

Geleitwort

Personen, die im Gesundheitswesen tätig sind, kennen die Situation: Man behandelt Patienten oder trainiert mit ihnen, aber die Symptome werden nicht besser – Schmerzen lassen sich nicht lindern und Stress lässt sich nicht abbauen. Genau diesen Patienten zu helfen und ihnen zu neuer Lebensqualität zu verhelfen, ist eine zentrale Aufgabe für Therapeuten. Deswegen kommt dieses Buch zur rechten Zeit.

Wer dieses Buch liest, wird mit neuen Impulsen für Therapie und Praxis versorgt und lernt einen Bereich kennen, der in der modernen Prävention und Rehabilitation zukunftsweisend ist. Die Herausgeber Dr. Pia-Maria Wippert und Prof. Dr. Jürgen Beckmann haben es in vorbildlicher Weise geschafft, die Vielseitigkeit einer bio-psychozialen Diagnostik und Therapie in auf einander abgestimmten Beiträgen zusammenzutragen. Die in den jeweiligen Bereichen spezialisierten Autoren haben in beeindruckender Art zum Gelingen dieses Buches beigetragen.

Rehabilitation und Prävention beschränken sich nicht nur auf die motorische und physiologische Komponente. Psychische und soziale Faktoren beeinflussen Gesundheit und Krankheit, die Motivation ist entscheidend für das Gesundwerden, Belastungsmomente für therapeutische Berufe – jedes Kapitel logisch strukturiert und flüssig

geschrieben. Der glasklare Aufbau lässt die Nutzung als Textbuch wie als Nachschlagewerk zu.

Der Faktor Stress wird umfassend beleuchtet: Kenntnis der biologischen Auswirkungen und Messverfahren erleichtert den Einblick in aktuelle Präventions- und Therapiemöglichkeiten und ermöglicht deren Überprüfung. So führt ein adäquates Stressmanagement schneller zu einem besseren Heilungserfolg. Für den Praktiker bietet das Buch ein praktisches Instrumentarium, um Stress zu erkennen, zu verstehen und Patienten kompetent beraten zu können.

Ein weiterer inhaltlicher Schwerpunkt des Buches ist das Thema Schmerz. Aus psychosozialer Perspektive sind vor allem chronische Schmerzen von Bedeutung. Dabei gelingt es vorbildlich, die psychischen Grundlagen auf den Punkt zu bringen. Soziokulturelle Aspekte und psychobiologische Mechanismen runden die Lektüre ab. Konkrete Diagnostik- und Therapiehinweise schaffen die Brücke von der Theorie zur Praxis und machen das Buch für alle Therapeuten, die in der Prävention und Rehabilitation tätig sind, mehr als lesenswert.

Es gibt vieles in diesem Buch, das Therapeuten und Patienten stärken wird. Deswegen wünsche ich ihm eine große und wissbegierige Leserschaft.

Christian Larsen

Zürich, 16. Januar 2009

Vorwort

Sicher kennen Sie das Problem: Es gibt Patienten, wir nennen sie gerne Dauerpatienten, die einfach nicht besser werden ... wollen oder können.

Wo ist der Schlüssel zum Erfolg? Wie gehe ich mit Patienten um, die in der Therapie angeben, ständig beansprucht bzw. überfordert zu sein oder Schmerzen zu haben? Warum halten sich einige Patienten nicht an Übungsvorschläge? Wie kann ich sie motivieren oder an wen kann ich sie verweisen, wenn meine Behandlung alleine offensichtlich nicht ausreichend erfolgreich ist?

Fragen dieser Art beschäftigen Therapeuten nahezu täglich.

Weiter kennen Sie auch Situationen, in denen Sie in Gesprächen mit Ihren Patienten mit Informationen konfrontiert sind, deren Inhalte Sie womöglich überfordern oder zu denen Sie sich nur ungern äußern wollen. Dennoch spüren Sie, dass diese Gespräche Einfluss auf den Heilungsprozess haben.

Dieses Buch soll Physiotherapeuten, Sport- und Gesundheitswissenschaftler unterstützen. Es stellt eine umfassende Einführung und ein Nachschlagewerk zu soziologischen, psychologischen Grundlagen des therapeutischen Handelns sowie zu biopsychosozialen Aspekten von Stress und Schmerz dar.

Ein Ziel des Buches ist es, gerade Therapeuten der oben genannten Berufsgruppen, die oft viel Zeit mit den Patienten verbringen, in die Lage zu versetzen, negative psychosoziale Faktoren zu erkennen und ihre Patienten beraten oder behandeln zu können.

Die Buchinhalte lassen sich idealerweise in Lehreinheiten integrieren, diskutieren und an Fallbeispielen erarbeiten. Das Buch unterstützt aber auch ein Selbststudium, indem es in jedem Kapitel Diskussions- und Übungsfragen zur Lernkontrolle bereithält.

Wir wünschen Ihnen mit dem Buch viel Freude und viele Aha-Erlebnisse.

Danksagung

Ein großer Dank geht an alle Autoren, die das Buchprojekt unterstützt und mit ihren Beiträgen tatkräftig gefördert haben! Herzlich bedanken möchten wir uns auch beim Team vom Georg Thieme Verlag – namentlich Frau Eva Maria Grünewald, Fritz Koller und Rosi Haarer-Becker, für die geduldige Begleitung, Einordnung und mühsame Arbeit während der Zusammenführung des Gesamtwerkes.

Zuletzt möchten wir uns bei den Sportstudenten mit therapeutischer Ausrichtung der vergangenen Jahre bedanken, die durch ihre Fragen und praktischen Probleme innerhalb ihrer therapeutischen Arbeit der Stofffülle eine Struktur verliehen haben, wie Sie sie in dem Buch nun vorfinden können.

Pia-Maria Wippert
Jürgen Beckmann

München, Dezember 2008

Vitae

Dr. Pia-Maria Wippert
Lehrstuhl für Sportpsychologie
Technische Universität München
Connollystr. 32
80809 München
wippert@sp.tum.de



Pia-Maria Wippert erhielt 1998 an der Technischen Universität München (TUM) ihr Diplom in Sportwissenschaft mit dem Studienschwerpunkt Rehabilitation/Prävention. Während ihrer anschließenden Promotionszeit im Fachgebiet Soziologie an der TUM (Abschluss 2002) studierte sie soziale Verhaltens-, Erziehungs- und Rechtswissenschaften an der Fernuniversität Hagen. Später konzentrierte sie sich auf die Psychologie und schloss diese mit dem Bachelor of Arts ab (2005). Ein Promotionspreis durch den Bund der Freunde der TUM sowie der Erhalt eines Habilitationsstipendiums (HWP) an der TUM ermöglichte ihr 2004 einen zweijährigen Aufenthalt als Gastwissenschaftlerin am Institut für Verhaltenswissenschaften der Eidgenössischen Technischen Hochschule (ETH) in Zürich. Nach ihrer Rückkehr an die TU München war sie im Rahmen ihrer Habilitationsvorbereitungen mit Forschungsprojekten und Lehrtätigkeit

betrachtet. Seit Erhalt eines Exzellenzpoolstipendiums (HWP) der TU München im November 2008 ist sie am Lehrstuhl Sportpsychologie tätig.

Ihre Arbeitsschwerpunkte liegen in der Erforschung biografischer Verläufe, wobei insbesondere Wirkungen und Bedingungen (extrem) stressreicher Episoden auf den weiteren Lebensverlauf aus physischer wie psychischer Perspektive im Vordergrund stehen. Die Studien finden bevorzugt an hoch belasteten Berufsgruppen wie z. B. Spitzensportlern, Top-Level-Musikern, oder -Tänzern statt. In jüngerer Zeit wurden vermehrt Studien zum Missbrauch (Medikamente/Doping) und dessen strukturellen Bedingungen sowie Aspekte des Schmerzerlebens hinzugenommen. Die Erkenntnisse werden mit Hilfe von Beratung und Intervention in engem Austausch mit Therapie- und Beratungseinrichtungen in die Praxis integriert.

Prof. Dr. Jürgen Beckmann
Lehrstuhl für Sportpsychologie
Technische Universität München
Connollystr. 32
80809 München
beckmann@sp.tum.de



Jürgen Beckmann wurde am 5. März 1955 in Dortmund geboren. Er begann 1974 an der Ruhr-Universität Bochum zu studieren und legte seinen Schwerpunkt zunächst auf die Medizin. Im Studium der Sozialwissenschaft lag der Schwerpunkt auf der Psychologie. 1980 erhielt er sein Diplom. Es folgte eine Anstellung am Sonderforschungsbereich „Sozialwissenschaftliche Entscheidungsforschung“ an der Universität Mannheim, wo er 1984 auch in Psychologie promovierte. Für seine Dissertation erhielt er im selben Jahr den Jungwissenschaftler-Preis der Deutschen Gesellschaft für Psychologie. Heinz Heckhausen holte ihn 1984 an das neu gegründete Max-Planck-Institut für psychologische Forschung. Er wurde zunächst (1987) noch in Mannheim habilitiert und erhielt die *Venia legendi* für die gesamte Psychologie. 1992 erfolgte noch eine Habilitation an der Ludwigs-Maximilians-Universität in München. Von der Deutschen Forschungsgemeinschaft erhielt er 1990 ein Heisenberg-Stipendium, mit dem er 1993 an der Florida Atlantic University als Gastwis-

senschaftler tätig war. 1997 erfolgte die Berufung auf die Professur für Sportpsychologie an der Universität Potsdam. Im Jahre 2006 folgte er dann einem Ruf auf den Lehrstuhl für Sportpsychologie an der Technischen Universität München. Seit 2005 ist er 1. Vorsitzender der Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie.

Arbeitsschwerpunkte liegen zum einen in einer Erforschung der psychologischen Grundlagen für die Praxis der Sportpsychologie. Dabei werden insbesondere Fragen der Motivation und Volition (Willensprozesse) untersucht. In jüngerer Zeit stehen Fragen der Bewegungssteuerung (speziell in Stresssituationen) sowie der Erholung aus einer neurowissenschaftlichen Perspektive im Vordergrund. Vom Sportpsychologischen Zentrum der TU München, das Beckmann leitet, werden nicht nur zahlreiche Spitzensportler psychologisch betreut, sondern die Erkenntnisse seiner Forschungsgruppe auch in anderen gesellschaftlichen Bereichen, z. B. Training von Managern, umgesetzt.

Adressen

Prof. Dr. Jürgen Beckmann
Fakultät für Sportwissenschaft
TU München, Lehrstuhl für Sportpsychologie
Connollystr. 32
80809 München

Prof. Dr. habil. Bernhard Borgetto
Hochschule für angewandte Wissenschaft
und Kunst HAWK, Fakultät soziale Arbeit
und Gesundheit, Ergotherapie, Logopädie
Physiotherapie
Goschentor 1
31134 Hildesheim

Dr. Anke Diezemann
DRK Schmerz-Zentrum Mainz
Tagesklinik für interdisziplinäre Schmerztherapie
Auf der Steig 16
55131 Mainz

Prof. Dr. Herta Flor
Zentralinstitut für Seelische Gesundheit
Institut für Neuropsychologie und Klinische
Psychologie
Wissenschaftliche Direktorin
Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg
Quadrat J5
68159 Mannheim

Dr. Eva Fries
Technische Universität Dresden
Professur Biopsychologie
Andreas-Schubert-Bau
Zellescher Weg 19
01062 Dresden

Dipl.-Psych. Stephanie M. Fröhlich
Institut für Rehabilitationsforschung Norderney e. V.
Abteilung Bad Rothenfelde
Klinik Münsterland
Auf der Stöwwe 11
49214 Bad Rothenfelde

Prof. Dr. Monika Hasenbring
Ruhr-Universität
Abteilung Medizin, Psychologie und medizinische
Soziologie
Gebäude MA 0/145
Universitätsstr. 150
44780 Bochum

PD Dr. Vladimir Hrabal
Universität Ulm
Sektion Medizinische Psychologie
Am Hochsträß 8
89081 Ulm

Prof. Dr. Clemens Kirschbaum
Technische Universität Dresden
Professur Biopsychologie
Andreas-Schubert-Bau
Zellescher Weg 19
01062 Dresden

Prof. Dr. phil. Birgit Kröner-Herwig
Georg-Elias-Müller-Institut
Abteilung klinische Psychologie und Psychotherapie
Goßlerstr. 14
37073 Göttingen

Prof. Dr. rer. nat. habil. Brigitte M. Kudielka
Jacobs University Bremen
Jacobs Center on Liefelong Learning
and Institutional Development
Professor of Health Psychology
Campus Ring 1
28759 Bremen

Prof. Dr. H. Christof Müller-Busch
Präsident der Deutschen Gesellschaft
für Palliativmedizin (DGP)
Aachener Str. 5
10713 Berlin

Prof. Dr. Michael Pfungsten
Georg-August-Universität
Zentrum Anästhesiologie, Rettungs-
und Intensivmedizin
Schmerzambulanz
Bunsenstr. 3
35032 Marburg

Dr. Christian L. Seifert
Neurologische Klinik und Poliklinik
Technische Universität München
Klinikum rechts der Isar
Ismaninger Str. 22
81675 München

Univ.-Prof. Dr. phil. Johannes Siegrist
Inst. für Medizinische Soziologie
Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf
Universitätsstr. 1
40225 Düsseldorf

Priv.-Doz. Dr. med. Till Sprenger
University of California, San Francisco
Department of Neurology
Headache Group
1701 Divisadero Street, Suite 480
San Francisco, CA 94143
USA

Prof. Dr. Dr. Thomas R. Tölle
Neurologische Klinik und Poliklinik
Technische Universität München
Klinikum rechts der Isar
Ismaninger Str. 22
81675 München

Prof. Dr. Harald C. Traue
Universität Ulm
Sektion Medizinische Psychologie
Am Hochsträß 8
89081 Ulm

Prof. Dr. Roland von Känel
Chefarzt Psychosomatik
Inselspital/Universitätsspital Bern
Klinik für Allgemeine Innere Medizin
3010 Bern
SCHWEIZ

Prof. Dr. rer. cur. Maik H.-J. Winter
Hochschule Ravensburg-Weingarten
Fakultät Soziale Arbeit, Gesundheit und Pflege
Postfach 12 61
88241 Weingarten

Dr. Pia-Maria Wippert
Fakultät für Sportwissenschaft
TU München, Lehrstuhl für Sportpsychologie
Connollystr. 32
80809 München

Dr. Petra H. Wirtz
Universität Zürich
Klinische Psychologie und Psychotherapie
Binzmühlestr. 14 / Box 26
8050 Zürich
SCHWEIZ

Dr. phil. Dipl.-Psych. Andrea Wittich
Universitätsklinikum Freiburg
Supervisionsdienst
Hauptstr. 8
79104 Freiburg

PD Dr. rer. nat. Stefan Wüst
Zentralinstitut für Seelische Gesundheit
Abteilung für Genetische Epidemiologie
in der Psychiatrie
Stellvertretender wissenschaftlicher Direktor
J5
68159 Mannheim