

Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie



bokmok-adobestock.com

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

das Jahr 2022 hat uns erneut vor große Herausforderungen gestellt. Der Ausbruch des Ukraine-Krieges, explodierende Kosten für die Lebenshaltung und die Folgen des Klimawandels haben immer mehr Auswirkungen auf die psychische Gesundheit der Bevölkerung. Auch die Corona-Pandemie begleitet uns weiterhin und hat im universitären und klinischen Alltag dazu geführt, dass wir Routinen neu definieren und neue Gewohnheiten etablieren mussten. Dazu gehört auch das Angebot onlinebasierter Veranstaltungen. In unseren Webinarreihen haben wir in diesem Jahr Aspekte des Alterns aus psychosomatischer Perspektive diskutiert sowie die DDR-Vergangenheit und psychische Gesundheit beleuchtet (<https://www.instagram.com/wir.da.drueben/>). Viele von Ihnen haben teilgenommen und die Veranstaltungen mit anregenden Diskussionsbeiträgen bereichert.

Das Thema „Gesund Altern im Wandel“ wird auch Schwerpunkt des Psychosomatik Kongresses 2023 sein, den wir im kommenden Jahr ausrichten dürfen. Als Kongresspräsident würde ich mich sehr freuen, Sie in Berlin zu begrüßen.

Im Namen des gesamten Teams bedanke ich mich sehr herzlich für die vertrauensvolle Zusammenarbeit in diesem Jahr. Wir wünschen Ihnen ein fröhliches Weihnachtsfest und ein glückliches, gesundes Jahr 2023.

Ihr

Manfred Beutel
Univ.-Prof. Dr. med. Manfred E. Beutel
Direktor

DEUTSCHER PSYCHOSOMATIKKONGRESS IN BERLIN VOM 3.-5. MAI 2023

In den letzten Jahren hat auch in Deutschland die gesunde Lebensspanne deutlich zugenommen. Mit Prof. Manfred Beutel als Kongresspräsident organisiert das Mainzer Team mit Dr. Mareike Ernst, Dr. Nora Hetlich, und Lina Krakau den Kongress 2023 „Gesund Altern im Wandel“. Dies greift die Altersforschung auf, die die Klinik im Rahmen der Gutenberg Gesundheitsstudie durchführt. Mit international ausgewiesenen Referent:innen soll unser verändertes Verständnis des Alterns diskutiert werden. Dies umfasst biologische sowie biographische und soziale Einflussgrößen auf Altersprozesse. Wir wollen uns auch der Herausforderung stellen, die neuen Erkenntnisse auf die Förderung gesunden Alterns unserer Patient:innen umzusetzen, die vielfältigen sozialen Benachteiligungen und Belastungen, oft seit ihrer frühen Kindheit und vielerlei gesundheitlichen Risikofaktoren ausgesetzt sind.

Weitere Themen sind aktuelle gesellschaftliche Entwicklungen wie Rassismus im Gesundheitswesen, die Zunahme von Verschwörungsannahmen oder der Autoritarismus und neuste Entwicklungen unseres Fachs zum „Long-Covid-Syndrom“, der Nutzung digitaler Gesundheitsanwendungen sowie zu den psychosomatischen Auswirkungen des Klimawandels.

<https://deutscher-psychosomatik-kongress.de/kongress/grussworte/>



Deutscher Kongress für
Psychosomatische Medizin
und Psychotherapie



master1305 – stock.adobe.com

QUEERE MENSCHEN IM FOKUS DER FORSCHUNG

Seit Anfang Oktober wird im Rahmen eines neuen BMBF-geförderten Projektes der AG E-Mental Health (Leitung PD Dr. Rüdiger Zwerenz) die psychische Gesundheit von LGBTQI+-Personen in den Mittelpunkt der Forschung gestellt. Das Projekt mit dem Titel „Partizipative Entwicklung einer E-Mental-Health Intervention für LGBTQI+ Personen mit somatoformen, Angst- und depressiven Störungen“ – oder kurz „Queer-EMH“ – wird vom BMBF im Rahmen des Förderprogramms „Klinische Studien mit hoher Relevanz für die Patientenversorgung“ zunächst von 2022 bis 2023 gefördert. In dieser 12-monatigen Konzeptionsphase werden in enger Zusammenarbeit mit dem Universitätsklinikum Jena und Kooperationspartner:innen aus der Community zunächst die spezifischen Bedarfe queerer Menschen mit psychischen Erkrankungen erhoben. Auf dieser Basis sollen bereits bestehende E-Mental-Health-Programme auf ihre Eignung geprüft

sowie notwendige konkrete Anpassungserfordernisse für diese Gruppe entwickelt werden. Zum Abschluss der Konzeptionsphase erfolgt die Planung einer randomisiert-kontrollierten klinischen Studie zur Evaluation der Intervention, die bei Zusage weiterer Förderung durchgeführt werden soll.

Ziel des Projektes ist es, langfristig eine bessere Versorgung für psychisch belastete queere Menschen zu gewährleisten, da diese trotz eines erhöhten Risikos für psychische Erkrankungen häufig keine adäquate Behandlung erhalten. Auch wenn E-Mental-Health Interventionen keine Psychotherapie ersetzen können, bieten sie wirksame und effiziente Möglichkeiten, um die Lücke in der Behandlung psychischer Störungen zu schließen. Bisher liegt in Deutschland jedoch keine Intervention vor, die den komplexen Bedürfnissen dieser Zielgruppe entspricht. Auf der Grundlage einer gründlichen Untersuchung von Bedürfnissen und Barrieren soll ein Angebot geschaffen werden, das speziell zugeschnittene Hilfe

leisten kann und somit die bessere Behandlung von somatoformen, Angst- und depressiven Störungen bei LGBTQI+-Personen ermöglichen soll.

Das Studienteam ist aktuell auf der Suche nach queeren Personen mit psychischen Belastungen sowie Behandler:innen mit Erfahrungen in der Behandlung dieser Zielgruppe, die das Projekt mit ihrer Expertise in einem Interview oder einer Fokusgruppe unterstützen möchten.

Kontakt: queer-emh@unimedizin-mainz.de.



ViDi Studio – stock.adobe.com

SEHR GEFRAGT: FACHTAG ZUR PROBLEMATISCHEN MEDIENNUTZUNG BEI KINDERN UND JUGENDLICHEN IN DER CORONA-PANDEMIE

Online-Unterricht, Videochat, YouTube statt Kinobesuch, Computerspiele statt Spielplatz: Kinder und Jugendliche verbringen seit Beginn der Corona-Pandemie deutlich mehr Zeit im Netz.

Was kann man tun, um der Entwicklung eines problematischen Mediennutzungsverhaltens entgegenzuwirken? Wohin können sich Kinder, Jugendliche und Eltern in Rheinland-Pfalz wenden, wenn die Mediennutzung außer Kontrolle geraten ist oder der exzessive Medienkonsum bereits mit psychischen Veränderungen einhergeht?

Hilfeeinrichtungen in Rheinland-Pfalz berichten seit Beginn der Corona-Pandemie von stetig steigenden Anfragen von Kindern, Jugendlichen und Eltern zur Prävention und Versorgung bei einem problematischen Mediennutzungsverhalten. Vor diesem Hintergrund hat die Ambulanz für Spielsucht der Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie im Oktober 2022 einen Online-Fachtag zum Thema „Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen nach der Pandemie“ durchgeführt. Ziel der Veranstaltung war es Fachkolleginnen und -kollegen, Pädagogen und Pädagoginnen sowie betroffenen Familien und insbesondere Kindern und Jugendlichen ein umfassendes Informationsforum zu relevanten Themen der Mediennutzung anzubieten. Dazu präsentierten Fachreferenten und Fachreferentinnen den rund 235 Teilnehmenden eine Vielzahl von Vorträgen zur Prävention bei Kindern und Jugendlichen und

deren Erziehungsberechtigten. Ergänzend wurden die Zusammenhänge zwischen entwicklungspsychologischen Aspekten, der COVID-19 Pandemie und psychosozialen Stressfaktoren referiert. Ebenso wurde der Einfluss des Internets auf das Sport- und/oder Essverhalten sowie die Finanzstabilität von Jugendlichen thematisiert. Um auch innovative Interventionsangebote zu präsentieren, wurden verschiedene App-Interventionen, von der Selbsthilfe bis hin zur Onlinetherapie, vorgestellt und in den Kontext der psychosozialen Entwicklung eingeordnet.

Der Fachtag wurde im Rahmen des Projektes „Begleitforschung der Prävention sowie der Beratungs- und Behandlungskonzepte im Bereich pathologisches Glücksspiel im Rahmen der Umsetzung des Landesglücksspielgesetzes in Rheinland-Pfalz“, welches durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz gefördert wird, durchgeführt.

Detailliertere Informationen zu den skizzierten Themen finden Sie hier: https://www.unimedizin-mainz.de/typo3temp/secure_downloads/43062/0/ac1fe895ed-2f83f504c85fe3f42b1128d5dba6ac/Flyer_Fachtag_Mediennutzung_Kinder_20221014_final.pdf

KOSTENFREIE ONLINETHERAPIE BEI PROBLEMATISCHER INTERNET- UND SMARTPHONENUTZUNG

Im Rahmen des SCAVIS-Forschungsprojektes (Stepped Care Ansatz zur Versorgung Internetbezogener Störungen) bietet die Ambulanz für Spielsucht Personen ab einem Alter von 16 Jahren schweregradadaptierte Interventionen für einen funktionalen Umgang mit Internetapplikationen/-inhalten an.

Ziel der SCAVIS-Studie ist es, die Wirksamkeit des E-Health-basierten, gestuften Versorgungsansatzes zur Prävention und Behandlung einer problematischen oder pathologischen Internet- und Smartphone-nutzung zu ermitteln. Das Projekt wird im Rahmen des GB-A Innovationsausschusses gefördert.



Valerii Honcharuk – stock.adobe.com

Für die Umsetzung des Projektes wird die smart@net-App genutzt. In der App wird ein Screening bereitgestellt, das die Klassifikation in ein unauffälliges, problematisches oder pathologisches Nutzungsverhalten ermöglicht. Unabhängig vom Screeningergebnis werden Teilnehmende anschließend zufällig der Interventionsgruppe oder einer Kontrollgruppe zugeteilt. Nach Abschluss des Screenings können Teilnehmende über die smart@net-App auf das Präventionsmodul zugreifen. Über einen Zeitraum von 26 Wochen werden darin wöchentlich neue Inhalte rund um das Thema „Digitalisierung“ freigeschaltet. Die Beiträge sind sehr vielfältig und sollen dabei unterstützen, einen ausgewogenen Umgang mit digitalen Medien, dem Internet und dem Smartphone zu erlangen.

Sollte sich im Screening eine auffällige Internetnutzung zeigen, wird den Teilnehmer:innen zudem angeboten, eine



Rawpixel- istockphoto.com

kostenlose Hilfe in Anspruch zu nehmen, um einer problematischen Nutzung des Internets vorzubeugen. Sollte bereits eine problematische Nutzung vorliegen oder die erste Interventionsstufe nicht wirksam sein, werden zwei telefonische Beratungen zur Internetnutzung und der Entwicklung hin zu einer gesunden Nutzung angeboten.

Ist die Telefonberatung nicht ausreichend, erhalten die Teilnehmenden das Angebot, an einer **onlinebasierten Kurzzeittherapie teilzunehmen**, die auf einem standardisierten Manual der Verhaltenstherapie bei Computerspiel- und Internetsucht basiert. Zielsetzung der **onlinebasierten therapeutischen Kurzzeittherapie** ist die Reduktion der Suchtsymptomatik und ggf. die Abstinenz vom Problemverhalten. In der Kurzzeittherapie sind 17 Gruppen- und 8 Einzelvideositzungen vorgesehen.

Patient:innen und Beratungssuchende mit einer problematischen oder bereits pathologischen Internet- und Smartphone-nutzung können kostenfrei an dem gestuften Versorgungsansatz zur Prävention und Behandlung einer problematischen oder pathologischen Internet- und Smartphone-nutzung teilnehmen. Informationen zum SCAVIS-Projekt finden Sie unter <https://>

www.scavis.net/. Interessierte können sich darüber hinaus an das Sekretariat der Psychosomatischen Klinik wenden (06131-17 7381, sekretariate-pt@unimedizin-mainz.de).

VIEL ZITIERT: UNIV.-PROF. DR. ELMAR BRÄHLER ZUM VIERTEN MAL AUF CLARIVATE - LISTE



Univ.-Prof. Dr. Elmar Brähler

Bereits zum vierten Mal wurde Univ.-Prof. Dr. Elmar Brähler, Principal Investigator und Forschungssupervisor an der Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin, für seine herausragenden Publikationen im Jahr 2022 auf die Clarivate-Liste aufgenommen. Prof. Brähler wurde in der Kategorie „Cross-Field“, also für seine interdisziplinären Beiträge geehrt und gehört damit zu den obersten 1 % der zitierten Forschenden.

Der Medienkonzern Clarivate benennt einmal im Jahr Wissenschaftler:innen, die aufgrund häufiger Zitationen ihrer pub-

lizierten wissenschaftlichen Arbeiten in hochrangigen wissenschaftlichen Journals als potentielle Gewinner:innen für einen Nobelpreis oder andere wissenschaftliche Auszeichnungen eingestuft werden.

Wir gratulieren Prof. Brähler für diese bedeutende Auszeichnung!

NEU ERSCHEINEN: AUSGEWÄHLTE NEUERSCHEINUNGEN AUS DER KLINIK FÜR PSYCHOSOMATISCHE MEDIZIN UND PSYCHOTHERAPIE

Oliver Decker, Johannes Kless, Ayline Heller, Elmar Brähler (2022) *Autoritäre Dynamiken in unsicheren Zeiten*. Psychosozial Verlag, Gießen

Marianne Leuzinger-Bohleber, Tamara Fischmann, Manfred Beutel (2022) *Chronische Depression. Analytische Langzeittherapie. Praxis der Psychodynamischen Psychotherapie Bd. 12*. Hogrefe, Göttingen (Hg. Beutel, Doering, Leichsenring, Reich)

Klaus Wölfling, Manfred Beutel, Isabel Bengesser, Kai Müller (2022) *Computerspiel- und Internetsucht: Ein kognitiv-behaviorales Behandlungsmanual*. Kohlhammer, Stuttgart. 2. Überarbeitete Auflage

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Mo - Do 08.00 - 12.00 Uhr
und 12.30 - 16.00 Uhr
Fr 8.00 - 13.00 Uhr

unter der Rufnummer
06131-17 7381 oder per Mail
sekretariate-pt@unimedizin-mainz.de