

VERHALTENSTHERAPIEWOCHEN 2021

Programm Meiringen

Kanton Bern / Schweiz

146. VT-Woche vom 12.–14. März 2021

Online-Anmeldung: www.vtwoche.de

Thema der Eröffnungsveranstaltung:

Neue Entwicklungen in der Psychotherapie

Die Verhaltenstherapiewoche in Meiringen wird in Kooperation mit der Privatklinik Meiringen (PD Dr. Jochen Mutschler) und der Schweizerischen Gesellschaft für kognitive Verhaltenstherapie (SGVT/SSTCC, lic. phil. Andi Zemp) durchgeführt.

Fortbildungspunkte

Die Workshops der Veranstaltung sind von der SGVT/SSTCC anerkannt. Bei der Psychotherapeutenkammer Bayern wurden Fortbildungspunkte beantragt.

Wichtige Termine und Daten	3
Veranstaltungshinweise	5
Eröffnungsveranstaltung	6
2-tägiger Workshop: Samstag und Sonntag.....	7
Einführung in die Emotionsfokussierte Therapie	7
1-tägige Workshops: Samstag	8
Gruppentherapie als Strategische Persönlichkeitsentwicklung – Schwerpunkt Stress- und Emotionsregulation sowie Förderung der Autonomiefähigkeit	8
Autismus-Spektrum-Störungen bei Erwachsenen – leitliniengerechte Diagnostik und Therapie	9
Emotionale Aktivierungstherapie (EAT) – „Embodied Cognition“ in der kognitiv behavioralen Therapie	10
Förderung der Dankbarkeit in der Verhaltenstherapie.....	11
Imaginative Techniken in der Behandlung von Phobien.....	12
ACT: Therapie und Lebenshaltung. Eine Einführung in die Akzeptanz- und Commitmenttherapie	13
Einführung in die Therapie mit komplex-traumatisierten dissoziativen Patient*innen	14
Mit Smartphone und PC gegen den Zwang.....	15
1-tägige Workshops: Sonntag.....	16
Gruppentherapie als Strategische Persönlichkeitsentwicklung – Schwerpunkt Beziehungsfähigkeit und Empathie	16
Mehr Impact mit dem Einsatz kreativer Medien in der Verhaltenstherapie	17
Sprechen in Bildern. Arbeit mit Metaphern im therapeutischen Gespräch	18
Embodiment: Denkmuster durch gezielte Bewegungen verändern und stabilisieren	19
Smartphone und PC – Kleine Helfer machen uns die Arbeit leichter	20
Zeitplan.....	21
Gebühren.....	22
Hinweise zum Tagungsort und Rahmenprogramm.....	23
Anreise.....	23

Foto Titelseite: Einwohnergemeinde Meiringen/Fotograf: Markus Johnner; Foto S. 3: Atelier Ke, Meiringen/Beat Kehrl.

Anmeldung / Kontakt

Anmeldung zum reduzierten Tarif bis zum **24.01.2021**

Die tatsächlich stattfindenden Workshops werden bis zum 29.01.2021 online unter www.vtwoche.de/onlineanmeldung/meiringen bekanntgegeben. Workshopabsagen teilen wir per E-Mail mit.

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

Auskünfte für die Schweiz
Sandra Schmitz
Privatklinik Meiringen AG
Kommunikation
Willigen, CH-3860 Meiringen
Tel. +41 33 972 82 26
verhaltenstherapiewoche@privatklinik-meiringen.ch

Online-Anmeldung:

Über die Nummer der Workshops in dieser Programmübersicht (oder auf www.vtwoche.de) gelangen Sie direkt in das [Online-Anmeldesystem für den Tagungsort Meiringen](#) mit Info zum Stand der Belegung. Anmeldungen aus der Schweiz werden zur Bearbeitung an die Privatklinik Meiringen weitergeleitet.

Teilnehmende aus der Schweiz können sich auch direkt bei der Privatklinik Meiringen anmelden: online auf www.privatklinik-meiringen.ch/veranstaltungen, per E-Mail an verhaltenstherapiewoche@privatklinik-meiringen.ch.

Veranstaltungsort

Adresse
Privatklinik Meiringen AG
Willigen
CH-3860 Meiringen

Telefon Tagungsbüro
+41 33 972 82 26

Hinweise zur Anreise finden Sie auf Seite 23.



Veranstaltungszeiten

Registrierung:

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

Eröffnungsveranstaltung	Freitag	12.03.2021	16:30–19:45 Uhr
Apéro	Freitag	12.03.2021	19:45–20:30 Uhr
Workshops (inkl. Pausen)	Samstag	13.03.2021	9:00–16:30 Uhr
	Sonntag	14.03.2021	9:00–16:30 Uhr

Fortbildungspunkte für Teilnehmende aus Deutschland

Eröffnungsveranstaltung:	4 Punkte (beantragt)
Teilnahme pro Tag:	9 Punkte (beantragt)

Fortbildungspunkte für Teilnehmende aus der Schweiz

Teilnahme an der gesamten Veranstaltung:	15 Punkte (beantragt)
--	--------------------------

Die Fortbildung wird von der Schweizerischen Gesellschaft für kognitive Verhaltenstherapie (SGVT/SSTCC) mit 17,5 Arbeitsstunden anerkannt. Bei der Psychotherapeutenkammer Bayern wurden Fortbildungspunkte beantragt.

2020 haben folgende Institutionen in der Schweiz die Fortbildung anerkannt:

Schweizerische Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie (SGPP)	15 Credits
Schweizerische Akademie für Psychosomatische und Psychosoziale Medizin (SAPPM)	15 Credits
Schweizerische Gesellschaft für Allgemeinmedizin (SGAM) – volle anrechenbar (erweiterte Fortbildung)	Fortbildungsdauer

Weitere Informationen unter

www.vtwoche.de oder www.privatklinik-meiringen.ch/veranstaltungen

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.

MEI001 16:30–19:45 Uhr

Neue Entwicklungen in der Psychotherapie

Moderation:

PD Dr. med. Jochen Mutschler, Chefarzt, stv. Ärztlicher Direktor, Privatklinik Meiringen

Vorträge:

Covid-19: ein Virus nimmt Einfluss auf unsere Psyche

Charles Benoy, Dr. phil., Fachpsychologe für Psychotherapie, Centre Hospitalier Neuropsychiatrique du Luxembourg und Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel, Vorstandsmitglied und Past-Präsident der Schweizerischen Gesellschaft für Zwangsstörungen

Dr. Charles Benoy wird in seinem Vortrag in einem ersten Schritt darauf eingehen, welche vielfältigen Arten von psychischen Belastungen mit dem Coronavirus einhergehen. Weiterführend wird er über die diesbezüglichen Herausforderungen und Lösungsansätze in der psychotherapeutischen Praxis referieren, und dabei sowohl auf die neuen und zusätzlichen Belastungsfaktoren für Patientinnen und Patienten als auch für Therapeutinnen und Therapeuten eingehen.

Alternative Konzeptualisierung der Persönlichkeitsstörungen im DSM-5: Dimensionale Diagnostik und modulare Behandlung in der klinischen Praxis

Andrea Wyssen, Dr. phil., Chefpsychologin Privatklinik Meiringen

Das Diagnostische und Statistische Manual Psychischer Störungen (DSM-5; APA, 2013) präsentiert in der Sektion III ein evidenzbasiertes dimensionales Konzept zur Beschreibung und Klassifikation von Persönlichkeitsstörungen. Die Hauptelemente sind Kriterium A „Beeinträchtigung im Funktionsniveau der Persönlichkeit“ (Selbst- und Interpersonelle Funktionen) und Kriterium B „Pathologische Persönlichkeitsmerkmale“. Es hat sich gezeigt, dass die Beschreibung von Persönlichkeitsstörungen über die Kombination dieser beiden Merkmale die empirische Fundierung der Diagnosestellung erhöht. Das DSM-5 bietet dazu ein Hybridmodell (kategoriale und dimensionale Klassifikation). Mit dem neuen Konzept sollen Mängel (u.a. hohe Überlappung verschiedener Diagnosen und hohe Heterogenität innerhalb einer diagnostischen Kategorie) der bisherigen rein kategorialen Klassifikation überwunden werden. Ein weiterer Vorteil besteht darin, dass das alternative Konzept eine dimensionale Beschreibung auch bei Individuen erlaubt, die nicht vollständig die diagnostischen Kriterien einer Persönlichkeitsstörung erfüllen, jedoch ein erhöhtes Risiko aufweisen, eine solche zu entwickeln. Entsprechend nimmt das alternative Modell eine wichtige Rolle in der Früherkennung und Frühintervention bei Persönlichkeitsstörungen ein.

Dieser Vortrag bietet einen Überblick zum alternativen Klassifikationsmodell im DSM-5 und stellt aktuelle empirische Befunde dazu vor. Der Fokus liegt auf der Erfassung von Kriterium A mit einem halbstrukturierten diagnostischen Interview (Semi-Structured Interview for Personality Functioning DSM-5; STiP-5.1; Hutsebaut et al., 2015), welches sich in Erwachsenenstichproben als valide und reliabel erwiesen hat. Es werden aktuelle Daten aus einer Stichprobe mit Jugendlichen hinsichtlich der Anwendbarkeit und Nützlichkeit des alternativen Konzepts sowie psychosozialer und psychopathologischer Korrelate der Beeinträchtigung im Funktionsniveau der Persönlichkeit vorgestellt. Die Umsetzung des alternativen Konzepts in der klinischen Praxis wird im Hinblick auf dimensionale Diagnostik und modulare Behandlung diskutiert.

ME1002 täglich 09:00–16:30 Uhr

Einführung in die Emotionsfokussierte Therapie

Andreas Huber, Dr. med., Ärztlicher Psychotherapeut
Eigene Praxis, Winterthur

Inhalt: Die Emotionsfokussierte Therapie (EFT) nach Leslie L. Greenberg ist ein wissenschaftlich fundiertes Therapieverfahren, bei dem die Wahrnehmung, das Bewusstwerden, die Akzeptanz und die Veränderung von Emotionen im Rahmen der Therapie im Zentrum stehen. Im Workshop geht es darum, wie Patient*innen darin unterstützt werden können, einen besseren Zugang zu mehr Bewusstheit für emotionales Erleben zu bekommen und wie sie schmerzhaft, nicht hilfreiche Emotionen verändern können. Ziel des therapeutischen Prozesses ist, Emotionen mit Emotionen zu verändern. Der Workshop beinhaltet auch die Vorstellung wichtiger Interventionstechniken (Zwei-Stuhl-Technik, Leere-Stuhl-Technik) und das Üben in Kleingruppen.

Methoden: Referate zur Vermittlung der theoretischen Grundlagen sowie wichtiger Interventionsprinzipien. Demonstration von Interventionen mit Videobeispielen. Arbeit in Kleingruppen unter Anleitung mit dem Ziel, erste (Selbst-)Erfahrungen mit dem Ansatz und mit Interventionen zu machen.

Ziel: Kenntnis der theoretischen Grundlagen der EFT. Fähigkeit, Emotionstypen (primär, sekundär, adaptiv, maladaptiv) zu unterscheiden, Anwendung EFT-typischer Interventionen.

Zielgruppe: Psychologische und Ärztliche Psychotherapeut*innen.

Literatur:

Elliott, R., Watson, J.C., Goldman, R.N., Greenberg, L.S. (2008). Praxishandbuch der Emotionsfokussierten Therapie. München: CIP-Medien.

Greenberg, L.S. (2011). Emotionsfokussierte Therapie. München: Ernst Reinhardt.

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

MEI003 09:00–16:30 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.

ME1004 09:00–16:30 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: Noterdaeme, M., Enders, A. (Hrsg.) (2010). Autismus-Spektrum-Störung (ASS); Stuttgart: Kohlhammer, S. 226-238.

MEI005 09:00–16:30 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.

MEloo6 09:00–16:30 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.

ME1007 09:00–16:30 Uhr

Imaginative Techniken in der Behandlung von Phobien

Clemens Krause, Dr. rer. soc., Psychologischer Psychotherapeut
Psychotherapeutische Praxis, Tübingen

Inhalt: Imaginative Phobietechniken können verhaltenstherapeutische Interventionen unterstützen und wirkungsvoller machen. So kann die Motivation für Expositionen erhöht und eine kognitive Umstrukturierung angstfördernder Gedanken gefördert werden. Bei manchen Phobien, wie der Prüfungsangst und der Flugangst, ist es, im Gegensatz zu anderen spezifischen Phobien (z. B. Höhenangst, Agoraphobie, Tierphobien) schwierig, Expositionsverfahren in vivo anzuwenden. Im Fall der Prüfungsangst z. B. aktiviert eine Simulation der Prüfung im therapeutischen Setting die Angst nicht ausreichend, um ein für Expositionen adäquates Aktivierungsniveau zu erreichen. Es fehlt die Bewertungssituation, welche Ängste zu scheitern und zu versagen auslöst. Hier bieten imaginative Verfahren Interventionstechniken, die begleitete Expositionen ersetzen können.

Imaginative Techniken sind in der Verhaltenstherapie besonders durch die systematische Desensibilisierung in sensu bekannt. Wolpe beschrieb 1958 erstmals diese Technik, die durch seine Arbeit mit Klinischer Hypnose maßgeblich beeinflusst wurde. Die Hypnotherapie hat sich seither weiterentwickelt und bietet kreative und elegante Techniken an, die sehr gut in eine verhaltenstherapeutische Fallkonzeption integriert werden können. Den Teilnehmenden wird demonstriert, wie man die imaginative Fähigkeit der Patient*innen erheben kann und es werden störungsspezifische imaginative Techniken vermittelt. Dazu gehören das Ankern von Ressourcen, die Zukunftsprojektion sowie die Teilarbeit. Die Techniken, werden in ihrer Anwendung auf Phobien adaptiert.

Methoden: Vermittlung theoretischer Inhalte und Selbsterfahrung, Live-Demonstrationen sowie Gruppentrancen (Selbsterfahrung), Einüben der vorgestellten Techniken, Fallbeispiele aus der Praxis, Videodemonstrationen.

Ziel: Die Teilnehmenden lernen, einen Imaginationstest durchzuführen sowie imaginative Interventionsstrategien störungsspezifisch bei Phobien einzusetzen.

Zielgruppe: Psychologische Psychotherapeut*innen. Vorerfahrung mit imaginativen Techniken ist dabei nicht notwendig.

Literatur:

- Bongartz, W. & Bongartz, B. (2000). Hypnosetherapie. Göttingen: Hogrefe.
- Christmann, F. (1996). Mentales Training. Göttingen: Verlag für angewandte Psychologie.
- Grawe, K., Donati, B. & Bernauer, F. (1994). Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession. Göttingen: Hogrefe.
- Kanfer, F., Reinecker, H. & Schmelzer, D. (1996). Selbstmanagement-Therapie. Heidelberg: Springer.
- Kirn, T., Echelmayer, L. & Engberding, M. (2009). Imagination in der Verhaltenstherapie. Heidelberg: Springer.
- Krause, C. (2009). Hypnotisierbarkeit, Suggestibilität und Trancetiefe. In: D. Revenstorf & B. Peter (Hrsg.). Hypnose in Psychotherapie, Psychosomatik und Medizin: Manual für die Praxis. Heidelberg: Springer.
- Krause, C. (2019). Imaginative Intervention in der Behandlung von Phobien. Eine Technik für die Praxis. Verhaltenstherapie & Verhaltensmedizin, 40 (1), 59-70.
- Kretschmar, T. & Tzschaschel, M. (2014). Die Kraft der inneren Bilder nutzen: Seelische und körperliche Gesundheit durch Imaginationen. München: Südwest.

MEloo8 09:00–16:30 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: Psychologische 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.

MEloog 09:00–16:30 Uhr

Einführung in die Therapie mit komplex-traumatisierten dissoziativen Patient*innen

Fabian Wilmers, Dr. phil., Psychologischer Psychotherapeut
Eigene Praxis, Freiburg i. Br.

Inhalt: Intensive Traumatisierung von Kindern ist leider nicht so selten, wie wir es gerne hätten. Dementsprechend haben auch mehr erwachsene Patient*innen ausgeprägte dissoziative Symptome, bis hin zum Vollbild einer Dissoziativen Identitätsstörung (DIS). Das Erkennen dieser nicht-so-seltenen Störung ist gar nicht so schwierig, wenn man weiß, worauf es zu achten gilt. Die Arbeit mit Patient*innen die dissoziative Symptomatik zeigen stellt Behandler*innen dennoch vor gewisse Herausforderungen. Spätestens bei der Konfrontation mit Persönlichkeitsanteilen, die als „kontrollierend“ oder „Täter-identifiziert“ beschrieben werden können, kommt „Traumatherapie-As-Usual“ an ihre Grenzen.

Die Theorie der strukturellen Dissoziation der Persönlichkeit (TSDP, E. Nijenhuis) und die daraus entwickelte Enaktive Traumatherapie ist sehr hilfreich für die Diagnostik und Behandlung von Menschen mit DIS. Wer den Mut fasst, sich auf die Behandlung dieser extrem traumatisierten Menschen einzulassen, tut gut daran sich auch mit der aktuell am besten ausgearbeiteten Theorie zu beschäftigen. Die daraus abgeleitete Grundhaltung sowie therapeutische Techniken haben die Arbeit des Referenten mit hoch-dissoziativen Patient*innen und mit Patient*innen, die an einer Dissoziativen Identitätsstörung (DIS) leiden, erheblich vereinfacht und effektiver gemacht.

In diesem Workshop wird

- eine Einführung in die TSDP gegeben,
- die Diagnostik der DIS „state of the art“ gezeigt und es werden
- Anregungen, die den Grundzügen der Enaktiven Traumatherapie folgen, für das gemeinsame therapeutische Arbeiten mit den Patient*innen gegeben und geübt.

Der Referent hat an der Übersetzung des ersten Buches von Ellert Nijenhuis (2016 s. u.) mitgewirkt, ist einer von zwei Traumatherapeuten, denen die Übersetzung des zweiten Buches (2018) anvertraut wurde und ist Ko-Referent für Ellert Nijenhuis „Masterclass“.

Methoden: Vortrag mit Visualisierung, Gruppenarbeit, praktische Übungen.

Ziel: Ein besseres Verständnis von Patient*innen mit dissoziativer Symptomatik, zuverlässigere Diagnostik und effektivere Interventionen.

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit therapeutischer Erfahrung in der Behandlung komplex-traumatisierter Patient*innen und solche, die sich das in Zukunft zutrauen möchten.

Literatur:

- Nijenhuis, E. (2016). Die Trauma-Trinität. Ignoranz – Fragilität – Kontrolle (Band 1 und 2). Die Entwicklung des Traumabegriffs / Traumabedingte Dissoziation: Konzept und Fakten, Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Nijenhuis, E. (2018). Die Trauma-Trinität. Ignoranz – Fragilität – Kontrolle (Band 3). Enaktive Traumatherapie, Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

MEIo10 09:00–16:30 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.

MEI011 09:00–16:30 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 Klient*innen nützliche psychologische Landkarten zur Unterstützung der Mentalisierungsfähigkeit und der Selbstanwendung in ihrem Alltag.

Der Schwerpunkt in diesem Workshop liegt auf dem Beziehungsfokus der Klient*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.

MEIo12 09:00–16:30 Uhr

Mehr Impact mit dem Einsatz kreativer Medien in der Verhaltenstherapie

Gert Kowarowsky, Psychologischer Psychotherapeut
Psychotherapeutische Praxis, Bad Steben

Inhalt: Lernen Sie kreativ, multisensorische Techniken zu nutzen, um Verhaltensalternativen leichter und lebendiger zu erarbeiten. Patient*innen sollen nicht nur sprechen und hören, sondern auch sehen, tasten, fühlen, riechen, schmecken und vor allem erlebnisorientiert aktiv handelnd lernen, ihre Problemfelder zu überwinden.

Aufgezeigt werden in diesem Workshop unter anderem, die vielfältigen Möglichkeiten, Collagen verhaltenstherapeutisch zu nutzen, etwa als Möglichkeit, sich seiner eigenen euthymen Verhaltensweisen wieder bewusst zu werden und sie zu reaktivieren. Interessant ist auch die Erweiterung des eigenen therapeutischen „Technikarsenals“ durch die kreative, impactvertiefende Nutzung von Alltagsgegenständen, die in jedem Behandlungssetting natürlicherweise vorhanden sind. Neben dem einsichteröffnenden Zerknüllen, Falten und Entfalten von Papier eignet sich der individualisierte Einsatz von Textpillen in Form von mitgegebenen Postern, Post-its oder Printouts hervorragend zur emotionalen Vertiefung rein kognitiv erarbeiteter rationaler Alternativen. Prävention und Rückfallprophylaxe können durch den Einsatz von kreativen Medien erleichtert werden. Durch den Einsatz von Impact-Techniken in der Verhaltenstherapie, erfahren Helfende mehr Freude an ihrer therapeutischen Arbeit, sowie eine deutliche Effektivitätssteigerung.

Methoden: Praktisches Vermitteln der Anleitung und Selbsterfahrung mit dem Einsatz neuer Medien, Collagen, Textpillen und der impactvertiefenden kreativen Nutzung von Alltagsgegenständen.

Ziel: Ziel dieses Workshops ist es, professionell Helfende dabei zu unterstützen, den Einsatz von kreativen Impact-Techniken in ihr verhaltenstherapeutisches Repertoire erfolgreich aufnehmen zu können, insbesondere um damit leichter, effektiver und kreativer erwünschte Therapieziele zu erreichen.

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

Literatur:

- Beaulieu, D. (2013). Impact-Techniken in der Psychotherapie, Heidelberg: Carl Auer.
- Hölzle, Chr., Jansen, I. (Hrsg.) (2011). Ressourcenorientierte Biographiearbeit: Grundlagen, Zielgruppen, Kreative Methoden, Heidelberg: Verlag für Sozialwissenschaften.
- Koppenhöfer, E. (2018). Genussverfahren. Techniken der Verhaltenstherapie. Weinheim: Beltz.
- Kowarowsky, G. und v. Puttkamer, C. (2018). Impact-Techniken. 75 Therapiekarten. Weinheim: Beltz.
- Kowarowsky, G. (2019). Der schwierige Patient: Kommunikation und Patienteninteraktion im Praxisalltag. Stuttgart: Kohlhammer.
- Kowarowsky, G. (2017). Individualisierte Burnout-Therapie (IBT). Ein multimodaler Behandlungsleitfaden. Stuttgart: Kohlhammer.
- 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.

MEIo13 09:00–16:30 Uhr

Sprechen in Bildern. Arbeit mit Metaphern im therapeutischen Gespräch

Clemens Krause, Dr. rer. soc., Psychologischer Psychotherapeut
Psychotherapeutische Praxis, Tübingen

Inhalt: Metaphern sind schon seit jeher ein anschauliches Mittel der Kommunikation. In der Gesprächsführung in Beratung oder Therapie spielen Metaphern eine große Rolle. Patient*innen beschreiben ihre Probleme oft in Form von Metaphern (z.B. „Ich stehe vor einem dunklen, unüberwindbaren Berg und sehe keine Möglichkeit ihn zu bewältigen.“). Auch Therapeut*innen beschreiben ihr Vorgehen und theoretische Modelle häufig mithilfe von Metaphern. Selten wird dieser Metapherngebrauch jedoch reflektiert und systematisch genutzt, dabei gibt es wissenschaftliche Erkenntnisse, welche die Möglichkeiten dazu nahelegen. Analysen des Verständnisses und der Verarbeitung von Metaphern lieferten neue Modelle, die in diesem Workshop speziell für Therapeut*innen und Berater*innen aufbereitet werden.

Methoden: Ein Modell, das das therapeutische Vorgehen systematisiert, wird vermittelt. Anhand anschaulicher Beispiele aus der Politik oder der Werbung wird der suggestive Aspekt von Metaphern beleuchtet. Neben Theorievermittlung wird anhand von Fallbeispielen der Einsatz von Metaphern und therapeutischen Geschichten anschaulich aufgezeigt. Kleingruppenarbeit wird eingesetzt, um die Teilnehmer*innen aktiv einzubeziehen: Übungen zum Erkennen von Metaphern, zum Sammeln von Patient*innenmetaphern aus dem beruflichen Alltag oder von Sprichwörtern aus dem Erfahrungsschatz. Verschiedene Funktionen und Formen von Metapherngebrauch werden dargestellt.

Ziel: Ziel ist es, Psychotherapeut*innen oder Berater*innen für Metaphern in der Kommunikation mit Patient*innen und Klient*innen zu sensibilisieren. Die Erkenntnisse können sowohl in der Gesprächsführung als auch in der therapeutischen Intervention berücksichtigt werden, um diese effektiver zu gestalten. Die Teilnehmer*innen lernen Strukturen und Funktionen von Metaphern zu erkennen sowie wirkungsvolle Metaphern zu formulieren und gemeinsam mit Patient*innen und Klient*innen auszuarbeiten.

Zielgruppe: Teilnehmer*innen aus dem psychosozialen Bereich, deren Schwerpunkt die Kommunikation im Rahmen von Beratung, Therapie oder Coaching ist.

Literatur:

Fischer, H.R. (2005). Poetik des Wissens: Zur kognitiven Funktion von Metaphern. In: H.R. Fischer (Hrsg.) Eine Rose ist eine Rose...: Zur Rolle und Funktion von Metaphern in Wissenschaft und Therapie, 48-85.

Jost, J. (2008). Wann verstehen, wann interpretieren wir Metaphern? *Metaphorik.de*, 15, 125-140.

Krause, C., Revenstorf, D. (1997). Ausformung therapeutischer Metaphern. *Hypnose und Kognition*, 14, 83-104.

Lakoff, G., Johnson, M. (2007). *Leben in Metaphern: Konstruktion und Gebrauch von Sprachbildern*. Heidelberg: Auer.

MEI014 09:00–16:30 Uhr

Embodiment: Denkmuster durch gezielte Bewegungen verändern und stabilisieren

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

Inhalt: Unser Denken, das gesamte kognitive System mit seinem Prozess-Organ, dem Gehirn, ist immer in Bezug zu sehen zum gesamten Körper, und diese Komponenten sind eingebettet in die umgebende Umwelt. Die Zusammenhänge wiederum verlaufen wechselseitig, werden durch zirkuläre Kausalität gestaltet. Menschliches Wissen ist verkörpert. Daher ist es möglich, Gedanken(-muster) und Stimmungen durch körperliche Rückmeldeprozesse – Body Feedback – zu beeinflussen.

Im Workshop werden eine Reihe spannender empirischer Studien vorgestellt und Bewegungen sowie Bewegungsabläufe gezeigt und eingeübt, die das Ausprägen bestimmter Denkstrukturen direkt beeinflussen. Das Motto des Workshops lässt sich kernig zusammenfassen: Durch Bewegung das Denken nachhaltig beeinflussen.

Methoden: Präsentation, interaktives Rollenspiel, Einüben von Bewegungsabläufen, Kleingruppe, Eigenerfahrung.

Ziel: Erlangen von Grundlagenkenntnissen über Embodiment. Kennenlernen spezieller Haltungen und Bewegungsabläufe zur Beeinflussung von kognitiven Mustern.

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

Literatur:

Storch, M., Cantieni, B., Hüther, G. & Tschacher, W. (2017; 3. unveränderte Auflage). Embodiment. Die Wechselwirkung von Körper und Psyche verstehen und nutzen. Bern: Hogrefe.

Lotz, N. (2013). Wie die Haltung die Haltung beeinflusst – und umgekehrt.
www.first-institut.de/container.php [bitte Passwort anfordern].

MEI015 09:00–16:30 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 Patienten*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

Nr.	Freitag 12.03.2021	Samstag 13.03.2021	Sonntag 14.03.2021
Uhrzeit →	16:30–19:45	09:00–16:30	09:00–16:30
MEI001	nachmittags		
MEI002		ganztags	ganztags
MEI003		ganztags	
MEI004		ganztags	
MEI005		ganztags	
MEI006		ganztags	
MEI007		ganztags	
MEI008		ganztags	
MEI009		ganztags	
MEI010		ganztags	
MEI011			ganztags
MEI012			ganztags
MEI013			ganztags
MEI014			ganztags
MEI015			ganztags

**Zur Online-Anmeldung der IFT-Gesundheitsförderung
oder direkt an die Privatklinik Meiringen:
online auf www.privatklinik-meiringen.ch/veranstaltungen,
per E-Mail unter
verhaltenstherapiewoche@privatklinik-meiringen.ch**

GEBÜHREN

Gebühren bei Frühmeldung bis 24.01.2021				Gebühren ab 25.01.2021		
Tage	I *	II *	III *	I *	II *	III *
1,0	245 CHF 220 Euro	220 CHF 200 Euro	120 CHF 110 Euro	285 CHF 260 Euro	265 CHF 240 Euro	145 CHF 130 Euro
2,0	485 CHF 440 Euro	440 CHF 400 Euro	245 CHF 220 Euro	570 CHF 520 Euro	530 CHF 480 Euro	285 CHF 260 Euro

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

Eröffnungsveranstaltung

Die Teilnahmegebühr für die Eröffnungsveranstaltung beträgt 60 Euro / 70 CHF (Gebührengruppe I und II) bzw. 30 Euro / 35 CHF (Gebührengruppe III). Sie entfällt bei Teilnahme an mindestens einem Workshop.

Ein kostenloser Tag

Wenn Sie in 2019 an fünf bezahlten Workshoptagen aus unserem gesamten Programmangebot 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](#)

HINWEISE ZUM TAGUNGsort UND RAHMENPROGRAMM

Haslital. Berner Oberland

Die Privatklinik Meiringen liegt im Haslital, im Herzen der Schweiz. Durch die zentrale Lage ist die Klinik aus allen Richtungen gut erreichbar. Liebliche Alpen und sonnige Weiden, hohe Berge und schroffe Felswände, klare Bergseen und munter sprudelnde Bäche: Das Haslital vereint spannende Gegensätze.

Im Winter bietet die Region ein komplettes Schneesportangebot und viel Erholung in stillen Tälern. Im gut ausgebauten Schneesportgebiet Meiringen-Hasliberg kommen Skifahrer*innen sowie Snowboarder*innen voll auf ihre Kosten: Die 60 km langen Pisten werden durch 14 Transportanlagen erschlossen und liegen auf einer Höhe zwischen 1000 und 2433 m ü. M. Eine Loipe für klassischen Langlauf und Skating sowie Schlittenpisten und Winterwanderwege runden das Angebot ab. Bis Ende März herrschen gute Schneeverhältnisse und ideale Bedingungen für den Wintersport. Der Ort Meiringen liegt im Tal auf 600 m ü. M., wo es im März meist schon frühlingshaft und grün ist.

Teilnehmende der Verhaltenstherapiewoche und deren Begleitpersonen erhalten Schneesportpässe zu Sonderkonditionen. Karten für einen oder zwei Tage können direkt beim Tagungssekretariat erworben werden, Schneesportpässe für mehrere Tage müssen rechtzeitig vorher bei der Privatklinik Meiringen bestellt werden.

Unterkunft / Hotels

In Meiringen bieten Hotels in unterschiedlichen Preiskategorien Übernachtungsmöglichkeiten an. Über die Internetseite der Tourismusorganisation www.haslital.ch können Zimmer direkt gebucht werden. Die Buchung von Unterkünften ist Sache der Teilnehmenden.

ANREISE

Mit dem Auto

Die Privatklinik Meiringen liegt am Ortsausgang von Meiringen (vom Brünigpass oder aus Interlaken kommend) neben der Talstation der Reichenbachfall-Bahn. Es sind ausreichend Parkplätze vorhanden. Beste Straßenverbindung von Basel und Zürich über Luzern und den Brünigpass oder via Bern und Interlaken (90 Min. von Zürich, 45 Min. von Luzern, 60 Min. von Bern, 110 Min. von Basel).

Mit der Bahn

Der Bahnhof von Meiringen liegt in der Ortsmitte. Hierher bestehen direkte Zugverbindungen via Interlaken und Luzern von allen wichtigen Schweizer Städten aus. Vom Bahnhof ist die Privatklinik Meiringen in 20 Minuten zu Fuß erreichbar. Vor Beginn und nach Ende der Eröffnungsveranstaltung sowie vor Beginn und nach Ende der Workshops bietet die Privatklinik Meiringen einen Shuttle-Service vom und zum Bahnhof an.

Eine Anmeldung bis spätestens am Vortag der Veranstaltung mit Angabe der Ankunftszeit ist erforderlich, E-Mail an verhaltenstherapiewoche@privatklinik-meiringen.ch

www.vtwoche.de oder www.privatklinik-meiringen.ch/veranstaltungen