

Hilfe zur Bewältigung von belastenden Ereignissen im Arztberuf

Liebe Ärztinnen und Ärzte, liebe PJler*innen,

für Ärztinnen und Ärzte besteht ein erhöhtes Risiko, belastende Erfahrungen zu erleben, da sie täglich mit Schmerz, Leid, schweren Erkrankungen oder Tod konfrontiert sind. Zudem tragen sie eine große Verantwortung im Hinblick auf das Wohl von Patientinnen und Patienten und kleine Fehlentscheidungen können schwerwiegende Konsequenzen nach sich ziehen. Ein belastendes Ereignis, das die Bewältigungsmöglichkeiten der Betroffenen übersteigt, kann zu unterschiedlichen Folgeerscheinungen führen. Neben sozialem Rückzug und Schwierigkeiten in der Alltagsbewältigung kann es auch zur Entwicklung von posttraumatischen Stresssymptomen kommen: Das Ereignis kann sich als belastende Erinnerung aufdrängen, es werden bestimmte Orte, Menschen oder Situationen vermieden, die Gedanken oder die Stimmung verändern sich negativ oder eine überhöhte Reizbarkeit entsteht.

Einige der betroffenen Ärztinnen und Ärzte wünschen sich therapeutische Unterstützung. Jedoch ist der Zugang zu Behandlungsmöglichkeiten oft erschwert, z.B. durch lange Wartezeiten oder eine Unvereinbarkeit der Behandlungstermine mit dem beruflichen Alltag.

An der Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie des Universitätsklinikums Leipzig führen wir im Rahmen einer **wissenschaftlichen Studie** unter der Leitung von Prof. Dr. med. Anette Kersting ein **kostenfreies internetbasiertes Therapieprogramm für Ärztinnen und Ärzte** durch, die im Rahmen ihrer beruflichen Tätigkeit ein belastendes Ereignis erlebt haben.

Unser **Behandlungsangebot** richtet sich an Ärztinnen und Ärzte oder Medizinstudierende im Praktischen Jahr, die nach einem traumatischen Ereignis in ihrem Beruf unter posttraumatischen Stresssymptomen leiden. Das Behandlungsprogramm umfasst einen **Zeitraum von etwa 5 Wochen** und ist für die Teilnehmenden **zeitlich und räumlich flexibel gestaltbar**. In insgesamt **10 Schreibaufgaben** werden sie dabei angeleitet, das Erlebte zu verarbeiten, wobei über unsere sichere Internetplattform **regelmäßiger Kontakt zu einer Therapeutin oder einem Therapeuten** besteht. Um die Wirksamkeit der Behandlung zu überprüfen, werden die Teilnehmenden gebeten, zu verschiedenen Zeitpunkten Fragebögen zu ihrem Befinden auszufüllen.

Genauere Informationen zum Projekt finden Sie auf unserer Website: <https://www.belastung-im-arztberuf.de>

oder auf der Facebook-Seite: <https://www.facebook.com/IPSASTudie/>

Wir freuen uns, wenn Sie an unserer Studie teilnehmen möchten. Der Link zu unserer Seite kann natürlich auch gerne weitergeleitet werden. Falls Sie Fragen haben, schreiben Sie uns gerne.

Bei Interesse an der Therapie wenden Sie sich bitte an:

M. Sc. Psych. Jana Reinhardt
Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Semmelweisstraße 10
04103 Leipzig
E-Mail: ipsa.studie@medizin.uni-leipzig.de
Telefon: +49 341 97 18844