

Inhalt

Vorwort	11
----------------------	----

A

LEBENSWELT-MEDIZIN – Das ganzheitliche bio-psycho-soziale Konzept der Humanmedizin	19
Der Mensch und seine „Umwelt“	19
Das traditionelle bio-medizinische Verständnis von Krankheit	20
Das bio-psycho-soziale Verständnis als aktuelle wissenschaftliche Grundlage der Medizin	21
Der Streit um die „Ganzheitlichkeit“ in der Medizin	26
Praxis der bio-psycho-sozialen Humanmedizin – Simultandiagnostik und Simultantherapie	29
Zur Frage der Spiritualität im Konzept der <i>Körper-Seele-Einheit</i>	31
Das Menschenbild der bio-psycho-sozial orientierten Humanmedizin	33
Krankenhäuser als „heilende Umwelt“ und neuzeitliche „Gesund- heitstempel“?	41
Resümee	42

B

GESUNDHEIT UND KRANKHEIT – Die ganzheitliche Perspektive der wissenschaftlichen Medizin	45
Wissenschaftliche Medizin versus alternative Medizin und Esoterik	45
Von der dichotomen Psychosomatik zur integrativen bio-psycho- sozialen Medizin	49
Das Verständnis von Krankheit und Gesundheit in den Wissenschaften ...	52
Modelle zum Verständnis des Phänomens <i>Krankheit</i>	53
Das komplexe Phänomen <i>Gesundheit</i>	58
Kurzcharakteristik der bereichsspezifischen Definitionen von Gesundheit	59
Homöostase versus Heterostase	63
Gesundheit aus der Perspektive der Gesundheitspsychologie	64
Das Risiko- und Schutzfaktoren-Konzept	65
Salutogenese versus Pathogenese	67
Das multidimensionale Modell von Gesundheit	68

Gesundheit und Krankheit im bio-psycho-sozialen Modell	70
Lebensstil und Gesundheit – Gesundheitswissen, Gesundheits- motivation und Gesundheitsverhalten	70
Grenzen der psychologischen Nutzung von Selbstverantwortung und Selbstkontrolle	73
Wohlbefinden und Glückserleben	76
Psychologische Schutzfaktoren der Gesundheit	77
Veränderung von riskantem Gesundheitsverhalten	78
Gesundheit und Selbstheilung	83
Sprechende Medizin – Zur fundamentalen Bedeutung der Arzt*-Patient*-Kommunikation	88

C

ZUR PSYCHOSOZIALEN, PSYCHOSOMATISCHEN UND PSYCHOTHERAPEUTISCHEN KOMPETENZ VON ÄRZTEN*	93
Die postgraduellen PSY-Lehrgänge als Wegbereiter für eine bio-psycho-soziale ärztliche Praxis	94
Fortbildungen in <i>psychosozialer Medizin, psychosomatischer Medizin</i> und <i>psychotherapeutischer Medizin</i>	95
Das Curriculum <i>Psychosoziale Medizin</i>	96
Das Curriculum <i>Psychosomatische Medizin</i>	97
Das Curriculum <i>Psychotherapeutische Medizin</i>	99
Resümee	103

D

PSYCHOSOZIALE MEDIZIN	105
Psychosoziale Medizin als <i>Sprechende Medizin</i>	105
Das Wort als Wirkfaktor	106
Das Ärztliche Gespräch als Grundlage für Diagnostik und Therapie	109
Die Arzt*-Patient*-Kommunikation als zentrale Säule jeder medizinischen Intervention	115
Fakten zur Bedeutung der Arzt*-Patient*-Kommunikation	118
Psychosoziale Medizin als Fortbildungslehrgang	125
<i>Live Supervision</i> – eine innovative Lehrinheit zur ärztlichen Gesprächsführung	128
Die Arztrolle in Zeiten der Informationstechnologien – Orientierungshelfer im Krankheitsfall	133

ARBEITSBLÄTTER zur Psychosozialen Medizin	135
Merkmale einer professionellen ärztlichen Gesprächsführung	136
Kennzeichen eines patientenorientierten Gesprächs	138
Salutogenetische Exploration und Disputation	138
Information, Aufklärung und das Übermitteln schwerwiegender Diagnosen	139
Regeln für das Mitteilen von bedrohlichen diagnostischen Nachrichten	140
Beispiele für Standardsituationen im ärztlichen Gespräch	141
Häufige Fehler in der ärztlichen Gesprächsführung	144
Killerphrasen im ärztlichen Gespräch	144
Protokoll zu einem psycho-sozial orientierten therapeutischen Patientenkontakt	145
Protokollbogen <i>Critical Incident</i>	146
Leitfaden für das bio-psycho-sozial orientierte Patienten*-Gespräch im Konsiliar-Liaisondienst	147
Beurteilungsbogen für die ärztliche Gesprächsführung	149
Checkliste zum ärztlichen Kommunikationsverhalten	150
Patienten-Fragebogen zur Erhebung der Arzt*-Patient*-Beziehung	152
Organisation von „sprechender Medizin“ in der eigenen ärztlichen Praxis	153

E

PSYCHOSOMATISCHE MEDIZIN	155
Das bipolare, dichotome Verständnis von Krankheit und Gesundheit in der traditionellen Psychosomatik	155
Bio-psycho-soziale Diagnostik und Therapie bei gesundheitlichen Störungen	158
Dokumentation einer Simultandiagnostik und Simultantherapie im klinischen Alltag	160
Stress- und belastungskorrelierte Krankheitsphänomene	164
Die Behandlung von Patienten* mit somatoformen Beschwerden	170
Zur psychischen Verarbeitung einer schweren bzw. chronischen Krankheit im zeitlichen Verlauf	174
Psychosomatische Medizin als Fortbildungslehrgang	178
Expertengespräch – ein Didaktikmodell zur Praxis der psychosomatischen Medizin	179
Parallele Diagnostik (Simultandiagnostik) und parallele Therapie (Simultantherapie)	182

ARBEITSBLÄTTER zur psychosomatischen Medizin	183
Gesundheitliche Beschwerden ohne ausreichende organische Begründung	184
Kurzanleitung für die psycho-somatische Exploration	184
Eine kleine Hilfestellung für Ärzte*	184
Somatisierungsstörungen – einige allgemeine therapeutische Ansätze	185
Patienten* mit somatoformen Störungen	185
Nützliche therapeutische Interventionen bei Patienten* mit somatoformen Störungen	185
Modell zur Entwicklung einer krankheitswertigen Somatisierungsstörung	186
Zur verhaltensmedizinischen Therapie chronifizierter Schmerzen	187
Vorbereitung zum Umgang mit Patienten* mit somatoformen Schmerzstörungen	187
Patienten*-Information zur verhaltensmedizinischen Schmerztherapie	187
Der „Teufelskreis“ bei Angstanfällen	188
Idealtypischer Angstablauf	189
Modell zur Entstehung einer Hypochondrie	190
Therapiestrategien bei Patienten* mit übersteigerter Krankheitsangst	191
Kognitive Umstrukturierung hypochondrischer Bewertungsprozesse	192
Notfall-Plan für Panik-Patienten*	192
Check-Liste zum Ergünden der subjektiven Krankheitstheorie	193
Alternative Erklärung für körperliche Beschwerden	196
Allgemeine therapeutische Ansätze zur Förderung der Stresstoleranz und Resilienz	197
Meine psychologische Apotheke – Aktivitätenliste zur Modifikation von Stimmungen	198
Mein Wochenplan (zeitliche Planung von Aktivitäten)	200
Patienten*information zur Motivierung von gesundheitlich relevanten Verhaltensänderungen	201
Pragmatische Selbsthilfe für Ärzte* gegen Überlastung und Burnout im Beruf	201
Unterlagen zur Dokumentation „Praxis der psychosomatischen Medizin“	202
Psychosomatische Medizin – Verlaufsdokumentation	203
Simultandiagnostik und Simultantherapie in der bio-psycho-sozialen Patienten*betreuung	204

F

PSYCHOTHERAPEUTISCHE MEDIZIN	209
Die heilkundliche Behandlung mit psychologischen Mitteln	209
Psychotherapeutische Medizin als integrative und integrierte klinische Psychotherapie	209
Psychotherapeutische Traditionen	217
Psychotherapeutische Medizin als Fortbildungslehrgang	218
Ausbildung am Beispiel des Curriculums „integrative Verhaltenstherapie“	220
Idealtypisches Ablaufschema für den therapeutischen Prozess	232
ARBEITSBLÄTTER zur Psychotherapeutischen Medizin	234
Modell für die Analyse eines unerwünschten (problematischen) Verhaltens (A), Diagnostische Daten (B), Veränderungsplan (C), Durchführung (D)	235
Das Beobachten und Beschreiben von Gefühlen	237
Der Gefühlskreis	238
Psychologische Entspannungsverfahren in der therapeutischen Praxis	239
Traum und Traumerleben	240
Zur therapeutischen Nutzung von Träumen in der ärztlichen Praxis	241
Disputation zu kognitiven Einstellungen	242
Beispiele für Modellsuggestionen	243
Problemlöseschritte	244
Problemlösebogen	245
Soziales Kompetenztraining	246
Tagesprotokoll für negative Gedanken	247
Therapie-Aufgaben in der Depressionstherapie	248
Mögliche Gründe für das Nichtausführen von Therapieaufgaben	249
Prototypen therapeutischer Beziehungen	250
Schrittweiser Aufbau selbstsicheren Verhaltens in sozialen Situationen	251
Ideensammlung zur Nutzung von individuellen Leitmotiven (mein Motto)	252
Die 10 Dimensionen der Weisheitskompetenz	253
Katalog zur Arbeit mit Lebensstil-Themen	254
Themen zur eigenen Familie, Herkunft und Lebensgeschichte	255
Einsamkeit nach Partnerverlust	256

Therapievereinbarung	257	
Protokollierungsbogen für eine therapeutische Behandlungs- stunde	258	
Idealtypisches Schema für die Aufarbeitung eines therapeutischen Prozesses	259	
 G		
AUSWIRKUNGEN DER FÖRDERUNG VON PSYCHOSOZIALEN KOMPETENZEN AUF DIE ÄRZTLICHE PRAXIS?	261	
Effektivität des ärztlichen Gesprächs	264	
Durch PSY-Fortbildungslehrgänge erworbene Kompetenzen	269	
Erlebter Kompetenzzuwachs durch PSY-Diplom-Ausbildungen	278	
Beurteilung und Ausblick	291	
 H		
Literatur	293	
 Angaben zum Autor		307