

## VERHALTENSTHERAPIEWOCHEN 2021

### Programm München

149. VT-Woche vom 19.–21. Nov. 2021

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

Š ‡ • f † ‡ ” ” Ú ĩ • — • % 00 • ~ ‡ ” f • • — f Ž — — • % 00 ã

### Umgang mit Einsamkeit

Die Verhaltenstherapiewoche in München wird in Kooperation mit dem Klinikum der Universität München, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, durchgeführt.

Fortbildungspunkte

Bei der Psychotherapeutenkammer Bayern 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>
Einführung in die Emotionsfokussierte Therapie .....	7
ICD-10/11 Psychodiagnostik in der Praxis.....	8
Training Emotionaler Kompetenzen (TEK) .....	9
ACT WER-Tvoll erleben. DNA-V auf Deutsch: Ein neues, prozessorientiertes Modell in der Akzeptanz- und Commitment-Therapie .....	10
Behaviorale Ego-State-Therapie (BEST) bei erfolglosen Narzissten .....	11
<b>1,5-tägiger Workshop: Samstag und Sonntag.....</b>	<b>12</b>
Psychopharmakologie für Psychotherapeut*innen .....	12
<b>1-tägige Workshops: Samstag .....</b>	<b>13</b>
Einführung ins EMDR .....	13
Prokrastination – pathologisches Aufschieben .....	14
Emotionale Aktivierungstherapie (EAT) – „Embodied Cognition“ in der kognitiv behavioralen Therapie .....	15
Stuhlübungen zur Emotionsarbeit in der Einzel- und Gruppenpsychotherapie .....	16
Förderung der Dankbarkeit in der Verhaltenstherapie.....	17
ACT: Therapie und Lebenshaltung. Eine Einführung in die Akzeptanz- und Commitmenttherapie .....	18
Lebensrückblickverfahren in der Psychotherapie .....	19
Einführung in die Therapie mit komplex-traumatisierten dissoziativen Patient*innen .....	20
Mit Smartphone und PC gegen den Zwang.....	21
<b>1-tägige Workshops: Sonntag.....</b>	<b>22</b>
Energetische Psychotherapie bzw. Klopfmethoden – imaginative Konfrontation, sensorische Stimulierung und kognitive Umstrukturierung.....	22
Coaching – Ein Arbeitsfeld für Verhaltenstherapeut*innen .....	23
Neid, Eifersucht, Scham – komplexe Gefühle verstehen und annehmen.....	24
Mehr Impact mit dem Einsatz kreativer Medien in der Verhaltenstherapie .....	25
Embodiment: Denkmuster durch gezielte Bewegungen verändern und stabilisieren .....	26
Smartphone und PC – Kleine Helfer machen uns die Arbeit leichter .....	27
<b>0,5-tägiger Workshop: Sonntag .....</b>	<b>28</b>
Huntington – was ist das denn?.....	28

<b>Zeitplan</b> .....	<b>29</b>
<b>Gebühren</b> .....	<b>30</b>
<b>Hinweise</b> .....	<b>31</b>
<b>Anreise</b> .....	<b>31</b>
<b>Rahmenprogramm</b> .....	<b>31</b>

Foto Titelseite: Cyriakus Wimmer, Foto S. 3: Klinikum der Universität München.

### Anmeldung / Kontakt

Anmeldung zum reduzierten Tarif bis zum **03.10.2021**

Die tatsächlich stattfindenden Workshops werden bis zum 08.10.2021 online unter [www.vtwoche.de/onlineanmeldung/muenchen](http://www.vtwoche.de/onlineanmeldung/muenchen) 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 München](#) mit Info zum Stand der Belegung.

### Veranstaltungsort

Adresse  
Klinik und Poliklinik für  
Psychiatrie und Psychotherapie  
Klinikum der Universität München  
Campus Innenstadt  
Nußbaumstr. 7  
80336 München



Telefon Tagungsbüro 0163 / 161 14 14

Hinweise zur Anreise finden Sie auf Seite 31.

### Veranstaltungszeiten

Registrierung:

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

Eröffnungsveranstaltung	Freitag	19.11.2021	17:00–19:15 Uhr
Workshops (inkl. Pausen)	Samstag	20.11.2021	9:00–16:30 Uhr
	Sonntag	21.11.2021	9:00–16:30 Uhr

### Fortbildungspunkte

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

**M001** 17:00–19:15 Uhr

### Umgang mit Einsamkeit

Einsamkeit ist ein Phänomen von gesellschaftlicher Relevanz – nicht zuletzt im Rahmen der COVID-19-Pandemie und den Maßnahmen zu „social distancing“. Denn Einsamkeit und soziale Isolation haben negative Folgen für die psychische Gesundheit und tragen zur Entstehung und Aufrechterhaltung von psychischen Erkrankungen bei. Doch oft wird dieser emotionale Zustand in der Psychotherapie nur wenig thematisiert.

Welche Chance bietet Psychotherapie also, Einsamkeit anzusprechen und vielleicht sogar zu überwinden?

### Einführung in das Thema und Moderation

Wird noch bekannt gegeben.

### Vortrag:

**Dr. med. M.Sc. Psych. Matthias A. Reinhard**, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Ludwig-Maximilians-Universität München

**M002** täglich 09:00–16:30 Uhr

### Einführung in die Emotionsfokussierte Therapie

**Dominique Holstein**, Dr. phil., Psychologischer Psychotherapeut  
Psychiatriezentrum Herisau, Schweiz

**Inhalt:** Die Emotionsfokussierte Therapie (EFT) nach Leslie S. Greenberg ist ein wissenschaftlich fundiertes Therapieverfahren, bei welchem das Bewusstsein, die Akzeptanz, das Verstehen und die Veränderung der Emotionen im Rahmen einer Therapie im Zentrum stehen. Im Workshop wird der Schwerpunkt darauf gelegt, wie Patient\*innen Zugang zu ihrem emotionalen Erleben, vor allem zu schmerzhaften Emotionen wie Scham, Traurigkeit und Angst, gewinnen und wie sie dysfunktionale Emotionen verändern können, mit dem Ziel, ihre emotionale Kompetenz zu verbessern. Dadurch wächst die Fähigkeit der Patient\*innen, ihre Probleme anzugehen. Das Therapiemodell der EFT wird mit einigen ihrer wichtigen Interventionstechniken vorgestellt und in Kleingruppen geübt (Zwei-Stuhl-Technik, Leere-Stuhl-Technik).

**Methoden:** Referate zur Vermittlung der theoretischen Grundlagen sowie der Interventionsprinzipien. Demonstration von Interventionen an Videobeispielen. Arbeit in Kleingruppen unter Anleitung. Bereitschaft zu Selbsterfahrung ist nicht Bedingung, wäre aber günstig.

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

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

#### Literatur:

Auszra, L., Herrmann, I. (2009). Emotionsfokussierte Therapie – Prinzipien emotionaler Veränderung. *Verhaltenstherapie und Psychosoziale Praxis* 41 (3), 569-578.

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

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.

Herrmann, I., Auszra, L. (2009). Emotionsfokussierte Therapie der Depression. *Psychotherapie* 14, Heft 1, 15-25.

Hofer, T., Auszra, L., Herrmann, I. (2013). Emotionsfokussierte Therapie: eine neue Therapie der Depression. *Schweizer Zeitschrift für Psychiatrie und Neurologie* 3, 9-14.

Hofer, T., Auszra, L., Herrmann, I. (2014). Emotionsfokussierte Therapie. *Person* 18(2), 139-151.

**M003** täglich 09:00–16:30 Uhr

### ICD-10/11 Psychodiagnostik in der Praxis

**Robert Mestel**, Dr. biol. hum., Psychologischer Psychotherapeut  
VAMED Rehaklinik Bad Grönenbach

**Inhalt:** In dem Workshop werden grundlegende Regeln und typische Fallstricke im Umgang mit ICD-10/11 vermittelt. Den Teilnehmenden wird eine hinreichend reliable Diagnostik auf Basis der ICD-10/11 Forschungskriterien anhand der häufigsten Störungsbilder (Depressionen, Angststörungen, Essstörungen, somatoforme Störungen, Persönlichkeitsstörungen, Sucht) vermittelt. Didaktisch wird u. a. mit von Expert\*innen geeichten Videos gearbeitet. Auf Neuerungen im DSM-5 bzw. ICD-10/11 wird eingegangen. Die Bereitschaft zur Kleingruppen-arbeit wird vorausgesetzt.

**Methoden:** Vortrag, DVD-Videobeispiele (Kasuistiken).

**Ziel:** Hinreichend reliable und dabei valide Psychodiagnostik vermitteln. Praktiker\*innen für Fallstricke bzw. Verzerrungstendenzen sensibilisieren.

**Zielgruppe:** Psychologische und Ärztliche Erwachsenen- und Kinder-/Jugendpsychotherapeut\*innen.

#### Literatur:

Mestel, R. (2015). Psychometrische, klassifikatorische Diagnostik und Dokumentation. In Schmid-Ott, G., Wiegand-Grefe, S., Jacobi, C., Paar, G., Meermann, R. & Lamprecht, F. (Hrsg.): Rehabilitation in der Psychosomatik: Versorgungsstrukturen – Behandlungsangebote – Qualitätsmanagement (278-286). Stuttgart: Schattauer.

Mestel, R. (2014): Praxis der ICD-10 Diagnostik von Persönlichkeitsstörungen im ICD-10. Psychodynamische Psychotherapie, 13 2: 91-101.



**M004** täglich 09:00–16:30 Uhr

### Training Emotionaler Kompetenzen (TEK)

**Alexander Reichardt**, Psychologischer Psychotherapeut  
Psychotherapeutische Praxis, Berlin

**Inhalt:** Aktuelle Forschungsergebnisse machen deutlich, welche bedeutsame Rolle emotionale Kompetenzen für die Entstehung und Aufrechterhaltung von psychischen Störungen spielen. Dies impliziert, dass diese Kompetenzen in psychotherapeutischen Behandlungen systematisch gefördert werden sollten. Vor diesem Hintergrund wurde an der Universität Bern das Training Emotionaler Kompetenzen (TEK) entwickelt. Dieser gruppenbasierte Ansatz ist als begleitende Interventionsmaßnahme zur Ergänzung störungsspezifischer Interventionen konzipiert, kann aber auch gut für die Prävention und Förderung der psychischen Gesundheit eingesetzt werden. Das TEK fördert gezielt die emotionalen Kompetenzen, die sich für die psychische Gesundheit als besonders wichtig erwiesen haben. Das heißt konkret, die Teilnehmer\*innen sollen negative Emotionen entweder a) positiv verändern und/oder b) akzeptieren und aushalten können und sich c) dieser Fähigkeiten bewusst sein. Die im Rahmen von TEK vermittelten Basiskompetenzen sind: Muskelentspannung, Atementspannung, Bewertungsfreie Wahrnehmung, Akzeptieren und Tolerieren, Selbstunterstützung, Analysieren und Regulieren.

**Methoden:** Präsentation des theoretischen Hintergrunds, Vorstellung des Vorgehens, exemplarische Übungen und Rollenspiele.

**Ziel:** Das TEK mit Hilfe des Manuals selbstständig durchführen zu können.

**Zielgruppe:** Anwender evidenzbasierter Verfahren.

**Literatur:**

Berking, M. (2017). Training Emotionaler Kompetenzen. Heidelberg: Springer.

**Mo05** täglich 09:00–16:30 Uhr

## **ACT WER-Tvoll erleben. DNA-V auf Deutsch: Ein neues, prozessorientiertes Modell in der Akzeptanz- und Commitment-Therapie**

**Ralf Steinkopff**, Psychologischer Psychotherapeut  
Eigene Praxis, Berlin

**Marie Christine Dekoj**, Dr. rer. medic. Psychologische Psychotherapeutin  
Eigene Praxis, Ulm & Bad Saulgau

**Inhalt:** Louise Hayes & Joseph Ciarrochi stellten sich die Frage, wie Menschen zu flexiblen Wesen heranwachsen. Auf Basis der Akzeptanz- und Commitment-Therapie entwickelten sie daher spezifisch für Jugendliche das DNA-V-Modell. Die einzelnen Buchstaben stehen für Discoverer, Noticer, Advisor - Values (dt. WER-T: Wahrnehmer, Entdecker, Ratgeber - Total Wichtig). Doch auch für die Arbeit mit Erwachsenen ist dieses Modell ausgesprochen gut anwendbar.

Der Workshop gibt eine kurze theoretische Einführung in das Modell und seine Kernprozesse. Hierbei sollen auch die Zusammenhänge zum traditionellen Modell der ACT, dem Hexaflex, hergestellt werden. Im Anschluss werden die einzelnen Komponenten anhand von Metaphern und Übungen veranschaulicht und die Anwendung im Rollenspiel eingeübt. Außerdem sollen alle Teilnehmer\*innen selbstständig üben.

**Methoden:** PowerPoint-Präsentation, Rollenspiel, Übungen.

**Ziel:** Die Teilnehmer\*innen sollen die Grundlagen der ACT und der Bezugsrahmentheorie nutzen können, das WER-T-Modell verstehen, die Flexibilität und Prozessorientierung dieses Ansatzes erleben, Erfahrungen in der therapeutischen Arbeit nach dem WER-T-Modell sammeln und befähigt werden, dieses Modell in der eigenen therapeutischen oder pädagogischen Arbeit mit Klient\*innen anzuwenden.

**Zielgruppe:** Anfänger\*innen und Fortgeschrittene. Kenntnisse in der ACT sind keine Voraussetzung. Da das Modell für Kinder und Jugendliche entwickelt wurde, jedoch auch sehr gut für Erwachsene anwendbar ist, ist der Workshop für alle im psychosozialen Bereich Tätigen geeignet.

### **Literatur:**

Hayes LL, Ciarrochi J. (2015). The Thriving Adolescent. Oakland: New Harbinger.

**Moo6** täglich 09:00–16:30 Uhr

## Behaviorale Ego-State-Therapie (BEST) bei erfolglosen Narzissten

**Dieter Trautmann**, Dr. med., Ärztlicher Psychotherapeut  
Praxis für Psychotherapeutische Medizin, Landsberg am Lech

**Inhalt:** Erfolgreiche Narzissten sind eine Patientengruppe, die häufig übersehen und fehldiagnostiziert wird, da sie auf den ersten Blick nicht wie „typische“ Narzissten erscheinen. Es soll deshalb in diesem Workshop zunächst anhand von Fallbeispielen aus der Praxis der Blick dafür geschärft werden, was diese Störung zentral ausmacht. Zuerst wird gezeigt, wie man mit Hilfe des Ego-State-Modells Persönlichkeitsstörungen definieren kann und was speziell die narzisstische Störung ausmacht. Daraus sollen die grundlegende Therapiestrategie und einzelne Therapietechniken abgeleitet werden, die dann im Rollenspiel geübt werden können. Da es häufig Überschneidungen der narzisstischen mit der passiv-aggressiven Störung gibt, soll auf diese Störung auch etwas ausführlicher eingegangen werden.

Abgeleitet aus der sog. Ego-State-Therapy von Watkins und Watkins (2003) bzw. Phillips und Fredericks (2003) hatte ich diese Vorgehensweise zunächst speziell für die Behandlung von histrionischen Störungen entwickelt. Es handelte sich dabei ursprünglich um einen hypnoanalytischen Ansatz, der sich offenbar bei Patientinnen mit multipler Persönlichkeit bzw. mit dissoziativer Identitätsstörung als effektiv erwiesen hat. Es wird angenommen, dass jede Persönlichkeit aus einzelnen Ego-States besteht, die mehr oder weniger deutlich voneinander abgegrenzt sind und mehr oder weniger autonom funktionieren können.

**Methoden:** PowerPoint-Demonstration, Demonstration der Techniken im Rollenspiel, Üben der Techniken in Kleingruppen, Demonstration des Einsatzes in der Gruppentherapie mit Hilfe der Teilnehmer\*innen als Gruppe.

**Ziel:** Therapeutische Grundhaltungen im Umgang mit Patient\*innen mit Persönlichkeitsstörungen entwickeln. Erlernen spezifischer verhaltenstherapeutischer Techniken in der Behandlung dieser Störungen, insbesondere der narzisstischen und passiv-aggressiven Störung.

**Zielgruppe:** Der Workshop ist für alle Therapeut\*innen geeignet.

### Literatur:

Lammers, C-H. (2015). Psychotherapie narzisstisch gestörter Patienten. Stuttgart: Schattauer.

Peichl, J. (2015). Narzisstische Verletzungen der Seele heilen. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta

Phillips, M., Fredericks, C. (2003). Handbuch der Hypnotherapie bei posttraumatischen und dissoziativen Störungen. Heidelberg: Carl Auer.

Trautmann, R.D. (2004). Verhaltenstherapie bei Persönlichkeitsstörungen und problematischen Persönlichkeitsstilen. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.

Trautmann, R.D. (2008). Verhaltenstherapie bei histrionischen Persönlichkeitsstörungen. In Barnow, S. (Hrsg.). Persönlichkeitsstörungen: Ursachen und Behandlung. Bern: Huber, 346-360.

Trautmann, R.D. (2009). Verhaltensanalyse bei histrionischen (und anderen) Persönlichkeitsstörungen. Verhaltenstherapie & Verhaltensmedizin, 30 (1), 128-137.

Trautmann, R.D. (2017). Behaviorale Ego-State-Therapie bei Persönlichkeitsstörungen. Stuttgart: Klett-Cotta.

Watkins, J., Watkins, H. (2003). Ego States – Theorie und Therapie. Ein Handbuch. Heidelberg: Carl Auer.

**M007** SA 09:00–16:30 Uhr, SO 09:00–12:15 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.

**Moo8** 09:00–16:30 Uhr

### Einführung ins EMDR

**Christof T. Eschenröder**, Psychologischer Psychotherapeut  
Psychotherapeutische Praxis, Bremen

**Inhalt:** Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) ist ein therapeutisches Verfahren, das von der amerikanischen Psychotherapeutin Francine Shapiro entwickelt wurde. Kontrollierte empirische Untersuchungen und Metaanalysen zeigen, dass EMDR zu den wirksamsten Methoden der Behandlung posttraumatischer Belastungsstörungen gehört. Aber auch in anderen Bereichen (z. B. bei Angststörungen oder pathologischen Trauerreaktionen) kann EMDR eingesetzt werden. Die theoretischen Grundlagen dieses Verfahrens, zu denen es eine lebhaft diskutierte Diskussion gibt, werden erläutert und die einzelnen Schritte des therapeutischen Vorgehens werden dargestellt, demonstriert und ansatzweise in Kleingruppen erprobt. Indikationen und Kontraindikationen für EMDR sowie Gemeinsamkeiten und Unterschiede zu kognitiv-verhaltenstherapeutischen Methoden der Traumatherapie werden besprochen.

**Methoden:** Referat und Diskussion, Demonstration des therapeutischen Vorgehens durch den Workshopleiter, Ausschnitt aus Video zur EMDR, Übungen in Kleingruppen.

**Ziel:** Kennenlernen der theoretischen Grundlagen und des praktischen Vorgehens in der EMDR.

**Zielgruppe:** Psychotherapeut\*innen aus dem ambulanten oder stationären Bereich mit Berufserfahrung.

#### Literatur:

Schubbe, O., Hrsg., (2004). Traumatherapie mit EMDR. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Hofmann, A. Hrsg. (2014). EMDR. Praxishandbuch zur Behandlung traumatisierter Menschen. Stuttgart: Thieme.

**Moog** 09:00–16:30 Uhr

## Prokrastination – pathologisches Aufschieben

**Stephan Förster**, Psychologischer Psychotherapeut  
Psychotherapieambulanz, Westfälische Wilhelms-Universität Münster

**Inhalt:** Prokrastination wird im therapeutischen Kontext sehr häufig als Symptom genannt, kann aber auch reines Behandlungsanliegen sein. Darunter zu verstehen ist das pathologische Aufschieben, welches von Betroffenen als andauerndes Verhalten gezeigt wird, obwohl sie um die langfristig negativen Folgen wissen. Dies können psychische wie körperliche und alltagspraktische negative Konsequenzen sein. Dazu zählen, neben nicht erreichten Zielen, wachsende Ängste vor der aufgeschobenen Tätigkeit, Schlafstörungen, Muskelverspannungen, herabgesetzter Selbstwert, finanzielle Probleme und Beziehungsprobleme, usw.

Im Einzelnen soll es im Workshop um folgende Bereiche gehen:

- Symptome und Verbreitung von pathologischem Aufschieben (Prokrastination): Aufschieben – das tut doch fast jeder mal (durchschnittlich nur 2% kennen es gar nicht von sich)! Aber ab wann ist Aufschieben behandlungsbedürftig oder pathologisch?
- Differentialdiagnostik: Abgrenzung zu Depression, ADHS, Prüfungsangst und relevanten Achse-II-Störungen, insbesondere narzisstische/zwanghafte PS
- Ätiologische Faktoren und Zusammenhang mit relevanten psychischen Merkmalen, z.B. Versagens- und Bewertungsangst, Perfektionismus, self-handicapping
- Bedingungsanalyse und Störungsmodelle
- Behandlungsziele und zentrale Therapiebausteine
- Wirkmechanismen der Verhaltensänderung: Realistische Planung, Pünktlichkeit und Arbeitszeitrestriktion
- Welche therapeutische Haltung ist günstig bei Prokrastination? Therapeutische Interaktion und schwierige Therapiesituationen

**Methoden:** Vortrag zur Theorie, Übungen von Zweier-Gesprächen über Diagnostik-Selbsterfahrungsanteile bis hin zu Rollenspielen und Videoanalyse.

**Ziel:** Es soll ein Überblick über das Störungsbild vermittelt werden, dazu hilfreiche diagnostische Kenntnisse entwickelt und ein Spektrum an verhaltenstherapeutischen Behandlungsmethoden aufgebaut werden.

**Zielgruppe:** Geeignet sowohl für Einsteiger\*innen in das in der Verhaltenstherapie noch recht neue Forschungs- und Anwendungsgebiet als auch für erfahrene Behandler\*innen, die sich mit entsprechenden Patient\*innen- oder auch Beratungsbeispielen in den Workshop einbringen möchten.

### Literatur:

Höcker, A., Engberding, M. & Rist, F. (2017). Prokrastination: Ein Manual zur Behandlung des pathologischen Aufschiebens. Göttingen: Hogrefe, 2., aktualisierte und ergänzte Auflage.

**Mo10** 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.

**Mo11** 09:00–16:30 Uhr

## Stuhlübungen zur Emotionsarbeit in der Einzel- und Gruppenpsychotherapie

**Susanne Hedlund**, (Ph. D., USA), Psychologische Psychotherapeutin  
Schön Klinik Roseneck, Prien am Chiemsee

**Inhalt:** Die kognitive Umstrukturierung im Gespräch unter Zuhilfenahme von Vordrucken greift häufig zu kurz und wird von vielen Patient\*innen als „zu intellektuell“ begriffen. Stuhlübungen gehören zu den emotionsfokussierten Verfahren, die in die KVT Einzug gehalten haben. Ein gelenkter, sorgfältig in seiner Funktion beschriebener Positionswechsel im Raum, nämlich der Wechsel auf mindestens einen anderen Stuhl, hat erstaunliche Wirkungen: Das emotionale Erleben wird intensiviert, die Erfahrung prägt sich dem/der Patient\*in stark ein, und die Übung fördert auf diese Weise die gewünschte Veränderung, wie z. B. die Überwindung von emotionalen Verletzungen aus der Vergangenheit. In diesem Workshop werden verschiedene Stuhlübungen vorgestellt, die meist störungsübergreifend anwendbar sind und nach Komplexitätsgrad geordnet präsentiert werden. Beispiele: Ressourcenstuhl, Entscheidungsstühle, Zeitreise, Innerer Kritiker, Gespräch mit der Störung, Abschied von den Eltern, Klärungsgespräch mit wichtigen Personen, Gespräch mit einem/einer Verstorbenen.

Der Workshop ist interaktiv konzipiert, es gibt Zeit für Fragen der Teilnehmer\*innen, für Kleingruppenübungen und kurze Supervisionsanliegen.

**Methoden:** PowerPoint-Präsentation mit Handout aller Folien, Demonstrationen mithilfe mehrerer Stühle für die Stuhlübungen, Video zum/zur „inneren Kritiker\*in“. Einüben ausgewählter Interventionen in Kleingruppen von etwa drei Personen.

**Ziel:** Die Teilnehmer\*innen sollten nach dem Workshop in der Lage sein, verschiedene Stuhlübungen sofort in ihrer Einzelpsychotherapie erfolgreich zu verwenden.

**Zielgruppe:** Personen, die nach Anregungen für die Belebung und Intensivierung der Therapie- und Beratungssituation durch emotionsfokussierte Stuhlübungen suchen. Anfänger\*innen und Fortgeschrittene. Vorwiegend für die Einzelarbeit mit Erwachsenen gedacht, mit Adaptation auch für Psychotherapiegruppen geeignet. Schwerpunkt ist die KVT, jedoch erfahrungsgemäß auch für Tiefenpsycholog\*innen interessant. Psycholog\*innen, Ärzt\*innen, Sozialtherapeut\*innen, HP (Psychotherapie).

### Literatur:

Hedlund, S. (2011). Mit Stift und Stuhl. Illustrationen und Stuhlübungen für Psychotherapie, Beratung und Coaching. Heidelberg: Springer.



**M012** 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.

**M013** 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.

**M014** 09:00–16:30 Uhr

### Lebensrückblickverfahren in der Psychotherapie

**Barbara Rabaioli-Fischer**, Psychologische Psychotherapeutin  
Psychotherapeutische Praxis, München

**Inhalt:** Lebensrückblickinterventionen gewinnen in letzter Zeit, insbesondere für die Arbeit mit älteren und mit traumatisierten Patient\*innen, zunehmend an Bedeutung. Das Ziel dieser Interventionen ist, dass Patient\*innen ihre Lebenswege bzw. Biografien im Kontext einer aktuellen Problemlage (z. B. Depressionen im Alter, PTSD) nachvollziehen können. Sie gelangen damit zu einem erweiterten Verständnis des jetzigen Selbst und können dadurch ihr Problemverhalten leichter nachvollziehen und verändern. Die Vergegenwärtigung positiver und negativer Lebensabschnitte öffnet den Blick für Ressourcen und erworbene Fertigkeiten. Sie ermöglicht eine Neubewertung vergangener Lebensabschnitte, die Akzeptanz des Geschehenen und erleichtert den Weg zur Lösungsorientierung (Aufbau von Resilienz). Im Workshop werden verschiedene Lebensrückblickinterventionen sowie Verfahren zur emotionalen Aktivierung von Erinnerungsprozessen gezeigt.

**Methoden:** Darstellung der Interventionen, Übungen in Selbsterfahrung, Patient\*innen-Beispiele.

**Ziel:** Die Teilnehmer\*innen erlernen erste Schritte zu diesen Verfahren mit Übungen in Selbsterfahrung und anhand von Patient\*innen-Beispielen.

**Zielgruppe:** Psycholog\*innen (Diplom/Master) und Ärzt\*innen mit Grundkenntnissen in Verhaltenstherapie und mit wenig Erfahrung zu emotional-aktivierenden Techniken und Lebensrückblickverfahren.

#### Literatur:

Maercker, A. (2012). Der Lebensrückblick in der Therapie, Heidelberg: Springer.

Rabaioli-Fischer, B. (2008). Ambulante Psychotherapie mit Älteren, Lengerich: Pabst Science.

Rabaioli-Fischer, B. (2015): Biografisches Arbeiten und Lebensrückblick, Göttingen: Hogrefe.

**M015** 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.

**Mo16** 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.

**M017** 09:00–16:30 Uhr

## Energetische Psychotherapie bzw. Klopfmethoden – imaginative Konfrontation, sensorische Stimulierung und kognitive Umstrukturierung

**Christof T. Eschenröder**, Psychologischer Psychotherapeut  
Psychotherapeutische Praxis, Bremen

**Inhalt:** Methoden der Energetischen Psychotherapie bzw. Klopfmethoden führen manchmal in erstaunlich kurzer Zeit zur Verminderung oder zum Verschwinden negativer Emotionen, die durch die Vorstellung vergangener oder zukünftiger belastender Situationen aktiviert werden. Anschließend kann die Glaubwürdigkeit positiver Gedanken und Vorstellungen mit Hilfe ähnlicher Techniken erhöht werden. Wirksame Behandlungssequenzen können von Patient\*innen gut als Selbsthilfemethoden vor oder in kritischen Situationen verwendet werden. Im Workshop werden Standardmethoden von Gary Craig und Fred Gallo demonstriert und in Kleingruppen geübt. Weiterhin wird der prozessorientierte Ansatz von Michael Bohne dargestellt.

In den letzten Jahren wurden viele empirische Untersuchungen und Metaanalysen veröffentlicht, die die Wirksamkeit von Klopfmethoden (insbesondere Emotional Freedom Techniques – EFT) bei der Behandlung von Phobien und Traumafolgestörungen belegen. Während die Energetische Psychotherapie sich ursprünglich auf die Meridianlehre der Traditionellen Chinesischen Medizin stützte, spielen psychologische und neurophysiologische Erklärungsansätze eine zunehmend wichtigere Rolle zur Erklärung der Wirkmechanismen. In manchen Punkten gibt es Ähnlichkeiten zur systematischen Desensibilisierung nach Wolpe und zum EMDR. Stark vereinfacht könnte man sagen: Energetische Psychotherapie = Imaginative Konfrontation + sensorische Stimulierung + kognitive Umstrukturierung.

**Methoden:** Referat und Diskussion, Demonstration verschiedener Methoden durch den Kursleiter und auf DVD, Übungen in der Gesamtgruppe und in Kleingruppen.

**Ziel:** Kenntnis über unterschiedliche Ansätze und Erklärungsmodelle zur Wirkungsweise der Klopfmethoden und Erlernen von Standardmethoden.

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

### Literatur:

Eschenröder, C. T. & Wilhelm-Gößling, C. (Hrsg.) (2012). Energetische Psychotherapie – integrativ. Hintergründe, Praxis, Wirkhypothesen. Tübingen: dgvt-Verlag.

Bohne, M. (2010). Bitte klopfen! Anleitung zur emotionalen Selbsthilfe. Heidelberg: Carl-Auer.

**Mo18** 09:00–16:30 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.

**M019** 09:00–16:30 Uhr

**neu**

### Neid, Eifersucht, Scham – komplexe Gefühle verstehen und annehmen

**Stephan Hoyndorf**, Psychologischer Psychotherapeut  
Praxis für Verhaltenstherapie, Stuttgart

**Inhalt:** Die Emotionale Schematherapie (EST) von Robert Leahy fokussiert die Wahrnehmung, die Bewertung, das Verständnis und den Ausdruck von Gefühlen. Werden Gefühle als normal oder als Störung bewertet, bagatellisiert oder dramatisiert, gezeigt oder geschluckt? Analog zur Metakognitiven Therapie (A. Wells) geht die EST davon aus, dass die Muster des Umgangs von Gefühlen von hoher klinischer Bedeutung sind, und es nicht die Gefühle per se sind, die zu Problemen führen. Fokussiert werden im Workshop auch Gefühle, die sonst selten thematisiert werden: Eifersucht, Neid, Scham. Zum Verständnis wird dabei auch auf evolutionspsychologische Konzepte eingegangen.

**Methoden:** Vortrag, Selbsterfahrung und Kleingruppenarbeit.

**Ziel:** Komplexe Gefühle besser zu verstehen und anzunehmen lernen, und Klient\*innen/Patient\*innen dabei zu unterstützen.

**Zielgruppe:** Offen für alle Interessierte, keine Verhaltenstherapie-Ausbildung erforderlich.

**Literatur:**

Leahy, R. (2018). Emotional Schema Therapy – Distinctive Features. London: Routledge.



**Mo20** 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.

**M021** 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](http://www.first-institut.de/container.php) [bitte Passwort anfordern].

**Mo22** 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 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. Appgestützten 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)

**M023**

13:15–16:30 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 Leitfaden für Fachkräfte (zu beziehen über die DHH e.V.; [www.dhh-ev.de](http://www.dhh-ev.de)).

## ZEITPLAN

Nr.	Freitag 19.11.2021	Samstag 20.11.2021	Sonntag 21.11.2021
<b>Uhrzeit →</b>	17:00–19:15	09:00–16:30	09:00–16:30
M001	nachmittags		
M002		ganztags	ganztags
M003		ganztags	ganztags
M004		ganztags	ganztags
M005		ganztags	ganztags
M006		ganztags	ganztags
M007		ganztags	vormittags
M008		ganztags	
M009		ganztags	
M010		ganztags	
M011		ganztags	
M012		ganztags	
M013		ganztags	
M014		ganztags	
M015		ganztags	
M016		ganztags	
M017			ganztags
M018			ganztags
M019			ganztags
M020			ganztags
M021			ganztags
M022			ganztags
M023			nachmittags

[Zur Online-Anmeldung](#)

## GEBÜHREN

Gebühren bei Frühmeldung bis 03.10.2021				Gebühren ab 04.10.2021		
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 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 unter [www.vtwoche.de](http://www.vtwoche.de)**

## HINWEISE

### Veranstaltungsort

Die Eröffnungsveranstaltung, die Workshops und das Tagungsbüro der Verhaltenstherapiewoche befinden sich in den Räumlichkeiten der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Nußbaumstraße 7, 80336 München.

### Unterkunft / Hotels

Bei der Reservierung eines Hotels ist Ihnen der Münchner Hotel Verbund behilflich, der Zimmerkontingente in verschiedenen Hotels für Sie bereithält. Informationen und Buchung unter [www.muenchen-hotel.de/ift](http://www.muenchen-hotel.de/ift)

## ANREISE

### Mit dem Auto

Wir empfehlen Ihnen aufgrund der schwierigen Parkplatzsituation in München Ihr Auto beim Hotel zu parken und mit öffentlichen Verkehrsmitteln anzureisen. Folgende kostenpflichtige Parkhäuser befinden sich beim Hauptbahnhof:

[www.contipark.de/de-DE/find-parking/muenchen-tiefgarage-hauptbahnhof](http://www.contipark.de/de-DE/find-parking/muenchen-tiefgarage-hauptbahnhof)

[www.elisenhof-muenchen.com/parkhaus](http://www.elisenhof-muenchen.com/parkhaus)

### Mit dem Zug oder anderen öffentlichen Verkehrsmitteln

Vom Hauptbahnhof (Ausgang Bayerstraße): ca. 11 Minuten, die Bayerstraße überqueren, der Goethestraße bis zur Nußbaumstraße folgen, Klinik liegt auf der linken Seite. Haltestelle „Goetheplatz“ (U3, U6, Bus 58 und 152): ca. 6 Minuten über die Goethestraße, vorbei am Kinokomplex (linke Seite), am Beethovenplatz rechts abbiegen in die Nußbaumstraße.

### Mit dem Flugzeug (Flughafen München)

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

**Informationen zur Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln erhalten Sie unter:**

[www.mvv-muenchen.de](http://www.mvv-muenchen.de)

## RAHMENPROGRAMM

### Sehenswertes/Kultur/Ausflüge

München bietet ein vielfältiges Angebot. Auf dem Portal [www.muenchen.de](http://www.muenchen.de) finden Sie alle Informationen über Sehenswertes, Kultur, Ausflüge und aktuelle Veranstaltungen.

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