

Ärztliche Qualitätszirkel in Kooperation mit Selbsthilfegruppen – ein Leitfaden

Unterstützung der KVBW für Ärzteschaft und Selbsthilfe zum Ausbau von Kooperationen

DANIELA FUCHS

Um die Zusammenarbeit zwischen Ärzten und Selbsthilfegruppen zu unterstützen, hat die Kassenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg einen Leitfaden herausgegeben. Er bietet Hilfestellungen für die Kooperation und zeigt die Vorteile auf, die beide Seiten davon haben.

Schlüsselwörter: Kassenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg, KVBW, Kooperationsberatung Ärzte und Selbsthilfegruppen, KOSA, Qualitätszirkel, Leitfaden

Die Kassenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg (KVBW) vertritt als Körperschaft des öffentlichen Rechts über 20.000 niedergelassene Ärzte und Psychotherapeuten in Baden-Württemberg. Sie gestaltet und sichert die medizinische Versorgung für die gesetzlich Versicherten in Baden-Württemberg, schließt Verträge mit den gesetzlichen Krankenkassen, kümmert sich um die Fortbildung ihrer Mitglieder und um die Abrechnung der Leistungen.

Ärzte, Psychotherapeuten und Selbsthilfegruppen wünschen eine fachliche Beratung, wenn es darum geht, Kontakte zu knüpfen und Kooperationsbeziehungen aufzubauen. Deshalb wurde die Kooperationsberatung für Ärzte und Selbsthilfegruppen (KOSA) im Jahr 2008 durch die KVBW eingerichtet. Als Vermittler vor Ort fördert die KOSA die praktische Zusammenarbeit zwischen Ärzten und Selbsthilfegruppen und gibt Impulse diese zu erweitern. Die bundesweiten KOSAs stellen damit auf der Ebene der Vertretung von Ärzten und Psychotherapeuten ein institutionelles Äquivalent zur professionalisierten Selbsthilfeunterstützung dar. Diese Kontakt-, Informations- und Beratungsstellen für Selbsthilfegruppen (KIBIS oder KISS genannt, das ist regional unterschied-

lich) sind zumeist in freier Trägerschaft organisiert und haben primär Patienten und Angehörige als Adressaten. Häufig arbeiten KOSA und KIBIS/KISS auch zusammen. Ein Beispiel dafür ist der hier vorgestellte Leitfaden.

Entstehungsgeschichte

Die Idee, ein Medium zu entwickeln, das Ärzte und Selbsthilfegruppen (SHG) dabei unterstützt im ärztlichen Qualitätszirkel (QZ) zu kooperieren, entstand im Zeitraum der Jahre 2008 bis 2010 bei den landesweit von den KVBW durchgeführten „Fachtagungen Selbsthilfe“. Diese Tagungen boten Raum für Ärzte und Selbsthilfegruppen, sich zu gemeinsamen Themen auszutauschen und fortzubilden. In vier verschiedenen Workshops zum Thema „Kooperation im ärztlichen Qualitätszirkel“ ließen Ärzte, Psychotherapeuten und Vertreter von Selbsthilfgruppen

eine hohe Bereitschaft erkennen, sich für diese Form der Zusammenarbeit zu öffnen. Interessanterweise zeigte sich aber sehr schnell, dass die Kontaktaufnahme durchaus problematisch sein kann und kein Patentrezept dafür existiert. Die gegenseitige Unkenntnis der jeweiligen maßgeblichen Strukturen kristallisierte sich als Hemmnis für eine Kontaktaufnahme heraus. Als Beitrag zur Lösung der bei diesen Workshops genannten Probleme wurde der hier vorgestellte „Leitfaden zur Kooperation von Ärzten, Psychotherapeuten und Selbsthilfgruppen in Qualitätszirkeln“ entwickelt.

Hohe Bereitschaft, sich für diese Form der Zusammenarbeit zu öffnen

Umsetzung und Gestaltung

Die KOSA der KVBW hat sich die Umsetzung dieses Lösungsansatzes zur Aufgabe gemacht und eine interdisziplinäre Projektgruppe zur Entwicklung des Leitfadens gegründet. Er bietet praktische Hilfestellungen für die Zusammenarbeit von ärztlichen Qualitätszirkeln und Selbsthilfegruppen und zeigt insbesondere die Vorteile auf, die beide Seiten von kooperativen Arbeitsformen haben. Der Leitfaden gibt hilfreiche Tipps, wie Ärzte und Selbsthilfe in Kontakt kommen und wie Selbsthilfegruppen in die ärztliche Qualitätszirkelarbeit integriert werden können. Viele praktische Beispiele sowie Hilfsmedien im Anhang vereinfachen eine Umsetzung in die Praxis. Um den praktischen Nutzen beurteilen und den Leitfaden ggf. weiterentwickeln zu können, enthält die Broschüre weiterhin zwei Feedbackbögen.

Ziele und Zielgruppen

Wichtig war den Autoren, dass der Leitfaden kurz und prägnant wird, damit den Anwendern möglichst schnell und einfach eine Umsetzung im Qualitätszirkel gelingt. Für langjährig bestehende Qualitätszirkel bietet er die Möglichkeit „Neues“ auszuprobieren. Außerdem können evtl. bereits kooperierende Zirkel anhand der enthaltenen Evaluationsbögen ihre Erfahrungen zur Zusammenarbeit rückmelden. Der Leitfaden richtet sich sowohl an Ärzteschaft wie an Selbsthilfegruppen. Die Initiierung einer Kooperation kann deshalb von beiden Seiten ausgehen.

Die Veröffentlichung des Leitfadens erfolgte Anfang 2012 über einen Bericht in der Mitgliederzeitschrift „ergo“ der KVBW, zeitgleich wurde er auf der Homepage eingestellt. Zusätzlich erhielten alle bei der KV registrierten QZ-Moderatoren und die an einer Kooperation mit Selbsthilfegruppen interessierten Ärzte eine gedruckte Version des Leitfadens. Auf Seiten der Selbsthilfe wurden die landesweiten Selbsthilfekontaktstellen und weitere Multiplikatoren in Baden-Württemberg über dieses neue Medium informiert.

Rückmeldungen und Evaluation

Die im Leitfaden enthaltenen Evaluationsbögen beziehen sich zum einen auf die Beurteilung der unter Beteiligung von Selbsthilfegruppen durchgeführten Qualitätszirkelsitzungen und zum anderen auf die Bewertung der Inhalte des Leitfadens.

Die zwischenzeitlich eingegangenen Rückmeldungen zur Beurteilung der durchgeführten Qualitätszirkelsitzungen zeigen, dass Selbsthilfegruppen hauptsächlich themenbezogen und punktuell zu ärztlichen Qualitätszirkeln eingeladen wurden¹. Der Ablauf sowie das Ergebnis wurden als positiv bewertet. Unterstützt wird diese Rückmeldung dadurch, dass die Qualitätszirkelangaben, weitere Sitzungen dieser Art durchzuführen.

¹ Dabei handelte es sich, soweit bekannt, um folgende (in alphabetischer Reihung genannte) Selbsthilfegruppen: COPD, Diabetiker-Treff, Frauen SHG nach Krebs, Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe, Kreuzbund, SHG für Osteoporose, Selbsthilfegruppe für Schilddrüsenerkrankungen

Die im Leitfaden aufgezeigte Möglichkeit, einen neuen interdisziplinären Qualitätszirkel zur Verbesserung bestehender Strukturen oder Prozesse in Kooperation mit der Selbsthilfe ins Leben zu rufen, wurde offenbar nicht genutzt – jedenfalls liegen hierüber keine Meldungen vor. Erfreulicherweise verweisen einige Evaluationsbögen auf eine kontinuierliche Zusammenarbeit im bereits bestehenden Qualitätszirkel. Diese wurde zum Teil sogar als „befruchtend“ für die Arbeit im Zirkel beschrieben (s. Kasten).

Die Rückmeldungen zum Leitfaden selbst sind positiv. Die meisten Antwortenden würden den Leitfaden weiterempfehlen,

Bericht eines QZ-Moderators

Kontinuierliche Zusammenarbeit im Qualitätszirkel mit der Selbsthilfegruppe „ADHS1 - Elterngruppe; Regionalgruppe Bruchsal/Hambrücken des ADHS Deutschland e.V.“

Der Qualitätszirkel (QZ) „ADHS-Regionalteam Nördlicher Landkreis Karlsruhe“ besteht seit 2009. Gegründet wurde er im Rahmen des ADHS-Vertrages zwischen der KVBW und der BKK VAG. Seit dem zweiten Jahr seines Bestehens findet eine kontinuierliche Kooperation mit der Eltern-Selbsthilfegruppe statt.

Der QZ setzt sich interdisziplinär unter Beteiligung von zwei Vertretern der Selbsthilfe zusammen. Diese Zusammenarbeit schafft Vertrauen und baut Spannungen ab, die durch äußere Umstände wie z. B. die bestehende Terminnot, Rezept- und Heilmittelrestriktionen und weitere Budgetierungen im Bereich der gesetzlichen Krankenversicherung ansonsten vorprogrammiert wären.

Insbesondere bei den anonymisierten Fallbesprechungen bringt die Selbsthilfe ebenfalls Beispiele ein, von deren Besprechung und Diskussion sowohl die Teilnehmer des QZ als auch die SH profitieren. Die Mitglieder des QZ ihrerseits unterstützen Veranstaltungen der SHG bei der Planung und Durchführung, indem sie beispielsweise Vorträge halten. Die Kooperation wird von den Teilnehmern als befruchtend erlebt.

Dr. Bernhard Zehe
 Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin
 Moderator des QZ „ADHS-Regionalteam
 Nördlicher Landkreis Karlsruhe“

¹ Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS)

auf die explizite Frage nach weiterem Unterstützungsbedarf gibt es bislang keine Rückmeldungen.

Ausblick

Da die Rückmeldungen im Bezug auf das Medium „Leitfaden“ fast durchweg als positiv beschrieben wurden, ist vorerst keine Überarbeitung geplant. Die bisherige Evaluation gibt Grund zur Annahme, dass dieses Medium einer weiteren zielgruppenspezifischen Bewerbung bedarf. Die KOSA sieht sich gefordert, zusätzliche Unterstützung zum Leitfaden für die Kooperation im ärztlichen Qualitätszirkel zu leisten. Angedacht ist beispielsweise eine Fortbildung für Qualitätszirkelmoderatoren zu diesem Thema sowie eine Zusammenarbeit mit verschiedenen Ärztenverbänden, die eine Umsetzung im Qualitätszirkel für wichtig halten und propagieren.

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter: www.kvba-wue.de/qualitaet/qualitaetssicherung/qualitaetszirkel/qz_und_selbsthilfegruppen/ ■



Üblicherweise werden Selbsthilfegruppen (SHG) zu bestimmten Krankheiten und Diagnosen gegründet. Nicht so die SHG „Gesunde Entwicklung“. Sie hatte das Ziel herauszufinden, was die TeilnehmerInnen tun können, um sich stimmig zu fühlen und gesund zu entwickeln. DER MENSCH sprach mit Monika Mann, die ab 1999 Mitglied der SHG war.

FRAU Mann, was hat Sie zur Teilnahme an der SHG „Gesunde Entwicklung“ veranlasst und motiviert?

Eine SHG für gesunde Entwicklung von Körper, Geist und Seele! Ich hatte das Angebot in der Zeitung entdeckt und es traf meinen Lebenspartner und mich in einer Umbruchsituation. Wir hatten gerade jeder eine Trennung erlebt und waren als Folge davon umgezogen. Für mich war das auch mit einer neuen Arbeitsstelle verbunden. Der Verlust des vertrauten Lebensumfeldes hatte zu Verunsicherung und vielen Fragen geführt: Welche Entwicklung nimmt mein Leben? Bin ich auf dem richtigen Weg? Darüber nachzudenken und uns mit anderen auszutauschen, erschien uns sehr sinnvoll.

WIE war das Konzept der Gruppe?

Wir waren meiner Erinnerung nach 16 - 18 Personen und trafen uns einmal wöchentlich von 20.00 bis 22.00 Uhr. Es gab einen Leiter, der sich um die organisatorischen Belange kümmerte, Themen und Methodik vorgab und die Treffen moderierte. Außerdem gab er bei den wöchentlichen Treffen immer einen thematischen Impuls. Das weitere Konzept bestand darin, dass wir uns anhand von Atem- und Bewegungsübungen sowie in Gesprächen in einen intensiveren Kontakt mit uns selbst brachten. Das ist auch gut gelungen. Die Gespräche erfolgten sowohl im Plenum als auch in Kleingruppen nach unterschiedlichen Methoden. Den Abschluss bildeten stets Entspannungsübungen im Liegen.

Wichtig war das Vertrauen innerhalb der Gruppe. Wir hatten vereinbart, über die sehr persönlichen Äußerungen Stillschweigen zu bewahren.

KÖNNEN Sie ein paar Beispiele nennen, um welche Themen es ging?



Daniela Fuchs, Dipl.-Ing. (FH)

Geb. 1975. Referentin der Kooperationsberatung für Ärzte und Selbsthilfegruppen (KOSA) der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg, Geschäftsbereich Service und Beratung, Sachgebiet Bürgerservice, mit Dienort Bezirksdirektion Reutlingen.

Werdegang

Fachhochschulstudium der Fachrichtung Ernährungs- und Hygienetechnik mit Abschluss Dipl. Ing. für Ernährungs- und Hygienetechnik (FH), Zertifikat Ernährungsberaterin VDOE

Beruflicher Werdegang

2000 – 2003 Techniker Krankenkasse, Karlsruhe, Abteilung Leistungsmanagement als Präventionsberaterin
 2003 – 2008 Kassenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg, Bezirksdirektion Reutlingen, Abteilung Qualitätssicherung, Betreuung der Disease-Management-Programme (DMP)
 2005 – 2009 AOK die Gesundheitskasse Reutlingen, Honorartätigkeit als Kursleiterin für Diabetes und KHK Patienten
 2008 – 2010 Kassenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg, Geschäftsbereich Service und Beratung, Sachgebiet Bürgerservice, Schwerpunkt Kooperationsberatung für Ärzte und Selbsthilfegruppen
 Seit 3/2010 Referentin der Kooperationsberatung für Ärzte und Selbsthilfegruppen



„Im Austausch mit anderen Menschen entstanden Kraft und Dynamik.“

Ein Rückblick auf die Selbsthilfegruppe „Gesunde Entwicklung“

Wir haben uns unter anderem mit der Frage beschäftigt, was mein Wohlbefinden beeinträchtigt und was mir gut tut. Weiterhin ging es darum, in welchen Rollenerwartungen wir leben und wie wir in Konfliktsituationen effektiver handeln können. Gut erinnern kann ich mich auch noch an die Gespräche zu den Themen, welche Schwächen und Stärken wir haben und wodurch wir Anerkennung erhalten.

IN welcher Form wurden diese Themen behandelt?

Eine Übung, die bei mir nachhaltig Eindruck hinterlassen hat, war das Zweiergespräch. Jeder Teilnehmer legte dabei eine verabredete Zeit lang seine Ansicht zu der betreffenden Frage dar. Der Gesprächspartner hörte zu, ohne ihn zu unterbrechen. Dann wurde getauscht und der Gesprächspartner erhielt die gleichen Bedingungen. Anschließend fand ein ebenfalls zeitlich begrenzter Austausch zwischen den beiden statt. Die eigenen Gedanken zu formulieren, ausreden zu

Monika Mann, Bad Gandersheim:

„Die Gruppe tat uns in vielfacher Hinsicht gut. Wir konnten uns gegenseitig stärken, Verständnis erleben und Anstöße für mehr Selbstvertrauen und Zuversicht bekommen.“



Quelle: Privat

können und verstanden zu werden, waren sehr positive Erfahrungen.

In guter Erinnerung habe ich auch die Blitzlichtrunde zu unserem augenblicklichen Befinden. Sie fand jeweils zu Beginn eines Treffens statt und konnte aber auch einen Rückblick auf das Thema der vorigen Runde betreffen. Es ging beispielsweise darum, ob es Veränderungen, Fortschritte und / oder neue Erkenntnisse gab. Eine zentrale Erfahrung war, dass es uns immer besser gelang, die Kommunikation mit Ich-Botschaften zu versehen.

GIBT es diese Gruppe noch?

Nein. Nach etwa zwei Jahren kündigte der Initiator seinen Rückzug aus der Gruppe an. Er begründete dies damit, dass er einen An-

schub habe geben wollen und der Gruppe nun vertraue, die Treffen allein fortzuführen. Die Hälfte der TeilnehmerInnen entschied sich zum Weitermachen. Die weiteren Treffen fanden dann einige Jahre lang reihum in den Privatwohnungen statt, bis die Gruppe sich einvernehmlich auflöste.

WIE hat die Gruppe in dieser zweiten Phase gearbeitet?

Weil es keine explizite Leitung mehr gab, suchten wir uns die Themen selber. Wenn jemand eine Fragestellung oder ein Buch hatte, womit er/sie sich gerade beschäftigte, haben wir uns auf die Anregung hin gemeinsam damit befasst. So machten wir uns z. B. mit der gewaltfreien Kommunikation nach Rosenberg vertraut und lasen kapitelweise die „Gespräche mit Gott“ von Neale D. Walsch. Den ehemaligen Leiter haben wir regelmäßig zu unserem Beisammensein im Advent eingeladen, so dass er am Fortbestehen „seiner“ Gruppe noch etwas teilhaben konnte.

WENN Sie zurückblicken: Was hat Ihnen die Gruppe gebracht?

Die Gruppe tat uns in vielfacher Hinsicht gut. Da war zunächst die wohltuende Erfahrung, in Konfliktsituationen und schwierigen Lebensphasen nicht allein zu stehen, sondern Unterstützung durch Reden und Handeln zu erhalten. Wir haben Menschen kennengelernt, die dafür offen waren, ihre bisherigen Sichtweisen in Frage zu stellen. Wir konnten uns gegenseitig stärken, Verständnis erleben und Anstöße für mehr Selbstvertrauen und Zuversicht bekommen. Wir entdeckten Gemeinsamkeiten trotz aller Verschiedenheit und rieben uns an anderen Meinungen, was das eigene Profil schärfte. Die Überprüfung religiöser Standpunkte brachte uns manches Mal vom Stehen zum Gehen, vom Stillstand zur Bewegung. Die Beleuchtung spiritueller Fragen über den Lebenssinn und die Auseinandersetzung mit dem eigenen Ich eröffneten Weite und Freiraum. Im Austausch mit anderen – zunächst völlig fremden – Menschen entstanden Kraft und Dynamik. Individuelle und auch gesellschaftliche Veränderung wurde so voran gebracht. Mit einigen der damaligen TeilnehmerInnen verbindet uns bis heute Freundschaften, die unser Leben bereichern.

FRAU Mann, herzlichen Dank für das Gespräch.