

Basic Skills in Psychosomatik

Was wissen wir? Wie wenden wir es an?

Modulares Fort- und Weiterbildungsangebot SAPPAM für Fachärzt:innen und Assistenz-ärzt:innen jeder Fachrichtung, insbesondere für Grundversorger:innen

Programm 2026

Tag 1 & 2 20. & 21. März 2026	Referent:in	Moderation
Was ist Psychosomatische Medizin? Einstieg und wissenschaftliche Grundlagen		
Informationen zum Kurs, Vorstellungsrunde, Erwartungen klären		
Psychosomatische Medizin im Wandel, ein stetiger Umbruch mit einem spannenden Ziel		
Aktuelle wissenschaftliche Konzepte wie Zentrale Sensibilisierung, Stressmodell, evolutionsbiologische Ansätze		
Diskussionen im Plenum und in Kleingruppen, Fallbeispiele bearbeiten		
Der psychosomatische Zugang zum Patienten		
Therapeutische Haltung und Beziehungsgestaltung		
Besonderheiten der biopsychosozialen Anamnese		
Befunde erheben, von der Körperuntersuchung zu speziellen diagnostischen Tools		
Information und Psychoedukation mit entsprechenden Praxistools		
Kleingruppenübungen, Rollenspiele		

Tag 3 & 4 08. & 09. Mai 2026	Referent:in	Moderation
Praktische Umsetzung im ambulanten Setting – schwieriger, als man denkt.		
Herausforderungen und Fallstricke		
Was macht schwierige Patienten aus?		
Spezielle Aspekte des 1.-Kontaktes und der Langzeitbetreuung		
Umgang mit Emotionen		
Stellenwert medikamentöser Therapien (inkl. Opiate, Vitamine etc.)		
Dilemma AUF		
Lifestyle-Beratung (Reflexion in Kleingruppen)		
Multimodale Therapiekonzepte I, Ergotherapie		
Strategien zum Selbstmanagement („Pacing“)		
Ergonomie („Haltung“) am Arbeitsplatz, Arbeitsplatzbegehung		
Energie-/Pausenmanagement, Tagesstruktur		
Wochenplan (Gruppenarbeit)		
SPS-Flyer		
Multimodale Therapiekonzepte II, Soziale Arbeit		
Taggeldversicherungen / SUVA / IV – wann anmelden, wie unterstützen?		
Patienteninteressen - Vertretungen		
Zusammenarbeit HA - Sozialdienst		
Eigene Fälle bearbeiten		
Taggeldversicherungen / SUVA / IV – wann anmelden, wie unterstützen?		
Multimodale Therapiekonzepte II, Physiotherapie		
Inputreferat Konzepte und Zielsetzungen von Physiotherapie		
Präsentation und Selbsterfahrung mit TENS, Herzfrequenzvariabilität (HFR)		
TaiChi, QiGong, Beckenbodengymnastik		
Sens-Training, Spiegeln, GMI bei Schmerzstörungen		
Inputreferat Konzepte und Zielsetzungen von Physiotherapie		

Tag 5 & 6 14. & 15. August 2026	Referent	Moderation
Psychiatrischer Tag		
Grundlagen Krankheitslehre, Abgrenzung Psychiatrie-Psychosomatik		
Grundlagen Psychopharmakotherapie		
Refresher Psychostatus		
Zusammenarbeit mit Psychiater und Kliniken, wann und wie überweisen		
Leitlinien und Tipps für die Verordnung von Psychopharmaka als Nichtpsychiater (Benzos, Neuroleptika, Antidepressiva)		
Selbsterfahrung: Symbolarbeit, Imagination		
Eigene Fälle bearbeiten, Balintgruppe		
Psychotherapeutischer Tag und Kursabschluss		
Praxistaugliche Fragebögen zur Psychometrie/Diagnostik		
Selbstfürsorge, Burnout - Fragebogen		
Grundlagen verschiedener Psychotherapie - Konzepte: kognitive Verhaltenstherapie, systemische Therapie, Psychoanalyse etc.		
Indikationen zur Überweisung, praktisches Vorgehen		
Wissenschaftliche Grundlagen von MBSR (Achtsamkeitstraining), Biofeedback und Hypnose		
Selbsterfahrung mit einer Entspannungsmethode		
Eigene Fälle bearbeiten		
Feedback und Evaluation des Kurses		

Allgemeine Informationen	
Daten	20. & 21. März 2026 08. & 09. Mai 2026 14. & 15. August 2025
Ort	Vatter Business Center Bärenplatz 2 3011 Bern www.vatter.ch
Zeit	08:15h – 17:30h
Kosten	CHF 3'000.- (inkl. Pausen und Verpflegung)
Credits	SAPPM 54 Credits SGAIM 24 Credits Kernfortbildung

Stand 09.12.2025 AM