

Protokoll der Dapo-Regionaltagung vom 02.04.2008

Top 1: Vorstellungsrunde

Top 2: Vortrag zum Thema „Schulung der Achtsamkeit“ von Frau Elisabeth Weiß / Greven

2.1 Frau Weiß stellte ihren 8-wöchigen Kurs zur Stressbewältigung durch Achtsamkeit nach dem Programm „Mindfulness-Based-Stress-Reduction“ (MBSR) von Prof. Kabat-Zinn vor (Training läuft seit über 20 Jahren in USA in über 240 Einrichtungen):

- Nach einem Vorgespräch mit jedem einzelnen Teilnehmer findet der Kurs mit einer Gruppe von ca. 8 Personen 1-mal pro Woche á 2,5 Stunden statt. Zusätzlich findet nach 6 Wochen ein intensiver Tag der Achtsamkeit statt. (6-Stunden-Programm an einem Sonnabend.)
- 2 Wochen nach Kursende gibt es ein Nachbesprechungsangebot für jeden einzelnen Teilnehmer.
- Für die Kursteilnehmer ist ein tägliches Übungsprogramm von 30 – 45 Minuten zu Hause verpflichtend. Dafür erhalten sie ein Materialangebot, das sie im Verlaufe der Wochen variieren können.
- Die inhaltlichen Schwerpunkte des Kurses stellte Frau Weiß ausführlich vor (sie sind im Anhang umfassend nachzulesen).
- Es erfolgte dann eine ca. 10-minütige Atem- und Achtsamkeitsübung für uns Tagungsteilnehmer.
- Anschließend ca. 20 Minuten Diskussion, u.a. zur praktischen Durchführbarkeit des Kurses.

2.2 Im 2. Teil des Vortrages ging Frau Weiß speziell auf die Belastungssituation bei onkologischen Patienten im Zusammenhang mit der Achtsamkeitsschulung ein.

Literaturhinweis: „Achtsamkeit und Akzeptanz in der Psychotherapie“ Handbuch von T. Heidenreich & J. Michalak

Top 3: Vernetzungen und Netzwerkstrukturen in der Psychoonkologie

Es nahm jeder Tagungsteilnehmer Stellung. So wurden unterschiedlichste regionale Netzwerke vorgestellt: 1. Netzwerke der Zusammenarbeit verschiedener Kliniken. 2. Psychoonkologische Qualitätszirkel bzw. Arbeitskreise, in denen Gynäkologinnen und Psychotherapeutinnen / Psychoonkologinnen zusammenarbeiten.

Darüber hinaus:

- 1 x monatlich findet ein Netzwerktreffen „Gesundheit“ in MS statt, dieses Treffen ist für alle interessierten Berufsgruppen offen.
- Mitarbeiter der Krebsberatungsstelle leiten neben bereits genannten Strukturen zusätzlich einen interdisziplinären „Arbeitskreis Brustkrebs“ mit und ein regelmäßiges Treffen für Leiter/-innen der SHG von Krebserkrankungen.
- geplant ist weiterhin in MS 1 x im Quartal ein sogenannter „Onkologischer Dialog“ (Tumorkonferenz mit psychoonkologischem Anteil), bei dem Klinikärzte (Gynäkologen, Radiologen, Pathologen usw.) sowie niedergelassene Gynäkologen und Psychotherapeuten ins Gespräch kommen.

Top 4: Termin für die nächste Dapo-Regionaltagung: 19. November 08

Themenvorschläge: Traumatherapie (Referent muss noch gefunden werden)

Verfasst von Dipl.-Psych. Bettina Krause, 21.04.08