

Kurzbeschreibung der Workshops

1. Psychoonkologische Kurzzeittherapie für Patientinnen mit Brustkrebs - Das Bonner Modell

Melanie Wollenschein, Gynäkologische Psychosomatik, Universitätsfrauenklinik Bonn

Nach einem Überblick über die besonderen psychischen Belastungen in den verschiedenen Krankheitsphasen werden Methoden der Psychodiagnostik diskutiert und bewertet. Im zweiten Teil wird basierend auf dem Manual ein Konzept zur Kurzzeitpsychotherapie mit Brustkrebspatientinnen vorgestellt. Die Bonner Semistrukturierte Kurzzeit-Psychotherapie bietet einen verhaltenstherapeutisch orientierten Therapieleitfaden mit 6 Bausteinen und dazugehörigen Arbeitsblättern. Das Programm besteht aus insgesamt 8-9 Sitzungen. Die Bausteine umfassen folgende Themen: Verarbeitung der Diagnose, körperliche Veränderungen, psychische Folgen, Auswirkungen auf das soziale Umfeld, Bewältigungsmechanismen und Zukunft. Das Konzept wurde in der eigenen Arbeitsgruppe entwickelt und seit 1997 in der ambulanten Begleitung eingesetzt. Die Wirksamkeit konnte belegt werden.

2. Berufsbezogene Gruppentherapie am Beispiel der Therapiegruppe "Stressbewältigung am Arbeitsplatz" (SBA)

Dr. Stefan Koch, Medizinisch-Psychosomatische Klinik Roseneck, Prien am Chiemsee

Im Rahmen des Workshops wird die praktische Durchführung eines berufsbezogenen Gruppentherapieprogramms am Beispiel der Therapiegruppe "Stressbewältigung am Arbeitsplatz (SBA)" (Koch et al. 2006; Hillert et al. 2007) vorgestellt. Zum Einstieg werden aktuelle arbeitspsychologische Modelle (Demand-control, Modell der beruflichen Gratifikationskrise, Muster der Arbeitsbewältigung/AVEM) vorgestellt. Anhand von bewährten Arbeitsblättern und Durchführungsbeispielen werden zentrale Inhalte der vier SBA-Module (8 Sitzungen) vorgestellt: (1) "Berufliches Wohlbefinden" (Motivationsmodul), (2) "Umgang mit Kollegen und Vorgesetzten" (Soziale Kompetenz-Modul), (3) "Arbeitsbewältigung" (Stress-Modul) und (4) "Berufliche Perspektiven" (Transfer-Modul). Darüber soll Gelegenheit zur kritischen Diskussion von Erfahrungen und Strategien der Implementierung einer berufsbezogenen Therapiegruppe bestehen (Umfang, Zielgruppe/Indikationsstellung, Setting, Durchführungsmodalitäten etc.). Zum Abschluss werden erwartbare Behandlungseffekte anhand vorliegender Evaluationsdaten vorgestellt (Ergebnisse einer kontrollierten Längsschnittevaluation bis 12 Monate nach Entlassung, Koch et al. 2007). SBA bildet ein evaluiertes berufsbezogenes Gruppentherapieprogramm zur Ergänzung stationärer psychosomatischer Standardbehandlung. Darüber hinaus hat sich SBA auch in der somatischen Rehabilitation (Orthopädie, Kardiologie) bewährt. Der Workshop richtet sich an Reha-PraktikerInnen (Psychologie, Medizin, Sozialdienst) mit Interesse an der Ein- und Durchführung einer psychotherapeutisch fundierten berufsbezogenen Gruppenintervention.

3. Präventive und psychotherapeutische Interventionen bei Burnout

Ute Theissing & Dr. Julia Glombiewski, Medizinisch-Psychosomatische Klinik Bad Arolsen

Die Anzahl der Patientinnen und Patienten, die von Burnout betroffen sind, hat in den letzten Jahren zugenommen. In diesem Workshop werden theoretische Grundlagen, diagnostische Kenntnisse und verhaltenstherapeutische Interventionsmöglichkeiten (Einzel- und Gruppentherapie) für Burnout-Betroffene vermittelt. Möglichkeiten der Prävention werden nach dem Ansatz von Leiter & Maslach (2007) aufgezeigt. Der Workshop ist sowohl für erfahrene KollegInnen wie auch für TeilnehmerInnen, die sich bislang noch wenig mit der Behandlung des Burnout-Syndroms beschäftigt haben, geeignet.

4. Fit für den Beruf - ein ressourcenorientiertes Patientenschulungsprogramm zur beruflichen Orientierung in der Rehabilitation

Susanne Helfert, Institut für Psychologie, Universität Potsdam

Grundlegendes Ziel einer Rehabilitationsmaßnahme ist die Wiederherstellung oder Stabilisierung der Erwerbsfähigkeit. Rehabilitanden und Rehabilitandinnen zeigen indikations- und berufsgruppenübergreifend deutlich eingeschränkte Ressourcen im beruflichen Bewältigungsverhalten, die oft unverändert nach der Rehabilitationsmaßnahme weiter bestehen

und die langfristig stabile Besserung des gesamten Befindens fraglich erscheinen lassen. Beruhend auf den Erkenntnissen, die in den vergangenen Jahren im Rahmen der Rehabilitationsforschung an der Universität Potsdam gewonnen wurden, ist «Fit für den Beruf» ein erprobtes und evaluiertes Schulungsmodul für den Kontext der Rehabilitation, das darauf abzielt, den Patientinnen und Patienten die berufliche Tätigkeit als wichtige Ressource der allgemeinen Lebenszufriedenheit begreiflich zu machen. Zudem werden konkrete Strategien vermittelt, wie dem Überforderungserleben mittels aktiver Bewältigung begegnet werden kann. Neben der Vermittlung des Konzepts bieten ausgewählte praktische Übungen im Workshop die Gelegenheit, das eigene berufliche Erleben und Bewältigungsverhalten zu reflektieren.

5. Wenn Bewegung in Resonanz geht mit der Seele - Meditativer Tanz und tänzerische Körperarbeit

Uta Böttcher, Göttingen

Stress abbauen und zu uns selbst finden: über meditativen Tanz und Bewegung spüren wir unsere Lebensenergie. Wir verfeinern unsere Wahrnehmung, erfahren wohltuende Entspannung und gelangen in Balance. Wir trainieren Achtsamkeit mit Hilfe archetypischer Symbole und entdecken persönliche Lebensthemen in den jahreszeitlichen Zyklen. Tänze und Musik bringen Körper und Seele in Resonanz. Dieser Wissensschatz aller alten Kulturen wird durch aktuelle neurobiologische Forschungen bestätigt. Selbstheilungskräfte werden aktiviert und die Gesundheit positiv beeinflusst (Salutogenese). Zielgruppe sind Reha-PsychologInnen mit Interesse an Körperarbeit. Einzelne Elemente aus dem Workshop lassen sich in die reha-psychologische Arbeit gut integrieren. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

6. Weisheitstherapie bei Anpassungsstörungen und bei der Posttraumatischen Verbitterungsstörung

Dr. Kai Baumann, Rehazentrum Seehof, Teltow

Anpassungsstörungen spielen in der psychosomatischen Rehabilitation eine große Rolle. Ein Subtyp der Anpassungsstörungen ist die Posttraumatische Verbitterungsstörung (PTED), bei der Verbitterung, Ärger und Kränkung im Vordergrund stehen. Weisheitstherapie ist ein neues verhaltenstherapeutisches Konzept, das sich auf das Berliner Weisheitsparadigma nach Baltes bezieht, welches zu diesem Zweck erweitert wurde. Dabei spielen bei der Problembewältigung emotionale Kompetenzen und die Fähigkeit zum Perspektivwechsel eine besondere Rolle. Der weisheitstherapeutische Ansatz soll in dem Workshop theoretisch und praktisch vorgestellt werden. Der Workshop richtet sich an KollegInnen, die sich für Strategien interessieren, die Patientinnen und Patienten helfen, als ungerecht oder kränkend erlebte Lebensbelastungen besser bewältigen zu können.

7. Dialog mit dem Symptom

Elisabeth Graff, Bad Neuenahr

Auf der Basis der von Fritz Perls entwickelten Gestalttherapie sollen Kenntnisse und Interventionsmöglichkeiten erworben werden, welche die Laientheorie der konkreten Symptomatik der Rehabilitanden und Rehabilitandinnen erhellen. Vertiefte Einsicht soll die Compliance fördern und dadurch eine günstigere Prognose ermöglichen. Der Workshop ist für alle Interessierten offen.

8. Traumzeit - Imaginative Verfahren in der Rehabilitation

Jörg Meyer, Reha-Zentrum Bad Sooden-Allendorf, Klinik Werra

Im Zusammenhang mit Stress und stress(mit)bedingten Erkrankungen kommt dem Einsatz von spezifischen Entspannungsverfahren - insbesondere im klinisch-therapeutischen Bereich - eine wichtige Bedeutung zu. In der ganzheitlichen und salutogenetisch orientierten Perspektive ist Entspannung mehr als ein ärztlich verordnetes Mittel zur Vermeidung von Krankheiten. Als wichtige innere Ressource kann sie zu einer Steigerung des Körperbewusstseins und damit zu einer erhöhten Sensibilität für körperliche und psychische Prozesse und damit zur Änderung von Lebensgewohnheiten führen. Systematische Entspannungsverfahren (AT, PMR, Biofeedback, Hypnose) haben z.B. innerhalb der psychologischen Schmerzbehandlung einen hohen Stellenwert und stellen eine wichtige stressregulierende Ressource dar. Im Workshop soll ein weiteres unterstützendes Verfahren vorgestellt werden: Die Imaginationsverfahren über Traum-, Phanta-

sie- und Märchenreisen. Die Imagination (Vorstellungsprozesse) spielt die entscheidende vermittelnde Rolle zwischen verbalen Input (Instruktionen) und physiologischem Output (Entspannungsreaktion). Derartige imaginative Techniken ermöglichen neben einer Vertiefung der Entspannung (z.B. im Zshg. mit PMR) u.a. das Erleben zusätzlicher positiver Emotionen und eine verstärkte Schmerzablenkung. In der Arbeit mit Schmerzkranken haben sich positive Imaginationen (Naturbilder; ein Ort, an dem man sich wohlfühlt) als hilfreich erwiesen. Die TeilnehmerInnen dieses Workshops sollen in einzelnen Schritten mit (Teil-)Übungen an dieses Verfahren herangeführt werden. Eigene Erfahrungen sind willkommen, für die Teilnahme aber keine Voraussetzung.

9. Psychologische Begutachtung im Rahmen der sozialmedizinischen Einschätzung in der medizinischen Rehabilitation

Jürgen Golombek, Heinrich-Heine-Klinik, Potsdam

Diplom-PsychologInnen werden zunehmend in die sozialmedizinische Einschätzung eingebunden und um eine Stellungnahme zur Beurteilung der Leistungsfähigkeit nachgefragt. Dies bezieht sich sowohl auf somatische als auch psychosomatische Rehabilitationen. Das Aufgabengebiet von Diplom-PsychologInnen im Prozess der sozialmedizinischen Begutachtung wird skizziert, Aufbau und Inhalt eines Gutachtens sowie rechtliche Grundlagen der Sozialversicherung dargestellt. Der Workshop dient der Vermittlung von Beurteilungshinweisen für die Begutachtung psychischer/psychosomatischer Störungen an Beispielen ausgewählter Krankheitsbilder: Somatisierungsstörungen, Depressionen, Angststörungen, Zwangsstörungen, PTSB, Persönlichkeitsstörungen.

10. Tanzen statt kämpfen - Motivierende Gesprächsführung bei chronischen SchmerzpatientInnen

Dr. Claus Derra, Reha-Zentrum Bad Mergentheim Klinik Taubertal

SchmerztherapeutInnen sind im Therapieverlauf oft mit hohem Leidensdruck bei gleichzeitig geringer Motivation und passiver Versorgungserwartung seitens der Patientinnen und Patienten konfrontiert. Unsere Reaktion darauf führt wiederum häufig zu Missverständnissen und Auseinandersetzungen mit der Folge von verstärktem Widerstand, denn Betroffene haben eine feine Wahrnehmung für Kränkungen. Motivierende Gesprächsführung (MG) ist ein Beratungskonzept, das SchmerzpatientInnen helfen kann, problematisches Verhalten zu verändern. MG greift insbesondere Misstrauen und Widerstand in akzeptierender Weise auf, versucht Ressourcen zu erfassen und Autonomie zu stärken. Ziele werden vereinbart und ein Veränderungsplan festgelegt, Optionen werden erarbeitet, wie die Ziele erreicht werden können. MG eignet sich besonders gut für eine Betreuung von Schmerzkranken im Rahmen der stationären Rehabilitation. An Kasuistiken wird das konkrete Vorgehen diskutiert.