

# VERHALTENSTHERAPIEWOCHEN 2021

## Programm Lübeck

148. VT-Woche vom 18.–21. Juni 2021

Online-Anmeldung [www.vtwoche.de](http://www.vtwoche.de)

Š ‡ • f † ‡ ” ” Ú ĩ • — • %oo • ~ ‡ ” f • • — f Ž — — • %oo ã

## Motivation in der Psychotherapie – der Schlüssel zum Erfolg

Die Verhaltenstherapiewoche in Lübeck wird in Kooperation mit der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universität zu Lübeck (PD. Dr. Jan Philipp Klein) durchgeführt.

Fortbildungspunkte

Bei der Landespsychotherapeutenkammer Schleswig-Holstein wurden Fortbildungspunkte beantragt.

<b>Wichtige Termine und Daten .....</b>	<b>4</b>
<b>Veranstaltungshinweise .....</b>	<b>5</b>
<b>Eröffnungsveranstaltung .....</b>	<b>6</b>
<b>2-tägige Workshops: Samstag und Sonntag .....</b>	<b>7</b>
Gruppentherapie als Strategische Persönlichkeitsentwicklung – Schwerpunkt Stress- und Emotionsregulation sowie Förderung der Autonomiefähigkeit.....	7
Einführung in die Emotionsfokussierte Therapie (EFT) .....	8
Gelernt ist noch lange nicht entwickelt! Die Entwicklung des Selbst nach Kegan (im Gräff-Rudolphschen Hausmodell).....	9
Ohne KV-Zulassung: Psychotherapie in der Privatpraxis .....	10
Kreative Traumatherapie – Nutzung kreativer Medien in der Traumatherapie .....	11
Körperorientierte Verfahren in der Verhaltenstherapie .....	12
Motivationale Methoden in der Psychotherapie .....	13
Schreibend neue Wege wagen – Kreatives Schreiben in der Psychotherapie.....	14
<b>1,5-tägiger Workshop: Samstag und Sonntag .....</b>	<b>15</b>
Psychopharmakologie für Psychotherapeut*innen.....	15
<b>1-tägige Workshops: Samstag .....</b>	<b>16</b>
Kreative Methoden der Ressourcenaktivierung.....	16
Emotionale Aktivierungstherapie (EAT) – „Embodied Cognition“ in der kognitiv behavioralen Therapie .....	17
Förderung der Dankbarkeit in der Verhaltenstherapie .....	18
ACT: Therapie und Lebenshaltung. Eine Einführung in die Akzeptanz- und Commitmenttherapie .....	19
Was Verhaltenstherapeut*innen von den Kampfkünsten lernen können .....	20
Aversionstherapie 2.0 – Anwendung in der ambulanten Praxis .....	21
Mit Smartphone und PC gegen den Zwang.....	22
<b>1-tägige Workshops: Sonntag.....</b>	<b>23</b>
Resilienz stärken mit Ressourcenaktivierung.....	23
Coaching – Ein Arbeitsfeld für Verhaltenstherapeut*innen .....	24
Individualisierte Burnout-Therapie (IBT) – ein multimodaler Behandlungsleitfaden .....	25
Glücksquellen.....	26
Der Atem als kampftechnikbasiertes Therapieverfahren .....	27
<b>0,5-tägiger Workshop: Sonntag.....</b>	<b>28</b>
Huntington – was ist das denn?.....	28

<b>1-tägige Workshops: Montag</b> .....	<b>29</b>
Gruppentherapie als Strategische Persönlichkeitsentwicklung – Schwerpunkt Beziehungsfähigkeit und Empathie.....	29
Autismus-Spektrum-Störungen bei Erwachsenen – leitliniengerechte Diagnostik und Therapie .....	30
Der/Die schwierige Patient*in war gestern – Interaktionskompetenz ist heute.....	31
Familienstellen und andere Rekonstruktionsinterventionen in der Verhaltenstherapie .....	32
Einfache Übungen aus Yoga und Qi Gong zur Achtsamkeitspraxis in Therapie, Coaching und Beratung .....	33
Smartphone und PC – Kleine Helfer machen uns die Arbeit leichter .....	34
<b>Zeitplan</b> .....	<b>35</b>
<b>Gebühren: Workshops</b> .....	<b>36</b>
<b>Schulungen für Kursleiter*innen – Präventionsprogramme</b> .....	<b>37</b>
Informationen.....	37
Termine und Gebühren .....	38
<b>Hinweise</b> .....	<b>39</b>
<b>Anreise</b> .....	<b>39</b>
<b>Rahmenprogramm</b> .....	<b>40</b>

Parallel zu den Workshops der Verhaltenstherapiewoche in Lübeck finden Schulungen für Kursleiter\*innen in den Präventionsprogrammen **Das Rauchfrei Programm** (Tabakentwöhnungskurse für ambulante und stationäre Settings) und **Der erfolgreiche Umgang mit täglichen Belastungen** (Programm zur Stressbewältigung) statt.

Informationen zu den Programmen, Gebühren, weiteren Terminen und zur Anmelde-möglichkeit erhalten Sie ab Seite 37.

Foto Titelseite: [adpic.de/R. Berold](http://adpic.de/R. Berold), Foto S. 4: Pressestelle Universitätsklinikum Schleswig-Holstein (UKSH).

### Anmeldung / Kontakt

Anmeldung zum reduzierten Tarif bis zum **02.05.2021**

Die tatsächlich stattfindenden Workshops werden bis zum 07.05.2021 online unter [www.vtwoche.de/onlineanmeldung/luebeck](http://www.vtwoche.de/onlineanmeldung/luebeck) bekanntgegeben. Workshopabsagen teilen wir postalisch und per E-Mail mit.

Auskünfte  
Ina Lizon  
IFT-Gesundheitsförderung  
Leopoldstr. 175, 80804 München  
Tel. 089 / 36 08 04 – 94  
[lizon@ift.de](mailto:lizon@ift.de)

Online-Anmeldung:

Über die Nummer der Workshops in dieser Programmübersicht gelangen Sie direkt in das [Online-Anmeldesystem für den Tagungsort Lübeck](#) mit Info zum Stand der Belegung.

### Veranstaltungsort

Adresse  
Klinik für Psychiatrie und  
Psychotherapie  
Universität zu Lübeck  
Ratzeburger Allee 160  
23562 Lübeck

Telefon Tagungsbüro  
0163 / 161 14 14

Hinweise zur Anreise finden Sie auf Seite 39.



### Veranstaltungszeiten

Registrierung:

Das Tagungsbüro öffnet täglich eine Stunde vor Veranstaltungsbeginn und schließt 15 Minuten nach Veranstaltungsende.

Eröffnungsveranstaltung	Freitag	18.06.2021	15:00–18:15 Uhr
Workshops (inkl. Pausen)	Samstag	19.06.2021	09:15–16:45 Uhr
	Sonntag	20.06.2021	09:15–16:45 Uhr
	Montag	21.06.2021	09:15–16:45 Uhr

### Fortbildungspunkte

Eröffnungsveranstaltung: 4 Punkte (beantragt)  
Teilnahme pro Tag: 10 Punkte (beantragt)

[Weitere Informationen unter www.vtwoche.de](http://www.vtwoche.de)

### Eröffnungsveranstaltung

Die Vorträge der Eröffnungsveranstaltung befassen sich jeweils mit aktuellen Themen der klinischen Psychologie mit dem Ziel, den neuesten wissenschaftlichen Kenntnisstand zu vermitteln. Wissenschaftliche Untersuchungen und Ergebnisse sowie deren Umsetzung in die psychotherapeutische Praxis werden vorgestellt.

### Workshops

In den Workshops werden vorwiegend psychodiagnostische oder psychotherapeutische Verfahren behandelt. Schwerpunkt der Workshops ist die Vermittlung von klinisch-relevantem psychologischen und medizinischen Wissen und das Üben klinisch-psychologischer Verfahren. Eine ausführliche Darstellung aller Workshops mit Inhalten, Methoden, Zielen und der Zielgruppe finden Sie auf unserer Homepage.

### Beratung bei der Workshop-Auswahl

Wenn Sie unsicher sind, ob ein bestimmter Workshop wirklich den eigenen Interessen und Wünschen entspricht bzw. ob Sie die Voraussetzungen erfüllen, können Sie sich telefonisch an uns wenden. Wir beraten Sie gerne.

### Zertifizierung

Die Anerkennung der Verhaltenstherapiewoche als Fortbildungsveranstaltung durch die zuständige Landespsychotherapeutenkammer ist beantragt. In den vergangenen Jahren sind alle Veranstaltungen der Verhaltenstherapiewochen anerkannt worden. Die Verhaltenstherapiewochen werden dann auch automatisch von den Landesärztekammern für die ärztliche Fortbildung anerkannt.

### Barrierefreier Zugang

Nur ein Teil unserer Workshop-Räume ist barrierefrei zu erreichen. Teilnehmende mit Bewegungseinschränkungen oder besonderen Anliegen hinsichtlich der Räumlichkeiten sollten sich rechtzeitig an uns wenden und sich über die Raumsituation im gewünschten Workshop informieren. Wir werden uns bemühen, die Raumplanung entsprechend zu gestalten.

**HL001** 15:00–18:15 Uhr

## Motivation in der Psychotherapie – der Schlüssel zum Erfolg

Motivation ist ein transdiagnostisches Merkmal, welches für den Behandlungserfolg von zentraler Bedeutung ist. Dabei kann sich die Motivation auf die Behandlungsbereitschaft oder die Verhaltensänderung beziehen. Das von Miller und Rollnick entwickelte Konzept des Motivational Interviewing (MI) stellt hier eine evidenzbasierte Methode bereit. Dabei ist neben spezifischen Skills in der Gesprächsführung insbesondere auch die Grundhaltung, die hinter diesem Konzept steht, ein entscheidendes Merkmal für dessen Wirksamkeit. Erwartungen und Haltungen von Patient\*in und Therapeut\*in werden dabei so ausgestaltet, dass ein partnerschaftlicher Prozess entsteht. Der/Die Patient\*in ist gleichwertig in diesem Prozess und der/die Therapeut\*in verlässt die Position des/der Expert\*in. Der Vortrag von PD Dr. Hans-Jürgen Rumpf beschreibt den Aufbau von MI und gibt praktische Beispiele.

Das ursprünglich im Suchtbereich entwickelte MI hat in den vergangenen 20 Jahren zunehmend Anwendung in Feldern der Psychotherapie und der psychologischen Gesundheitsförderung gefunden und sich als wirksames Interventionsverfahren bewährt. Eine bedeutsame konzeptuelle Grundlage stellt die Gesprächstherapie nach Rogers dar, wobei MI im Gegensatz zum Vorgehen nach Rogers ein direktives Verfahren mit dem Ziel ist, intrinsische Änderungsmotivation zu fördern. Die mit dem Ansatz verbundene therapeutische Haltung widerspricht dabei auf den ersten Blick dem in der traditionellen Verhaltenstherapie vorherrschenden durch eine Expertenrolle gekennzeichneten Therapeutenmodell. Neuere Entwicklungen in der gegenwärtigen Debatte der Psychotherapieforschung in Richtung einer prozessbasierten kognitiven Verhaltenstherapie weisen dabei auf die Möglichkeit einer Integration der beiden Verfahren hin. In dem Vortrag von Dr. Gallus Bischof werden Impulse des MI für neuere Entwicklungen der Verhaltenstherapie beleuchtet und praktische Interventionsstrategien skizziert.

## Einführung in das Thema und Moderation

**PD Dr. Jan Philipp Klein**, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universität zu Lübeck

## Vorträge

### **Meine Motivation – deine Motivation: Erwartungen und Haltungen von Patient\*in und Therapeut\*in**

PD Dr. phil. Hans-Jürgen Rumpf, Zentrum für Integrative Psychiatrie, Universitätsklinikum Schleswig-Holstein, Lübeck

### **Motivational Interviewing in der Verhaltenstherapie: Passt das zusammen?**

Dr. phil. Gallus Bischof, Zentrum für Integrative Psychiatrie, Universitätsklinikum Schleswig-Holstein, Lübeck

**HL002** täglich 09:15–16:45 Uhr**neu**

## Gruppentherapie als Strategische Persönlichkeitsentwicklung – Schwerpunkt Stress- und Emotionsregulation sowie Förderung der Autonomiefähigkeit

**Silke Ahrend**, Psychologische Psychotherapeutin  
Psychotherapeutische Praxis, Burg

**Inhalt:** In diesem Praxisworkshop wird ein Embodiment-fokussiertes verhaltenstherapeutisches Gruppentherapiekonzept zur Strategischen Persönlichkeitsentwicklung (Gräff-Rudolph & Sulz, 2019) vorgestellt. Es geht um das Erlernen emotionaler und sozialer Kompetenzen, die in der Kindheit nicht erworben werden konnten und zu einer dysfunktionalen kognitiv-affektiven Verhaltensausrprägung mit entsprechender Symptombildung in wesentlichen Lebensbereichen geführt hat. Das erlebnisorientierte Trainingsprogramm dient somit der Ressourcenstärkung sowie der Auflösung von Blockaden auf den verschiedenen Entwicklungsstufen. Insgesamt soll die Entwicklung eines kongruenten Selbst gefördert werden. Dieses Konzept kommt störungsübergreifend zum Einsatz und vermittelt den Klient\*innen nützliche psychologische Landkarten zur Unterstützung der Mentalisierungsfähigkeit und der Selbstanwendung in ihrem Alltag.

Der Schwerpunkt in diesem Workshop liegt auf dem Selbstfokus der Klient\*innen und orientiert sich an den Themen der egozentrischen Entwicklungsstufen (nach Sulz): das körperliche Bewusstsein als Grundlage der Selbst-Entwicklung – der körperlich verankerte sichere Raum und seine Grenzen – Entstehung und Regulation von Stress – Wechselwirkung zwischen Emotion und Körper zur Verbesserung der Emotionsregulation – Überwindung der dysfunktionalen emotionalen Reaktionskette in typischen persönlichen Stresssituationen – die Förderung der Autonomiefähigkeit im Sinne einer funktionalen Durchsetzungs- und Abgrenzungsfähigkeit.

Besonders mit Alba Emoting, einer Embodiment-Methode (nach Susanna Bloch), kann ein wohlwollender, selbstfürsorglicher Kontakt zu den eigenen Basisemotionen hergestellt und die persönliche Bedeutung der im Körper abgespeicherten, oft verdrängten und unterdrückten Emotionen erforscht werden. Die Emotionale Reaktionskette als dysfunktionales Verhaltensschema kann so intensiv körperlich und emotional erfahren und deren kognitiv-emotionale Umstrukturierung unterstützt werden (Hauke und Lohr, 2020).

**Methoden:** Impulsvorträge sowie emotionsfokussierte, erlebnisorientierte Übungen und Rollenspiele.

**Ziel:** Kennenlernen eines entwicklungspsychologischen, störungsübergreifenden Gruppentherapiekonzeptes. Für die egozentrischen Entwicklungsstufen werden exemplarisch Interventionen und Bausteine vorgestellt und selbst erfahren und können danach für das eigene therapeutische Arbeitsfeld übernommen werden.

**Zielgruppe:** Ärztliche und Psychologische Psychotherapeut\*innen, Coaches, Berater\*innen.

### Literatur:

Gräff-Rudolph, U. & Sulz, S.K.D. (2019). Strategische Gruppentherapie – eine mentalisierungsbasierte Gruppen-Verhaltenstherapie. In Sulz, S. K. D. u.a. Gruppen-Psychotherapien – höchst wirksam, ganz einfach und sehr beliebt. Psychotherapie, Band 24-1, Psychosozial-Verlag.

Hauke, G. & Lohr, Ch. (2020). Emotionale Aktivierungstherapie (EAT): Embodiment in Aktion. Stuttgart: Klett-Cotta.

**HL003** täglich 09:15–16:45 Uhr

### Einführung in die Emotionsfokussierte Therapie (EFT)

**Julia Böcker**, Psychologische Psychotherapeutin  
Psychotherapeutische Praxis, Wuppertal

**Inhalt:** Die Emotionsfokussierte Therapie arbeitet als wissenschaftlich fundiertes Therapieverfahren mit Emotionen als wichtiger Ressource für die Veränderung psychischer Schwierigkeiten auf der Verhaltens- und Beziehungsebene. Zentrale Prinzipien bilden dabei: die Hinwendung zu sowie die Akzeptanz von schmerzhaften, problematischen Emotionen und deren Transformation mit Hilfe von adaptivem emotionalem Erleben (Emotionen mit Emotionen verändern).

Dieser zweitägige Workshop führt die Teilnehmenden in die Theorie und Praxis der Emotionsfokussierten Therapie ein und vermittelt ein Verständnis für die zugrundeliegenden Annahmen und therapeutischen Aufgaben. Die Teilnehmenden lernen, wie empathische Beziehungsgestaltung, prozessfolgende und -direktive Interventionen miteinander integriert werden, um die Emotionen der Klient\*innen zu aktivieren und mit ihnen von Moment zu Moment zu arbeiten. Der erste Workshoptag fokussiert auf den theoretischen Hintergrund, der anhand von Videos illustriert wird. Am zweiten Tag kann das Erlernte am Beispiel des Zwei-Stuhl-Dialogs zur Arbeit mit selbstkritischen Prozessen in Kleingruppen praktisch erprobt werden. Die Bereitschaft, eigene Themen in die Übungen einzubringen, ist dabei hilfreich.

Ein Großteil des im Workshop gezeigten Videomaterials ist in englischer Sprache mit englischen Untertiteln.

**Methoden:** Referat zur Vermittlung der theoretischen Grundlagen und Interventionsprinzipien, Demonstration von Interventionen anhand von Videobeispielen, Arbeit in Kleingruppen unter Anleitung.

**Ziel:** Kenntnis der theoretischen Grundlagen der EFT, Fähigkeit, die Emotionstypen (primär adaptive, primär maladaptive, sekundäre Emotionen) zu unterscheiden, Anwenden einiger EFT-typischen Interventionen, Einführung in die Arbeit mit Emotionen in der Therapie.

**Zielgruppe:** Psychologische und Ärztliche Psychotherapeut\*innen.

#### Literatur:

Auszra, L., Herrmann, I. & Greenberg, L. S. (2017). Emotionsfokussierte Therapie: ein Praxismanual. Göttingen: Hogrefe.

Böcker, J. (2018). Emotionsfokussierte Therapie. Paderborn: Junfermann.

Greenberg, L.S. (2016). Emotionsfokussierte Therapie. München, Ernst-Reinhardt.

Elliott, R., Watson, J. C., Goldman, R. N. & Greenberg, L. S. (2007). Praxishandbuch der Emotionsfokussierten Therapie. München: CIP-Medien.

Greenberg, L. S. (2006). Emotionsfokussierte Therapie: Lernen mit den eigenen Gefühlen umzugehen. Tübingen: dgvt.

**HLo04** täglich 09:15–16:45 Uhr**neu****Gelernt ist noch lange nicht entwickelt! Die Entwicklung des Selbst nach Kegan (im Gräff-Rudolphschen Hausmodell)**

**Ute Gräff-Rudolph**, Dr. med.  
Psychotherapeutische Praxis, Grassau

**Inhalt:** Entwicklungsthemen können gelernt werden, aber: gelernt ist noch lange nicht entwickelt! Um eine Verhaltensanalyse zu erstellen, ist es nicht notwendig, die entsprechenden Entwicklungsstufen zu diagnostizieren. Also eher Luxus für einen/eine VT'ler\*in und gleichzeitig schwer verdauliche Kost für den/die Patient\*in? Keineswegs! Im vorzustellenden Gräff-Rudolphschen Hausmodell (nach den Entwicklungsstufen von Kegan) lässt sich das symptomatische Problemverhalten genauso gut „verorten“ wie das gezielte Entdecken der eigenen Ressourcen. Die den Selbstwert stabilisieren und Lösungen ermöglichen. Wie dies mit Freude an der Erkenntnis gelingen kann, wird theoretisch und auch praktisch (mit kleinen Selbsterfahrungsteilen) gezeigt. Neugier und Lust zur aktiven Teilnahme sind günstige Voraussetzungen, um selbst zu erleben, wie hochfunktionales Verhalten neben maladaptivem existiert und je nach Auslösesituation im Sekundenbereich aktiviert oder eben auch gelöscht werden kann.

**Methoden:** Kurzreferate, interaktive Fallarbeit, Vorstellung der SBT-Materialien in der Selbsterfahrung oder an mitgebrachten Fällen.

**Ziel:** Spaß am gemeinsamen, strukturierten Erarbeiten eines Fallverständnisses, das auch für den/die Klient\*in zu jedem Zeitpunkt, transparent ist, und so die Selbstakzeptanz, die Motivation und den Therapieerfolg deutlich erhöht.

**Zielgruppe:** Ärzt\*innen, Psycholog\*innen, Psychotherapeut\*innen, die sich mit den „basics“ der VT vertraut machen möchten, um zu einem schnelleren Fallverständnis, für Therapeut\*innen und Klient\*innen, zu kommen.

**Literatur:**

- Sulz, S. K. D. (2004). Als Sisyphus den Stein losließ. München: CIP-Medien.  
Sulz, S. K. D. (2004). ... und er entwickelt sich doch. München: CIP-Medien.

**HL005** täglich 09:15–16:45 Uhr

## Ohne KV-Zulassung: Psychotherapie in der Privatpraxis

**Werner Gross**, Psychologischer Psychotherapeut  
Psychologisches Forum Offenbach (PFO), Offenbach/Main

### Inhalt:

1. Aktueller Rechtsrahmen:  
Rechte und Pflichten: Approbation vs. HPG-Zulassung: Freiräume und Grenzen; PsychThG, Psychotherapeutenkammern und Kassenärztliche Vereinigungen (aktueller Stand und zukünftige Bedeutung), Kostenerstattung als Chance, Freiräume (und Grenzen) für Psycholog\*innen (Diplom/Master) mit HPG
2. Marketing:  
Marktforschung: Marktvolumen, Marktsegmente und -nischen, Konkurrenzanalyse. Wettbewerb: Strukturelle Vor- und Nachteile von Privatpraxen, Freiräume als Wettbewerbsvorteil (Methoden, Praxisgestaltung, Honorare, etc.). Angebotsdifferenzierung, Praxis-Konzeption und Praxis-Image: „Corporate Identity“
3. Akquisition, Werbung und Öffentlichkeitsarbeit:  
Wie darf ich werben und wie nicht? Einschränkungen durch UWG, HWG, Kammer und Berufsordnung, PR und Medienarbeit, Beziehungspflege und Netzwerke, etc.
4. Patient\*innen:  
Zielgruppe(n) und ihre Besonderheiten – Wie finde ich meine „idealen Patient\*innen“? Privatversicherte (GOÄ/GOP), Selbstzahler, Kostenerstattung bei Kassenpatient\*innen (SGB V, § 13.3)
5. Honorar:  
Honorarkalkulation – Vorgaben des Marktes: Ortsüblichkeit, Honorarspanne: Mindest-, Durchschnitts- und Höchsthonorare, „Wucher“ als Straftatbestand
6. Realistische Einnahmen und Kostenrechnung:  
Aktuelle und zukünftige Investitionen, die richtige Finanzierung, Praxiseinnahmen ./ Praxisausgaben = Überschuss, Liquiditätsplanung, säumige Zahler\*innen und Mahnwesen
7. Die Zukunft der Privatpraxis

**Methoden:** Kurzvortrag, Diskussion, Kleingruppenarbeit, Handouts, u. a.

**Ziel:** Überblick über Voraussetzungen, realistische Chancen, Kosten und Risiken einer Praxisgründung ohne KV-Zulassung, Überlebensstrategien auf dem „freien“ Psychotherapiemarkt, Entwicklung eines eigenen Praxisprofils, Praxismarketing, Patient\*innen-Akquisition.

**Zielgruppe:** Psycholog\*innen (Diplom/Master), Psychotherapeut\*innen, Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeut\*innen, die eine Privatpraxis gründen wollen.

### Literatur:

- Gross, W., (2012). Erfolgreich selbständig – Gründung und Führung einer psychologischen Praxis, Heidelberg: Springer.
- Behnsen, E., Bell, K., Best, D. et al. (2004). Managementhandbuch für die Psychotherapeutische Praxis. Heidelberg: Springer.
- Gross, W., Moldenhauer, P., Schmid, V. (1996). Praxishandbuch. Bonn: DPV (vergriffen).
- Gross, W., Moldenhauer, P. (1996). Das Neue Praxisformularbuch. Bonn: DPV (vergriffen).
- Pulverich, G. (1999). Musterverträge für die Psychologische und Psychotherapeutische Praxis. Bonn: DPV.

**HLo06** täglich 09:15–16:45 Uhr

neu

### Kreative Traumatherapie – Nutzung kreativer Medien in der Traumatherapie

**Milena Hauptmann**, Dr. rer. nat, Psychologische Psychotherapeutin  
Eigene Praxis, Leipzig

**Inhalt:** Durch traumatische Erfahrungen werden Kreativität und Spontaneität im Menschen massiv unterbrochen und behindert. In diesem Workshop widmen wir uns den neurobiologisch begründeten Zusammenhängen von Kreativität und Trauma. Anschließend vertiefen und erfahren wir dieses Wissen in praktischen Übungen. Sie erhalten die Möglichkeit mit Methoden des heilsamen intuitiven Malens und der Methode des Storytellings zu experimentieren, um diese auf die Anwendbarkeit in Ihren Arbeitsfeldern zu überprüfen. Vorerfahrung im Malen oder Geschichtenerzählen sind nicht notwendig.

**Methoden:** Vermittlung des aktuellen Wissens mittels interaktivem Vortrag, Live-Demonstrationen von Therapeut\*innen-Verhalten, Arbeit mit Fallvignetten, Themenspezifische Klein- und Großgruppenübungen.

**Ziel:** Bewusstheit für die eigene Erfahrung von Kreativität und Spontanität im therapeutischen Prozess (Selbsterfahrung), Wissen um den indikationsspezifischen Einsatz kreativer Medien und um Kontraindikationen sowie den Zusammenhang von Kreativität und Trauma, Erlernen einfacher und indikationsspezifischer Übungen im trauma-therapeutischen Alltag.

**Zielgruppe:** Kolleg\*innen, die Experimentierfreude und Bereitschaft zur Selbsterfahrung mitbringen und Kolleg\*innen, die traumatherapeutisch arbeiten und neue kreative Inspirationen suchen.

**HL007** täglich 09:15–16:45 Uhr

### Körperorientierte Verfahren in der Verhaltenstherapie

**Maren Langlotz-Weis**, Dr. phil., Psychologische Psychotherapeutin  
Psychotherapeutische Praxis, Ladenburg

**Inhalt:** Es sollen über bereits etablierte Körpertechniken in der Verhaltenstherapie hinaus Interventionen vorgestellt werden, die Wiedererinnern auf allen Ebenen, darunter auch der körperlichen, unterstützen und damit Neu- und Umlernprozesse erleichtern und fördern können.

**Methoden:** Nach einer kurzen „Lecture“ werden Übungen vorgestellt und Gelegenheit geboten, diese „am eigenen Leib“ kennenzulernen.

**Ziel:** Erweiterung des verhaltenstherapeutischen Interventionsrepertoires um den körperlichen Aspekt, wobei auf die Bearbeitung von Gefühlen und deren körperlicher Repräsentanz besonderer Wert gelegt wird.

**Zielgruppe:** Kollegen und Kolleginnen, die Experimentierfreude und Bereitschaft zur Selbsterfahrung mitbringen.

**Bequeme Kleidung und Decke sind erforderlich.**

**HLo08** täglich 09:15–16:45 Uhr

### Motivationale Methoden in der Psychotherapie

**René Noack**, Dr. rer. medic., Psychologischer Psychotherapeut  
Klinik und Poliklinik für Psychotherapie und Psychosomatik am  
Universitätsklinikum Carl Gustav Dresden

**Inhalt:** Wie können Therapeut\*innen ihre Patient\*innen dabei unterstützen, eine langfristig tragfähige Motivation für wertekompatible Verhaltensveränderungen in ihrem Leben zu entwickeln? Im Workshop sollen eine günstige therapeutische Haltung aufgezeigt, Hilfe bei der Motivationsdiagnostik vermittelt und praktische Methoden für die verschiedenen therapeutischen Situationen vorgestellt werden. Es werden Handlungsanweisungen für die günstige Bewältigung der hierarchischen therapeutischen Herausforderungen dargestellt, wie: Bewusstmachung individueller tiefgreifender Werte und Motive, Bearbeitung von Ambivalenz, Entwicklung von günstigen Therapiezielen und die fortlaufende Motivierung.

**Methoden:** Vortrag, praktische Übungen zu verschiedenen motivationalen Techniken, niedrigschwellige sequentielle Rollenspiele für Gruppen.

**Ziel:** Reflexion eigener motivationaler therapeutischer Grundhaltung; Kennenlernen und Üben motivationaler Techniken.

**Zielgruppe:** Psycholog\*innen (Diplom/Master), Psychologische Psychotherapeut\*innen und Ärztliche Psychotherapeut\*innen, sowohl niedergelassen als auch angestellt tätig.

**Literatur:**

Noack, R. & Beiling, P. (2019). Motivationale Methoden. Techniken der Verhaltenstherapie. Weinheim: Beltz.

**HLoog** täglich 09:15–16:45 Uhr

## Schreibend neue Wege wagen – Kreatives Schreiben in der Psychotherapie

**Alexander Reichardt**, Psychologischer Psychotherapeut

Psychotherapeutische Praxis, Berlin

**Sabine Lowsky**, M. A., Systemischer Coach für Persönlichkeitsentwicklung und für Selbstcoaching durch Kreatives Schreiben

**Inhalt:** Kreatives Schreiben in psychotherapeutischen Behandlungen kann eine Therapie von Beginn an bereichern und facettenreicher machen. Über die schreibende Veräußerung der Problematik der Patient\*innen in eine Hauptfigur als Alter Ego können wertvolle Informationen gewonnen, Klärungsprozesse angestoßen und spielerisch neue Wege gewagt werden. Mittels der Erzählform des klassischen Drei-Akters wird in einem klar strukturierten Rahmen die Entwicklung einer alternativen, in sich stimmigen Erzählung des Ichs der Patient\*innen angeregt, aus der dann handlungswirksame Ziele und die Motivation zur Veränderung der eigenen Situation abgeleitet werden. Die Leitfrage dabei ist: Was fehlt der Hauptfigur am Anfang der Geschichte und in welcher Form könnte dieser Mangel am Ende behoben sein? Die verschiedenen Antworten werden schreibend erprobt und schließlich auf das eigene Leben angewandt.

Im Workshop wird das Behandlungskonzept vorgestellt, in exemplarischen Schreibübungen ausprobiert und anhand der Beispiele des/der Dozent\*in und der Teilnehmer\*innen für die Praxis vertieft. Verschiedene Übungsvorschläge zeigen Anwendungen für unterschiedliche Störungsbilder auf. Der Workshop macht Lust auf die Anwendung der Methoden des Kreativen Schreibens in der Psychotherapie und eröffnet erweiterte Interventionsmöglichkeiten.

**Methoden:** PowerPoint-Präsentation, exemplarische Schreibübungen, Fallbeispiele der Teilnehmer\*innen, Kleingruppenarbeit, Reflexion der Übungsbeispiele.

**Ziel:** Verständnis für grundlegende Konzepte und Interventionen des Kreativen Schreibens in der Psychotherapie.

**Zielgruppe:** Psychotherapeutisch oder in der Beratung tätige Personen, die Kreatives Schreiben als Methode zur Problemlösung und Intervention kennenlernen wollen.

### Literatur:

Noertemann, M., Friedrich, O., Wiethuechter, B. & Rommel, T. (2010). Therapeutic writing in psychiatry and psychotherapy. *European Psychiatry*, 25(1), 2-353.

Smyth, J. (1998). Written Emotional Expression: Effect Sizes, Outcome Types, and Moderating Variables. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 66(1), 174-184.

Pascoe, P. E. (2016). Using Patient Writings in Psychotherapy: Review of Evidence for Expressive Writing and Cognitive-Behavioral Writing Therapy. *American Journal of Psychiatry Residents' Journal* 11(3), 3-6.

Pennebaker, J. W. (2004). *Writing to Heal: A guided journal for recovering from trauma & emotional upheaval*. Oakland: New Harbinger.

van Emmerik A. A. P., Reijntjes, A., Kamphuis J. H. (2013). Writing Therapy for Posttraumatic Stress: A Meta-Analysis. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 82, 82-88.

**HL010** SA 09:15–16:45 Uhr; SO 09:15–12:30 Uhr

## Psychopharmakologie für Psychotherapeut\*innen

**Matthias Dose**, Prof. Dr. med., Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie  
kbo-Isar-Amper-Klinikum München-Ost

**Inhalt:** Entsprechend den aktuellen Behandlungsleitlinien für psychotische und bipolare Störungen, Depressionen und Angststörungen werden die darin zur medikamentösen Behandlung empfohlenen Medikamente ausführlich besprochen. Aufbauend auf im Workshop vermittelte Grundlagen zur Psychopharmakologie und Neurobiologie werden Wirkungsweise, erwünschte und unerwünschte Wirkungen der empfohlenen Medikamente sowie Neuentwicklungen ausführlich besprochen und einer kritischen Würdigung unterzogen.

**Methoden:** Vortrag, Power-Point-Präsentation, Video-Beispiele bzgl. unerwünschter Arzneimittelwirkungen.

**Ziel:** Teilnehmer\*innen sollen von Patient\*innen auf Grund ärztlicher Verordnung eingenommene Medikamente und insbesondere beklagte unerwünschte Wirkungen einordnen und kritisch beurteilen können.

**Zielgruppe:** Therapeut\*innen, die mit medikamentös behandelten Patient\*innen arbeiten und sich über Möglichkeiten und Grenzen „neuer“ Psychopharmaka informieren wollen.

### Literatur:

Benkert, O. et al., (2015). Pocket Guide – Psychopharmaka von A-Z. Heidelberg: Springer.

Dreher, J. (2014) Psychopharmakotherapie griffbereit. Stuttgart: Schattauer.

Den Teilnehmenden wird außerdem ein Manuskript des Referenten zur Verfügung gestellt.

**HL011** 09:15–16:45 Uhr

## Kreative Methoden der Ressourcenaktivierung

**Uta Deppe-Schmitz**, Dr. rer. nat., Psychologische Psychotherapeutin

**Miriam Deubner-Böhme**, Dr. rer. nat., Psychologische Psychotherapeutin  
Psychotherapeutische Praxis, Berlin

**Inhalt:** Resilienz fördern in der Psychotherapie bedeutet Menschen zu stärken in widrigen Umständen gesund zu bleiben und einen konstruktiven Umgang mit Herausforderungen und Problemen zu finden. Ressourcenaktivierung bietet hierfür den idealen Ansatz: Grundbedürfnisse gezielt erfüllen in schwierigen Zeiten. Das Einnehmen einer ressourcenorientierten Haltung gegenüber Patient\*innen als Vorbereitung auf ressourcenaktivierende Interventionen wird anhand von praktischen Beispielen erarbeitet und exemplarisch geübt. Im Workshop stehen praktische Übungen im Vordergrund für die Einzel- und Gruppentherapie zur Aktivierung von Ressourcen in schwierigen Umständen in verschiedenen Lebensbereichen. Ziel ist die Aktivierung von Ressourcen in den Bereichen Akzeptanz, Optimismus, Selbstwirksamkeit, Verantwortung, soziale Unterstützung, Lösungsorientierung und Zukunftsorientierung. Die Übungen eignen sich über den therapeutischen Kontext hinaus auch für Prävention sowie auch für Beratung und Coaching. Die vorgestellten Übungen zielen auf ein „Erlebbar machen“ von Stärken, Möglichkeiten und Kompetenzen von Patient\*innen zur Stärkung in schwierigen Zeiten.

**Methoden:** Informationsvermittlung, praktische ressourcenorientierte Übungen, Rollenspiele, Fallbeispiele, Kleingruppenarbeit.

**Ziel:** Vermittlung einer ressourcenorientierten Grundhaltung, Schulung eigener Ressourcenwahrnehmung, Einüben praktischer Fertigkeiten zur Ressourcenförderung in Einzeltherapie und Gruppe.

**Zielgruppe:** Psychotherapeut\*innen.

### Literatur:

Deppe-Schmitz, U. & Deubner-Böhme, M. (2016). Auf die Ressourcen kommt es an. Praxis der Ressourcenaktivierung. Göttingen: Hogrefe.

Deubner-Böhme, M. & Deppe-Schmitz, U. (2018). Auf die Ressourcen kommt es an: Praxis der Ressourcenaktivierung. Göttingen: Hogrefe.

Frank, R. (2007). Therapieziel Wohlbefinden. Ressourcen aktivieren in der Psychotherapie. Heidelberg: Springer.

Klemenz, B. (2009). Ressourcenorientierte Psychologie. Tübingen: dgvt-Verlag.

Deubner-Böhme, M., Deppe-Schmitz, U., Trösken, A. (2013). Angewandte Ressourcen-diagnostik. In: H. Schemmel & J. Schaller (Hrsg.), Ressourcen. Ein Hand- und Lesebuch zur therapeutischen Arbeit, 2. Auflage. Tübingen: dgvt-Verlag.

**HL012** 09:15–16:45 Uhr

## Emotionale Aktivierungstherapie (EAT) – „Embodied Cognition“ in der kognitiv behavioralen Therapie

**Gernot Hauke**, Dr. phil., Psychologischer Psychotherapeut  
Eigene Praxis, München

**Inhalt:** Emotionen sind Vitalisierungssysteme. Intensive emotionale Arbeit bringt deshalb nicht nur die Probleme unserer Klient\*innen schnell auf den Punkt. Sie vermittelt auch die Energie, die für das Erreichen von Zielen gebraucht wird. EAT ist ein strukturiertes Vorgehen, das in wenigen Schritten anhand konkreter Problemsituationen grundlegende Regulationsprobleme offenlegt und modifizieren hilft. Diese Art zu arbeiten nutzt aktuelle Befunde der Embodimentforschung, wonach Änderung von Körperhaltung, Mimik, Gestik, Atemrhythmus und Stimme emotionale Zustände erzeugen und auch beeinflussen, wie emotionale Zustände verarbeitet werden. Gemeinsam mit den Patient\*innen wird ein Emotionales Feld entwickelt, das alle Gefühle widerspiegelt, die mit der jeweiligen Problemsituation verbunden sind. Es wird gezeigt, wie mit primären und sekundären Emotionen gearbeitet wird. Sie erfahren bei der Gelegenheit, wie mit dem Einsatz des Körpers selektiv Emotionen wie z.B. Freude, Trauer, Angst, Wut, etc. hergestellt werden können. Sie erleben ein vitalisierendes, körpernahes Arbeiten mit Emotionen, z.B. Emotionsexposition und -differenzierung, Verbesserung der Emotionsregulation, Emotionalisierung angestrebter Zielzustände, usw.

Bereitschaft zur Selbsterfahrung wäre schön.

**Methoden:** Referate, Demonstration, praktische Übungen in kleinen Gruppen, Fallbeispiele.

**Ziel:** Vermittlung des Konzeptes „Embodied Cognition“ sowie aktueller Emotionskonzepte, Aufbau des Emotionalen Feldes, Fallkonzeptionen, Integration dieser Arbeitsweise in die eigene Praxis.

**Zielgruppe:** Psychologische und Ärztliche Psychotherapeut\*innen, anderweitig psychotherapeutisch Tätige.

### Literatur:

Hauke, G. & Lohr, C. (2020). Emotionale Aktivierungstherapie (EAT) – Embodiment in Aktion. Stuttgart: Klett-Cotta.

Hauke, G. & Kritikos, A. (2018). Embodiment in Psychotherapy. A Practitioner`s Guide. New York: Springer.

**HL013** 09:15–16:45 Uhr

## Förderung der Dankbarkeit in der Verhaltenstherapie

**Gert Kowarowsky**, Psychologischer Psychotherapeut  
Psychotherapeutische Praxis, Bad Steben

**Inhalt:** In mehr als 275 Studien zur Dankbarkeit konnte empirisch festgestellt werden, dass das Empfinden von Dankbarkeit tatsächlich Menschen positiv verändert: weniger Depressivität und Angst, Abnahme materialistischen Denkens, weniger Kopfschmerzen und Schlaflosigkeit, bessere Grundbefindlichkeit, gute Laune, Optimismus und gesundheitsförderliche Lebensstiländerungen konnten beobachtet werden. Angesichts hoher intra- und interindividueller Unterschiede im Ausmaß der Fähigkeit zu Achtsamkeit und Wertschätzung und daraus resultierender Dankbarkeitserfahrungen, lässt sich bei einem ausgeprägten Defizit dankbare Aufmerksamkeit üben und erlernen.

In diesem Workshop wird in vielen Übungen, Live-Demos und mit wirksamen Impact-Techniken Ihr „Methodenkoffer“ erweitert werden, um die Erfahrung und das Erleben von Dankbarkeit sowohl im Gruppensetting als auch in der Einzeltherapie individuell fördern zu können und um mehr dieser positiven Auswirkungen sowie Resilienz und Ressourcenaktivierung innerhalb einer indizierten Verhaltenstherapie zu bewirken.

**Methoden:** Vortrag, Live-Demonstrationen, Übungen.

**Ziel:** Kennenlernen der wichtigsten empirischen Daten der aktuellen Dankbarkeitsforschung und der vielfältigen Dankbarkeits-Aktivierungsmethoden sowie deren Anwendung einüben.

**Zielgruppe:** Alle Praktizierenden, die Lust haben, ihr Repertoire um die systematische Förderung des Wirkfaktors Dankbarkeit zu erweitern.

### Literatur:

Emmons, R. A. (2018). Das kleine Buch der Dankbarkeit: Bewusst das Leben wertschätzen für mehr Zufriedenheit und Glück. München: Heyne.

Kowarowsky, G., v. Puttkamer, Chr. (2020). Ein Kurs in Dankbarkeit. In 108 Tagen Zuversicht gewinnen, innere Stärke aufbauen und Zufriedenheit finden. Ein angeleitetes Einschreib-Tagebuch. München: PAL.

Freund, H., Lehr, D. (2020). Dankbarkeit in der Psychotherapie. Ressource und Herausforderung. Göttingen: Hogrefe.

**HL014** 09:15–16:45 Uhr

## **ACT: Therapie und Lebenshaltung. Eine Einführung in die Akzeptanz- und Commitmenttherapie**

**Norbert W. Lotz**, Prof. Ph. D., Psychologischer Psychotherapeut  
FIRST-Institut & Praxis für Angewandte und Klinische Psychologie, Frankfurt/Main

**Inhalt:** Die Akzeptanz- und Commitmenttherapie (ACT) lässt sich einreihen in die sog. Dritte Welle der Verhaltenstherapie. Ihre theoretische Grundlage findet sie in der Bezugsrahmentheorie (BRT), die eine behavioristische Analyse menschlicher Kognition und Sprache darstellt. In der ACT gehen wir davon aus, dass ein maßgeblicher Teil menschlichen Leidens durch die Unwilligkeit, unerwünschte Gedanken, Gefühle und körperliche Zustände erleben zu wollen, hervorgerufen wird. Aus wertegeleitetem Handeln wird so vorrangig Erlebensvermeidung. Psychisches Wohlbefinden und psychische Gesundheit hingegen drücken sich aus in psychischer Flexibilität. Diese ist – nach ACT-Sicht – ein Ergebnis des Zusammenwirkens von sechs interaktiv wirkenden psychischen Prozessen. Eine Anzahl empirischer Studien zeigt mittlerweile die klare Wirksamkeit der ACT, u. a. bei Depressionen, Traumatisierungen, Angst-, Schmerz- und Essstörungen.

**Methoden:** Präsentation, interaktives Rollenspiel, Kleingruppe, Eigenerfahrung.

**Ziel:** Erlangen von Grundlagenkenntnissen über die Vorgehensweise von ACT. Kennenlernen praktischer Interventionen, die im Rahmen der eigenen Arbeit unmittelbar eingesetzt werden können.

**Zielgruppe:** Psychotherapeut\*innen, Ärzt\*innen, Berater\*innen, Ausbildungskandidat\*innen und Angehörige helfender Berufe.

### **Literatur:**

Lotz, N. (2018). Akzeptanz- und Commitmenttherapie. 75 Therapiekarten mit 20-seitigem Booklet. Weinheim: Beltz.

Lotz, N. (2016). Metaphern in der Akzeptanz- und Commitmenttherapie. Weinheim: Beltz.

Lotz, N. & Broocks, A. (2018). Akzeptanz- und Commitmenttherapie. Es ist, wie es ist – um anders zu werden. *DNP: Der Neurologe und Psychiater*. 19(2), 46-53.

Hayes, S., Smith, S., Kugler, G., Übersetzung (2007). In Abstand zur inneren Wortmaschine: Ein Selbsthilfe- und Therapiebegleitbuch auf der Grundlage der Akzeptanz- und Commitmenttherapie (ACT). Tübingen: dgvt.

**HL015** 09:15–16:45 Uhr

## Was Verhaltenstherapeut\*innen von den Kampfkünsten lernen können

**Stephan Panning**, Psychologischer Psychotherapeut  
Rehaklinikum Bad Rothenfelde, Klinik Münsterland, Bad Rothenfelde  
**Jochen Wolfgramm**, Physiotherapeut  
Lehrer für traditionelles Kungfu (Zhenwu Germany)

**Inhalt:** Tai Chi Chuan (= „das höchste Prinzip des Boxens“) und QiGong (= Atemübungen) sind traditionelle chinesische Übungssysteme und vereinen Elemente aus Meditation, Körpertherapie und Kampfkunst. Die Übungen sind geprägt von sanften Gewichtsverlagerungen und geschmeidigen Gelenkbewegungen. Die Stille und Ruhe in der Bewegung und die dabei entstehende leichte Trance helfen, auch den Geist zur Ruhe zu bringen. Darüber hinaus konnten in experimentellen Untersuchungen zum Embodiment die Auswirkungen von spezifischen Körperhaltungen auf kognitiv-emotionale Prozesse aufgezeigt werden. Insofern können Tai Chi- und QiGong-Übungen die im Rahmen einer Therapie stattfindenden kognitiv-emotionalen Umstrukturierungsprozesse unterstützen und ergänzen.

Der Workshop bietet eine praktische Einführung in die grundlegenden Prinzipien des Tai Chi und QiGong (Achtsamkeit, Atmung, Aufrichtung, Nachgeben) und vermittelt darauf aufbauend ein einfach zu erlernendes Übungssystem, bestehend aus sechs Tai Chi - QiGong-Einzelübungen. Weiterhin werden Parallelen zwischen den traditionellen chinesischen Kampfkünsten und der modernen Verhaltenstherapie aufgezeigt sowie Integrationsmöglichkeiten von Tai Chi-QiGong-Übungen im Rahmen einer Psychotherapie demonstriert.

**Methoden:** Vortrag, Anleitung und Übung, Praxisbeispiele und praktische Einführung.

**Ziel:** Theoretische und praktische Vermittlung zentraler Kampfkunst-Prinzipien. Erlernen von einfachen Tai-Chi-QiGong-Übungen zur Förderung der Achtsamkeit. Einsatzmöglichkeiten von Tai-Chi-QiGong-Übungen im Rahmen von therapeutischen Prozessen kennenlernen.

**Zielgruppe:** Therapeut\*innen, die an einer Erweiterung ihres therapeutischen Spektrums und insbesondere an körperorientierten Techniken interessiert sind.

### Literatur:

- Fischer, C., Schwarze, M. (2008). Qigong in Psychotherapie und Selbstmanagement. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Linden, P. (2007). Das Lächeln der Freiheit – Selbststärkung und Körperbewusstsein. Freiburg: Arbor.
- Moestl, B. (2008). Shaolin – Du musst nicht kämpfen, um zu siegen. München: Knauer.
- Scholz, W.-U. (2003). Tai Chi (Taiji) und Qigong im multimodalen Stressmanagement. In: Entspannungsverfahren Nr. 20, Lengerich: Pabst Sc. Publ., 62-96.

**HLo16** 09:15–16:45 Uhr

## Aversionstherapie 2.0 – Anwendung in der ambulanten Praxis

**Christoph Sollmann**, Dr. phil., Psychologischer Psychotherapeut  
Eigene Praxis, Krefeld

**Inhalt:** Obwohl die Wirkung der Aversionstherapie zweifelsfrei belegt ist, war sie lange das Stiefkind der Psychotherapie. Das gilt besonders für die Anwendung in der ambulanten Praxis. Auch in der Öffentlichkeit wurde die Aversionstherapie oft dramatisch dargestellt.

Im Workshop wird gezeigt, wie die Aversionstherapie mit hypnotherapeutischen Methoden so kombiniert wird, dass sie „elegant“ in den verhaltenstherapeutischen Behandlungsplan eingefügt werden kann. Dazu wird die Methode des verdeckten Ankerns, eine vom Referenten entwickelte Methode, demonstriert und praktiziert. Daneben werden Fallbeispiele erörtert, praktische Tipps und Empfehlungen gegeben, sowie Indikation und Kontraindikation diskutiert.

Im Workshop wird schrittweise gezeigt, wie die Technik in der Behandlung von Süchten, wie z. B. bei übermäßigem Tabak- und Alkoholkonsum angewandt wird. Neben der praktischen Demonstration haben die Teilnehmer\*innen Gelegenheit zum praktischen Üben.

Für die Teilnahme sind keine Vorkenntnisse in Hypnotherapie erforderlich, da die erforderliche Einleitung der Entspannung auch ohne formale Hypnose durchgeführt werden kann.

**Methoden:** Demonstration, praktische Übung, Lehrvortrag/Präsentation, Diskussion.

**Ziel:** Erlernen der praktischen Anwendung dieser Technik.

**Zielgruppe:** Ärzt\*innen, Psycholog\*innen, Therapeut\*innen.

### Literatur:

Sollmann, C. (2015). The Technique of Covert Anchoring in Hypnosis and how it is used in Clinical Practice. Conference Paper. [www.researchgate.net](http://www.researchgate.net).

Sollmann, C. (2016b). Die Methode des verdeckten Ankerns in der Hypnose und wie sie in der klinischen Praxis angewendet wird. München: Hypnose-ZHH, 11 (1+2), Okt. 2016, pp.157-175.

Sollmann, C. (2017). The Technique of Covert Anchoring in the Treatment of Addiction. Brüssel, Belgien: Journal of Psychology and Psychotherapy 2017, 7:3 (Suppl).  
<http://dx.doi.org/10.4172/2161-0487-C1-014>.

Sollmann, C. (2018b). The Technique of Covert Anchoring in the Treatment of Addiction. Description and basic principles. [www.researchgate.net](http://www.researchgate.net).

Sollmann, C. (2018c). The Technique of Covert Anchoring in the Treatment of Addiction. Description of the Method and Basic Principles. EC Psychology and Psychiatry 7.11 (2018): 772-776.

**HL017** 09:15–16:45 Uhr

## Mit Smartphone und PC gegen den Zwang

**Christoph Wölk**, Dr. rer. nat., Psychologischer Psychotherapeut  
Psychotherapeutische Praxis, Lohne (Oldb.)

**Inhalt:** Die S3-Richtlinien zur Psychotherapie von Zwangsstörungen betonen, dass nur ein handlungsorientiertes Vorgehen, das auf Exposition mit Reaktionsmanagement (Reaktionsverhinderung) setzt, zu einer dauerhaften Reduktion der Zwänge führt. Die Praxis zeigt, dass eine Arbeit an der psychischen Konstitution des/der Patient\*in die Wirkung von Expositionsübungen entscheidend verbessert. Hierbei leistet das von Hoffmann & Hofmann entwickelte Konzept der Subjektkonstituierung gute Dienste.

In dem Workshop werden Smartphone-Apps und PC-Programme vorgestellt, die sich als Werkzeuge („Tools“) innerhalb der Verhaltenstherapie von Zwangsstörungen bewährt haben. Eine auf diese Weise erweiterte Behandlung von Zwängen hat den Vorteil, dass die Zeit zwischen den Sitzungen systematisch in das Behandlungsgeschehen einbezogen wird. Die hierzu zur Verfügung stehenden PC-Programme und Apps umfassen neben diagnostischen Tools (z.B. „OCD-Monitor“), Interventionen für die mentale Vorbereitung von Expositionen sowie Hilfsmittel zur Unterstützung von Expositionen („Brainy, der virtuelle Co-Therapeut“ und „Gedankenmühle“). Für die Festigung des Behandlungserfolgs dienen die Tools „Talk to him – Gespräche mit dem Zwang“ und „ARSEN – das Gift gegen den Zwang“. Die Teilnehmer\*innen des Workshops erhalten diese beiden Behandlungswerkzeuge zur Anwendung in ihrer therapeutischen Arbeit.

**Methoden:** Präsentation, Anleitung zur Durchführung von in sensu und in vivo Expositionsübungen. Praktische Demonstration und Erläuterung von Interventionen zur Unterstützung der therapeutischen Arbeit. Diskussion von eigenen Erfahrungen der Workshop-Teilnehmer\*innen bei der Therapie von Zwangskranken. Erörterung von günstigen Zeitpunkten für den Einsatz psychotherapeutischer „Tools“.

**Ziel:** Möglichkeiten aufzeigen, die die therapeutische Arbeit mit Zwangskranken bereichern und effizienter gestalten. Hierbei sind besonders die Prinzipien, nach denen Expositionen durchgeführt werden sowie ein Verständnis für die Bedeutung der psychischen Konstitution von entscheidender Bedeutung.

**Zielgruppe:** Psychologische und Ärztliche Psychotherapeut\*innen, Angehörige aller Berufsgruppen, betraut mit der Behandlung von Patient\*innen mit Zwangsstörungen.

### Literatur:

Wölk, C. & Seebeck, A. (2002). „Brainy“, das Anti-Zwangs-Training: Ein computergestütztes Übungsprogramm zur Überwindung von Zwangshandlungen und Zwangsgedanken (Buch und Programm-CD). Lengerich: Pabst Science Publishers.

Wölk, C. & Seebeck, A. (2006). Einsatz von Computern in der ambulanten Verhaltenstherapie (S. 165-182). In Fricke, S. & Hand, I. (Hrsg.). Verhaltenstherapie bei Zwangsstörungen – Fallbasierte Therapiekonzepte. München: Urban & Fischer.

Wölk C. (2007). Talk to him! CD-ROM. Ein interaktives PC-Programm zur Selbsthilfe bei Zwangsstörungen. Für Windows (In Anlehnung an das Buch „Zwangsstörungen verstehen und bewältigen. Hilfe zur Selbsthilfe“ von Fricke, S. und Hand, I.) Bonn: BALANCE Buch + Medien Verlag.

Wölk, C., Raubart., G., Dörenkämper, B., Kalkhoff, R., Meyer, B., Seebeck, A. & Tepe, S. (2009). Therapiebegleitende Interventionen bei der Behandlung von Zwangsstörungen – ... was sonst noch gegen Zwänge hilft. Notfall und Hausarztmedizin, 35 (2), 91-97.

Hoffmann, N. & Hofmann, B. (2018). Expositionszentrierte Verhaltenstherapie bei Ängsten und Zwängen. Weinheim: Beltz.

**HLo18** 09:15–16:45 Uhr

### Resilienz stärken mit Ressourcenaktivierung

**Uta Deppe-Schmitz**, Dr. rer. nat., Psychologische Psychotherapeutin

**Miriam Deubner-Böhme**, Dr. rer. nat., Psychologische Psychotherapeutin  
Psychotherapeutische Praxis, Berlin

**Inhalt:** Unter Resilienz wird die Fähigkeit verstanden, sich anzupassen an widrige Umstände und dabei gesund zu bleiben (vgl. Warner, 2014). Resilienzförderung zielt darauf ab, einen konstruktiven Blick auf Probleme zu entwickeln. Das Ressourcentraining zur Stärkung der Resilienz hat zum Ziel, Menschen durch eine gezielte Aktivierung ihrer Ressourcen zu stärken und damit widerstandsfähiger gegenüber Belastungen zu machen. Die Übungen beziehen sich inhaltlich auf die Aktivierung von Ressourcen für Akzeptanz, Optimismus, Selbstwirksamkeit, Verantwortung, soziale Unterstützung, Lösungsorientierung und Zukunftsorientierung. Wir stellen Übungen für das therapeutische Einzel- und Gruppensetting vor. Es wird angestrebt, den Teilnehmer\*innen die Aktivierung ihrer Ressourcen im Rahmen praktischer Übungen erlebbar zu machen und zu lernen, die Übungen selbst anzuleiten und auszuwerten. Im Einzelnen werden folgende Themen behandelt: Erarbeitung der relevanten Theorie, Erläuterung der Rahmenbedingungen für die Durchführung der Übungen und Reflexion über Einbettung der Übungen im Rahmen der störungsspezifischen Verhaltenstherapie, Vorstellung und Erlebarmachen von Übungen für die Einzel- und Gruppentherapie zur Aktivierung von Ressourcen.

**Methoden:** Im Vordergrund steht das Erlebarmachen von Ressourcenaktivierung, sodass Möglichkeiten zur Selbsterfahrung eigener Ressourcen sowie das Ausprobieren einer ressourcenorientierten Haltung angeboten werden. Konkrete ressourcenorientierte Interventionen werden von den Dozentinnen vorgeführt und anschließend in Rollenspielen geübt. Literaturliste bzw. Büchertisch werden bereitgestellt. Im Sinne einer ressourcenorientierten Workshopgestaltung steht das positive Erleben der Teilnehmenden im Mittelpunkt!

**Ziel:** Vermittlung einer ressourcenorientierten Grundhaltung des/der Therapeut\*in, Kennenlernen von Übungen zur Ressourcenaktivierung zur Förderung von Resilienz, Einüben zur Anleitung von Übungen zur Ressourcenaktivierung.

**Zielgruppe:** Psychotherapeut\*innen, psychotherapeutisch Tätige.

#### Literatur:

Deppe-Schmitz, U. & Deubner-Böhme, M. (2016). Auf die Ressourcen kommt es an: Praxis der Ressourcenaktivierung. Göttingen: Hogrefe.

Deubner-Böhme, M. & Deppe-Schmitz, U. (2018). Coaching mit Ressourcenaktivierung. Ein Leitfaden für Coaching und Beratung. Göttingen: Hogrefe.

Deubner-Böhme, M., Deppe-Schmitz, U., Trösken, A. (2013). Angewandte Ressourcen-diagnostik. In: H. Schemmel & J. Schaller (Hrsg.), Ressourcen. Ein Hand- und Lesebuch zur therapeutischen Arbeit, 2. Auflage. Tübingen: dgvt-Verlag.

Grawe, K. (1998). Psychologische Therapie. Göttingen: Hogrefe.

Grawe, K. (2004). Neuropsychotherapie. Göttingen: Hogrefe.

Klemenz, B. (2009). Ressourcenorientierte Psychologie. Tübingen: dgvt-Verlag.

Warner, L. (2014). Resilienz. In: M.A. Wirtz (Hrsg.), Dorsch – Lexikon der Psychologie (18. Aufl., S. 1326). Bern: Hogrefe.

**HL019** 09:15–16:45 Uhr**neu**

## Coaching – Ein Arbeitsfeld für Verhaltenstherapeut\*innen

**Gernot Hauke**, Dr. phil., Psychologischer Psychotherapeut  
Eigene Praxis, München

**Inhalt:** Erfahrene Verhaltenstherapeut\*innen verfügen über fundierte Kenntnisse zum Bauplan der Psyche sowie zu Wirkfaktoren spezifischer Interventionen und haben den Blick für das gesamte System beteiligter Personen sowie den Fokus auf das Thema Interaktion. Damit verfügen sie schon über wichtige Voraussetzungen, um sich erfolgreich mit dem Thema Coaching auseinandersetzen zu können. Dieser Workshop will dazu ermutigen, sich mit Themen wie Führungsstil und -rolle, Konflikten im Arbeitsteam, Changemanagement usw. zu befassen. Erfahren Sie in diesem Workshop wie sich solche Themen schnell auf den Punkt bringen lassen und ein Fallverständnis entstehen kann. Außerdem können Sie sich zu den Rahmenbedingungen eines professionellen Businesscoachings informieren. Am meisten profitieren Sie, wenn Sie eigene berufliche Themen mitbringen. Bereitschaft zu Selbsterfahrung wäre schön.

**Methoden:** Referate, Demonstrationen, praktische Übungen in kleinen Gruppen, erlebnisorientierte Übungen, Fallbeispiele.

**Ziel:** Vermittlung des Konzeptes „Coaching“, Empfehlungen für eine geeignete Arbeitsweise sowie Voraussetzungen und typische Rahmenbedingungen für diese Arbeit, Fallkonzeptionen.

**Zielgruppe:** Psychologische und Ärztliche Psychotherapeut\*innen, anderweitig psychotherapeutisch Tätige.

### Literatur:

Hauke, G., Lohr, C., Pietrzak, T. (2017). Strategisches Coaching – Emotionale Aktivierung mit Embodimenttechniken. Paderborn: Junfermann-Verlag.

**HL020** 09:15–16:45 Uhr

## Individualisierte Burnout-Therapie (IBT) – ein multimodaler Behandlungsleitfaden

**Gert Kowarowsky**, Psychologischer Psychotherapeut  
Psychotherapeutische Praxis, Bad Steben

**Inhalt:** Dieser Workshop vermittelt das Hintergrundwissen und die Praxisanleitung zur Individuellen Burnout-Therapie (IBT). Burnout ist eine Zusatz-Diagnose. Völlige Erschöpfung ist für die Betroffenen jedoch eine häufig geklagte subjektive Realität. Es bedarf deshalb einer umfassenden exakten Differentialdiagnostik sowie des Wissens über die beteiligten Faktoren und deren Wechselwirkungen, die einen Zustand völliger Erschöpfung auslösen und aufrechterhalten. Der aktuelle Stand zu Diagnostik, Differentialdiagnostik und Behandlung von Burnout-Betroffenen wird erläutert.

Zur Verfügung gestellte, umfangreiche Arbeitsmaterialien können direkt in Therapie und Beratung eingesetzt werden und helfen individuell und systematisch Burnout-Symptome zu erfassen, Ursachen zu analysieren, Ressourcen zu aktivieren, fehlende Kompetenzen zu vermitteln und notwendige Lebensstiländerungen zu unterstützen.

**Methoden:** Live-Demonstration des Therapeutenverhaltens. Kleingruppenübungen einzelner besonders wirksamer Interventionsmethoden.

**Ziel:** Das Burnout-Syndrom als subjektiv erlebte Belastungserfahrung verstehen und – auf dem Hintergrund der Theorie der Multikausalität – Betroffene individualisiert, kompetent und wirksam behandeln zu können. Die Selbstdiagnose Burnout nutzen können auch bei vorliegenden anderweitigen behandlungsbedürftigen Erkrankungen. Geklagte völlige Erschöpfung wirksam behandeln zu können.

**Zielgruppe:** Psychotherapeut\*innen, Psycholog\*innen (Diplom/Master), Ärzt\*innen und Berater\*innen, Ausbildungskandidat\*innen und Angehörige helfender Berufe.

### Literatur:

Kowarowsky, G. (2017). Individualisierte Burnout-Therapie (IBT). Ein multimodaler Behandlungsleitfaden. Stuttgart: Kohlhammer.

**HL021** 09:15–16:45 Uhr

## Glücksquellen

**Norbert W. Lotz**, Prof. Ph. D., Psychologischer Psychotherapeut  
FIRST-Institut & Praxis für Angewandte und Klinische Psychologie, Frankfurt/Main

**Inhalt:** Was können wir unter Glück verstehen? Lässt sich Glück beeinflussen? „Jeder ist seines Glückes Schmied“, so heißt es. Gibt es wissenschaftlich fundierte Erkenntnisse, Glückserleben herbeiführen und intensivieren zu können? Was kann glücklich machen, was kann glücklich sein bewirken? Welche Glücksquellen gibt es, welche sind erlernbar?

Diese und weitere Fragen zum Thema Glück werden in dem Workshop behandelt. Es wird vermittelt, wie die Erkenntnisse und aufgezeigten Möglichkeiten im Rahmen der eigenen Lebensumsetzung und Selbstfürsorge angewendet werden können. Außerdem erhalten die Teilnehmer\*innen Perspektiven und Anregungen für die Arbeit mit Klient\*innen (Therapie/Beratung/Coaching) als Werteorientierung über die symptomatische Arbeit hinaus.

**Methoden:** Präsentation, interaktives Rollenspiel, Interview, Kleingruppe, Eigenerfahrung, Umsetzung in Bewegungen.

**Ziel:** Die vermittelten Erkenntnisse und Anregungen in der Selbstfürsorge und in der Arbeit mit Klient\*innen anwenden können.

**Zielgruppe:** Psychotherapeut\*innen, Ärzt\*innen, Berater\*innen, Ausbildungskandidat\*innen und Angehörige helfender Berufe.

### Literatur:

Bucher, A. (2018). Psychologie des Glücks. Weinheim: Beltz.

Esch, T. (2017). Die Neurobiologie des Glücks: Wie die Positive Psychologie die Medizin verändert. Stuttgart: Thieme.

Lotz, N. (2012). Gedachte Gedanken. Oder: Ein kaum bemerkbares Denktraining für mehr Lebensglück. Frankfurt am Main: First.

Lotz, N. (2010). Ich preise Dich, Herr. Kantate nach Psalm 30. DVD & CD. Frankfurt am Main: First.

**HL022** 09:15–16:45 Uhr

## Der Atem als kampf kunstbasiertes Therapieverfahren

**Stephan Panning**, Psychologischer Psychotherapeut  
Rehaklinikum Bad Rothenfelde, Klinik Münsterland, Bad Rothenfelde  
**Jochen Wolfgramm**, Physiotherapeut  
Lehrer für traditionelles Kungfu (Zhenwu Germany)

**Inhalt:** Der Atem als universaler, körperliche und seelische Aspekte gleichermaßen umfassender Prozess spielt eine zentrale Rolle sowohl in der spirituellen Meditationspraxis bzw. den asiatischen Kampfkünsten als auch in modernen Körperpsychotherapien. In der Psychotherapie können Störungen des Atemprozesses als Ausgangspunkt für die Exploration von im Körpergedächtnis gespeicherten psychischen Konflikten oder Traumatisierungen sein. Anschließend geht es um die Etablierung optimaler körperlicher und seelischer Voraussetzungen, unter denen sich eine natürliche, entspannte Atmung entfalten kann. Schließlich kann der Atem wie in den Kampfkünsten des Kungfu und TaiChi als somatische und psychische Ressource für Aufrichtung, Standfestigkeit, Flexibilität, Selbstsicherheit und Gelassenheit genutzt werden.

Der Workshop führt in die Prinzipien kampf kunstbasierter Atemtechniken (Aufrichtung, Entspannung, Achtsamkeit, Loslassen) in vier unterschiedlichen Körperhaltungen (Liegen, Sitzen, Stehen, Gehen) ein. Darüber hinaus werden spezielle Techniken zur Reduktion von Schmerz und Stress eingeübt. Anhand von Praxisbeispielen werden Integrationsmöglichkeiten im Rahmen einer Verhaltenstherapie aufgezeigt.

**Methoden:** Vortrag, Anleitung und Übung, Praxisbeispiele und praktische Einführung.

**Ziel:** Kennenlernen der Prinzipien und Techniken achtsamkeits- und kampf kunstbasierter Atemtechniken sowie der Möglichkeiten der Integration in der Verhaltenstherapie sowie in der Selbstfürsorge des/der Therapeut\*in.

**Zielgruppe:** Therapeut\*innen, die an einer Erweiterung ihres therapeutischen Spektrums durch körperorientierte Techniken sowie an einer Verbesserung ihrer Selbstfürsorge interessiert sind.

### Literatur:

- Ecker, S. (2015). Zuhause im eigenen Körper – Strategien für eine lebendige Körperwahrnehmung. Weinheim: Beltz.
- Fischer, C., Schwarze, M. (2008). Qigong in Psychotherapie und Selbstmanagement. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Martin, P. (2000). Der Zen-Weg aus der Depression. Bern: Scherz-Verlag.
- Middendorf, I. (1995). Der erfahrbare Atem, eine Atemlehre. Paderborn: Junfermann.

**HL023** 13:30–16:45 Uhr**neu**

## Huntington – was ist das denn?

**Matthias Dose**, Prof. Dr. med., Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie  
kbo-Isar-Amper-Klinikum München-Ost

**Inhalt:** Mit dieser Frage werden leider viel zu häufig Betroffene, Risikopersonen und unterstützungsbedürftige Angehörige und/oder Pflegepersonen konfrontiert, wenn sie im Zusammenhang mit der Huntington-Krankheit psychotherapeutische Hilfe suchen. Die Huntington-Krankheit (auch Chorea Huntington) ist eine autosomal-dominant (also 50% der Nachkommen betreffende) vererbte, neurodegenerative Erkrankung, die mit psychischen, kognitiven und neurologischen Symptomen in der Regel im mittleren Erwachsenenalter beginnt. Von ihr sind in Deutschland ca. 10.000 Menschen betroffen, ca. 50.000 gelten als „Risikopersonen“, die – wenn sie das „Huntington-Gen“ vom betroffenen Elternteil geerbt haben – ebenfalls erkranken werden.

Mit mehreren Jahren „Vorlauf“ können psychische Veränderungen noch vor den neurologischen Symptomen (unkontrollierbare Bewegungen bis zu vollständiger Hilfs- und Pflegebedürftigkeit) auftreten, die (neben Medikamenten) psychotherapeutisch behandelt werden sollen. Auch Risikopersonen, pflegende Angehörige und Professionelle sind erheblichen psychischen Belastungen ausgesetzt und brauchen u.U. psychotherapeutische Hilfe. Psychotherapeut\*innen, die sich dieser Aufgabe annehmen, werden in ganz Deutschland dringend gesucht. Sie benötigen keine „Spezialkenntnisse“ bezüglich therapeutischer Interventionen, sollten aber über Basiskenntnisse bezüglich der Huntington-Krankheit verfügen, die in diesem Workshop vermittelt werden.

**Methoden:** Vortrag, Power-Point-Präsentation, Video-Beispiele.

**Ziel:** Teilnehmer\*innen sollen Basiskenntnisse zur Huntington-Krankheit erwerben, die ihnen helfen, Betroffene, Risikopersonen, pflegende Angehörige und Professionelle angemessen psychotherapeutisch zu behandeln.

**Zielgruppe:** Therapeut\*innen, die interessiert sind, den angesprochenen Personenkreis zu betreuen, und dafür auch von der „Deutschen Huntington-Hilfe/DHH e.V.“ auf ihrer Webseite benannt werden können.

### Literatur:

Huntington-Krankheit Informationsschrift: Huntington-Betroffene verstehen – Ein Leit-faden für Fachkräfte (zu beziehen über die DHH e.V.; [www.dhh-ev.de](http://www.dhh-ev.de)).

HL024 09:15–16:45 Uhr

neu

## Gruppentherapie als Strategische Persönlichkeitsentwicklung – Schwerpunkt Beziehungsfähigkeit und Empathie

**Silke Ahrend**, Psychologische Psychotherapeutin  
Psychotherapeutische Praxis, Burg

**Inhalt:** In diesem Praxisworkshop wird ein Embodiment-fokussiertes verhaltenstherapeutisches Gruppentherapiekonzept zur Strategischen Persönlichkeitsentwicklung (nach Sulz) vorgestellt. Es geht um das Erlernen emotionaler und sozialer Kompetenzen, die in der Kindheit nicht erworben werden konnten und zu einer dysfunktionalen kognitiv-affektiven Verhaltensausrprägung mit entsprechender Symptombildung in wesentlichen Lebensbereichen geführt hat. Das erlebnisorientierte Trainingsprogramm dient somit der Ressourcenstärkung sowie der Auflösung von Blockaden auf den verschiedenen Entwicklungsstufen. Insgesamt soll die Entwicklung eines kongruenten Selbst gefördert werden. Dieses Konzept kommt störungsübergreifend zum Einsatz und vermittelt den Klienten\*innen nützliche psychologische Landkarten zur Unterstützung der Mentalisierungsfähigkeit und der Selbstanwendung in ihrem Alltag.

Der Schwerpunkt in diesem Workshop liegt auf dem Beziehungsfokus der Klienten\*innen und orientiert sich an den Themen der zwischenmenschlichen Entwicklungsstufen (Gräff-Rudolph und Sulz, 2017). Jetzt wird das Wohlergehen auch der anderen Personen in den Mittelpunkt gestellt, sodass die eigenen Bedürfnisse und die der anderen in eine Balance kommen und es allen Personen gut gehen kann. Voraussetzung ist die erfolgreiche Bewältigung der davorliegenden selbstbezogenen Entwicklungsstufen.

Es werden Übungen vorgestellt, sich durch Perspektivenwechsel in die Intentionen und Gefühle der anderen Person hineinzufühlen (u.a. aus CBASP, Schramm, 2012). Mit der Embodiment-Methode Alba Emoting (nach Susanna Bloch) wird die Wechselwirkung der verkörperten Kommunikation im Sinne der Embodied Communication erlebt. Soziale Trigger in Stresssituationen werden transformiert (Hensel, 2017), sodass diese ihre automatische verhaltenssteuernde Wirkung verlieren und dadurch die Beziehungs- und Empathiefähigkeit insgesamt weiter verbessert werden kann.

**Methoden:** Impulsvorträge sowie emotionsfokussierte, erlebnisorientierte Übungen und Rollenspiele.

**Ziel:** Kennenlernen eines entwicklungspsychologischen, störungsübergreifenden Gruppentherapiekonzeptes. Für die zwischenmenschlichen Entwicklungsstufen werden exemplarisch Interventionen und Bausteine vorgestellt und selbst erfahren und können danach für das eigene therapeutische Arbeitsfeld übernommen werden.

**Zielgruppe:** Ärztliche und Psychologische Psychotherapeut\*innen, Coaches und Berater\*innen.

### Literatur:

Gräff-Rudolph, U. & Sulz, S.K.D. (2017). Entwicklung reifer Empathie durch Entwicklung auf die zwischenmenschliche Stufe – bei Patienten. In Sulz, Serge K. D. u.a. Entwicklung zur Empathiefähigkeit. Von der Selbstbezogenheit zur Beziehungsfähigkeit. Psychotherapie, Band 22-2, Psychosozial-Verlag.

Hensel, T. (2017). Stressorbasierte Psychotherapie: Belastungssymptome wirksam transformieren – ein integrativer Ansatz. Stuttgart: Kohlhammer.

Schramm, E. (2012). CBASP in der Gruppe. Das Kurzmanual. Stuttgart: Schattauer.

**HL025** 09:15–16:45 Uhr

## Autismus-Spektrum-Störungen bei Erwachsenen – leitliniengerechte Diagnostik und Therapie

**Matthias Dose**, Prof. Dr. med., Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie  
kbo-Isar-Amper-Klinikum München-Ost

**Inhalt:** Spezialisierte Einrichtungen zur Diagnostik und Therapie autistischer Störungen bei Erwachsenen werden häufig von Personen aufgesucht, die (z. T. nach Recherche und „Selbst-Test“ mit Fragebögen im „Internet“) zu der Überzeugung gelangt sind, von einer Störung des autistischen Spektrums (in der Regel „Asperger-Syndrom“) betroffen zu sein. In diesem Workshop werden die Vorgehensweise und die Instrumente zu einer validen Diagnostik und Differentialdiagnostik entsprechend der 2016 unter Beteiligung des Referenten erarbeiteten S-3 Leitlinie sowie der aktuelle Stand zu evidenzbasierten Therapien vorgestellt.

**Methoden:** Vortrag, Demonstration der Vorgehensweisen und Instrumente anhand von Video-Beispielen, eigene Kasuistiken können vorgestellt werden.

**Ziel:** Die Kursteilnehmer\*innen sollen befähigt werden, bei entsprechenden Anfragen die Validität einer (selbst-?)gestellten „Autismus“-Diagnose zu überprüfen, bzw. zu entscheiden, ob Ratsuchende zur Diagnostik an eine spezialisierte Einrichtung überwiesen werden sollen.

**Zielgruppe:** Ärzt\*innen sowie Psycholog\*innen, die an ihrem Arbeitsplatz mit der Diagnostik autistischer Störungen oder entsprechenden Fragestellungen zu tun haben.

### Literatur:

AWMF S3-Leitlinie „Autismusstörungen im Kinder-, Jugend- und Erwachsenenalter“ (Teil 1: Diagnostik; Teil 2: Therapie – falls bis dahin erschienen).

Dose, M. (2010). Diagnostische Einschätzung: Erwachsenenalter. In: M. Noterdaeme, A. Enders. (Hrsg.) (2010). Autismus-Spektrum-Störung (ASS); Stuttgart: Kohlhammer, S. 226-238.

**HL026** 09:15–16:45 Uhr

## Der/Die schwierige Patient\*in war gestern – Interaktionskompetenz ist heute

**Gert Kowarowsky**, Psychologischer Psychotherapeut  
Psychotherapeutische Praxis, Bad Steben

**Inhalt:** Der/Die schwierige Patient\*in war für die meisten von uns das Synonym für einen/eine Patient\*in, bei dem/der wir an die Grenzen kamen mit unseren bisherigen therapeutischen Standardstrategien, unserer gewohnten Interaktion und Kommunikation, bei dem/der wir keinen Erfolg hatten, bei dem/der wir Frustration erlebten. Die Erweiterung und Flexibilisierung unseres therapeutischen Stils lässt diese Erfahrungen Vergangenheit sein.

In diesem Workshop werden hierzu die wirksamsten Strategien vermittelt:

- erfolgreiche und nachhaltige Selbstfürsorge,
- Erhöhung der Kompetenz zur Motivierung nach Miller u. Rollnick, um selbst in passiven, unkooperativen Patient\*innen den Willen zur Veränderung zu wecken,
- erfolgreiches und positives Eröffnen des Beziehungskontos,
- bewusst gestaltete, widerspruchsermöglichende Kommunikation,
- konstruktiver Umgang mit unkonstruktiv vorgebrachter angemessener und unangemessener Kritik,
- Utilisation von Widerstand und auftretenden Schwierigkeiten zur Therapiezielerreichung,
- vorhersagbare schwierige Interaktionssituationen durch Achtsamkeit und Stimulusmanagement vermeiden, bevor sie entstehen, und aufgetretene Verstrickungen wieder auflösen können,
- aus mit Nachdruck zu Ihnen „geschickten“ Patient\*innen geschickt sie selbst auftragserteilende Klient\*innen werden lassen.

**Methoden:** Vermittlung der konstruktiven Basis-Strategien in schwierigen Interaktionssituationen. Einüben wesentlicher therapeutischer Fertigkeiten in kritischen Interaktionssituationen mittels Live-Demonstrationen und ausgewählter Übungen.

**Ziel:** Deutlich größere Interaktionskompetenz, Verhaltensflexibilität, Klarheit, Bestimmtheit und Leichtigkeit in schwierigen Situationen mit Patient\*innen.

**Zielgruppe:** Für Angehörige aller helfenden Berufsgruppen, die lernen möchten, viele Schwierigkeiten durch eigene Achtsamkeit aufzulösen, bevor sie entstehen, und sich in schwierigen Situationen souveräner und kompetenter zu verhalten.

### Literatur:

Kowarowsky, G. (2019). Der schwierige Patient. Kommunikation und Patienteninteraktion im Praxisalltag. Stuttgart: Kohlhammer.

**HL027** 09:15–16:45 Uhr

### Familienstellen und andere Rekonstruktionsinterventionen in der Verhaltenstherapie

**Maren Langlotz-Weis**, Dr. phil., Psychologische Psychotherapeutin  
Psychotherapeutische Praxis, Ladenburg

**Inhalt:** Rekonstruktionsarbeit kann auf vielen Ebenen erlebnis- und gefühlsaktivierend in der Therapie eingesetzt werden, um früh gelernte dysfunktionale Überzeugungen effektiv zu verändern und neue Bewältigungsstrategien zu lernen. Nach einem kurzen theoretischen Überblick sollen Interventionsmethoden vorgestellt und anhand eigener Familien- oder anderer Rekonstruktionen eingeübt werden.

**Methoden:** Vortrag, Übungen. Bei Interesse wird auch Gelegenheit zum Training von Therapeutenverhalten geboten, d.h. Supervision kleiner Übungseinheiten.

**Ziel:** Ausbau verhaltenstherapeutischer Fertigkeiten, um den handlungsorientierten Aspekt, Anregungen und erste Umsetzungsmöglichkeiten der Rekonstruktionsarbeit kennenzulernen und anwenden zu können.

**Zielgruppe:** Interessierte Kollegen und Kolleginnen. Das Verfahren eignet sich besonders für Gruppensettings, funktioniert aber auch im Einzelsetting. Experimentierfreude und Bereitschaft zur Selbsterfahrung erleichtern den Einstieg.

**HL028** 09:15–16:45 Uhr

## Einfache Übungen aus Yoga und Qi Gong zur Achtsamkeitspraxis in Therapie, Coaching und Beratung

**Norbert W. Lotz**, Prof. Ph. D., Psychologischer Psychotherapeut  
Yoga- und Qigong-Lehrer  
FIRST-Institut & Praxis für Angewandte und Klinische Psychologie, Frankfurt/Main

**Inhalt:** Achtsamkeitsorientiertes Vorgehen ist als wichtiger Wirkfaktor im Rahmen verhaltenstherapeutischer Behandlungen anerkannt. Zur Anwendung und Umsetzung bedarf es der entsprechenden Eigenerfahrung und der Kenntnis leicht erlernbarer und einfach umzusetzender Übungen. Im Workshop werden Bewegungsformen des medizinisch-therapeutischen Qi Gong sowie Praktiken aus dem Hatha-Yoga vorgestellt, erklärt und eingeübt.

**Methoden:** Präsentation, Erlernen kleiner Bewegungssequenzen, Kleingruppen.

**Ziel:** Erlernen bestimmter Bewegungssequenzen im Sinne der Achtsamkeitspraxis, weiterhin zur professionellen Anwendung und zur Selbstfürsorge.

**Zielgruppe:** Psycholog\*innen (Diplom/Master), Ärzt\*innen, Pädagog\*innen, Sozialarbeiter\*innen, klinisch tätige Berufsgruppen, Student\*innen der entsprechenden Fachrichtungen.

### Literatur:

Lotz, N. (2013). Haltung und Haltung. <http://www.first-institut.de/container.php>. (Bitte Passwort anfordern).

Lotz, N. (2011). Keine Angst vor der Nadel. *Naturheilpraxis* 5, 2011.

Scholz, W.-U. (2003). Tai Chi (Taiji) und Qigong im multimodalen Stressmanagement. *Entspannungsverfahren* 20, 62-96.

**Bitte bequeme Kleidung tragen und eine Matte/Decke sowie ein kleines Kissen mitbringen.**

**HL029** 09:15–16:45 Uhr

## Smartphone und PC – Kleine Helfer machen uns die Arbeit leichter

**Christoph Wölk**, Dr. rer. nat., Psychologischer Psychotherapeut  
Psychotherapeutische Praxis, Lohne (Oldb.)

**Inhalt:** Der Einsatz von technischen Hilfsmitteln innerhalb der Psychotherapie eröffnet uns Wege, unser Tun zu erleichtern, es gleichzeitig aber noch effektiver zu machen. Die im Workshop vorgestellten, zum großen Teil auf dem Einsatz von technischen Hilfsmitteln basierenden Tools dienen der Bereicherung der Psychotherapie. Sie wurden in der Praxis für die Praxis entwickelt und haben die Entschleunigung und damit Vertiefung des therapeutischen Geschehens zum Ziel. Auf diese Weise werden innerpsychische Vorgänge intensiviert und so die Wirkung verstärkt. Im Workshop werden eine Reihe von therapeutischen Hilfsmitteln praktisch demonstriert und die ihnen zugrundeliegenden Prinzipien erläutert. Neben traditionellen therapeutischen „Schätzen“, wie z.B. die „Zweistuhltechnik“, Focusing oder Gebrauch von Metaphern und therapeutischen Geschichten, liegt der Schwerpunkt auf dem Einsatz von technischen Hilfsmitteln, wie Smartphone und PC. Ziel ist es dabei, dem/der Patient\*in bewusst zu machen, dass Psychotherapie Hilfe zur Selbsthilfe ist und daher seinen persönlichen Einsatz benötigt. Die Programme und Apps wurden mit dem Ziel entwickelt, sie innerhalb des klassischen psychotherapeutischen Settings anzuwenden, angeleitet durch den/die Therapeut\*in. Dies hat eine Intensivierung des therapeutischen Geschehens zur Folge und verschafft dem/der Behandler\*in Freiräume, die er/sie für die Planung und Vorbereitung von therapeutischen Interventionen oder für die Dokumentation nutzen kann.

Das PC-Programm „Persönlichkeits-Coach“ enthält acht aus der kognitiven Verhaltenstherapie und der Positiven Psychologie stammende Interventionen (z. B. „Meine Ziele“, „Blick auf mich selbst“ und „3x Glück“). Die grafisch- sowie sprachinteraktive Gestaltung der Interventionen bewirkt ein erhöhtes Aktivierungsniveau, das sich förderlich auf das Erlernen neuer Denk- und Reaktionsweisen auswirkt. Dies ist für den/die Patient\*in direkt erlebbar. Zur Überbrückung der Zeit zwischen den Sitzungen bietet sich die im Android Play-Store erhältliche App „Wege zum Glück“ an. Sie enthält neben einer Einführung in die Positive Psychologie auch ein Aktivitäten-Tagebuch auf der Basis des von Martin Seligman entwickelten PERMA-Systems. Darüber hinaus gibt die App täglich eine neue Übung. Die Teilnehmer\*innen des Workshops bekommen die aus der Positiven Psychologie stammende therapeutische Intervention „3x Glück“ sowie das grafikinteraktive Programm „Meine Ziele“, um eigene Erfahrungen mit dem Einsatz von PC- bzw. App-gestützten Tools in ihrer therapeutischen Praxis zu sammeln.

**Methoden:** Praktische Demonstration diverser „Kleiner Helfer“ sowie des PC-gestützten „Persönlichkeits-Coach“. Erläuterung der jeweiligen Wirkprinzipien sowie Fallbeispiele mit Patient\*innen-Videos. Gelegenheit, die Anwendung der Interventionen zu erleben.

**Ziel:** Veranschaulichen, wie sich durch die Integration von Tools sowie PC- oder App-gestützten Interventionen das eigene therapeutische Tun bereichern lässt und man sich selbst als Therapeut\*in die Arbeit erleichtern kann.

**Zielgruppe:** Psychologische und Ärztliche Psychotherapeut\*innen, Berater\*innen und Coaches, Berufsgruppen, die mit der Behandlung von Patient\*innen betraut sind.

### Literatur:

Wölk, C. & Seebeck, A. (2006). Einsatz von Computern in der ambulanten Verhaltenstherapie (S. 165-182). In: Fricke, S. & Hand, I. (Hrsg.). Verhaltenstherapie bei Zwangsstörungen – Fallbasierte Therapiekonzepte. München: Urban & Fischer.

Beiträge im Blog der Internetseite: [www.psychotherapie-2-0.de](http://www.psychotherapie-2-0.de)

Nr.	Freitag 18.06.2021	Samstag 19.06.2021	Sonntag 20.06.2021	Montag 21.06.2021
<b>Uhrzeit →</b>	15:00–18:15	09:15–16:45	09:15–16:45	09:15–16:45
HL001	nachmittags			
HL002		ganztags	ganztags	
HL003		ganztags	ganztags	
HL004		ganztags	ganztags	
HL005		ganztags	ganztags	
HL006		ganztags	ganztags	
HL007		ganztags	ganztags	
HL008		ganztags	ganztags	
HL009		ganztags	ganztags	
HL010		ganztags	vormittags	
HL011		ganztags		
HL012		ganztags		
HL013		ganztags		
HL014		ganztags		
HL015		ganztags		
HL016		ganztags		
HL017		ganztags		
HL018			ganztags	
HL019			ganztags	
HL020			ganztags	
HL021			ganztags	
HL022			ganztags	
HL023			nachmittags	
HL024				ganztags
HL025				ganztags
HL026				ganztags
HL027				ganztags
HL028				ganztags
HL029				ganztags

[Zur Online Anmeldung](#)

Gebühren bei Frühmeldung bis 02.05.2021				Gebühren ab 03.05.2021		
Tage	I *	II *	III *	I *	II *	III *
0,5	110 €	100 €	55 €	130 €	120 €	65 €
1,0	220 €	200 €	110 €	260 €	240 €	130 €
1,5	330 €	300 €	165 €	390 €	360 €	195 €
2,0	440 €	400 €	220 €	520 €	480 €	260 €

Die Gebühren beinhalten die Workshop-Teilnahme sowie Tagungsgetränke während der Vor- und Nachmittagspause.

### Eröffnungsveranstaltung

Die Teilnahmegebühr für die Eröffnungsveranstaltung beträgt 60 Euro (Gebührengruppe I und II) bzw. 30 Euro (Gebührengruppe III). Sie entfällt bei Teilnahme an mindestens einem Workshop.

### Ein kostenloser Tag

Wenn Sie in 2019 an fünf bezahlten Workshoptagen teilgenommen haben (die Eröffnungsveranstaltung zählt nicht als Seminartag), können Sie in diesem Jahr an einem Tag kostenlos teilnehmen. Bitte weisen Sie bei Ihrer Anmeldung darauf hin.

### \* Gebührengruppen

#### I: Reguläre Gebühren

Reguläre Gebühren sind von allen Teilnehmenden zu entrichten, die nicht die Ermäßigungsvoraussetzungen der unter II. oder III. genannten Gebührengruppen erfüllen.

#### II: Ermäßigte Gebühren (lt. Auflistung unten)

- Mitglieder oder Mitarbeitende in folgenden Organisationen (Ausweispflicht):
  - Gesellschaft für Angewandte Psychologie und Verhaltensmedizin (APV)
  - Berufsverband Deutscher Psychologen (BDP)
  - Bundesverband der Vertragspsychotherapeuten e.V. (bvvp)
  - Deutscher Caritasverband (DCV)
  - Deutsche Gesellschaft für Verhaltensmedizin und Verhaltensmodifikation (DGVM)
  - Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie (DGVT)
  - Deutsche Psychotherapeutenvereinigung (DPTV)
  - Deutscher Fachverband für Verhaltenstherapie e.V. (DVT)
  - Gesamtverband für Suchthilfe e.V. Fachverband der Diakonie Deutschland (GVS)
  - Österreichische Gesellschaft für Verhaltenstherapie (ÖGVT)
  - Schweizerische Gesellschaft für kognitive Verhaltenstherapie (SGVT/SSTCC)
- Personen im Erziehungsurlaub
- Rentner\*innen

#### III: Besondere Ermäßigung

Gegen Vorlage eines entsprechenden Nachweises bei der Anmeldung gewährt die IFT-Gesundheitsförderung in begrenztem Kontingent eine besondere Ermäßigung in Höhe von ca. 50 % auf die regulären Gebühren für die folgenden Personengruppen:

- Psychotherapeut\*innen in Ausbildung
- Pflegepersonal
- Ergotherapeut\*innen (Arbeits- und Beschäftigungstherapeut\*innen)
- Empfänger\*innen von Arbeitslosengeld und Arbeitslosenhilfe
- Student\*innen

Eine nachträgliche Gebührenerstattung ist nicht vorgesehen.

[Bitte beachten Sie die Teilnahmebedingungen / AGB unter www.vtwoche.de](http://www.vtwoche.de)

Parallel zu den Workshops der Verhaltenstherapiewoche finden Schulungen für Kursleiter\*innen in folgenden Präventionsprogrammen statt:

### Der erfolgreiche Umgang mit täglichen Belastungen

3 Tage: SA, SO, MO

Das Stressbewältigungsprogramm „Der erfolgreiche Umgang mit täglichen Belastungen“ ist ausgerichtet auf nachhaltige Verhaltensänderung zur Förderung von Stressbewältigungskompetenzen, arbeitet mit den Methoden der modernen kognitiven Verhaltenstherapie, ist wissenschaftlich evaluiert und hat sich seit mehr als 20 Jahren in der Praxis bewährt.

Dozent:

Herbert Müller, Psychologischer Psychotherapeut  
Psychotherapeutische Praxis, Darmstadt

Weitere Informationen zum Programm, zu den Schulungsterminen, Zugangsvoraussetzungen und den AGB: [www.ift-stress.de](http://www.ift-stress.de)

### Das Rauchfrei Programm

2,5 Tage: SA, SO, ½ MO

„Das Rauchfrei Programm“ ist ein modernes kognitiv-verhaltenstherapeutisches Tabakentwöhnungsprogramm und basiert auf aktuellen therapeutischen Konzepten. In den Schulungen werden drei Versionen vermittelt: die siebenteilige Standardversion, die dreiteilige Kompaktversion und die Version für stationäre Settings „Rauchfrei nach Hause?!“, die speziell für rauchende Patient\*innen in der medizinischen Rehabilitation entwickelt wurde. „Das Rauchfrei Programm“ ist wissenschaftlich evaluiert und hat sich in der Praxis bewährt.

Abhängig von der Grundqualifikation und den beruflichen Zusatzqualifikationen bietet die IFT - Gesundheitsförderung verschiedene Schulungen für das Rauchfrei Programm an.

Dozentin:

Gabriele Schenk, Diplom-Psychologin  
Beratung und Coaching, Berlin

Weitere Informationen zum Programm, zu den Schulungsterminen, Zugangsvoraussetzungen und den AGB: [www.rauchfrei-programm.de](http://www.rauchfrei-programm.de)

Die Teilnehmenden erhalten für die jeweiligen Kurse ein Zertifikat zur selbstständigen Kursdurchführung, das die gesetzlichen Krankenkassen als Voraussetzung für die Bezuschussung der Teilnehmergebühren anerkennen.

Zusätzlich zu den Terminen auf Seite 38 bietet die IFT - Gesundheitsförderung weitere Schulungsmöglichkeiten an. Bitte informieren Sie sich dazu auf den jeweiligen Internetseiten der Präventionsprogramme:

[www.rauchfrei-programm.de](http://www.rauchfrei-programm.de), [www.ift-stress.de](http://www.ift-stress.de)

<p><b>Stress 5</b> <span style="float: right;"><b>19.06.–21.06.2021</b></span></p> <p>Schulung im Programm zur Stressbewältigung <sup>1</sup>: „Der erfolgreiche Umgang mit täglichen Belastungen“</p> <p><a href="#">Bitte beachten Sie die Teilnahmebedingungen / AGB</a></p> <p><a href="#">Zur Online-Anmeldung und Terminen außerhalb der VT-Wochen</a></p>	<p>600,- Euro</p> <p>3 Tage: Sa, So, Mo jeweils 9:15–16:45 Uhr</p>
<p><b>RFK3</b> <span style="float: right;"><b>19.06.–21.06.2021</b></span></p> <p>Schulung im Programm zur Tabakentwöhnung <sup>1</sup>: „Das Rauchfrei Programm“ (Tabakentwöhnungskurse für ambulante und stationäre Settings)</p> <p><a href="#">Bitte beachten Sie die Teilnahmebedingungen / AGB</a></p> <p><a href="#">Zur Online-Anmeldung und Terminen außerhalb der VT-Wochen</a></p>	<p>500,- Euro</p> <p>2,5 Tage, Sa, So jeweils 9:15–16:45 Uhr, Mo 9:15–12:30 Uhr</p>

<sup>1</sup> für Psycholog\*innen, Ärzt\*innen, (Sozial-)Pädagog\*innen, Sozialarbeiter\*innen, Gesundheits- und Sozialwissenschaftler\*innen sowie Fachkräfte aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich

### Leistungsumfang:

Die Gebühren beinhalten:

- die Teilnahme an der Schulung
- ein Handout der Schulungsmaterialien
- ein Manual für Kursleiter\*innen und ein Handbuch für Teilnehmer\*innen
- Tagungsgetränke in der Vor- und Nachmittagspause

Zwei bis drei Wochen vor Schulungsbeginn wird Ihnen das Manual für Kursleiter\*innen unaufgefordert zugesandt.

Bei Fragen zum jeweiligen Kurs wenden Sie sich bitte direkt an den zuständigen Mitarbeiter Herrn Danilo Braun (Tel. 089 / 36 08 04-91, E-Mail: [braun@ift.de](mailto:braun@ift.de)).

## HINWEISE

### Tagungsbüro und Veranstaltungsort

Die Workshops der Verhaltenstherapiewoche finden in den Gebäuden der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, ZIP GmbH (Ratzeburger Allee 160, 23562 Lübeck) statt. Einen Übersichtplan der verschiedenen Häuser, die zentral auf dem Klinikgelände verteilt sind, erhalten Sie rechtzeitig per E-Mail.

### Unterkunft / Hotels

Lübeck hat ein umfangreiches Angebot an einfachen bis sehr komfortablen Hotels. Über die HRS-Buchungsplattform [www.hrs.de](http://www.hrs.de) können Sie Ihr Hotelzimmer direkt buchen. Die Hotels sind standardmäßig nach Entfernung zum Veranstaltungsort aufgelistet, können aber auch nach Preis sortiert werden.

### Verkehrsverbindungen in Lübeck

Von der Innenstadt aus verkehren viele Buslinien, auch nach Travemünde und in andere umliegende Orte. Im Folgenden finden Sie auch eine Wegbeschreibung zur Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie.

## ANREISE

### Anfahrt zum Tagungsort

Mit der Reservierungsbestätigung erhalten Sie einen Innenstadtplan von Lübeck.

### Mit dem Auto

Anreise von Süden: Autobahn A1 bis Autobahnkreuz Hamberge, dann auf die A20 bis Ausfahrt Genin Süd und der Beschilderung Richtung „Flughafen Blankensee“ und den Wegweisern „Universitätsklinikum“ folgen (Mönkhofer Weg).

Anreise von Norden: Autobahn A1 bis Lübeck Zentrum (Abfahrt 22), zunächst Richtung „Zentrum“, dann der Ausschilderung „Universitätsklinikum“ folgen.

Im kostenpflichtigen Parkhaus des Uniklinikums kann geparkt werden.

### Mit dem Zug

Züge verkehren im (Halb-)Stundentakt vom Hamburger Hauptbahnhof nach Lübeck.

Vom Lübecker Hauptbahnhof aus erreichen Sie den Zentralen Omnibusbahnhof ZOB in drei Minuten über einen Durchgang gegenüber der Bahnhofshalle. Die Buslinien 1, 4, 6 und 9 verkehren vom ZOB direkt zum Klinikum. Die Linie 9 (Grillenweg) hat außerdem Haltestellen innerhalb des Klinikums und hält auch direkt vor dem „Alten Kesselhaus“. Die Linien 4 und 6 halten jeweils vor dem Haupteingang (Universität). Die Linie 1 (Hochschulstadtteil) fährt nicht ins Klinikgelände, bitte an der Haltestelle „Fachhochschule“ aussteigen.

Die Kosten für eine Taxifahrt vom Bahnhof betragen ca. 10 Euro.

Über die DB-Haltestelle St. Jürgen erreichen Sie das Klinikum zu Fuß in ca. 10 Minuten.

### Mit dem Flugzeug

Von Hamburg Flughafen mit der S1 bis Hamburg Hauptbahnhof; von dort aus siehe Beschreibung unter „Anreise mit dem Zug“.

Informationen zur Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln siehe unter: [www.nah.sh](http://www.nah.sh)

### Sehenswertes/Kultur/Ausflüge

Lübeck – das ist Kultur pur! Die Hansestadt, als erste deutsche Stadt an der Ostsee im Jahre 1143 gegründet, ist eine kulturelle Metropole, voller Museen, Theater und Galerien. Lübecks Stadttheater in einzigartigem Jugendstil wartet mit Schauspiel, Oper, Operette und Musical auf. Es gibt aber in der Theaterszene Lübecks auch kleine private Bühnen wie das Theater Combinale mit anspruchsvoller Unterhaltung oder das Theater partout.

Die Brüder Mann begründeten Lübecks Ruhm auf literarischem Gebiet: „Buddenbrooks“, „Professor Unrat“ oder „Tonio Kröger“ – ohne Lübeck gäbe es diese Werke nicht, angeregt und beeinflusst von ihrer Heimatstadt schrieben die Senatorenöhne Weltliteratur! In der Nähe von Lübeck lebte einer der größten deutschen Schriftsteller: der Literaturnobelpreisträger Günter Grass. Das Günter-Grass-Haus, das 2002 anlässlich des 75. Geburtstages des Nobelpreisträgers eröffnet wurde, ist mit seinen verschiedenen Funktionsbereichen und einem Skulpturengarten in einem mittelalterlichen Hof in der Altstadt im Haus Glockengießerstraße 21 untergebracht. Aber auch ein Politiker wie der Friedensnobelpreisträger Willy Brandt, der 1913 in Lübeck geboren wurde, bekannte: „Ich trug immer ein Stück Lübeck in mir, wohin ich auch verschlagen wurde.“

Ein Genuss besonderer Art sind Lübecks Museen: Das St.-Annen-Museum mit dem berühmten Memling-Altar. Das Burgkloster präsentiert wechselnde Ausstellungen. Im Behnhaus werden Gemälde sowie alte lübsche Wohnkultur gezeigt. Und natürlich das in aller Welt bekannte Holstentor: Es zeigt lübsche Geschichte und eine richtige Folterkammer. Am 30. Mai 2015 hat in der nördlichen Altstadt ein neues Museum seine Pforten geöffnet: das Europäische Hansemuseum, An der Untertrave 1. Es zeigt die Geschichte der Hanse.

In der Palmsonnagnacht 1942 fielen Brandbomben auf den mittelalterlichen Stadtkern und zerstörten fast 1.000 Häuser und fünf der sieben Kirchtürme. Und obwohl ein Fünftel der Stadt vernichtet war, obwohl Fehler beim Wiederaufbau begangen wurden, obwohl die Lübecker Bürger erst in den siebziger Jahren den Reiz ihrer Altstadt entdeckten und mit der Sanierung begannen, beschloss die UNESCO 1987, Lübeck in die Liste des Weltkulturerbes einzutragen. Denn immer noch ist eine überreiche Substanz an wertvollen Baudenkmalen aus verschiedenen Epochen vorhanden. Bei frischer Ostseeluft kann man in der verkehrsberuhigten Altstadt über 3.000 Bürgerhäuser aus Gotik, Renaissance, Barock und Klassizismus, die Gänge, Kirchen, Klöster und Befestigungsanlagen bewundern, die ein einzigartiges Bild der Geschlossenheit ergeben: Das mittelalterliche Stadtbild Lübecks.

Die Lübecker Altstadt und damit das „eigentliche“, das historische Lübeck, kann man in ca. zwei Stunden gut zu Fuß umrunden. Oder man begibt sich direkt in die Altstadt, wo jede Menge Geschäfte, Kneipen, Restaurants, Museen und Galerien die sinnlichen und kulturellen Bedürfnisse befriedigen.

Viele Ausflugsziele gibt es rund um die Hansestadt. So ist z. B. die alte Domstadt Ratzeburg ein lohnendes Ziel für jeden Lübeck-Besucher, der auch die Umgebung erkunden möchte. Ratzeburg ist von Lübeck aus nicht nur mit dem Auto zu erreichen, sondern auch per Bus, mit der Bahn und sogar auf dem Wasserweg. Die Altstadt mit dem Dom liegt auf einer Insel, umgeben von mehreren Seen. Der Dom, ein romanischer Bau aus dem 12. Jahrhundert, wurde von Heinrich dem Löwen gegründet.

Bad Segeberg ist wohl jedem durch die Karl-May-Spiele bekannt, die dort seit 1952 veranstaltet werden. Sichtbares Wahrzeichen Bad Segebergs ist der voreiszeitliche Kalkberg, der sich 40 Meter über der Umgebung erhebt. Der Berg wurde durch Abtragen des Gipses für Bauzwecke seit dem Mittelalter in Mitleidenschaft gezogen. Seit 1930 steht er unter Schutz. In der Senke, die durch den Abbau entstanden war, wurde ein großes Freilichttheater angelegt. 1913 entdeckten spielende Kinder Höhlen im Kalkberg, die inzwischen auf einer Länge von 800 Metern zur Besichtigung freigegeben sind. Die Höhlen sind der größte Unterschlupf für Fledermäuse in Schleswig-Holstein. Das schon erwähnte Freilichttheater bietet 12.000 Besuchern Platz und hat eine ausgezeichnete Akustik. Im Sommer locken die Karl-May-Spiele Winnetou und seine Gefährten an. Hauptsehenswürdigkeit der Stadt ist neben dem Kalkberg die Marienkirche, eine für das dazugehörige Kloster 1156 erbaute romanische Basilika.

Weitere Ausflugsziele sind der alte Fischerort Gothmund an der Trave mit seinem Hafen und den reetgedeckten Häusern oder das ebenfalls an der Trave gelegene Naturschutzgebiet, das Dummersdorfer Ufer. Auch eine Fahrt zu den Ostseebädern Travemünde, Niendorf und Timmendorf lohnt sich.

Kostenloses Informationsmaterial über Lübeck und sein Umland erhalten Sie bei der Lübecker Tourist-Information, Holstentorplatz 1, 23552 Lübeck, Telefon: +49 451 / 88 99 700, Fax: +49 451 / 40 91 990.

[Weitere Informationen unter www.vtwoche.de](http://www.vtwoche.de)