



FB 41 Niemand ist alleine krank - Psychoedukation bei chronischen Schmerzkrankungen unter Einbeziehung von Angehörigen – 3 UE

M. von Wachter, Aalen

Ziele und Inhalte: Psychoedukative Ansätze halten auch in der Psychosomatik zunehmend Einzug. Patienten sollen sie helfen, die komplexen Zusammenhänge zwischen seelischen, körperlichen und sozialen Faktoren zu verstehen, Selbstwirksamkeit zu fördern und passiv-regressiven Versorgungstendenzen entgegenzuwirken. Auch die Angehörigen sind oft hilflos und leiden unter den Auswirkungen der anhaltenden Beschwerden und Einschränkungen. Behandler können sich darin üben, aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse verständlich zu erläutern, konkrete Behandlungsmöglichkeiten darzustellen und Patienten und deren Angehörigen auf einer kooperativen Ebene zu begegnen. Gerade bei chronischen Erkrankungen sollte der Patient als Experte der eigenen Krankheit angesprochen werden. Die Familie ist dabei die wichtigste Ressource und sie kann bei der Bewältigung unterstützen. Der Schwerpunkt in diesem Seminar liegt auf der Präsentation praktischer Techniken für die Psychoedukation verschiedener chronischer Schmerzkrankungen. Neben der Vorstellung von Schmerzmodellen geht es insbesondere darum, typische Interventionen wie Schmerzbewältigungstraining, Ablenkungsübungen, kognitive Umstrukturierung, Pausenmanagement, Umgang mit Grundbedürfnissen, Differenzierung zwischen Schmerz und Affekten sowie Umgang in der Partnerschaft aus psychoedukativer Perspektive vorzustellen und patientenadaptiert umzusetzen. Patientengerechte Arbeitsblätter, ein Schmerzpsychotherapie-Begleitbuch des Autors und eine Psychoedukation auf DVD werden vorgestellt. Auf Fragen und Bedürfnisse der Teilnehmer wird entsprechend eingegangen.

Literatur: Askan Hendrichke, Martin von Wachter. Störungsorientierte Differenzierung von Behandlungsthemen und therapeutischem Vorgehen bei Patienten mit chronischer Schmerzstörung. *Ärztliche Psychotherapie* 3/2008; Martin von Wachter und Askan Hendrichke. Die Seele schweigt - der Körper spricht. Psychosomatische Erkrankungen und ihre Behandlung. Psychoedukations-DVD Psychosomatische Erkrankungen. Auditorium Netzwerk / Jokers Verlag 2009; Martin von Wachter. Chronische Schmerzen. Selbsthilfe und Therapiebegleitung. Orientierung für Angehörige. Springer-Verlag 2012, Materialien unter <http://www.schmerzpsychosomatik.de>

Angaben zum Referent: Dr.med. Martin von Wachter, Ostalb-Klinikum Aalen, Klinik für Psychosomatik

Im Kälblesrain 1, 73430 Aalen, Tel 07361-551801 Fax 07361-551803, E-mail von.wachter@ostalbklinikum.de