

Training for Facilitators: Utilizing the Resiliency training for Medical Students and Healthcare Professionals

Training für Lehrende von Resilienz anhand des Resilienztrainings für Medizinstudierende, Ärztinnen und Ärzte und Gesundheitsfachpersonal

J. Kiewewetter¹, B. Dimke¹

¹ *Klinikum der LMU München, Institut für Didaktik und Ausbildungsforschung in der Medizin, München, Bavaria, Germany*

Zielsetzung

Burnout betrifft Mitarbeiter der Gesundheitsberufe besonders häufig [1], Ärzte haben eine höhere Wahrscheinlichkeit an Depression zu erkranken [2], selbst Suizidgedanken und Suidzide sind häufiger bei Ärzten als bei anderen Professionen [2, 3]. Ein Teil dieser Phänomene kann darauf zurückgeführt werden, dass die normalen emotionalen Abwehrmechanismen nicht eingebunden sind [4], wenn Ärztinnen und Ärzte, Medizinstudierende und Gesundheitsfachpersonal arbeiten. Wenn die Abwehrmechanismen nicht funktional sind, sind diese Berufsgruppen empfänglich für hohen Stress [3]. Seit ein paar Jahren werden in der Literatur vermehrt die Faktoren anerkannt, welche zu Burnout und anderen psychischen Krankheiten führen. Mehr noch, es wird versucht Ärzten, Studierenden und Gesundheitsfachpersonal Strategien näher zu bringen, die Resilienz stärken, um eine Multiplikatorenwirkung zu erzeugen, die über das Training hinaus auch den Patienten zu Gute kommt [5].

Resilienztrainings beinhalten häufig Interventionen, welche ihren Ursprung in kognitiv verhaltenstherapeutischer Gruppentherapie haben und deren Lehrstrategie von traditionellen Lehrformaten der Medizinischen Ausbildung gravierend abweicht. Ziel des Workshops ist es Lehrende von (geplanten) Resilienztrainings eine erste Idee davon zu geben, wie und was in Resilienztrainings gelehrt werden kann.

Ablauf

Nach einer kurzen Einführung warum Resilienztrainings gerade für die medizinische Ausbildung wichtig sind, wird ein kurzer Überblick darüber gegeben, wie ein Resilienztraining aufgebaut werden kann. Schließlich werden, gemeinsam mit den Teilnehmern, Faktoren herausgearbeitet, welche zu einer erfolgreichen und nicht-erfolgreichen Trainingsdurchführung führen. Der Hauptteil des Workshops wird den Teilnehmern in praktischen Übungen näher bringen, wie Resilienz aufgebaut werden kann.

Zielgruppe

Alle Lehrenden von (geplanten) Resilienztrainings, Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen.

Vorbereitung

Es ist keine explizite Vorbereitung notwendig, viele Interventionen werden dem Manual von Kieseewetter & Dimke [6] entnommen. Der Workshop wird auf leicht verständlichem Englisch gehalten.

Referenzen

1. Maiden, J., Georges, J. M., & Connelly, C. D. (2011). Moral distress, compassion fatigue, and perceptions about medication errors in certified critical care nurses. *Dimensions of Critical Care Nursing*, 30(6), 339-345.
2. Margraf, J., Schneider, S., & Meinlschmidt, G. (Eds.). (2012). *Lehrbuch der Verhaltenstherapie: Materialien für die Psychotherapie: mit mehr als 800 Materialien auf DVD*. Springer.
3. Möller, H. J., Laux, G., & Deister, A. (2015). *Duale Reihe Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie*. Georg Thieme Verlag.
4. Eysenck, M.W. (1985). Anxiety and cognitive-task performance. *Personality and Individual Differences*, 6, 579-586.
5. Howe, A., Smajdor, A., & Stöckl, A. (2012). Towards an understanding of resilience and its relevance to medical training. *Medical education*, 46(4), 349-356.
6. Kieseewetter, J. & Dimke B., *Resilience training for health care professionals and medical students: An instructional manual*, Independently published, ISBN-10: 1717887775