen und zur Verbesserung der Eltern-Kind-Beziehung. Es ist in der mentalisierungsbasierten Therapie verankert, die darauf abzielt, das Verständnis für innere Zustände - zum Beispiel Gefühle, Gedanken, Wünsche - bei sich selbst und anderen zu stärken. In der psychosomatischen Medizin spielt dieser Ansatz eine wichtige Rolle, da er helfen kann, die Wechselwirkungen zwischen körperlichen Beschwerden und psychischen Prozessen besser zu verstehen.

Die am UKU entwickelte Adaptation des „Lighthouse Parenting Programme“ von Gerry Byrne richtet sich gezielt an Eltern mit anhaltenden Körperbeschwerden. Diese stellen eine relevante Patientengruppe dar, bei der häufig komplexe biopsychosoziale Faktoren zusammenwirken. Die Integration des Programms in bestehende Behandlungskonzepte ermöglicht eine ganzheitlichere Versorgung und schließt eine bislang bestehende Versorgungslücke.

Die erfolgreiche Durchführung der Machbarkeitsstudie bildet die Grundlage für weitere wissenschaftliche Untersuchungen zur Wirksamkeit des Programms. Gleichzeitig unterstreicht die hohe Akzeptanz sowohl bei Patient*innen als auch im Behandlungsteam die praktische Relevanz des Ansatzes.

Pressemitteilung

15.06.2026
Quelle: Universitätsklinikum Ulm

Weitere Informationen

- Universitätsklinikum Ulm