

Start des Programms: 06 / 2003

**Rheinfelder Integrativprogramm
zur Schmerzkontrolle
nach HWS – Distorsion**

RHIPS

Ziele:

- Psychologische Diagnostik und Behandlung nach verhaltenstherapeutischem Grundkonzept
- Verknüpfung von Gruppen – und Einzelstunden
- Datenerhebung mittels standardisierter Instrumente
- Spätere Evaluation möglich

Aufbau:

**Einführung und praktische Übung in Autogenem Training,
zweimal wöchentlich, 50 min. über die gesamte Zeit des Aufenthaltes.**

1. Vorgespräch (50 min.):

- Kennenlernen, Vorstellen des Programms
- Strukturiertes Klinisches Interview (SKID) zur diagnostischen Abschätzung von Depression, PTSD und Schmerzstörung.
- Fragebogenabgabe zur genauen Erfassung der Schmerzsituation inklusive psychosozialer Aspekte.
- Teilnahmeerklärung unterschreiben
- Selbstbeobachtungsbogen mitgeben

2. Gruppenstunden (Präsentation mit anschließender Diskussion, 50 Minuten.)

- Zwei Stunden Information über **Stress** (Definition, gesundheitspolitische Aspekte, körperliche Auswirkungen, , Umgang mit Stress)
- Zwei Stunden Information über **Schmerzen** (Definition, gesundheitspolitische Aspekt, körperliche Auswirkungen, Umgang mit Schmerzen)

3. Psychotherapeutische Einzelstunden (jeweils 50 Minuten)

- 1. **Formulierung der Themen und Ziele** für die nächsten 3 Wochen mittels standardisiertem Instrument (GAS).
- 2. **Verhaltensanalyse** des Problemverhaltens (Ursachen, Reaktion, Folgen).
- 3. **Problembewältigung** – alternative Verhaltensweisen, Bewertungen etc. finden.

4. Schlussbewertung (50 Minuten), sofern möglich.

- Evaluation, inwieweit das Ziel aus 3.1 angesteuert werden konnte (GAS – Bogen)
- Neuerfassung der Schmerzsituation zum Ende des Rehaaufenthaltes hin (Kurzfassung Schmerzfragebogen)