

# NEWSLETTER

Schweizerische Arbeitsgruppe für Physiotherapie in der Psychosomatik und Psychiatrie

**Juni 2016**

Jahr 2, Ausgabe 3

## Inhalte :

Einleitung	1
SAGPPP	2
SAGPPP und physioswiss	2
SAGPPP international	2
Interessante Publikationen	4/5
Agenda	5/6

## Kontakt Newsletter:

Yvonne Harder  
[yvonne.harder@pbl.ch](mailto:yvonne.harder@pbl.ch)

## Herausgeber:

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

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

## Guten Tag

Im dritten Newsletter der SAGPPP schauen wir zurück auf die *International Conference of Physiotherapy in Psychiatry and Mental Health*. An der Konferenz für Physiotherapeuten im Bereich der Psychiatrie in Madrid war eine Delegation mit zwölf Teilnehmern vertreten. Sie hat mit einer Präsentation und Postern aktiv an der Konferenz teilgenommen.

Die SAGPPP wird auch am bevorstehenden physioswiss-Congress am 17. und 18. Juni 2016 in Basel teilnehmen. Unsere Arbeitsgruppe wird an einem Stand auf sich aufmerksam machen. Am 17. Juni findet sich zusätzlich ein Workshop von Zagorka Pavles im Kongressprogramm.

Das nächste Treffen der SAGPPP findet am 1. Juli 2016 in Liestal statt. Bei diesem Treffen wird ein Verein gegründet. Damit soll unsere Arbeitsgruppe für die bevorstehenden Herausforderungen vorbereitet sein. Alle Interessierten sind herzlich willkommen bei Treffen der SAGPPP.

Wir freuen uns über inhaltliche Rückmeldungen zum Newsletter, Anregungen und Beiträge. Für administrative Fragen wendet euch bitte an Yvonne Harder [yvonne.harder@pbl.ch](mailto:yvonne.harder@pbl.ch)

Viel Spass beim Lesen!

## 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)

## Schweizerische Arbeitsgemeinschaft für Physiotherapie in der Psychosomatik und Psychiatrie (SAGPPP)

Seit dem vergangenen Newsletter im Dezember 2015 fanden zwei Treffen der Arbeitsgruppe in Kehrsatz und Winterthur statt.

Die Arbeitsgruppe befindet sich bezüglich ihrer Struktur immer noch im Aufbau. Bei den Treffen wurde unter anderem an den Leitideen der Arbeitsgruppe gearbeitet, es wurden Finanzierungsideen gesammelt und ein Artikel für die Verbandszeitschrift von *physioswiss* „*physioactive*“ erarbeitet.

Die Treffen der SAGPPP bieten eine wichtige Möglichkeit, um das Netzwerk unter den interessierten PhysiotherapeutInnen weiter zu knüpfen. PhysiotherapeutInnen, die in ähnlichen Bereichen arbeiten, lernen sich kennen und können Anliegen austauschen. Kontakte werden geknüpft und gepflegt.

Das nächste Treffen finden am **1. Juli 2016 in Liestal statt**. Wichtiges Traktandum ist dann die Gründung eines Vereins, damit die finanziellen Verpflichtungen erfüllt werden können, unter anderem jene, die durch die Mitgliedschaft bei *physioswiss* und der IOPMH anfallen.

Möchtest du an dem Treffen unserer Arbeitsgruppe teilnehmen, oder bist du interessiert an unserer Arbeitsgruppe, dann melde dich bei anderen Mitglieder oder bei Yvonne Harder ([yvonne.harder@pbl.ch](mailto:yvonne.harder@pbl.ch)).

### SAGPPP und physioswiss

Am 17. und 18. Juni 2016 findet in Basel der physio-Congress von *physioswiss* statt. Das Thema des Kongresses heisst „Trends and Innovations“. Die SAG PPP wird am Kongress in Basel an einem Stand der Groupes Spécialisés präsent sein.

Am Freitag 17. Juni, von 14.20 bis 15.10 Uhr, bietet Zagorka Pavles einen Workshop zum Thema: „Psychosomatischer Ansatz bei Behandlung von chronischen körperlichen Beschwerden, Schmerzen und Spannungszuständen“ an.

Wir freuen uns auf das Treffen und den Austausch im Rahmen des physio-Congress in Basel.

### SAGPP International

#### **Konferenz der International Organisation of Physical Therapists in Mental Health (IOPTMH), vom 9.-11. März 2016**

In Madrid fand die sechste Konferenz der IOPTMH statt. Dabei wurde das 10jährige Jubiläum der Organisation gefeiert. Die internationale Organisation von Physiotherapeuten im Bereich Mental Health ist eine Subgruppe des Physiotherapie Weltverbandes (WCPT). In Madrid wurde die SAGPPP als offizielles Mitglied der IOPTMH anerkannt. An der Konferenz haben mehr als zweihundert Teilnehmer aus 36 Ländern teilgenommen. Die Schweizer Delegation war mit zwölf Teilnehmern aus drei Landesteilen gut vertreten.

## Rückblick auf den Kongress der IOPMH

von Dörte Watzek, Lehrperson Berner Fachhochschule ([doerte.watzek@bfh.ch](mailto:doerte.watzek@bfh.ch))

Das Kongressprogramm beinhaltete Vorträge, Podiumsdiskussionen und Workshops. Gestartet aber hat der Kongress mit einer Feier des zehnjährigen Bestehens der IOPTMH, die als Subgruppe der *World Confederation of Physical Therapy* (WCPT) anerkannt ist. Die Jubiläumsfeier wurde von einem wundervollen Beitrag eines Tenors begleitet. Das Kongressprogramm beinhaltete Vorträge, Podiumsdiskussionen und Workshops. Ein Vortrags-Highlight waren dann die Keynotes am Ende des Kongresses: Simon Rosenbaum empfiehlt in seinem Vortrag «Breaking down the silos of PTSD treatment», beim Bestehen einer posttraumatischen Belastungsstörung eine Kombination von Kraft- & Ausdauer-Training. Denn: Die metabolischen Werte verbesserten sich während solcher Training in seiner Studie stark. Davy Vancampfort erklärt, wie man bei allen Patienten, speziell aber bei Patienten mit psychischen Problemen, vorgehen kann, wenn man sie unterstützen möchte, ihr Verhalten in Richtung gesundheitsförderlichem Verhalten zu verändern. Bei seinen Ausführungen stützte er sich auf die *Self Determination Theory*, *Metananalysen* und weitere Forschungsergebnisse. Für die Zielsetzung nach dem bekannten Akronym SMART fordert er eine Verbesserung, Ziele sollen SMARTER formuliert sein. Sie müssen enthusiastisch und belohnend sein, damit sie leichter erreicht werden können.

Am zweiten Tag startete das Programm um 08.00 Uhr, was einem nach späten Znacht in der nachtaktiven Stadt Madrid nicht so leicht fallen mag. Die zahlreichen Vorträge und Workshops wurden von den Physiotherapeutischen Konzepten der Skandinavier dominiert, die Norweger stellen die grösste Gruppe. *Basic Body Awareness Therapy* (BBAT) ist ein im Norden Europas weit genutztes Therapiekonzept, das insbesondere bei MUPS-Patienten angewendet werden kann. MUPS bedeutet «medical insufficient unexplained physical symptoms», dies scheint doch eine freundlichere Beschreibung zu sein als psychosomatische Erkrankung, was mehr eine Etikettierung ist als ein veränderlicher Zustand. Neben dem BBAT wurde beispielsweise in einem der vielen Workshops auch ACTive Physio TM auf interessante Weise vorgestellt: In kurzen Meditationsübungen macht sich jeder zu einem eigenen Veränderungsanliegen einen Grundstein bewusst, den es braucht für Veränderung. Die Grundsteine gehören zu den drei Säulen auf denen Veränderung aufgebaut wird: (a) Openess, (b) Awareness/Attention, (c) Commitment. Das Konzept gibt dem Kliniker Handlungsanweisungen, wenn er/sie Menschen im Veränderungsprozess begleiten möchte.

Für die Lehre wurden spannende Projekte vorgestellt: (A) Studierende erarbeiten in einer Hausarbeit einen Case-Report aus ihrem Praxisalltag nach den Autorenrichtlinien des Journal of Physiotherapy. Zwei von zehn Hausarbeiten werden so gut geschrieben, dass sie publiziert werden. (B) Studierende der Physiotherapie begleiten Patienten in der Psychiatrie als *physical activity mentors*. Sie verstehen erst in dieser Zusammenarbeit, wie schwierig es sein kann, Aktivität in den Alltag zu integrieren, wenn man unter einer psychischen Erkrankung leidet. (C) Schon innerhalb der Bachelorausbildung Physiotherapie wird ein Modul für die Behandlung psychiatrisch Erkrankter eingeführt. Es gab hierzu einen Erfahrungsbericht, der darlegte, wie sehr die Studierenden profitieren.

Aus der Forschung wurden Projekte vorgestellt aus denen man auch etwas für die Praxis mitnehmen kann. So stellte T. Endal die Vorbereitungen für sein Forschungsprojekt (Physical Exercise Augmented Cognitive Behaviour Therapy for Older Adults with Generalised Anxiety Disorder (GAS) vor, in dem er verschiedenen Guidelines zu einem Aktivitätsprogramm für diese Patienten kombiniert: (A) Strength exercise training, 25-30 mins, full-body program + Functional exercises, big muscle groups + Individually adjusted, both initial level and progression, (B) Endurance training (High Intensity Interval Training – HIIT), >20 mins. Die genutzten Guidelines finden sich in seiner Referenzliste und können angefordert werden.

Insgesamt herrschte am Kongress eine sehr freundschaftliche Stimmung. Die rund zweihundert TeilnehmerInnen waren offen für einen Austausch von Wissen und Fertigkeiten. Der spanische Verband hat es geschafft, alle Abstracts zitierfähig in einer seiner Ausgaben zu veröffentlichen. Dies ist ohne Frage eine super Leistung. So hat jeder Teilnehmer, die wichtigsten Zusammenfassungen zur Hand und kann den Kongress jederzeit Revue passieren lassen.

Hier die Links und weitere Informationen zur Konferenz:

Programm: [http://www.icppmh.org/ICPPMH2016\\_Program.pdf](http://www.icppmh.org/ICPPMH2016_Program.pdf)

Abstracts aller Vorträge und Posters: [http://www.icppmh.org/ICPPMH2016\\_Abstract.pdf](http://www.icppmh.org/ICPPMH2016_Abstract.pdf)

Magazin *Mental Health and Physiotherapy*: [http://www.icppmh.org/ICPPMH2016\\_Magazine.pdf](http://www.icppmh.org/ICPPMH2016_Magazine.pdf)

## Interessante Publikationen

### Der Körper in der Psychiatrie

*Tschacher, W. & Storch, M. (2009). Vom Embodiment-Konzept zur körperzentrierten Psychotherapie. Universitäre Psychiatrische Dienste Bern*

Ein spannender Übersichtsartikel über die Geschichte des Körpers in der Psychotherapie, Untersuchungen zu Körperhaltung, Verhalten und Synchronisation, und über das Erarbeiten von Handlungszielen unter Einbezug des Körpers (Zürcher Ressourcen Modell). Der Blickwinkel der Physiotherapie kommt im Artikel nicht vor. Der Artikel beschreibt aber Vieles, womit die Physiotherapie in der Psychosomatik und Psychiatrie arbeitet, und kann unterstützen im Beschreiben, was wir tun. Hier der Link zum Artikel:

[http://majastorch.de/download/1106\\_Embodiment-Forschungsbericht.pdf](http://majastorch.de/download/1106_Embodiment-Forschungsbericht.pdf)

### Der Effekt von physischem Training bei Depression

*Schuch, FB., Vancampfort, D., Richards, J., Rosenbaum, S., Ward, PB. & Stubbs, B. (2016). Exercise as a treatment for depression: A meta-analysis adjusting for publication bias. Journal of Psychiatric Research, 77:42-51. doi: 10.1016/j.jpsychires.2016.02.023.*

Eine grosse Meta-Analyse untersuchte den Effekt von physischem Training (exercises) bei Patienten mit Depression. Fünfundzwanzig Randomised Controlled Trials (RCT) mit insgesamt 1'487 Patienten wurden in die Meta-Analyse eingeschlossen. Die

eingeschlossenen RCTs verglichen physisches Training mit nicht-aktiven Interventionen. In den meisten RCTs (n = 22) wurden ambulante Patienten mit einer Depression behandelt.

Die zusammengefassten Daten zeigten einen positiven und statistisch signifikanten Effekt von physischem Training (standardized mean deviation, SMD = 0.98, 95% CI 0.68 – 1.28) bei Patienten mit einer Depression. Die grössten Effekte wurde bei aerobem Ausdauertraining mit moderater (SMD = 1.33, 95% CI 0.46 – 2.19) und hoher Intensität gefunden (SMD = 1.34, 95% CI 0.43 – 2.24). Ausdauertraining unter Supervision von einer trainierten und qualifizierten Fachkraft ist deutlich effektiver als Training ohne Supervision (SMD = 1.26, 95% CI 0.54 - 1.97).

Die Resultate dieser Studie zeigen, dass Ausdauertraining einen stark positiven anti-depressiven Effekt hat bei der Behandlung von Patienten mit einer diagnostizierten Depression. Diese Erkenntnisse stärken die Forderung, dass physisches Training ein wichtiger Bestandteil bei der Behandlung von Depression sein soll.

## Agenda

Die Agenda bietet eine Auswahl an Weiterbildungen und Veranstaltungen, die den Bereich Physiotherapie in der Psychosomatik und Psychiatrie bereichern und vernetzen können.

Vielen Dank für Anregungen, die wir gerne entgegennehmen.

Wann/Wo	Titel	Informationen
17./18. Juni 2016 1,5 Tage Zürich	<b>Was machen sie mit mir?</b> Körperliche Gegenübertragung als Handwerkszeug zur Diagnostik, Selbstfürsorge und therapeutischer Weiterbildung  Seminare konzentrierte Bewegungstherapie KBT	Regine Geschwendt, Holderplatz 4, 8400 Winterthur <a href="mailto:regine.geschwendt@kipdzh.ch">regine.geschwendt@kipdzh.ch</a> <a href="http://www.chkbt.ch">www.chkbt.ch</a>
29. Aug 1 Tag, in Winterthur	<b>Einführungsworkshop IBBAT Basic Body Awareness Therapy</b> Beat Streuli	<a href="http://www.rehastudy.ch/">http://www.rehastudy.ch/</a> <a href="http://www.bodyawareness.ch/kurse/">http://www.bodyawareness.ch/kurse/</a>
23. Juni 2016 1 Tag, in Schaffhausen	<b>Spiritualität- eine ungenutzte Ressource, auch in der Seelenheilkunde?</b> div. Vorträge, u.a. Drewermann, Kruse	Ostschweizer Gesellschaft für Psychiatrie und Kinder-Jugendpsychiatrie <a href="mailto:christian.praeckel@hin.ch">christian.praeckel@hin.ch</a>
1./2. Sept 2016 2 Tage, in Winterthur	<b>Psychosoziale und transkulturelle Kompetenzen in der Arbeit mit chronischen Patienten</b>	<a href="http://www.rehastudy.ch/angebot/kurse/detail.php?zgr=0&amp;katid=12&amp;vid=22841">http://www.rehastudy.ch/angebot/kurse/detail.php?zgr=0&amp;katid=12&amp;vid=22841</a>
24./25. Okt 2016 2 Tage, in Zurzach	<b>Schmerzen verstehen</b> NOI Martina Egan Moog	<a href="http://www.rehastudy.ch/angebot/kurse/detail.php?zgr=0&amp;katid=12&amp;vid=22763">http://www.rehastudy.ch/angebot/kurse/detail.php?zgr=0&amp;katid=12&amp;vid=22763</a>

8./9. Dez 2016 2 Tage, in Winterthur	<b>Verhaltenstherapeutische Ansätze in der Therapie</b>	<a href="http://www.rehastudy.ch/angebot/kurse/detail.php?zgr=0&amp;katid=69&amp;vid=22744">http://www.rehastudy.ch/angebot/kurse/detail.php?zgr=0&amp;katid=69&amp;vid=22744</a>
Ab Herbst 2016 e-learning; ab Frühling 2017 4- 5 Tage in Norwegen	<b>The Resource Oriented Body Examination</b> Norwegian Psychomotor Therapy Basic Course ; Kosten noch offen; ca 5 Ect ; in Englisch	Informationen Poster 89 Konferenz Madrid <a href="http://www.icppmh.org/ICPPMH2016_Abstract.pdf">http://www.icppmh.org/ICPPMH2016_Abstract.pdf</a> Das Angebot wird laufend angepasst, bitte direkt nachfragen: <a href="mailto:kirsten.Ekerholt@hioa.no">kirsten.Ekerholt@hioa.no</a> +41 67236716 <a href="mailto:Elisabeth.Moyner@hioa.no">Elisabeth.Moyner@hioa.no</a> +41 67236715

Newsletter Schweizerische Arbeitsgruppe für Physiotherapie in der Psychosomatik und  
Psychiatrie

Jahr 2, Ausgabe 3

---