

Mentales Training macht Ärzte besser

Im Rahmen des Chirurgenkongresses 2011 lud ein Medizinproduktehersteller zum Symposium „Risikominimierung in der Chirurgie durch Trainingskonzepte aus der Luftfahrt“ ein. Der Pilot Frank Rister und Doz. Karl Miller hielten jeweils einen Fachvortrag zum Thema. Der volle Saal spiegelte das große Interesse des Fachpublikums wider.

Zum Auftakt des Symposiums zeigte Frank Rister, B.Eng./M.Sc./MAS, die Parallelen in der Ausbildung für die Chirurgie und die Luftfahrt auf: „Sowohl im Krankenhaus, als auch in der Luftfahrt handelt es sich um high risk / high reliability Organisationen und hoch dynamische Umfeldler, wo zeitkritisches Arbeiten im Team eine Herausforderung darstellt. Es ist daher enorm wichtig, das Augenmerk auf die Schnittstelle Mensch-Maschine zu legen, um hier alle Potentiale auszuschöpfen. Am Beispiel der Luftfahrt sieht man, dass effektive und effiziente Kommunikation und Entscheidungsfindung trotz Hightechapparaturen in der Kabine funktionieren.“ Dafür ist das Crew Resource Management – kurz CRM – verantwortlich. Es ist seit den frühen 1990er Jahren verpflichtend in die Ausbildung von Piloten integriert. Das CRM schärft das Bewusstsein, dass neben dem technischen Verständnis an Bord zwischenmenschliche Kommunikation nötig ist, um Flugunfälle zu vermeiden. Zusätzlich wird die Teamfähigkeit in der Kabine gesteigert, weil die gesamte Besatzung – egal welcher Hierarchieebene der Einzelne angehört – an der Informationssammlung und Problemerkennung beteiligt ist.

Blockierende Denkmuster erkennen und austauschen

An die Themen mentale Ressourcen und Teamarbeit schloss Prim. Univ. Doz. Dr. Karl Miller in seinem Vortrag an. Unter dem Titel „Mentales Training in der Chirurgie“ gab der erste ausgebildete Mentaltrainer für Chirurgie in Österreich seine Expertise an das Publikum weiter: „Es geht darum, blockierende Denkmuster zu erkennen und sie gegen positive Denkmuster auszutauschen.“ Im mentalen Training werden komplexe Bewegungsabläufe in Stresssituationen detailgetreu vor dem geistigen Auge durchgeführt. Vor allem die sogenannten Knotenpunkte einer OP werden so ins Bewusstsein gerufen und der Chirurg macht sich schon vorab mit der Situation vertraut. In der realen Situation führt das zu Eigenhöchstleistungen und zu Höchstleistungen im Team; denn mentales Training ist auch für Operationen, an denen mehrere Ärzte beteiligt sind, eine optimale Erfolgsunterstützung. Als Beispiel nennt Miller die Magenbypass-OP eines Patienten mit 452kg und einem BMI von 161, die ohne mentales Training aller Beteiligten im Vorfeld nicht möglich gewesen wäre.

High-Performance Pyramide

„Der Grundsatz eines jeden Chirurgen muss sein, in jeder OP die Goldmedaille für den Patienten zu gewinnen“, so Miller. Um solche Spitzenleistungen zu erreichen, sei – genau wie im Sport und in der Luftfahrt – die mentale Stärke ausschlaggebend. Grundlage allen Erfolgs bleibe aber die physische Fitness. Darüber gibt die sogenannte High-Performance

Pyramide Aufschluss: „Sie enthält im Vier-Stufen-Prinzip, was der Operateur braucht, um Spitzenleistung zu bringen.“ Nach der körperlichen Leistungsfähigkeit folgt auf Stufe zwei die emotionale Belastbarkeit gefolgt von mentaler Stärke. Die Spitze wird durch Spiritualität definiert. „Rituale sind zusätzlich leistungsfördernd“, gibt der Dozent Einblicke in seinen Berufsalltag, „eine gute Tasse Kaffee vor der OP ist für mich ein positiv wirkender mentaler Anker.“

© Johnson & Johnson Medical, Stand Juni 2011