

DIPLOMA – Expedition ins Reich der MDT (Dagmar Hetterich)



Dagmar Hetterich, PT, Dip. MDT,

Wenn mir vor Jahren einer gesagt hätte, dass ich noch einmal Englisch pauken würde bis zum abwinken und ein Laptop mein wichtigstes Handgeäck sein würde, hätte ich geschmunzelt und gedacht er/sie hat wohl schlecht geträumt.

Hm, es war dann doch kein so schlechter Traum...

Im A – Kurs 2002 fragte Jürgen uns Kursteilnehmer ob der eine oder andere schon mal in Neuseeland war. Mein Finger war der Einzige der nach oben schnellte. Als Jürgen von seiner Studienzeit in NZ schwärmte dachte ich für mich, dass es eine tolle Sache wäre, irgendwann vielleicht mal wieder NZ als Studentin zu besuchen.



Das Credentialling Examen im Dezember 2003 war eine Pleite und zeigte mir, dass bei McKenzie die Uhren irgendwie anders ticken. Die Zeit heilte Wunden und ich verarbeitete die Sache als verpatzte Generalprobe. Ein Jahr später fuhr ich mit strahlendem Lächeln und Zertifikat von Freiburg nach Hause.

Ein wichtiger Schritt war geschafft und das Diplom in Mechanischer Diagnose und Therapie konnte nun angepackt werden.

Das internationale Institut lieferte alle nötigen Informationen und war stets aufgeschlossen und hilfsbereit bei Rückfragen.

Folgende Schritte gab es zu erledigen:

1. Bewerbung: übliche Unterlagen, Englischnachweis mittels Test (z.B. TOEFL), alle Dokumente beglaubigt in Englischer Ausfertigung
2. Studiengebühr: 12.500\$
3. Studium: distance learning (ca. 4 Monate), clinical venue (9 Wochen) und Abschlussexamen

Die Vorbereitungen fürs Wunschstudium begannen. Die Universität von Otago/NZ setzt einen „advanced level“ für Nicht-Muttersprachler voraus. Als ich meine Eng-

lish- Zeugnisnote nach 16 Jahre wieder betrachtete war klar, dass ich weit weg von „advanced“ war.

Im Februar 2006 ging es mit TOEFL Unterlagen im Gepäck für 5 Wochen auf meine individuelle interaktive Sprachreise ans andere Ende der Welt - Neuseeland. Meine Ziele waren eine realistische Einschätzung über meine Englischkenntnisse zu bekommen und diese TOEFL Geschichte mit professioneller Hilfe anzugehen. Des weiteren, falls es eine Möglichkeit gäbe, neben Sprachschule auch in einer McKenzie Praxis zu hospitieren. Weiter plante ich die Universität in Dunedin zu besuchen, wo der praktische Teil des Studiums absolviert werden kann.

Es lief alles nach Plan. Das Englischlernen machte sogar Spaß. Eine McKenzie Praxis gab es auch vor Ort mit Grant Watson im Team. Nachdem ich meine Gründe für das anklopfen an seiner Tür erklärte, lächelte er und sagte „welcome“. Zu diesem Zeitpunkt wusste ich nicht wer „Wattie“ wirklich ist, außer dass er ein „great Guy“ sein sollte (er ist ein international Instruktor und Mitglied im educational Board). Dunedin zeigte sich auch als ein nettes überschaubares Städtchen und sicherlich wäre es toll eines Tages den Albatrossen wieder Hallo zu sagen.



Diese Studienreise hat mich sehr geprägt und meinen Entschluss das Diplom zu erreichen gefestigt, egal wie lange ich mit diesen Englisch-Tests zu kämpfen hätte. Das erforderte ein Jahr „pauken“ nach der Praxisarbeit bis ich die „TOEFL Episode“ erfolgreich beendete. ➡

...DIPLOMA – Expedition ins Reich der MDT

In der Zwischenzeit war das Anmeldedatum für 2007 verpasst. Aber für das Diplom 2008 konnte ich mir einen Studienplatz sichern. Es gab noch jede Menge in meiner Praxis zu organisieren damit zukünftige Teilanwesenheit bzw. Abwesenheiten so optimal wie möglich über die Bühne gehen konnten.

Plötzlich war es soweit:

Studentenidentifikationsnummer, Passwort und Login – geschafft - trotz meiner geringen Computerkenntnisse bin ich direkt im virtuellen MDT-Klassenzimmer angekommen. Es war alles sehr aufregend, überwältigend und vor allem einfach. Dieses System funktioniert. 21 Studenten aus 10 Nationen tauchten zusammen für die nächsten 4 Monate ab in eine virtuelle Welt. Dass auch Wattie, einer der alten McKenzie-Hasen, als Lehrer mit an Bord war, gab mir zusätzlich Vertrauen für das bevorstehende Abenteuer.

Wir wurden in die unendliche Geschichte der Datenbanken eingewiesen, damit wir unsere Literatur zu den einzelnen Modulen finden konnten. Ich war völlig überfordert und sehr skeptisch wie ich da durchsteigen sollte. Beruhigend, dass ich nicht die einzige war. Die ersten Freundschaften entstanden, man half sich gegenseitig und mit der Zeit klappte das Ganze.

Wir diskutierten über:

- verschiedene Klassifikationssysteme und verglichen sie mit MDT
- Update Anatomie, Physiologie, Degeneration der Bandscheibe und der Effekt von mechanischer Therapie
- Kritische Analyse der Literatur
- Patientenmanagement – Edukation und Empowerment
- Differentialdiagnosen – Kontraindikationen
- Fallbeispiele

In den meisten Modulen wurden wir in Gruppen aufgeteilt, welche dann per Chat Thema und Literatur diskutierten. Die Beteiligung wurde bewertet. Zu Beginn der 2. Hälfte jedes Moduls bekamen wir unsere schriftlichen Aufgaben (z.B. Aufsatz, Report, Analyse, Powerpointpräsentation, Quiz, Fallbeispiel).

Die verschiedenen Zeitzonen machten die Diskussionsrunden schwierig. Entweder Amerika hatte schon diskutiert bevor wir Europäer zum Zug kamen, oder wir mussten uns bis zum nächsten Tag gedulden, um eine Antwort aus Neuseeland zu bekommen. Man befand sich wie in einem Rausch. Alles drehte sich nur noch rund ums virtuelle Klassenzimmer, immer bedacht nichts Wichtiges zu verpassen.

Ich konnte mir nie vorstellen wie man Stunden vor dem PC sitzen kann. Doch seit dem „distance learning“ änderte sich das. Es entwickelte sich eine unbeschreibliche Gruppendynamik und es faszinierte mich, wie wir uns gegenseitig forderten und motivierten dieses Computerspiel zu gewinnen.

Jedes Modul war eine neue Herausforderung. Unser Adrenalin stieg bis zum Anschlag je näher es auf die Abgabetermine zu ging. Große Erleichterung, wenn die Arbeit pünktlich per Mausklick abgeschickt war. Gesteigerte Nervosität, wenn 14 Tage später im Posteingang das Ergebnis und Beurteilung wartete.

Ich sehnte mich oft nach einem richtigen Klassenzimmer, denn vieles hätte in kürzester Zeit mit wenigen Worten geklärt werden können, denn der Chat erforderte viel Zeit. Während des Fernstudiums habe ich ca. 20 Stunden in der Woche in der Praxis gearbeitet. Es war für mich ein wichtiger Ausgleich für ein paar Stunden dem Computer fern zu bleiben. Mein Kopf konnte wieder runterfahren und ich verlor nicht völlig den Bezug zur Normalität. Es war auch interessant zu beobachten, wie ich unbewusst neue Theorie gleich in die Praxis umsetzte. Ich musste öfters nach dem einen oder anderen Patienten schmunzeln, denn noch vor wenigen Wochen wäre ich mit der gleichen Situation anders umgegangen. Dass ich für meine Bemühungen sofort belohnt wurde, war ein zusätzlicher Motivator sich gleich nach der Arbeit wieder ins Zeug zu legen.

Die Sprache war kein wirkliches Problem mehr, solange unsere US – Kollegen nicht in Ihrem Slang schrieben sondern englisch. Nach ca. 14 Tagen hatten sich Muttersprachler und Nicht-Muttersprachler aufeinander eingespielt. Das Einlesen in die Literatur ging reibungslos und man lernte durch das intensive Brainstorming automatisch neues Vokabular dazu.

Studentenidentifikationsnummer, Passwort und Login – geschafft - trotz meiner geringen Computerkenntnisse bin ich direkt im virtuellen MDT-Klassenzimmer angekommen.



Letzten Endes reiste ich mit schwerem, wärmen-den Gebäck am 28.02.2009 für neun Wo-chen weit hoch in den Norden nach Dundee/ Schottland und das „Room Number 95 at Kingscross Hospital“ wur-de das Zentrum meines Aufenthaltes.

...DIPLOMA – Expedition ins Reich der MDT

Sehr großes Interesse weckte in mir Steven Mays Modul Literatur kritisch analysieren. Als absoluter Research Newcomer (wenn ich 5 Artikel vor dem Studium gelesen hatte waren es viel) war ich naiv genug zu glauben was publiziert wurde. Ich bin sehr dankbar einen Einblick in die wahre Forschungswelt bekommen zu haben und nun Studien lesen und kritisch hinterfragen zu können.

Ein Fallbeispiel war die krönende Abschlussarbeit und gefiel mir am besten. Einen inter-essanten Fall aus der Praxis zu präsentieren war nicht schwer, aber diesen mit entspre-cher Literatur zu untermauern war völlig neu und brachte mich an meine Grenzen als „Forscher“. Aber ich war erfolgreich und ab diesem Zeitpunkt drehte sich alles ums Praktikum.

In den vergangenen zwei Jahren hatte sich einiges bewegt in Neuseeland. Ein Wiederse-hen mit den Albatrossen an der südlichsten Spitze von Neuseeland war ausgeschlossen, weil es den „Clinical Venue Place“ in Dune-din nicht mehr gab. Nach dem Fernstudium war mein Neuseelandtraum endgültig vorbei und meine Alternative Dänemark lässt nur Skandinavien zu.

Letzten Endes reiste ich mit schwerem, wär-menden Gebäck am 28.02.2009 für neun Wochen weit hoch in den Norden nach Dun-dee/ Schottland und das „Room Number 95 at Kingscross Hospital“ wurde das Zentrum meines Aufenthaltes.



Natürlich war ich gespannt und neugierig auf das nächste Abenteuer. Wie wird es laufen in der Klinik, mit unseren Mentoren, mit Pepe (bisher nur virtueller spanischer Kol-lege), Unterkunft, Land und Leuten, Essen und Trinken und vor allem der Sprache? Jeder Muttersprachler sagte nur „Scotland? Oh my god. I have difficulties do understand them“.

Mary, meine Englischlehrerin gab mir als Einzige etwas Hoffnung, denn die schotti-sche Aussprache ähnele ein bisschen der Deutschen??

Das Kingscross Hospital ist eine staatlich geführte ambulante Klinik mit großer Phy-siotherapie-Abteilung, Zahnklinik, Ärzten, Röntgen, MRT, CT, alles unter einem Dach. Die Physios führen Untersuchung u. Thera-pie durch, können bildgebende Diagnostik veranlassen und mit entsprechender Zu-satzqualifikation auch Injektionen geben.

Die Physioausbildung wurde in ganz UK re-formiert damit die nötige Qualifikation (vor allem das schnelle Identifizieren von Kont-raindikationen) für Erstuntersucher auch gewährleistet ist. Ich war beeindruckt und dachte wie lange Deutschland wohl braucht um diesen Entwicklungsschritt der Professi-onalisierung des Physiotherapeutenberufes zu erreichen.

Jenny Ross und John Thomson, unsere Men-toren, sind ein sehr interessantes Lehrer-team. Jenny ist eine beeindruckende Pers-önlichkeit mit langjähriger klinischer Erfah-rung und überragenden Edukationsmetho-den, mit welchen sie uns immer wieder ver-blüffte und unser Clinical Reasoning konti-nuierlich ins Wanken brachte. John war unser Strukturgeber, was uns unheimlich geholfen hat unsere Gedankengänge zu ordnen und MDT Prinzipien zu festigen. Faszinierend war auch, wie die beiden uns individuell zu fördern wussten. Mein Stu-dienpartner Pepe entpuppte sich als spani-scher 2 Meter-Riese, Stütze in turbulenten Zeiten.

Der Klinikalltag begann für uns um 8.00 Uhr und endete zwischen 16.00 – 18. 00 Uhr. In den ersten Wochen hatten wir einen groß-zügigen Behandlungsrhythmus von ca. 40 Minuten. Nach jeder Behandlung wurde der Patient direkt besprochen bevor es mit dem nächsten Patienten weiter ging. Ich dachte für mich „locker“, da mein Rhythmus in Deutschland fünf Patienten in zwei Stunden ist.

Der großzügige Zeitplan war jedoch kom-plett ausgefüllt und notwendig, vor allem weil wir nicht Englisch dachten, sondern noch übersetzten.



...DIPLOMA – Expedition ins Reich der MDT

Neben gewohnter Befunddokumentation und Behandlungsverlauf gab es zusätzliche Klinikformulare und ein Clinical Reasoning-Formular mit ca. 25 Fragen nach jedem neuen Patienten.



Techniken wurden immer wieder genau nach Buch geübt und bewertet.



Eine weitere Umstellung war die Behandlung von 2 Therapeuten in einem Behandlungsraum. Ich musste mich aufgrund des Geräuschpegels sehr konzentrieren um nicht aus dem Konzept zu kommen. Dies verschärfte sich noch, wenn mir Jenni oder John im Nacken saßen, beobachteten und beurteilten. Alle drei Wochen gab es ein großes Assessment in dem die Gesamtentwicklung bewertet wurde. Das Diploma Team benötigte ca. 14 Tage bis es aufeinander eingestimmt war und die anfängliche Anspannung sich verflüchtigte. In der 3. Woche funktionierten wir auf englisch bzw. schottisch und es fing an richtig Spaß zu machen.

Damit es auch nach der Klinik nicht langweilig wurde, gab es noch „Tutorial work“ zu erledigen. Das Praktikum war in 9 Module aufgeteilt. Jedes Modul hatte sein Thema mit entsprechender dazugehöriger Literatur. Das gesammelte Material präsentierten wir dann in der wöchentlichen Diskussion.

Je nach Thema wurden auch interessierte Physios vom Department eingeladen. Die 7 Tage Woche war perfekt. Ein zweites Abtauchen in die MDT Welt nahm seinen Lauf.

Land und Leute, Essen und Trinken war nicht wirklich Thema. Alltag stand einfach auf der Tagesordnung. Die Schotten (Patienten, Klinikpersonal, Host) die wir kennenlernten waren sehr freundlich, hilfsbereit und witzig. Auch die schottische Küche schmeckte uns sehr gut, war reichhaltig und günstig. Das Wetter zeigte sich in den 9 Wochen für schottische Verhältnisse von seiner besseren Seite. Ich konnte regelmäßig joggen ohne nass zu werden. Aber ohne Schal und Mütze ging ich nur selten aus dem Haus. Dundee ist ein nettes Städtchen aber nicht unbedingt mein favorisierter Urlaubsort. Es gab wenig Zeit mal einen Tag durch das wunderschöne Edinburgh zu schlendern und mal einen netten Tag auf Jennis Farm mit Haggis and Daddis (Schottisches Traditional Gericht) zu verbringen. Mein Wochenendbesuch aus Deutschland nach Woche 5 war Sahne pur. Danach verging die Zeit im Flug. Eine letzte große Gesamtbeurteilung in Woche 9 und wir hatten es geschafft. Das „Clinical Venue“ gehörte der Vergangenheit an und das „Final Examination in Mechanical Diagnosis and Therapy“ erwartete uns am 26.-27. August 2009 in Rio de Janeiro.

Pepe und ich hatten noch 4 Monate bis zum Finale. Genügend Zeit unsre „Scottish Experience“ erst mal zu verdauen und mit klarem Kopf den Endspurt anzugehen. Wir blieben in Kontakt und tauschten uns aus. Vor allem in den letzten Wochen vor der Prüfung lief Skype auf Hochtouren.

Einen Tag vor der Prüfung begegnete sich die virtuelle Diplom Klasse von 2008. Das „Face to Face“ treffen war aufregend und witzig. Es lenkte ab von den bevorstehenden 2 Prüfungstagen, die wir glücklicherweise mit breitem Grinsen und Cocktails beendeten.



Alle drei Wochen gab es ein großes Assessment in dem die Gesamtentwicklung bewertet wurde.



...und wen
„Formfiller“ Qualitäten nicht befriedigen....

....GEHT LOS UND BEWERBT EUCH...

...DIPLOMA – Expedition ins Reich der MDT

Die Internationale Konferenz in MDT im Anschluss war eine geniale Gelegenheit interessante Persönlichkeiten wie z.B. Croft oder van Tulder live zu erleben, sowie mit dem einen oder anderen Instructor ein nettes Schwätzchen zuhalten und, und, und....

Als leidenschaftlicher Traveller habe ich schon sehr viele interessante und abenteuerliche Reisen erlebt. Faszinierend an diesem Diplom Trip war für mich zu erleben, dass ich zwei Leidenschaften Beruf und

Reisen miteinander verbinden konnte. Es gab in den letzten 4 Jahren sicherlich viele „Ups and Downs“. Letztlich waren vor allem die „Downs“ entscheidend für meine Entwicklung, um am Ende, an so einem exotischen Platz wie Rio, tief durchzuatmen und erreichtes zu genießen.

Und was hat sich in meinem klinischen Alltag geändert?

Meine Klassenkameradin Susan Bamberger aus USA drückte es absolut zutreffend in Ihrem Bericht aus:

„One common mistake diploma students make is that they are “form fillers”. In other words, they make sure they get all the information on the McKenzie assessment form. However, when they get to the end of the form, they are not sure where to go.“

(IJMDT 2, 2009)

Nach dem Diplom ist die Richtung klar! „You got the big picture“

...und wen „Formfiller“ Qualitäten nicht befriedigen....

....GEHT LOS UND BEWERBT EUCH...

Viele Grüße aus Unterfranken

Daggi

