

Kurs „Psychosomatische Grundversorgung“

Das Curriculum der von uns angebotenen „Psychosomatischen Grundversorgung“ richtet sich nach den Vorgaben der Bundesärztekammer:

(Curriculum Psychosomatische Grundversorgung - Basisdiagnostik und Basisversorgung bei Patienten mit psychischen und psychosomatischen Störungen, - einschließlich Aspekte der Qualitätssicherung - 2. Auflage 2001)

- **Lernziele:**

- **Basisdiagnostik:**

(Kenntnisse)

- Die Teilnehmer sollen grundlegende und speziell auf die hausärztliche Tätigkeit bezogene Kenntnissen erwerben, um
 - die wichtigsten psychischen und psychosomatischen Störungsbilder erkennen und differenzieren,
 - eine Basisdokumentation erstellen und
 - einige wichtige testdiagnostische Verfahren durchführen zu können.

- **Basistherapie:**

(Fertigkeiten)

- Erwerb der Fähigkeit zu einer grundlegenden psychosomatischen Behandlung.
Dazu gehört als Grundlage:
 - eine vertrauensvollen Arzt-Patienten-Beziehung aufbauen zu können,
 - die wichtigsten Elemente der verbalen Intervention zu beherrschen,
 - Dadurch befähigt sein, im erweiterten Gespräch mit den Patienten allein oder gegebenenfalls zusammen mit Angehörigen unterstützende Maßnahmen und Lösungswege zu erarbeiten,
 - Grundlegende systemisch-lösungsorientierte Techniken situations-adäquat einsetzen zu können,
 - Einen „Handwerkskoffer“ mit speziellen Techniken für spezifische Situationen zur Verfügung zu haben

- **Selbstreflexion:**

(Einstellungen)

- Die Teilnehmer sollen die Methode des Selbst-Feedbacks und die Erfahrungen in einer Balintgruppe für ihren Selbst-Reflexionsprozess so nutzen können, dass sie
 - ihre ärztliche Haltung und ihr Rollenverständnis reflektieren,
 - im Umgang mit ihren Patientinnen und Patienten ihre eigene Gegenübertragung wahrnehmen und
 - diese bewusst und konstruktiv in die Arzt-Patienten- Interaktion einbringen können.
- Durch die verbesserte Wahrnehmung ihrer eigenen Gefühle und Bedürfnisse kombiniert mit psychohygienischen Interventionen aus dem Bereich der „Positiven Psychologie“ betreiben sie eine effektive Burnout-Prophylaxe.

- **Kooperation:**

- Die Teilnehmer sollen Psychotherieverfahren kennen und adäquat im psychosozialen Versorgungssystemen kooperieren können. Dazu gehört:

- die Zusammenarbeit mit psychotherapeutischen und psychiatrischen Spezialisten zur differenzialdiagnostischen Klärung oder Weiter- bzw. Mitbehandlung.
- Darüber hinaus sollen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer dafür sensibilisiert sein, für multimodalen Therapiesätzen Netzwerke mit weiteren im Gesundheitssystem aktiven Berufsgruppen (Ergotherapeuten Physiotherapeuten Soziotherapeuten, Familienhilfe, Suchtberatungsstellen u.v.a.m.) zu bilden und zu nutzen.
- **Motivation zu lebenslangem Lernen**
- Die Teilnehmer sind motiviert, sich kontinuierlich fortzubilden. Mögliche Instrumente dabei sind unter anderem:
 - Teilnahme an einer Balint-Gruppe
 - Teilnahme an einem Qualitätszirkel
 - Teilnahme an Super- und Intervisionen
- **Didaktik:**
- Theorievermittlung durch
 - Impulsvorträge,
 - Lehrvideos
 - interaktive Diskussionen
 - Skript
 - vor- und nachbereitende Lektüre ausgewählter Bücher zur Vertiefung
- Praxis durch
 - Live-Demonstrationen
 - auf den theoretischen Input abgestimmte und vorbereitete praktische Übungen
 - Fallbezogene Übungen aus dem Praxisalltag der Teilnehmer im Rollenspiel mit Selbst-Feedback und gemeinsamer Auswertung in der Gruppe
 - Übungen in Kleingruppen mit Reflexion der dabei gemachten Erfahrungen
 - Erprobung des Gelernten in der Praxis in den zwei Monaten zwischen Block A und Block B mit der Reflexionsmöglichkeit im Block B.
- Patientenzentrierte Selbsterfahrung durch
 - die Methode des Selbst-Feedbacks
 - die Teilnahme an einer Balint-Gruppe (optional bei uns vor Ort oder am Heimatort)
 - die Reflexion der zwischen den beiden Ausbildungsblöcken liegenden Erfahrungen und der veränderten Arzt-Patienten-Interaktion.
- Lernschleifen:

Nach jedem theoretischen Input zu den einzelnen psychischen Erkrankungen wird Gesprächsführung mit Fällen aus der eigenen Praxis geübt.

Die Methode des Selbst-Feedbacks im Abgleich mit den Beobachtungen der anderen Kursteilnehmer und der Dozenten ermöglicht einen Prozess der Selbstvalidierung. Gesprächsführungskompetenzen und der nutzbringende Umgang mit der Gegenübertragung werden so kontinuierlich vertiefend geübt.
- **Evaluation:**
- Eigene fragebogengestützte Evaluation am Ende des Kurses zu den Items:
 - Erwartungen der Teilnehmer/Innen

- Praxisrelevanz
- Berücksichtigung des hausärztlichen Patientengutes
- Umsetzbarkeit unter Berücksichtigung der hausärztlichen Arbeitsweise
- Didaktik der Vortragenden
- Fachliche Kompetenz der Dozenten
- Qualität der Präsentationen und des Vortragstils
- Qualität der Live-Demonstrationen
- Qualität der Kursunterlagen
- Relevanz der Beiträge zum Erreichen der Lernziele
- Subjektiver Kompetenzgewinn
- Produktneutralität
- Gesamteindruck des Kurses
- Vorgegebene Fragebögen im Rahmen der CME- Zertifizierung durch die Landesärztekammer Brandenburg
- **Themen:**
- Psychosomatische Grundversorgung als modellübergreifendes Konzept mit Vorstellung der wichtigsten Gesundheits- und Krankheitsmodelle:
 - Bio-psycho-soziales Modell (George Engel, Eric Kandel)
 - Psychodynamisches Modell
(frühkindliche Fixierungen mit entsprechender Entwicklung von Charakterstrukturen, reaktiverer unbewusster Konflikte, Abwehrmechanismen)
 - Verhaltensmedizinisches kognitiv-behaviorales Modell
 - Systemisch-lösungsorientiertes Modell
 - Beziehungsmedizin nach Thure von Uexküll
 - Salutogenese nach Aaron Antonovsky
- Grundlagen der Interaktion:
 - Neurophysiologische Grundlagen
 - Beziehungsaufbau
 - Kommunikationsmodelle
 - nonverbale Kommunikation
 - Gesprächstechniken
 - Fragetechniken
 - Pacing, Leading, Rapport aufbauen
 - Gespräch beginnen und beenden
- Grundlagen der gesundheitsorientierten kognitiven Therapie mit den Schwerpunkten:
 - Übertragung und Gegenübertragung wahrnehmen, erkennen und ausdrücken,
 - Beziehungsstrukturen erkennen und nutzen,
 - Neurosenstrukturen anhand des entwicklungspsychologischen Modells erkennen und mit dem sich daraus ableitendem Beziehungsmodus konstruktiv umgehen können.
 - Paranoider Beziehungsmodus
 - schizoider Beziehungsmodus
 - emotional instabiler Beziehungsmodus
 - narzisstischer Beziehungsmodus
 - depressiver Beziehungsmodus
 - abhängiger Beziehung Modus
 - zwanghafter Beziehungsmodus

- ängstlicher Beziehungsmodus
 - histrionischer Beziehungsmodus
- Grundlagen der positiven Psychologie zur eigenen Burnout-Prophylaxe.
 - Wichtige Gruppen von psychischen Erkrankungen mit deren Psychopathologie, den therapeutischen Möglichkeiten auf den verschiedenen Versorgungsebenen und den Grundzüge der entsprechenden Pharmakotherapie:
 - Angststörungen,
 - Zwangsstörungen
 - depressive Erkrankungen,
 - somatoforme Störungen,
 - psychosomatische Erkrankungen,
 - somatopsychische Erkrankungen,
 - Trauma-Folgestörungen,
 - Dissoziative Störungen,
 - Spezielle psychosomatische Erkrankungen
 - chronische Schmerzsyndrome,
 - Sucht,
 - Eßstörungen,
 - sexuelle Störungen,
 - „Burn-out-Syndrom“
 - Umgang mit chronisch kranken Menschen
 - Partizipative Entscheidungsfindung „Share Decision Making“
 - spezielle Gesprächssituationen:
 - Krisenintervention
 - Suizidalität
 - Überbringen einer schlechten Nachricht „Breaking Bad News“
 - Trauer
 - Umgang mit Psychose und psychose-nahen Zuständen
 - **Kursgestaltung:**
 - Der Kurs psychosomatische Grundversorgung setzt sich zusammen aus
 - zwei Blockveranstaltungen zu je 25 Unterrichtseinheiten mit
 - 20 Unterrichtseinheiten zur Theorievermittlung
 - 30 Unterrichtseinheiten für verbale Intervention mit praktischen Übungen
 Die Blöcke sind aufeinander aufbauend konzipiert und nicht austauschbar.
 - 30 Stunden Teilnahme an einer Balintgruppe, die zusätzlich zu dem 50-Stunden-Kurs erforderlich sind, können je nach Wunsch der Teilnehmer entweder am Heimatort oder bei uns berufsbegleitend über mindestens sechs Monate absolviert werden.

Die Gruppengröße beträgt maximal 16 Personen.

Es wird abwechselnd im Plenum mit allen Teilnehmern und in Kleingruppen mit je einem Dozenten und maximal 8 Teilnehmern gearbeitet.

Das Konzept einer geschlossenen Gruppe mit begrenzter Teilnehmerzahl ist nicht nur für den interaktiven Unterrichtsstil notwendig, sondern auch, um die mit der Selbstreflexion

verbundenen Selbsterfahrungsprozesse in einem überschaubaren und vertrauensvoll-geschützten Rahmen zu ermöglichen.

Der Kurs richtet sich fachübergreifend als Weiter- oder Fortbildungsangebot an Ärztinnen und Ärzte ab dem Zeitpunkt ihrer Approbation.

- **Dozententeam:**

- Dr. med. Margareta Kampmann-Schwantes, Fachärztin für Allgemeinmedizin, fachungebundene Zusatzbezeichnung Psychotherapie.
 - 11 Jahre Niederlassung als Hausärztin, seit 01.07.2016 niedergelassen als ärztliche Psychotherapeutin.
 - 10 Jahre Erfahrung in der Konzeption, Implementierung und Durchführung von Lehrveranstaltungen an der Albert-Ludwigs-Universität Freiburg und der Charité - Universitätsmedizin Berlin.
(unter anderem Konzeption und Implementierung der Lehrveranstaltungen „Ärztliche Gesprächsführung“ und „Überbringen einer schlechten Nachricht“ als erste obligate Lehrveranstaltung zur Gesprächsführung in einem deutschen Regelstudiengang.)
 - Kurse in Psychosomatischer Grundversorgung für Ärzte an den Ärztekammern Westfalen-Lippe, Rheinland-Pfalz, Berliner Ärztekammer, Schleswig-Holstein.
Vielfältige Seminare in „ärztlicher Gesprächsführung“, „Umgang mit schwierigen Patienten“ u.ä. unter anderem an der Berliner Ärztekammer und der Europa-Universität Viadrina Frankfurt (Oder).
- Prof. Dr. med. Ulrich Schwantes, Facharzt für Allgemeinmedizin, fachungebundene Zusatzbezeichnung Psychotherapie, Geriatrie, Suchtmedizin, Balintgruppenleiter.
 - 39 Jahre Niederlassung als Hausarzt,
 - 10 Jahre Direktor des Institutes für Allgemeinmedizin an der Charité – Universitätsmedizin Berlin
 - Seit 2014 Professor für Allgemeinmedizin an der Medizinischen Hochschule Brandenburg MHB
 - Kurse in Psychosomatischer Grundversorgung für Ärzte an den Ärztekammern Westfalen-Lippe, Rheinland-Pfalz, Berliner Ärztekammer, Schleswig-Holstein, Sachsen-Anhalt, Nordrhein-Westfalen u.v.a.m