

Praxis

Klinische Verhaltensmedizin & Rehabilitation

108

ISSN 0933-842X

32. Jahrgang 2019 · Heft 4 (108)



Themenschwerpunkt:

Sozialmedizin und berufliche Teilhabe

Ulf Kampczyk & Beate Muschalla (Hrsg.)

Editorial
Ulf Kampczyk

Sozialmedizinisches Outcome und Behandlungsbeurteilung von Patienten mit Fibromyalgiesyndrom nach einer psychosomatischen Rehabilitation
Ulrich Keßler, Anja Schlösser, Kathrin Bernardy, Michael Käfer & Volker Köllner

Diagnostische und therapeutische Strategien bei erwerbsbezogenen Zielkonflikten in der psychosomatischen Rehabilitation
Wolfgang Pfeiffer

Psychische Symptome und Fähigkeitsbeeinträchtigungen bei neurologischen Erkrankungen
Anne Henning & Roland Meyer-Zier

Psychische Funktionsstörungen und Fähigkeitsbeeinträchtigungen bei Patienten in der kardiologischen Rehabilitation
Diana Carolina Neue & Martin Schikora

Effekte von Ganztagsschulungen auf die Interrater-Reliabilität beim Mini-ICF-APP im Kontext der Schweizerischen Sozialversicherung
Stephanie Christensen & Beate Martin

Erfassung von Aktivität und Teilhabe bei Menschen mit geistiger Behinderung: Validität und Reliabilität der MiNi-ICF-APP-gB, einer zur Anwendung bei Menschen mit geistiger Behinderung modifizierten Version des MINI-ICF-APP
Samuel Elstner, Albert Diefenbacher & Michael Linden

Gewinn an Selbstsicherheit durch das Workshop-Angebot „Präsentation“ – Praxiserfahrungen aus Verhaltenstrainings
Claudia Kramer & Daniela Vollhardt

Aufgaben der Integrationsfachdienste und ihre Bedeutung im Prozess der beruflichen Rehabilitation
Sandra Schauer

Tagungsbericht: Kathrin Zittlau: Die Krankheitsbewältigung unterstützen. Theorie und Praxis des professionellen Umgangs mit chronischer Krankheit

Dank an unsere Gutachterinnen und Gutachter



PABST SCIENCE PUBLISHERS

Praxis **Klinische Verhaltensmedizin und Rehabilitation**

32. Jahrgang, Heft 4-2019 (108)

Themenschwerpunkt:

Sozialmedizin und berufliche Teilhabe

Ulf Kampczyk & Beate Muschalla (Hrsg.)

- 283 Editorial
Ulf Kampczyk
- 285 Sozialmedizinisches Outcome und Behandlungsbeurteilung von Patienten mit Fibromyalgiesyndrom nach einer psychosomatischen Rehabilitation
Ulrich Keßler, Anja Schlösser, Kathrin Bernardy, Michael Käfer & Volker Köllner
- 293 Diagnostische und therapeutische Strategien bei erwerbsbezogenen Zielkonflikten in der psychosomatischen Rehabilitation
Wolfgang Pfeiffer
- 311 Psychische Symptome und Fähigkeitsbeeinträchtigungen bei neurologischen Erkrankungen
Anne Henning & Roland Meyer-Zier
- 322 Psychische Funktionsstörungen und Fähigkeitsbeeinträchtigungen bei Patienten in der kardiologischen Rehabilitation
Diana Carolina Neue & Martin Schikora
- 331 Effekte von Ganztags Schulungen auf die Interrater-Reliabilität beim Mini-ICF-APP im Kontext der Schweizerischen Sozialversicherung
Stephanie Christensen & Beate Martin
- 345 Erfassung von Aktivität und Teilhabe bei Menschen mit geistiger Behinderung: Validität und Reliabilität der MINI-ICF-APP-gB, einer zur Anwendung bei Menschen mit geistiger Behinderung modifizierten Version des MINI-ICF-APP
Samuel Elstner, Albert Diefenbacher & Michael Linden
- 355 Gewinn an Selbstsicherheit durch das Workshop-Angebot „Präsentation“ – Praxiserfahrungen aus Verhaltenstrainings
Claudia Kramer & Daniela Vollhardt
- 359 Aufgaben der Integrationsfachdienste und ihre Bedeutung im Prozess der beruflichen Rehabilitation
Sandra Schauer
- 366 Buchbesprechung: Kathrin Zittlau: Die Krankheitsbewältigung unterstützen. Theorie und Praxis des professionellen Umgangs mit chronischer Krankheit
Ulf Kampczyk
- 367 Dank an unsere Gutachterinnen und Gutachter

Herausgeber**Prof. Dr. Beate Muschalla**

Technische Universität Braunschweig
 Institut für Psychologie
 Abteilung Klinische Psychologie, Psychotherapie und Diagnostik
 Humboldtstraße 33, 38106 Braunschweig
 E-Mail: b.muschalla@tu-braunschweig.de

Prof. Dr. Silke Neuderth

Hochschule für angewandte Wissenschaften Würzburg-Schweinfurt
 Fakultät Angewandte Sozialwissenschaften
 Münzstraße 12, 97070 Würzburg
 E-Mail: silke.neuderth@fhws.de

Priv.-Doz. Dr. Heiner Vogel

Arbeitsbereich Medizinische Psychologie und Psychotherapie
 im Zentrum für psychische Gesundheit (ZEP)
 Universität Würzburg
 Klinikstraße 3, 97070 Würzburg
 E-Mail: h.vogel@uni-wuerzburg.de

Verlag

PABST SCIENCE PUBLISHERS
 Eichengrund 28, 49525 Lengerich
 Tel.: 05484/308, Fax: 05484/550
 E-Mail: pabst@pabst-publishers.com
 Internet: www.pabst-publishers.com
 www.psychologie-aktuell.com/pkv

Wissenschaftlicher Beirat

Balck F, Prof. Dr. phil. (Dresden)
 Bassler M, Prof. Dr. med. (Mainz)
 Bengel J, Prof. Dr. med. Dr. phil. (Freiburg)
 Bischoff C, Prof. Dr. biol. hum. (Bad Dürkheim)
 Ecker W, Prof. Dr. phil. (Bad Dürkheim)
 Eggers G, Prof. Dr. med. (Rostock)
 Gebauer E, Dr. med. (Münster)
 Gromus B, Prof. Dr. rer. nat. (Hamburg)
 Haag G, Prof. Dr. med. Dipl.-Psych. (Elzach-Oberprechtal)
 Hasenbring M, Prof. Dr. phil. (Bochum)
 Jäger RS, Prof. Dr. phil. (Landau)
 Joraschky P, Prof. Dr. med. (Dresden)
 Keller R, Dipl.-Psych. (Überherrn-Berus)
 Koch U, Prof. Dr. med. Dr. phil. (Hamburg)
 Köllner V, Prof. Dr. med. (Teltow)
 Kosarz P, Dr. biol. hum. Dipl.-Psych. (Heidelberg)
 Kulzer B, Prof. Dr. Dipl.-Psych. (Bad Mergentheim)
 Langosch W, Prof. Dr. phil. (Bad Krozingen)
 Längs G, Univ.-Doz. Dr. med. (Bad Bramstedt)
 Limbacher K, Dr. med. (Bad Dürkheim)
 Linden M, Prof. Dr. med. (Berlin)
 Lindenmeyer J, Prof. Dr. rer. nat. Dipl.-Psych. (Lindow)
 Luka-Krausgrill U, Prof. Dr. phil. (Mainz)
 Mayer H, Dr. med. (Murnau)
 Müller H (Hamburg)
 Nowack N, Dr. med. (Salzwedel)
 Reusch A, Dr. rer. medic. Dipl.-Psych. (Würzburg)
 Rüdell H, Prof. Dr. med. Dipl.-Psych. (Bad Kreuznach)
 Scheidt CE, Prof. Dr., M.D., M.A. (Freiburg)
 Schneider R, Dipl.-Psych. (Friedrichsdorf)
 Schuler M, PD Dr. phil. (Würzburg)
 Schultz K, Dr. med. (Bad Reichenhall)
 Seger W, Dr. med. (Hannover)
 Stapel M, Prof. Dr. rer. soc. Dipl.-Psych. (Speyer)
 Vogelgesang M, Dr. med. (Münchwies)
 Wind G, Dipl.-Psych. (Ludwigshafen)
 Wittmann WW, Prof. Dr. phil. (Mannheim)
 Zander G, Dr. med. (Bad Freienwalde)

Editor emeritus:

Prof. Dr. phil. habil. Manfred Zielke
 E-Mail: mzielke@pabst-publishers.com

Erscheinungsweise: Vierteljährlich

(März, Juni, September, Dezember)

Bezugsbedingungen: Die *Praxis Klinische Verhaltensmedizin und Rehabilitation* kann im Abonnement, Kennenlern-Abonnement oder als Einzelheft bezogen werden. Das Kennenlern-Abonnement geht in ein Jahresabonnement über, wenn bei Erhalt des zweiten Hefes nicht abbestellt wird. Lieferung erfolgt nur an Hausanschrift (nicht an das Postfach).

Abbestellungen bitte spätestens acht Wochen vor Ablauf des Jahresabonnements. Erfolgt keine Abbestellung, verlängert sich das Abonnement automatisch um ein weiteres Jahr.

Adressänderungen bitte sechs Wochen vorher mit neuer und alter Adresse dem Verlag mitteilen.

Bezugspreis: Einzelheft 14,- € inkl. MwSt. und Versandkosten. Jahresabonnement (= 4 Hefte) 48,- €, jeweils inkl. MwSt. und Versandkosten.

Zahlungsweise: Der Bezugspreis ist nach Erhalt der Rechnung zahlbar.

Copyright: Die in dieser Zeitschrift veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, insbesondere das der Übersetzung in fremde Sprachen, bleiben vorbehalten. Kein Teil dieser Zeitschrift darf ohne schriftliche Genehmigung des Verlages in irgendeiner Form reproduziert, bearbeitet oder in elektronische Systeme eingespeichert werden. Fotokopien für den persönlichen und sonstigen eigenen Gebrauch dürfen nur von einzelnen Beiträgen oder Teilen daraus als Einzelkopien hergestellt werden.

Haftungsausschluss: Der Verlag haftet nicht für die Richtigkeit mitgeteilter Angaben. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht in jedem Fall die Meinung der Schriftleitung und Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandtes Material übernehmen Schriftleitung und Redaktion keine Gewähr.

Die Verwendung von Warennamen im Text ohne Hinweis auf etwa bestehende Patente, Gebrauchsmuster oder Warenzeichen berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen als frei zu betrachten sind und von jedermann benutzt werden dürfen.

Für Angaben über Dosierungsanweisungen, Applikationsformen, Wirkungen und Nebenwirkungen von Medikamenten wird keine Gewähr übernommen. Solche Angaben müssen vom Verwender im Einzelfall selbst auf ihre Richtigkeit überprüft werden.

Anzeigenschluss: Sechs Wochen vor Erscheinungstermin. Es gilt die Anzeigenpreisliste vom 1.3.97.

Redaktion

Erika Wiedenmann

Abo-Betreuung

Silke Haarlammert
 E-Mail: haarlammert@pabst-publishers.com

Layout, Herstellung

Armin Vahrenhorst
 E-Mail: vahrenhorst@pabst-publishers.com

Druck

KM-Druck, D-64823 Groß-Umstadt

Titelbild: Joseb Smoktun

ISSN: 0933-842X

Editorial

Sozialmedizin und berufliche Teilhabe

Ulf Kampczyk

Sozialmedizinische Leistungsbeurteilungen bei psychischen Störungen, ob als „Haupt“ oder „Neben“Diagnose stellen sehr oft eine besondere Herausforderung dar. Dies gilt sowohl für die Rehatteams in den Kliniken als auch für die zuständigen Mitarbeiter*innen der Sozialmedizinischen Dienste bei den Leistungsträgern wie der Deutschen Rentenversicherung.

Ich kenne beide Perspektiven und habe es in diesem Kontext sehr zu schätzen gelernt, mit gutem sozialmedizinischem Handwerkszeug arbeiten zu dürfen. Dazu gehören die Leitlinie Psychische Störungen der DRV, die AWMF-Leitlinien, aber auch das in diesem Heft in mehreren Beiträgen zu Recht als gut handhabbare und sozialmedizinisch hilfreiche Mini-ICF-APP. Handwerkszeug, das die Würdigung von Fähigkeitsbeeinträchtigungen wie auch Ressourcen ermöglicht, aber auch das sehr wichtige, über positive Teilhabe-Weichenstellungen mitentscheidende Thema erfolgreicher oder problematischer Krankheitsbewältigung einschließt.

Diese Aspekte spielen exemplarisch im Beitrag von Keßler und Kollegen zum Fibromyalgiesyndrom eine große Rolle. Ist das Fibromyalgiesyndrom immer noch hart ideologisch umkämpft? Die Autoren leisten einen wichtigen Beitrag zur Versachlichung der Debatte. Neben der klaren Orientierung an der S 3 Leitlinie der AWMF zum Fibromyalgiesyndrom wird die Einbettung von Psychotherapie und Sozialmedizin im ganzheitlichen psychosomatischen Konzept beleuchtet.

Erwerbsbezogene Zielkonflikte in der psychosomatischen Rehabilitation, deren Diagnostik und Identifikation und den therapeutischen Umgang damit, diskutiert Wolfgang Pfeiffer. Das A und O ist das dargestellte proaktive klärende Prozedere unter Einbeziehung der Methodik der Beschwerdervalidierung bzw. der differenzierten Befundbeschreibung.

Fähigkeitsbeeinträchtigungen bei neurologischen Erkrankungen stehen im Mittelpunkt der Arbeit von Henning und Meyer-Zier. Praxistauglich werden somatische und psychische Funktionsstörungen der in der medizinischen Rehabilitation wichtigsten neurologi-

schen Krankheitsbilder kompakt herausgearbeitet. Wegweisend ist die Ableitung und Darstellung der Fähigkeitsbeeinträchtigungen, die aus verschiedenen psychischen Funktionsstörungen im Rahmen neurologischer Krankheitsbilder resultieren können.

Mit den Wechselwirkungen zwischen Herz und Psyche, der Angst als möglichem Zusatzsyndrom bei den kardiologischen Kernsyndromen, beschäftigen sich Neue und Schikora. Daraus leiten sich als wesentliche Ziele das Überwinden von sozialen und arbeitsbezogenen Ängsten für die (psycho)kardiologische Rehabilitation ab.

Die beiden zuletzt angesprochenen Beiträge greifen auf das Mini-ICF-APP als Instrument zur Erfassung von psychischen Fähigkeitsbeeinträchtigungen zurück. Deren Validierung ist nicht nur eine Frage der Güte des Messinstrumentes, sondern auch der Interrater-Reliabilität. Letztlich hängt eine hohe Reliabilität immer davon ab, dass der Bezugskontext exakt definiert ist und die Rater vom selben Informationsstand ausgehen. Letzteres ist in der Praxis naturgegeben manchmal nicht der Fall (Gutachtersetting Klinik versus ambulantes Gutachtersetting Einzelgespräch) und dennoch legitim. Stephanie Christensen und Beate Martin nähern sich diesem Thema, stellen die Notwendigkeit von Rater-Schulungen deutlich heraus, beschreiben deren Möglichkeiten, aber auch deren Grenzen.

Zum Thema Interraterreliabilität äußern sich auch Elstner und Kollegen in ihrer Arbeit zum MINI-ICF-APP gB, einer zur Anwendung bei Menschen mit geistiger Behinderung modifizierten Version des MINI-ICF-APP. Perspektivisch besonders interessant sind hier sozialmedizinisch erste Überlegungen der Autoren, mittels des MINI-ICF-APP Zugangschancen von Menschen mit geistiger Behinderung für den allgemeinen Arbeitsmarkt besser zu verifizieren.

Über die Möglichkeiten, sich besser auf dem Arbeitsmarkt präsentieren zu können, berichten die Berufstrainerinnen Claudia Cramer und Daniela Vollhardt. Ihr modulares Workshop-Angebot zeigt, dass auch und gerade berufliche Rehabilitation einen guten Rahmen bieten kann, Sozialkompetenz und kom-

munikative Fähigkeiten weiterzuentwickeln. Aus der Praxis der täglichen Arbeit eines Integrationsfachdienstes berichtet Sandra Schauer mit einem Fallbeispiel.

Wir wünschen Ihnen eine anregende Lektüre und Freude an der praktischen Sozialmedizin.

Ulf Kampczyk

Dr. med. Ulf Kampczyk ist ärztlicher Mitarbeiter der DRV Mitteldeutschland und langjährig klinisch erfahrener Psychiater, Psychotherapeut und Sozialmediziner.

Er kennt die Perspektive der DRV-Verwaltung wie auch die Perspektive der Kliniker im Alltag der Patientenversorgung.

ulf.kampczyk@drv-md.de

Gewinn an Selbstsicherheit durch das Workshop-Angebot „Präsentation“ – Praxiserfahrungen aus Verhaltenstrainings

Claudia Kramer & Daniela Vollhardt

Berufliche Trainingszentren Rhein-Neckar gGmbH, Frankfurt

Kurzfassung

Der Beitrag stellt im Sinne eines Praxisbeispiels ein Training für Selbstsicherheit in Präsentationssituationen vor. Das Training wurde von beruflichen TrainerInnen konzipiert und seit mehreren Jahren erfolgreich durchgeführt.

Schlüsselwörter

Fähigkeiten, Präsentation, Workshop, Praxis, berufliches Training

Presentation training for enhancing assertiveness

Abstract

The workshop 'Presentation' supports participants from a structured Vocational Training in strengthening their assertiveness. The aim of this workshop is to reduce anxiety and avoidance towards presenting situations, and to train behaviour how presentation situations can be faced strategically. The aim should be to gain confidence in handling media and techniques as well as capacities of contact with thirds, assertiveness and group interactions (according to the Mini-ICF-APP, Linden et al., 2015). The workshop does not include any computer-based presentation programs as contents. The training aims face the rehabilitants' assurance of their personal performance, of recitals and of presenting. In order to achieve this, comprehensive experiencing and trying out of all techniques and methods and collecting improvisation instruments ("when something goes wrong") are the basis. The skill of flexibility is the aim. The reflection on one's own presentation behaviour and self-perception are achieved through joint exercises in which participants can experience the effect of their actions and try them out in a benevolent environment. The workshop consists of four modules, which can be visited independent of each other.

Keywords

Capacities, presentation, talk, workshop, practice, vocational rehabilitation

1 Berufliche Rehabilitation

In der beruflichen Rehabilitation stehen nach der medizinischen Gesundung die (Wieder-)Erlangung der Arbeitsfähigkeit und ein Gewinn an Selbstsicherheit an erster Stelle. Neben der psychosozialen Begleitung zur Stabilisierung der Leistungsfähigkeit und Stärkung des Selbstwertes erarbeiten sich die Rehabilitanden mit den beruflichen Trainern Methoden und Techniken zur Arbeitsbewältigung und frischen ihre Kenntnisse auf. Darüber hinaus gibt es jetzt im Beruflichen Trainingszentrum Frankfurt ein Workshop-Angebot, in dem sich die Rehabilitanden umfangreich mit dem Thema Präsentieren beschäftigen. Dabei werden umfassend Techniken und Methoden ausprobiert und die eigene Wirkung

auf andere eingeübt. Insgesamt finden die Workshop-Teilnehmer spielerisch einen Zugang zu dem Thema, so dass jeder für sich seinen Präsentations-, Vortrags- und Redestil finden kann, mit dem er sich wohlfühlt und in dem er Sicherheit entwickelt.

In der beruflichen Rehabilitation können für grundsätzlich arbeitsfähige Rehabilitanden mit psychischen Erkrankungen (F-Diagnosen) besondere Maßnahmen zum Tragen kommen. Voraussetzung dafür ist ein bewilligter Antrag auf Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben (LTA). Nach erfolgreichem Abschluss einer medizinischen Rehabilitation kann der Reha-Berater aufgrund seiner Einschätzung des Rehabilitanden den LTA bewilligen und damit die Teilnahme an den besonderen Maßnahmen ermöglichen. Träger sol-

cher Maßnahmen sind z.B. die Beruflichen Trainingszentren (BTZ) Rhein-Neckar der SRH, deren BTZ-Stammhaus sich mit der geschäftsführenden Zentrale in Wiesloch befindet. Seit 1980 bestätigt der Erfolg in der Abklärung, im Coaching und in der Vermittlung das Konzept und führt bis heute zu einem sich stetig ausdehnenden Netzwerk von Trainingszentren an mittlerweile acht Standorten in Deutschland. Rund 180 Mitarbeiter begleiten und unterstützen hauptsächlich im Auftrag der Deutschen Rentenversicherung und der Arbeitsagenturen Rehabilitanden; so individuell die Ziele jeweils sind, so sehr bedeutet es doch jedem, angemessen und damit im Umfang der eigenen Leistungsfähigkeit und auch nachhaltig auf den Arbeitsmarkt zurückzukehren.

Die Beruflichen Trainingszentren der SRH bieten ein umfangreiches Portfolio an Maßnahmen an:

- Assessment: First Step (Feststellungsmaßnahme nach Auszeit und Klinik), Berufsfindung/Eignungsabklärung, Arbeitserprobung
- Training/Integration: Berufliches Training (Unterstützendes Training auf dem Weg in ein Arbeitsverhältnis), MOVE/DIVE (Modulare/Direkte Vermittlung), InRAM (Integration von Rehabilitanden [mit einer Behinderung] in den Arbeitsmarkt)
- Coaching im Betrieb: Integration+ (unterstützendes Coaching im BEM-Verfahren für Arbeitnehmer/Rehabilitanden und Arbeitgeber)
- Vorbereitung auf Ausbildung/Umschulung/Qualifizierung: Berufsvorbereitung, Berufsvorbereitende Bildungsmaßnahme

Je nach Maßnahme gestaltet sich dabei die Dauer der Zusammenarbeit unterschiedlich lang: von wenigen Tagen Arbeitserprobung bis zu zwölf Monaten Anpassungsfortbildung im kaufmännischen oder individuellen Trainingsbereich.

Die Rehabilitanden werden zumeist von einem Tandem aus psychosozialen Dienst und beruflichem Training über die gesamte Dauer ihrer Maßnahme begleitet. Auf psychosozialer Seite sind Krankheitseinsicht und Veränderungsbereitschaft sowie aus dem Verlauf der Maßnahme notwendig werdende Kriseninterventionen ein Thema. Gemeinsam mit den beruflichen Trainern arbeitet der Rehabilitand an seinen berufsfachlichen Maßnahmezielen, die z.B. die Einübung der Rolle als Arbeitnehmer und den Ausbau der Methodenkompetenz für den beruflichen Alltag umfassen. Handlungsleitend sind Fragen zum Erwerb und/oder Erhalt der Arbeitsfähigkeit trotz der bestehenden Einschränkungen

durch die Erkrankung(en). Das Training reicht daher vom Aufrechterhalten einer Tagesstruktur incl. Zeit- und Selbstmanagement, über Aufgaben- und Arbeitsplatzorganisation bis zur Ausdehnung von Konzentrations- und Belastungsgrenzen. Das individuelle Ausprobieren und Einüben von hilfreichen Strategien bei der Kontaktaufnahme und der Kontaktpflege zu Kollegen und Vorgesetzten gehören ebenso zum beruflichen Training wie das Kennenlernen unterschiedlicher Methoden zur Abgrenzung und der Konfliktbewältigung im beruflichen Alltag innerhalb von Teamstrukturen. Neben den psychosozialen Gruppenangeboten (wie z.B. Soziales Kompetenztraining, Gefühle im Griff, Ressourcentraining und Stressbewältigung) und klassischem berufsfachlichen Seminarangebot (Bewerbertraining, EDV-Kurse, Business English, kaufmännisches Deutsch und Rechnungswesen) konzipierten zwei berufliche Trainerinnen des Beruflichen Trainings am Standort Frankfurt im Frühsommer 2018 ein neues Workshop-Angebot ‚Präsentation‘.

2 Workshopangebot „Präsentation“

Auslöser für dieses neue Angebot war die Überlegung, wie die oft großen Hemmschwellen vor Präsentationen abgebaut und ihnen strategisch begegnet werden kann. Ziel sollte ein Gewinn von Sicherheit im Umgang mit Medien und Techniken sowie von persönlicher Selbstsicherheit und souveräner Selbstbehauptung sein. Der Workshop hat erklärtermaßen NICHT digitale Präsentationsprogramme wie z.B. Microsoft PowerPoint als Inhalt, da dafür die entsprechenden EDV-Kurse im Angebot stehen. Den Traineeinnen geht es um eine Sicherheit der Rehabilitanden im persönlichen Auftritt, im Vorsprechen und in der Präsentation. Zur Erlangung dieser Sicherheit stellt daher ein umfangreiches Kennenlernen und Ausprobieren sämtlicher Techniken und Methoden und ein Sammeln von Improvisationsinstrumenten („wenn mal was schief geht“) die Grundlage dar. Insofern wird hier auch auf die Fähigkeit zur Flexibilität hingearbeitet. Die Reflexion des eigenen Präsentationsverhaltens und die Selbstwahrnehmung werden durch gemeinsame Übungen erzielt, in der jeder die Wirkung seines Tuns erleben und in einem wohlwollenden Umfeld ausprobieren kann.

Der Workshop ist in vier voneinander unabhängigen Modulen aufgebaut. Das war den Trainerinnen von Anfang an wichtig, damit eine einzelne Teilnahme oder auch das Nachholen eines verpassten Moduls jederzeit für

die Rehabilitanden möglich ist. Bereits bei der Planung zeigen sich dadurch die Teilnehmenden oft schon weniger einem Anwesenheitsdruck ausgesetzt und begegnen dem Angebot mit hoher Motivation und Interesse. Die Module umfassen dabei jeweils drei Zeitstunden mit einem Tagesfeedback. Die Gruppengröße umfasst etwa 16 Teilnehmende. Dieser Umstand gewährleistet, dass der Einzelne in einer großen Gruppe weniger im Fokus der Beobachtung durch andere steht und die eigene Präsentationsscheu besser überwinden kann. Darüber hinaus garantiert eine große Gruppe nicht nur die Mitwirkungsbereitschaft, sondern auch eine ausreichende Publikumsgröße, um zum Einen ein nivelliertes und brauchbares Feedback zu erhalten und um zum Anderen die Übungen im geschützten Raum unter realistischen Bedingungen durchzuführen. Es werden über alle vier Module hinweg unterschiedliche Sitzordnungen und dafür angemessene Situationen ausprobiert, gefühlt und besprochen: Kinobestuhlung, Stuhlkreis, stehend an Hochtischen, sitzend an Blocktischen oder an Tischen in U-Form.

Bevor das erste Modul inhaltlich beginnt, bitten die Trainerinnen um mindestens je eine schriftliche Nennung der eigenen Erwartungshaltung im positiven wie auch im negativen Sinn. Diese Erwartungen und Befürchtungen werden dann am Ende des letzten Moduls wieder hervorgeholt, um einen Soll-Ist-Abgleich zu schaffen. Im Laufe des ersten Moduls wird sich dem Thema Präsentation ganz allgemein genähert und gemeinsam durch Sammlung eigener Situationen herausgefunden, dass sich jeder präsentieren muss, sobald er in Kontakt mit anderen kommt: im Vorstellungsgespräch, bei der Präsentation eines Produktes/ einer Strategie/ eines Projektes im beruflichen Kontext, auf dem Amt, bei der Arbeitsagentur, bei der Wohnungsbesichtigung, bei der Polizei, bei neuen Nachbarn, beim ersten Date. Mit interaktiven Übungen werden die Wichtigkeit und die Wirkung von Nähe und Distanz spielerisch deutlich gemacht und mit dem theoretischen Input über Edward T. Hall's Proxemik vervollständigt.

Im zweiten Modul geben die Trainerinnen Zeit und Raum, um sich mit den unterschiedlichen Medien zu beschäftigen, sie auszuprobieren und ihren sinnvollen Einsatz zu diskutieren. In einem ‚Zirkeltraining‘ wechseln die in Kleingruppen aufgeteilten Rehabilitanden die Mediennutzungs-Methode und diskutieren dabei untereinander Vor- und Nachteile und Einsatzmöglichkeiten der jeweiligen Medien. Beispielsweise wird der Gebrauch eines Presenters und damit die räumliche Unabhängigkeit vom Laptop geübt. Unterschiedli-

che handelsübliche Presenter wandern von Hand zu Hand und eröffnen Möglichkeiten darüber in Austausch zu kommen, wie zukünftig Präsentationen gehalten werden können. Bei der Verwendung von Flipchart, Metaplanwänden und Stichwortkarten geht es um die Fähigkeit zur Planung und Strukturierung und Möglichkeiten gezielter Vorbereitung. Die genaue Handhabung von bspw. keilförmigen Stiften, der Form- und Farbnutzung von Moderationskarten und die zusätzlichen Einsatzmöglichkeiten von adhäsiven Karten kann jeder in Ruhe ausprobieren. Die hilfreiche Verwendung eines zu zeigenden oder vorzuführenden Gegenstandes, der zur Folge hat, dass der Publikumsfokus sich vom Vortragenden löst, wird dabei in einer Kurzpräsentation geübt. Auch die Verwendung von Stichwortkarten wird spielerisch ausprobiert. Dazu sucht sich jeder aus angebotenen Themen spontan eines heraus, um dann auf einzelnen Karten zehn Stichworte zu notieren, die für die betreffende Person den ‚roten Faden‘ der eigenen Geschichte darstellt. Diese Stichwortkarten werden dann vertauscht, so dass jeweils ein anderer Workshop-Teilnehmer anhand der Stichworte eine spontane Stegreifgeschichte erzählen muss. Zum Schluss wird eine gemeinsame Übersicht der Vor- und Nachteile der ausprobierten Techniken und sinnvolle Einsatzbeispiele an der Metaplanwand gesammelt.

Das dritte Modul ist charakterisiert aus beständigem Ausprobieren der eigenen Stimme und des Körpers, wozu in theaterpädagogischen Übungen der gesamte Raum genutzt wird. Tipps zum Aufwärmen von Stimme und Körper vor wichtigen Terminen, Vorstellungsgesprächen, Präsentationen u.ä. werden vorgestellt und gemeinsam ausprobiert: Klatsch- und Klopf-, Dehn- und Streckübungen sowie Summ- und Sprecheinlagen. Danach werden gemeinsam verschiedene Gefühlszustände ge- und erlaufen, um das Bewusstsein für den eigenen Körper und dessen Außenwirkung zu stärken: wie fühlt es sich an, wenn man traurig/ fröhlich/ neugierig ... ist, wie bewegt man sich dann, welche Körperhaltung nimmt man ein, wie wirkt das auf andere? Ein Rendezvous mit der eigenen Stimme (indem z.B. jeder in einen 5-Liter-Eimer hinein spricht) sowie das Rezitieren von Zungenbrechern geben Aha-Effekte und erhöhen beiläufig den Spaß am Ausprobieren. Dieses Modul wird vervollständigt mit dem theoretischen Input zu Watzlawick's Eisbergmodell der Kommunikation. Das Modul wird beendet mit einem Video zum 60-Sekunden-Lächeltraining von Vera Birkenbihl.

Im vierten Modul beschäftigt sich die Gruppe mit den Ängsten vor Blamage, Black-out,

technischen Problemen sowie unerwartetem Verhalten des Gesprächsgegenübers oder des Publikums. Gemeinsames Sammeln von angstbesetzten Situationen entspannt die Teilnehmenden bereits, da sie feststellen, dass jeder vor irgendetwas Angst hat. Strategien zur Vorbereitung, zur Gegenrede und gegen die eigene Aufregung werden gemeinsam diskutiert und zusammengetragen. Ebenso werden Handlungsalternativen bei technischen oder organisatorischen Problemen gesammelt, so dass jeder irgendeinen Hinweis mitnehmen kann, der ihm selbst mehr Sicherheit gibt. Die Modulserie endet damit, dass sich jeder Teilnehmer einen, von den Traineerinnen mit ressourcenstärkenden Sprüchen oder Bildern vorbereiteten, Taschenspiegel aussuchen und behalten darf. Er soll im Alltag an den Workshop, die Techniken und Strategien und vor allem an das 60-Sekunden-Lächeln erinnern. Eine ausführlichere Feedbackrunde über den gesamten Workshop mit einem Abgleich der Erwartungen vom ersten Tag beschließt den Workshop.

Nach dem Workshop erhält jeder Teilnehmer ein Skript mit Fotoprotokoll aller in dieser aktuellen Seminarreihe erstellten Flipcharts und Metaplan-Sammlungen, mit Unterlagen zu Stimm- und Sprachübungen sowie Raum für eigene Notizen. Der Workshop lebt von seinen interaktiven Elementen und von der Möglichkeit gemeinsam in der Gruppe und im geschützten Rahmen sich und die angebotenen Techniken auszuprobieren. Das lässt Raum dafür herauszufinden, welche Methoden individuell am besten zu jedem passen. Darüber hinaus begeistern die Trainerinnen durch die kommunikative fröhliche Art in der Workshop-Leitung, in der sie immer wieder auch sich selbst ‚vorführen‘, im Rollenspiel in überzeichneter Form Beispiele für Krisensituationen geben und auch von eigenen Missgeschicken und Unzulänglichkeiten erzählen. Damit zeigen sie vorbildhaft, dass auch offenes Fehlermanagement ein Aspekt ist, den eigenen Auftritt souveräner und selbstsicherer zu gestalten.

Erfolgreicher und zufriedenstellender als jedes mündliche oder schriftliche Feedback erleben die Trainerinnen die Rückmeldungen, in denen die Rehabilitanden oder Wieder-Arbeitnehmer stolz berichten. Beispielsweise erzählte eine Workshop-Teilnehmerin, dass sie sich (nach Beendigung der Maßnahme und im Arbeitsverhältnis) getraut habe, eine Präsentation vor 20 Kollegen gehalten zu haben. Eine andere berichtete, dass sie das erste Mal keine lähmende Angst mehr in Vorstellungsgesprächen verspürt habe. Ein Teilnehmer sagte, dass er es nie für möglich gehalten

hätte Kaltakquise in mehreren Unternehmen zu wagen. Und wieder ein anderer berichtete, dass er zum ersten Mal überhaupt einem Kollegen und seinem Chef gegenüber Bedenken und Gegenargumente formulierte und damit Beachtung gefunden habe.

Literatur

- Birkenbihl, V. (2007). *Signale des Körpers*, München: Redline.
- Birkenbihl, V. (2019). In nur 60 Sekunden wieder gute Laune. Video online abrufbar unter https://www.youtube.com/watch?v=MZbfr7_EwNk.
- Hall, E.T. (1976). *Die Sprache des Raumes*, Düsseldorf: Schwann.
- Linden, M., Baron, S., Muschalla, B., & Ostholt-Corsen, M. (2015). *Fähigkeitsbeeinträchtigungen bei psychischen Erkrankungen. Diagnostik, Therapie und sozialmedizinische Beurteilung in Anlehnung an das Mini-ICF-APP*. Göttingen: Hogrefe.
- Watzlawick, P., Beavin, J.H., & Jackson, D.D. (2011). *Menschliche Kommunikation: Formen, Störungen und Paradoxien*, Göttingen: Hogrefe.

Claudia Kramer

(50) M.A. Coach und Supervisor, NLP Practitioner Coach, Diplom-Betriebswirtin (FH) Personalmanagement, Ausbilderin IHK, Hotelfachfrau. Seit 1994 selbstständig als Bewerbertrainerin und als Dozentin in der Erwachsenenbildung, 5 Jahre JobCoach im Bundesprojekt Perspektive 50plus, seit 2003 Lehrbeauftragte an hessischen Hochschulen mit Bewerbungskoaching und Teamtraining, seit 2015 berufliche Trainerin im BTZ Frankfurt.
E-Mail: Claudia.Kramer@srh.de

Daniela Vollhardt

(50) Rechtswissenschaftliches Studium an der Goethe Universität in Frankfurt, Coach für Körper und Stimme (u. a. Vorbereitung von Studierenden auf die mündliche Prüfung), Ausbilderin IHK, Industriekauffrau. Seit 1999 Theaterschaffende in Frankfurt am Main als Darstellerin und Regisseurin. Interkulturelle Theaterprojekte und Projekte im theaterpädagogischen Bereich mit unbegleiteten minderjährigen Geflüchteten. Veröffentlichungen: *Maleen – Das Buch und zahlreiche Theatertexte*. Seit 2017 berufliche Trainerin im BTZ Frankfurt.
E-Mail: Daniela.Vollhardt@srh.de