

# NEWSLETTER

Schweizerische Arbeitsgruppe für Physiotherapie in der Psychosomatik und Psychiatrie

**Dezember 17**

Jahr 3, Ausgabe 6

**Inhalte:**

<i>Fachveranstaltung</i>	2
<i>SAG PPP</i>	3
<i>International Organisation</i>	3
<i>Publikationen</i>	4
<i>Mitglieder berichten von Fortbildungen</i>	8
<i>Links</i>	9
<i>Agenda</i>	10
<i>Einzahlungsschein</i>	11

**Kontakt Newsletter:**

info@sagppp.ch

**Herausgeber:**

Emanuel Brunner  
emanuel.brunner@ksw.ch

Daniela Benz  
daniela.benz@bluewin.ch

## Guten Tag

**Korrektur: Im Newsletter vom Dezember 2017 wurden veraltete Kontaktadressen publiziert.**

In dieser aktualisierten Version findet sich die korrekte Adresse zur Anmeldung an der Fachveranstaltung am 26. Januar 2018. Daniel Benz wird ein Fachinput zum Thema „die erste Begegnung“ halten. Wir freuen uns auf das Referat und die anschliessende Diskussion zu diesem relevanten Thema.

Im Jahr 2018 findet bereits wieder eine internationale Konferenz unserer Dachorganisation statt, der International Organisation of Physiotherapists in Mental Health (IOPTMH). Die kommende Konferenz folgt auf die Konferenz in Madrid. Wir würden uns freuen, wenn auch im kommenden Jahr wieder eine grosse Delegation aus der Schweiz teilnehmen würde. Also: Schnellstmöglich registrieren – und den Flug nach Island buchen!

Im Jahr 2017 wurden gleich drei Bücher zur Physiotherapie in der Psychosomatik und Psychiatrie publiziert. In diesem Newsletter machen wir auf diese wichtigen Publikationen aufmerksam.

Wir wünschen einen guten Start ins neue Jahr,

**Emanuel Brunner**

Physiotherapeut MSc

Kantonsspital Winterthur, Fachverantwortlicher Schmerz

[emanuel.brunner@ksw.ch](mailto:emanuel.brunner@ksw.ch)

**Daniela Benz**

Physiotherapeutin FH, Focusingtherapeutin

DAF Lehrbeauftragte BFH Modul Psychiatrie

[daniela.benz@bluewin.ch](mailto:daniela.benz@bluewin.ch)

## Fachveranstaltung der SAG PPP

Am 26. Januar 2018 findet der nächste Fachaustausch der SAGPPP statt.

### **Die erste Begegnung: Was wir alles beim Beginn einer Behandlung verpassen können.**

**Referentin:** Daniela Benz, Physiotherapeutin FH, Focusingtherapeutin DAF

**Datum:** Freitag, 26. Januar 2018 18.00- 19.30 Uhr

**Ort:** BFH Berner Fachhochschule, Murtenstrasse 10 CH-3008 Bern

**Anmeldung:** erwünscht bis 19.1.2018: [daniela.benz@bluewin.ch](mailto:daniela.benz@bluewin.ch)

**Kosten:** Teilnahme ist kostenlos

Der fachliche Austausch bietet Raum, um den Beginn einer Behandlung zu reflektieren.

- Wie gestalte ich den Anfang einer Behandlung? Was ist mir wichtig dabei?
- Wie unterstütze ich, dass sich eine Patientin gehört und gesehen fühlt?
- Wie stelle ich mich vor?
- Eine offene Frage zum Beginn der Anamnese – warum? Wie mache ich dies?

Als Input dienen die ersten drei Schritte der Anamnese und Körperuntersuchung nach Rolf Adler: (1.) Vorstellung und Begrüssung, (2.) Gestaltung einer günstigen Situation, und (3.) Landkarte aller Beschwerden.

Zwei Beispiele aus der Praxis zum Thema:

Ich habe mich gut auf einen neuen Patienten vorbereitet. Ich habe die Diagnose nachgelesen, habe Fragebogen herausgesucht. Die erste Therapie ist im Voraus schon verplant. Hoffentlich redet der Patient nicht zu ausschweifend!

Kann es sein, dass ich damit meinen Blick und die Situation auch einenge?

Ein neuer Patient kommt zur Türe herein, zieht nach der Begrüssung den Pullover aus und legt sich bäuchlings auf die Liege.

Habe ich eine Idee davon, mit welcher Erwartung dieser Patient in die Physiotherapie kommt?

## Neue Webpage

Wir freuen uns über unsere neue Webpage, die von Yvonne Harder gestaltet wurde. Vielen Dank!

**<http://www.sagppp.ch/>**

## Mitgliederversammlung 2018: save the date!

Die zweite Mitgliederversammlung der SAGPPP findet am 16. März 2018 von 16.30 bis 19.30 Uhr im Raum Winterthur/ Frauenfeld statt. Weitere Informationen werden folgen.

## International Organization of Physical Therapy in Mental Health (IOPTMH)

### Internationale Konferenz in Island (ICPPMH)

Die nächste internationale Konferenz, organisiert von der IOPTMH, findet vom 10. - 12. April, 2018 in Reykjavik, Island statt. Das Motto der Konferenz lautet: *mental health is all physio's business*. Weitere Informationen zur Konferenz:

<https://icelandtravel.artegis.com/event/ICPPMH-Conference2018>

### IOPTMH

Während der Konferenz in Island findet auch die Mitgliederversammlung der IOPTMH statt. Mitglieder der IOPTMH sind die Mitgliedsländer. Die Schweiz ist seit 2016 offizielles Mitglied der internationalen Organisation.

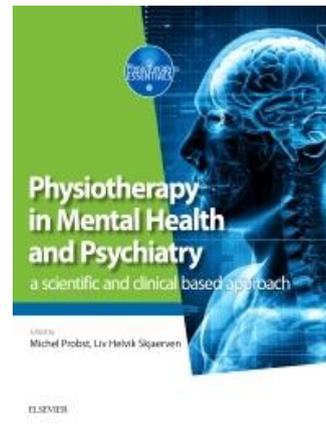
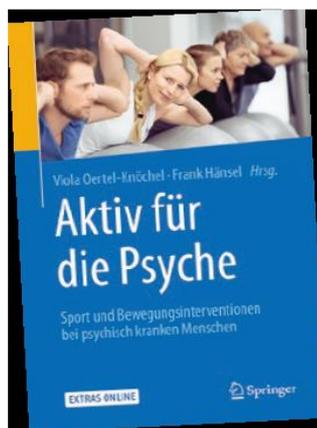
Die Mitglieder sind gebeten, Anträge, Ideen und Anmerkungen vor dem **30. Januar, 2018** an den Vorstand der IOPTMH zu senden.

Für Beiträge aus der Schweiz bitten wir die Mitglieder der SAG PPP, Emanuel Brunner ([emanuel.brunner@ksw.ch](mailto:emanuel.brunner@ksw.ch)) zu kontaktieren.

An der Mitgliederversammlung wird ein neuer Vorstand für die IOPTMH gewählt. Aktuell besteht der Vorstand aus sechs Mitgliedern. Drei Positionen sind neu zu belegen. Kandidaten für den Vorstand müssen sich bis zum 31. Dezember 2017 beim Präsident der IOPTMH melden.

## Publikationen

In den letzten Monaten sind mehrere Bücher zur Physiotherapie in der Psychosomatik und Psychiatrie veröffentlicht worden. Wir freuen uns über die neue Literatur und machen euch aufmerksam auf drei aktuelle und lesenswerte Bücher.



## Bücherrezensionen

### **Der Körper als Bühne der Seele: Psychosomatik in der Physiotherapie**

Astrid Kathrein: Hogrefe Verlag, Bern. 2017

*Buchrezession von Noemi Hagemann*

Dieses Buch hat das Zeug zum Standardwerk innerhalb der Psychosomatik in der Physiotherapie. Es veranschaulicht auf verständliche und umfassende Art und Weise das Zusammenwirken von Körper, Seele und Geist. Dabei wird stets eine reflektierende und kritische Haltung eingenommen, welche die Grenzen und Möglichkeiten des Transfers in die Physiotherapie aufzeigt. Astrid Kathrein, Physiotherapeutin und Psychologin, setzt mit einer breiten Basis Grundwissen an. Sie schlägt den Bogen von zahlreichen Konzepten und Theorien von Freud, Mitscherlich, Ferencsi, Alexander und Anderen über neuere Stress-Modelle, Körpertherapiekonzepten und Embodiment. Dabei bezieht sie die Erkenntnisse ihrer psychologischen Abschlussarbeit mit ein. Diese widmete sich der Fragestellung, ob Physiotherapeuten eine psychosomatische Sichtweise in ihre Behandlungsform miteinbeziehen.

Dabei analysiert die Autorin in zahlreichen Interviews das Vorgehen der Physiotherapeuten bei der Anamnese und Symptomatik. Zudem beleuchtet sie den Umgang der Patienten mit einer möglichen Rolle von psychischen Faktoren innerhalb des Krankheitsgeschehens. Abschließend fasst sie Möglichkeiten des Umgangs mit psychischen Belastungen zusammen, sowohl bei konkreten Maßnahmen in der Therapie wie auch in der Selbstfürsorge des Physiotherapeuten. Im Hinblick auf die Weiterentwicklung der Psychosomatik innerhalb der Physiotherapie werden Vorschläge zur besseren Integration in der Ausbildung diskutiert sowie die bereits bestehenden evaluiert. Dabei wird vor Allem Bezug genommen auf Das Neue Denkmodell und die Integrative Physiotherapie nach Hüter-Becker. Die Autorin konkludiert, dass es dem Therapeuten selbstverständlich selbst überlassen bleibt, inwiefern er die verschiedenen Wesensebenen in die Therapie miteinbezieht, dass dann jedoch „durch eine körperliche Schwerpunktsetzung wesentliche Aspekte der jeweiligen Person im Verborgenen bleiben und damit die Behandlungsmöglichkeiten begrenzt [sind].“

Dieses Buch bietet einen Mehrgewinn für Diejenigen, die sich ausführlich mit diesem Thema auseinandersetzen wollen. Wer nur die kurzen Zusammenfassungen überfliegt, wird nicht viel tiefere Erkenntnisse gewinnen. Die Autorin diskutiert verschiedene Aspekte der täglichen Therapieerfahrung auf eine ausgewogene Art und Weise. Für den erfahreneren Therapeuten wird vieles erkennbar sein. Der Mehrwert dieser Interviews liegt vor Allem darin, dass die Autorin die Beobachtungen und Beschreibungen der Therapeuten (in denen sich meist viele Kollegen wiederfinden werden) in Bezug setzt mit den verschiedenen Konzepten zu Beginn des Buches. Auf diese Weise gelangt der Leser zu einem größeren Verständnis zum Krankheitsgeschehen sowie auch für eigene Therapieerfahrungen.

Da sich in jedem physiotherapeutischen Fachbereich ein wesentlicher Anteil (30%) an psychisch belasteten Patienten befindet, ist dieses Werk fachübergreifend zu empfehlen.

*Wir danken Noemi Hagemann, PhD Studentin an der KU Leuven, für die Erlaubnis zum Abdruck dieser Rezension.*

## **Aktiv für die Psyche: Sport und Bewegungsinterventionen bei psychisch kranken Menschen**

Oertel, Viola, Hänsel, Frank (Hrsg.). 2016, Springer Verlag. ISBN 978-3-662-46536-3.

*Buchbesprechung von Daniela Benz*

Das Buch «Aktiv für die Psyche» liefert viele Hintergrundinformationen und Anregung für die Arbeit mit psychisch kranken Menschen.

Sportaktivitäten stellen bei psychisch kranken Menschen wertvolle Interventionen dar. Dabei ist es heute noch nicht selbstverständlich, dass die psychische Wirkung von Bewegungsinterventionen bei PatientInnen und Behandlern genügend bekannt ist. Bewegung kann zum Beispiel bei Depressionen die Selbstsicherheit fördern, von starkem Gedankenkreisen ablenken oder hohe innere Anspannung abbauen.

Das Buch «Aktiv für die Psyche» richtet sich an PhysiotherapeutInnen und andere Bewegungsfachleute, die sport- und bewegungsorientiert mit Menschen mit psychischen Störungen arbeiten. Es vermittelt Grundlagen zu psychischen Störungen, Ernährung, Training und Psychopharmakotherapie. Zudem beschreibt es differenziert die Auswirkungen von Sport und Training auf Körper und Psyche von psychisch Kranken. Zu den psychiatrischen Diagnosen können störungsspezifische psychische Aspekte und empfohlene Massnahmen nachgeschlagen werden: Bei Depression mit niedrigem Selbstwertgefühl und Antriebsschwäche empfehlen sich kurze Sporeinheiten mit Pausen und eine individuell angepasste Aufgabenschwierigkeit. Bei Menschen in einer manischen Phase gilt es, eher auf Reizarmut zu achten und ein Verausgaben zu verhindern.

Die Informationen zu Psychopharmaka sind kompakt und hilfreich zusammengefasst. Unter «Lithium» findet sich zum Beispiel die Indikation (bei bipolaren Störungen, kontinuierlich einnehmen) und die wichtigsten Nebenwirkungen (Gewichtszunahme, geringe therapeutische Breite, wirkt bei Überdosierung toxisch mit Übelkeit, Erbrechen, Schwindel, Zittern, Verlangsamung).

### **Vernachlässigte Selbstsorge**

Sind wir uns genügend bewusst, dass viele psychisch Kranke körperlich ungenügend für sich sorgen? Es ist wichtig, Grundbedürfnisse wie genügend Flüssigkeitszufuhr, ausgewogenes Essen, regelmässigen Schlaf oder Alltagsbewegung anzusprechen. Vor sportlicher Betätigung sind mögliche Risikofaktoren sorgfältig abzuklären. Der allgemeine Gesundheitszustand und die körperliche Fitness von Menschen mit einer Schizophrenie sind zum Beispiel schlechter als in der Gesamtbevölkerung. Sie haben ein hohes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Bei Menschen mit einer emotional-instabilen Persönlichkeitsstörung gilt es, die Verletzungsgefahr bei den Übungen zu beachten. Die AutorInnen betonen wiederholt, dass die Behandlung

kontinuierlich individuell angepasst werden muss, sowohl an die Person und das Krankheitsbild als auch an die Tagesform und den Krankheitsverlauf.

### **Eine anregende Sammlung von Übungen**

Im Praxisteil des Buches finden sich viele Übungen, die sich im psychiatrischen Kontext bewährt haben: zum Aufwärmen, für Mobilisation und Lockerung, Flexibilität, Koordination, Kräftigung und zur Verbesserung der aeroben Ausdauer. Die Übungen können als Postenübungen individuell angepasst und doch in der Gruppe ausgeführt werden. Hier können schnell neue Ideen geholt werden. Die Kräftigungsübungen können als Karten ausgedruckt werden, sie sind mit aussagekräftigem Bild und wenig Text gut einsetzbar. Im Buch sind immer wieder Erfahrungen aus der Praxis eingestreut. So etwa die Beobachtung, dass für viele PatientInnen Abnehmen ein vorrangiges Ziel, jedoch ein sehr schwieriges Unternehmen ist. Menschen mit einer Schizophrenie haben wenig Chancen, allein mit Sport Gewicht zu reduzieren. Möglich ist jedoch, die Fitness und das körperliche Befinden zu verbessern.

Ein Schwachpunkt des Buches ist die leider etwas unübersichtliche, wenig ansprechende Darstellung. Dafür punktet es jedoch mit hohem Praxisbezug und gutem Preis-Leistungs-Verhältnis.

### ***Buchbesprechung Daniela Benz, Physioactive, 2017 4***

#### **Physiotherapy in Mental Health and Psychiatry: a scientific and clinical based approach (1<sup>st</sup> ed.)**

Herausgegeben von Michel Probst & Liv Skjaerven. 2017, Elsevier, ISBN: 9780702072680

Michel Probst und Liv Skjaerven haben zusammen mit mehr als 50 Autoren das erste internationale Standardwerk zur Physiotherapie in Mental Health und Psychiatrie erstellt. Das Fachbuch fasst verschiedene Perspektiven der ambulanten und stationären Physiotherapie zusammen, und dient Physiotherapeuten als Orientierung für die Behandlung von verschiedenen psychischen Problemen und Psychopathologien. Die breite Zusammenfassung von Messinstrumenten und Behandlungsmethoden wird Physiotherapeuten helfen, Behandlungsschwerpunkte zu identifizieren und Veränderungen in der Behandlung zu evaluieren.

## Mitglieder berichten von Fortbildungen:

### **Psychisches Leiden und körperliches Befinden – ein Psychosomatik-Basis-Modul**

*Von Beatrice Meyer*

Am 1. und 2. September fand in der Psychiatrie Baselland in Liestal die ersten 2 Tage des interdisziplinären Kurses statt, der insgesamt vier Tage dauerte.

Es gelang Zagorka Pavles (Physiotherapeutin) und Larissa Geissberger (Psychologin) einen Kurs anzubieten, der Psychologen, Hausärzte, Psychiater und Physiotherapeutinnen gemeinsam ansprach. Die interdisziplinäre Zusammensetzung der KursteilnehmerInnen führte immer wieder zu anregenden Diskussionen über die Möglichkeiten und Hindernisse der Zusammenarbeit, was als bereichernd und konstruktiv erlebt wurde.

Nach einer Einführung in die Psychosomatik durch Zagorka und Larissa, hielt Prof. Dr. J. Küchenhoff eine praxisnahe Einführung in die von ihm entwickelte „operationalisierte Psychodynamische Diagnostik“ (OPD). Was am ersten Tag noch zu etwas Verunsicherung und Fragen führte, konnten die Kursleiterinnen am zweiten Tag mit Gruppenarbeiten und Fallbeispielen aus der Praxis zusammenfügen und klären.

### **The Resource Oriented Body Examination. (ROBE) Basic course in norwegian psychomotor physiotherapy body examination: Ein-Blick in die Norwegische Psychomotorische Physiotherapie (NPMP)**

*Von Susanne Waldmeier Hotz*

Im Frühjahr nahm ich an einem viertägigen Einführungskurs für NPMP an der Hochschule in Oslo teil. Ein bereicherndes Experiment, das mir erlaubte in einem angeregten Austausch mit 8 anderen Teilnehmern aus verschiedenen Ländern, Grundlagen für die Befundaufnahme (Ressource Oriented Body Examination = ROBE) zu erarbeiten.

Das Modul begann im November als e-learning mit vorbereitenden kurzen Videos und Übungsanleitungen, alles in einem leicht verständlichen Englisch. Die zwei erfahrenen Dozentinnen Kirsten Ekerholt und Elisabeth Moyner vermittelten und ergänzten die Grundlagen mit viel Einfühlungsvermögen, Fachkompetenz und Humor. So erhielt ich einen tiefen Einblick in eine Methode, die mich im Jahr 2016 am Internationalen Kongress für Physiotherapie in Mental Health (ICPTMH) in Madrid besonders angesprochen hatte.

Die Norwegische Psychomotorische Physiotherapie baut auf einem klassischen physiotherapeutischen Konzept auf und legt einen grossen Wert auf die Atmung und den Dialog. Schon vor 70 Jahren arbeitete die Begründerin der Methode eng mit einem Psychiater zusammen und es ist gelungen, diesen lebendig suchenden Ansatz wach zu behalten und viele neuere wissenschaftliche Erkenntnisse zu integrieren, ohne die langjährige, menschliche Erfahrungspraxis zu verlieren.

Die Reise nach Oslo festigte mein Vertrauen in die Wirkkraft einer geschulten Wahrnehmung in Verbindung mit fachlichem Wissen: Ohne interpretieren zu müssen, zeigt sich das Wesentliche im interessierten, respektvollen Hinsehen, Ertasten und Nachfragen.

Ein zweiter internationaler ROBE Kurs ist in Wien geplant:

<https://www.physioaustria.at/kurs/resource-oriented-body-examination-robe>

Es würde mich sehr freuen, wenn später dann ein vertiefender Kurs zustande käme, um dieser Spur noch weiter zu folgen.

### **Cristina Staub als Gastdozentin an der University of Leuven (KU Leuven), in Belgien**

Auf die Einladung von Prof. Dr. Michel Probst hat Cristina Staub (PT, PhD) eine Gastvorlesung zum Thema Schlaf und Physiotherapie an der KU Leuven gehalten. Die Vorlesung richtete sich an Studierende des Studiengangs MSc in Rehabilitation Sciences and Physiotherapy. Wir gratulieren Cristina Staub zur Einladung an der KU Leuven und die erfolgreiche Präsentation.

## **Links zum Thema Psychische Gesundheit**

### **Depression: Videos der WHO:**

<https://www.youtube.com/watch?v=2VRRx7Mtep8>

<https://www.youtube.com/watch?v=XiCrniLQGYc>

<https://www.youtube.com/watch?v=X-fAEMgQnt8>

### **Suizidprävention: Videos SBB:**

<http://www.reden-kann-retten.ch/>

## Agenda

### Veranstaltungen SAGPPP

Wann/Wo	Titel	Informationen und Anmeldung
26.1.2018 Bern BFH, 18-19.30h	<b>Die erste Begegnung</b> Was wir alles beim Beginn einer Behandlung verpassen können Daniela Benz	<u><a href="#">Fachveranstaltung SAGPPP</a></u> <u><a href="mailto:daniela.benz@bluewin.ch">daniela.benz@bluewin.ch</a></u>
16.3.2018 16.30 – 19.30, Raum Winterthur/Frauenfeld	2. Mitgliederversammlung SAGPPP	<u><a href="mailto:info@sagppp.ch">info@sagppp.ch</a></u>

### Weiterbildungen und Veranstaltungen im Bereich der Physiotherapie in der Psychosomatik

Wann/Wo	Titel	Informationen
1./2. März 2018, in Aarau 2 Tage	<b>Taten statt Worte: Akzeptanz- und Commitmenttherapie (ACT)</b> bei Patienten mit chronischen Schmerzen	Prof. JoAnne Dahl, Grit Hoffmann <u><a href="https://kurse.rehabellikon.ch/kurs.php?zgr=&amp;katid=&amp;vid=22858">https://kurse.rehabellikon.ch/kurs.php?zgr=&amp;katid=&amp;vid=22858</a></u>
23.3.18, in Winterthur 1 Tag	<b>Einführung BBAT Basic Body Awareness</b>	Beat Streuli <u><a href="http://www.bodyawareness.ch/home/">http://www.bodyawareness.ch/home/</a></u>
29.4.-3.5.2018 Und 23.9.-27.9.2018, im Lasalle Haus	<b>Body-Zen – BBAT und Zazen</b> Offen für alle Interessierten	Marcel Steiner, Beat Streuli Angesprochen sind Menschen mit Interesse an der Verbindung von Sitzmeditation und Körperwahrnehmungsübungen: Anfänger ebenso wie Geübte und Fachleute, die körpertherapeutisch arbeiten. <u><a href="https://www.lassalle-haus.org/">https://www.lassalle-haus.org/</a></u>
18.6 -21.6.2018, in Winterthur	<b>Basic Body Awareness BBAT Kurs A</b>	Beat Streuli <u><a href="http://www.bodyawareness.ch/home/">http://www.bodyawareness.ch/home/</a></u>

