



## Verhaltenstherapiewochen 2022



150. VT-Woche  
11.–13. März 2022

**Meiringen**  
Kanton Bern / Schweiz



151. VT-Woche  
06.–10. Mai 2022

**Dresden**



152. VT-Woche  
24.–27. Juni 2022

**Lübeck**



153. VT-Woche  
21.–23. Okt. 2022

**Online-Tagung**



154. VT-Woche  
11.–13. Nov. 2022

**München**



Eröffnungsveranstaltungen .....	3
Ahrend Silke .....	7
Baltzer Manuela .....	8
Bauer Rita .....	9
Böhm Karsten .....	11
Dekoj Marie Christine .....	12
Deppe-Schmitz .....	14
Deubner-Böhme Miriam .....	14
Dose Matthias .....	16
Greiner Alexandra .....	19
Gross Werner .....	21
Hauptmann Milena .....	23
Heinz Julia .....	50
Hopfner Petra .....	24
Hoyer Jana .....	8
Hoyer Jürgen .....	25
Huber Andreas .....	24
Ilmberger Angelika .....	13
Jahn Evelyn Beverly.....	26
Köhler Thomas .....	27
Kowarowsky Gert .....	28
Krause Clemens.....	32
Langlotz-Weis Maren .....	34
Lotz Norbert W.....	35
Lowsky Sabine.....	49
Mestel Robert .....	42
Noack René .....	43
Panning Stephan .....	45
Pohl Ulrike .....	47
Reichardt Alexander.....	48
Schmid Dorothee .....	51
Schweizer Cornelia .....	53
Seigerschmidt Eva .....	54
Steinkopff Ralf .....	12
Tauber Ralf Friedrich .....	56
Wilmers Fabian .....	58
Wise Karen.....	60
Wölk Christoph .....	61



## Eröffnungsveranstaltung Meiringen

Meiringen (MEI001)

Freitag, 11.03.2022, 16:30 - 18:00 Uhr

### Thema:

**Neue Entwicklungen in der Psychotherapie – Update Verhaltenssüchte**

### Moderation:

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

### Vortrag:

Dr. med. Daniel Illy, Leitender Oberarzt,  
Asklepios Fachklinikum Lübben

### **Videospiel- und Medienabhängigkeit – aktueller Stand der Forschung und Implikationen für Therapie und Praxis**

Die Aufnahme der Gaming Disorder, dem abhängigen oder problematischen Videospiel- bzw. Internetkonsum, als Diagnose in die ICD-11 wird kontrovers diskutiert. Gleichzeitig ist der abhängige Gebrauch der sogenannten neuen Medien in aller Munde, aber bislang selbst in Fachkreisen ein wenig beachtetes Randthema. Dr. med. Daniel Illy, Leitender Oberarzt und Doppelfacharzt für Erwachsenen- und Kinderpsychiatrie ist selbst Videospieler und Gründer dreier Ambulanzsprechstunden für Medienabhängigkeit. Zum Thema hat er einen Ratgeber, ein Praxishandbuch und ein Therapiemanual verfasst. Er bemüht sich seit Jahren die Videospiel- und Internetabhängigkeit ins Rampenlicht zu rücken.

Denn es gibt nicht erst seit der Covid-19-Pandemie einen enormen Therapie- und Aufklärungsbedarf. Videospiel- und Internetabhängigkeit führt bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen oft zu Schulabstanz und Brüchen im Lebensweg. Zumeist geht sie auch mit anderen psychischen Erkrankungen einher. Vielfach wird dem Störungsbild dabei mit falschen Vorstellungen begegnet. Das möchte Illy ändern. Sein Konzept dabei: Therapie auf Augenhöhe, in Kenntnis der Faszination der Medien. In diesem Vortrag stellt er praxisnah Grundlagen zur Gaming Disorder vor, ferner die aus seiner Sicht so wichtigen spielimmanenten Faktoren und vermittelt anschaulich das von ihm entwickelte Teilabstanzkonzept auf Augenhöhe.



## **Eröffnungsveranstaltung Dresden**

Dresden (DD001)

Freitag, 06.05.2022, 15:00 - 18:15 Uhr

### **Thema:**

## **Arbeitsstress und psychische Gesundheit – neue Erkenntnisse und Interventionsmöglichkeiten**

### **Moderation:**

**Dr. Dipl.-Psych. Christoph Kröger**, Psychologischer Psychotherapeut  
München

### **Vortrag 1:**

Prof. Dr. Simon Mack, Professor für Klinische Psychologie und Coaching  
Hochschule Fresenius Heidelberg

## **Arbeitsstress und psychische Gesundheit – neue Erkenntnisse und Interventionsmöglichkeiten**

Der Eröffnungsvortrag adressiert das Thema Arbeitsstress und psychische Gesundheit am Beispiel von Menschen mit Depressionen. Neue Erkenntnisse zu den Zusammenhängen zwischen Arbeitsstress und Depressionen werden vorgestellt. Zudem werden Interventionsmöglichkeiten am Beispiel eines von der Arbeitsgruppe um Frau Prof. Schramm (Universitätsklinikum Freiburg) entwickelten neuen Therapieprogramms „Interpersonelle Psychotherapie bei Arbeitsstress zur Behandlung von arbeitsstress-assoziierten depressiven Störungen“ aufgezeigt. Die Ergebnisse einer ersten Wirksamkeitsuntersuchung zu dieser Behandlungsmethode werden präsentiert sowie praktische Implikationen bei der psychotherapeutischen Anwendung anhand konkreter Fallbeispiele erörtert.

### **Vortrag 2:**

Dr. Stefan Koch, Leitender Psychologe  
Schön Klinik Roseneck

## **Psychotherapeutische Behandlung beruflicher Belastungen – ein Update**

Psychisch Erkrankte sind in besonderem Maße von beruflicher Überlastung, Arbeitsunfähigkeit und einem erhöhten Risiko zu Frühberentungen betroffen. Der Vortrag gibt einen aktuellen Überblick über psychotherapeutische Behandlungsmöglichkeiten von beruflichen Belastungsfaktoren (vgl. Koch et al., 2021). Auf Grundlage eines empirisch fundierten Rahmenkonzeptes werden zentrale Behandlungselemente berufsbezogener Einzel- und Gruppentherapie vorgestellt (Koch et al., 2015): Motivationsförderung und Fokussierung, Bearbeitung stressbezogener Gedanken und Einstellungen, Handlungsalternativen im Umgang mit beruflichem Stress und Erholung. Als wertvolle Ansatzpunkte erweisen sich dabei das Modell der beruflichen Gratifikationskrise (nach Siegrist) und neuere Entwicklungen im Bereich Occupational e-Mental Health.



## **Eröffnungsveranstaltung Lübeck**

Lübeck (HL001)

Freitag, 24.06.2022, 15:00 - 18:15 Uhr

### **Thema:**

**Ein Blick über den Tellerrand: biosoziale Erweiterungen der Psychotherapie**

### **Moderation:**

**Prof. Dr. med. Klaus Junghanns**, Oberarzt, Leiter des Schlaflabors  
Zentrum für Integrative Psychiatrie ZIP gGmbH, Campus Lübeck

### **Vortrag:**

Dr. med. Felix Müller, Stv. Oberarzt  
Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel

### **Pilze statt Pillen? Die Renaissance der Halluzinogene in der Psychiatrie**

Das Interesse der psychiatrischen Forschung an Halluzinogenen wie Psilocybin und LSD erlebt derzeit eine Renaissance. Begrenzte Gaben dieser Substanzen scheinen positive, lang anhaltende Effekte bei unterschiedlichen Erkrankungen wie Depression, Ängsten und Abhängigkeit bewirken zu können. Häufig wird angenommen, dass diese Langzeiteffekte durch bestimmte Erfahrungen der PatientInnen während der akuten Wirkung dieser Substanzen bewirkt werden. Dieser grundlegende Unterschied zu anderen pharmakologischen Interventionen würde eine neue Verbindung von Psychopharmakologie und Psychotherapie darstellen. Dieser Vortrag gibt einen Einblick in das Thema Halluzinogene in der Psychiatrie sowie die aktuelle Forschung mit LSD in Basel.



## **Eröffnungsveranstaltung München (Online!)**

München (M001)

Donnerstag, 10.11.2022, 17:00 - 19:15 Uhr

### **Thema:**

## **Schlafstörungen**

### **Moderation:**

**M. Sc. Franziska Konvalin**, Psychologische Psychotherapeutin  
München

### **Online-Vortrag:**

BSc (Hons) Anna Johann,  
Universitätsklinikum Freiburg, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

### **Schlafstörungen**

Viele Menschen leiden heutzutage an Ein- und Durchschlafstörungen (Insomnie), die mit einer erheblichen Beeinträchtigung auch am Tag und einer reduzierten Lebenszufriedenheit einhergehen. Insomnien sind außerdem ein Risikofaktor für die Entwicklung anderer psychischer Störungen, insbesondere von Depression, sowie von körperlichen Erkrankungen. Die kognitive Verhaltenstherapie für Insomnie (KVT-I) ist laut der S3-Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin die Methode der Wahl zur Behandlung von Ein- und Durchschlafstörungen. In dem Vortrag wird anschaulich und praxisnah vermittelt wie die KVT-I ganz konkret in der psychotherapeutischen Praxis umgesetzt werden kann.



## Workshopangebot:

Meiringen (ME1002)

Samstag, 12.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

Sonntag, 13.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

Online (PC002)

Samstag, 22.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

Sonntag, 23.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

## Strategische Persönlichkeitsentwicklung in der Gruppentherapie

**Dipl.-Psych. Silke Ahrend**, Psychologische Psychotherapeutin

Eigene Praxis, Burg

**Inhalt:** In diesem Praxisworkshop wird ein Gruppentherapiekonzept zur Strategischen Persönlichkeitsentwicklung nach dem Ansatz der Mentalisierungsbasierten Verhaltenstherapie (MB-VT) vorgestellt (Sulz & Theßen, 2021). Die MB-VT versteht sich als ein methoden- und störungsübergreifender Ansatz, in dem kognitive, emotionsfokussierte und körperorientierte Therapiekonzepte und Interventionen aus der Einzel- und Gruppentherapie integrierbar sind. Ziele dieses Strategischen Gruppentherapieansatzes sind der Erwerb von Bindungssicherheit, Affektregulierung, Selbstwirksamkeit und Empathiefähigkeit. Konkret geht es um das Erlernen entwicklungsstufenspezifischer körperlich-affektiver, emotionaler, mentaler und sozialer Kompetenzen, die in der Kindheit nicht erworben werden konnten und zu einer dysfunktionalen Verhaltensausrprägung mit entsprechender Symptombildung in wesentlichen Lebensbereichen geführt hat. Dementsprechend setzt die MB-VT an der Förderung der Mentalisierungsfähigkeit des Klienten an, bewusst von außen auf seine geprägte Identität und sein Symptom zu schauen und sich selbst in Richtung seiner ungelebten Entwicklungspotentiale verändern zu wollen. Ansatzpunkte sind die Stärkung und der Aufbau von Ressourcen sowie die Auflösung von dysfunktionalen Entwicklungsblockaden, um die Entwicklung eines kongruenten Selbst zu fördern. Der/Die Klient\*in wird dadurch befähigt, seinen/ihren Alltag wieder symptomfrei und selbstbestimmt zu gestalten. Am Standort Meiringen: In Zusammenarbeit mit der erfahrenen Körper- und Bewegungstherapeutin Monika Hammer werden Sie für jede Entwicklungsstufe wirksame Übungen kennenlernen, die den Körper als zentrales Erfahrungsinstrument in den Mittelpunkt stellen.

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

**Ziel:** Kennenlernen eines entwicklungspsychologischen, störungsübergreifenden Gruppentherapiekonzeptes. Für die ersten vier 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:

Sulz, Serge K. D. & Theßen, Lars (2021a). Transdiagnostische Therapie durch Mentalisierungsbasierte Verhaltenstherapie MB-VT – Modul 1 bis 5. Gießen: Reihe CIP-Medien im Psychosozial-Verlag  
Kostenloser Vorabdruck: <https://eupehs.org/neue-psychotherapien/>

Sulz, Serge K. D. & Theßen, Lars (2021b). Transdiagnostische Therapie durch Mentalisierungsbasierte Verhaltenstherapie MBVT – Modul 6 und 7. Gießen: Reihe CIP-Medien im Psychosozial-Verlag  
Kostenloser Vorabdruck: <https://eupehs.org/neue-psychotherapien/>.



## Workshopangebot:

Dresden (DD025)

Montag, 09.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

### Psychologische Aspekte der Adipositas therapie

**Manuela Baltzer**, Psychologische Psychotherapeutin

**Jana Hoyer**, Dr. rer. nat., Diplom-Psychologin

Adipositaszentrum Dresden

**Inhalt:** Es werden Informationen zu psychosozialen Aspekten der Adipositas sowie psychischen Begleiterkrankungen bei Adipositas vermittelt. Zudem werden Möglichkeiten der konservativen und bariatrischen Adipositas therapie sowie die psychologischen Aspekte der Vor- und Nachbereitung bariatrischer Eingriffe vorgestellt. Weiterhin wird das im Adipositaszentrum erarbeitete Manual zur Gruppentherapie bei Adipositas skizziert.

**Methoden:** Angewandte Methoden sind Informationsvermittlung, Manualvorstellung, Vorstellen von Übungen, Videodemonstrationen, Fallbeispiele, kritische Diskussion und Erfahrungsaustausch.

**Ziel:** Ziel ist es, einen ersten Überblick über psychologische Aspekte in der Adipositas therapie zu erhalten. Im Vordergrund stehen hier die Besonderheiten adipöser Patient\*innen – sowohl in der psychologischen Begleitung der konservativen Therapie als auch die psychologische Vor- und Nachbereitung der Adipositaschirurgie. Das Manual kann Anregungen bei der Therapie eigener adipöser Patient\*innen liefern.

**Zielgruppe:** Der Workshop ist geeignet für alle Therapeut\*innen, es sind keine Vorerfahrungen notwendig.





## Workshopangebot:

Dresden (DD002)

Samstag, 07.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Sonntag, 08.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

### Umgang mit suizidalen Patient\*innen – Wer, was, wann, wie?

**Rita Bauer**, PD Dr. phil., Psychologische Psychotherapeutin, Dipl.-Theol.

Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum Carl Gustav Carus an der Technischen Universität Dresden

**Inhalt:** Der Umgang mit suizidalen Patient\*innen fordert Therapeut\*innen immer wieder neu heraus. Erkennen (Wer?), diagnostizieren (Wie?) und zum richtigen Zeitpunkt (Wann?) das richtige Wort / die entlastende Strategie mit dem/der Patient\*in zu finden (Wie?) erfordert ein hohes Einfühlungsvermögen, aber auch eine sehr gute Fachkompetenz des/der Therapeut\*innen.

Im Workshop sollen deshalb neben den wichtigsten Basismodellen zum Erkennen und Behandeln von suizidalen Verhaltensweisen zunächst die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse in der Suizidforschung/Prädiktorenforschung vorgestellt werden. Im Weiteren geht es dann ausführlich um die Vermittlung von praktischen Kompetenzen in der Diagnostik und in der Behandlung von suizidalen Patient\*innen.

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

**Ziel:** Vermittlung von Kenntnissen über die wichtigsten Methoden in der Diagnostik und Behandlung suizidaler Verhaltensweisen sowie über neuere Modelle und wissenschaftliche Erkenntnisse, welche in der Arbeit mit suizidalen Patienten hilfreich sind. Einüben praktischer Fertigkeiten zur Suizidprävention.

**Zielgruppe:** Psychologische und Ärztliche Psychotherapeut\*innen sowie psychologische Psychotherapeut\*innen in Ausbildung.



## Workshopangebot:

Dresden (DD008)

Montag, 09.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Dienstag, 10.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

## Therapeutische Interventionen zum Umgang mit Ängsten vor Tod und Sterben bzw. mit Wünschen nach Beendigung des Lebens

**Rita Bauer**, PD Dr. phil., Psychologische Psychotherapeutin, Dipl.-Theol.

Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum Carl Gustav Carus an der Technischen Universität Dresden

**Inhalt:** Ängste vor Tod und Sterben sind nicht selten. In Würde auch in der letzten Lebensspanne zu leben und in Würde sterben zu können, ist der Wunsch vieler Menschen. In der Gesetzgebung vom November 2015 war beschlossen worden, den ärztlich assistierten Suizid nicht zu legalisieren und damit nicht den Gesetzgebungen anderer Länder wie beispielsweise der Niederlande zu folgen. Dieses Gesetz hatte sich andererseits auch das ehrgeizige Ziel gesetzt, die Palliativmedizin zu fördern, auszubauen und Menschen mit terminalen Erkrankungen würdevoll zu begleiten. In der jüngsten Gesetzgebung vom Februar 2020 hat das Bundesverfassungsgericht (BVerfG) entschieden, dass das Verbot der geschäftsmäßigen Beihilfe zur Selbsttötung gemäß § 217 Strafgesetzbuch (StGB) 2 mit dem Grundgesetz unvereinbar und nichtig ist. Daraus folge jedoch nicht, dass sich der Gesetzgeber einer Regulierung der Suizidhilfe zu enthalten habe. Er, der Gesetzgeber, habe vielmehr auf der Basis der ihm obliegenden Schutzpflichten hinsichtlich der Autonomie über die Entscheidung zur Beendigung des eigenen Lebens einen Handlungsspielraum. Das BVerfG stellt in diesem Zusammenhang ausdrücklich fest, dass dem Gesetzgeber für die Ausfüllung dieses Spielraums ein breites Spektrum an Möglichkeiten offenstehe. Wie die Begleitung von alten und/oder schwerkranken Menschen in diesem breitem Spektrum an Möglichkeiten als Psychotherapeut\*in aussehen kann, welche Grundhaltungen günstig und welche therapeutische Interventionen hilfreich sind, soll in dem Workshop durch Therapeut\*innenbeispiele, Rollenspiele und in Kleingruppen erarbeitet werden. Eine theoretische Einführung zum Thema sowie die Behandlung von rechtlichen Grundlagen sollen den Workshop abrunden.

**Methoden:** Informationsvermittlung, Therapeut\*innenbeispiele, Rollenspiele und Kleingruppenarbeit.

**Ziel:** In dem Workshop soll erarbeitet werden, wie die Begleitung von alten und/oder schwerkranken Menschen in diesem breiten Spektrum an Möglichkeiten als Psychotherapeut\*in aussehen kann, welche Grundhaltungen günstig und welche therapeutischen Interventionen hilfreich sind.

**Zielgruppe:** Psychologische und Ärztliche Psychotherapeut\*innen sowie Psychologische Psychotherapeut\*innen in Ausbildung, Sozialarbeiter\*innen und Sozialpädagoge\*innen, die in einer Praxis, Klinik oder Beratungsstelle arbeiten.

### Literatur:

Bäurle, P., Kipp, J., Peters, M., Radebold, H., Riehl-Emde, A., Trilling, A., Wormstall, H. (Hrsg.). Psychotherapie im Alter Nr. 18: Sterben, Endlichkeit und Tod, herausgegeben von Eike Hinze, 5. Jahrgang, Nr. 18, 2008, Heft 2.

Husebø, S., Klaschik, E. (2003, 3. Auflage). Palliativmedizin. Praktische Einführung in Schmerztherapie, Ethik und Kommunikation. Berlin: Springer.

Kränzle, S., Seeger, C., Schmid, U. (2014). Palliative Care. Berlin: Springer.

Schulz-Kindermann, F. (2013). Psychoonkologie. Grundlagen und psychotherapeutische Praxis. Weinheim: Beltz.

Vogel, R. T. (2012). Todesthemen in der Psychotherapie: Ein integratives Handbuch zur Arbeit mit Sterben, Tod und Trauer. Stuttgart: Kohlhammer.

Walper, H. (2012). Basale Stimulation in der Palliativpflege. München: Ernst Reinhardt.

Zeitschrift Praxis Palliative Care, Für ein gutes Leben bis zuletzt. Heft 25-29. [www.dgpalliativmedizin.de](http://www.dgpalliativmedizin.de)



## Workshopangebot:

Meiringen (ME1006)  
Lübeck (HL020)

Samstag, 12.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr  
Montag, 27.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

## EMDR in der Behandlung der PTBS

**Karsten Böhm**, Dr. phil., Psychologischer Psychotherapeut  
Leitender Psychologe Privatklinik Friedenweiler, Akutklinik für Psychiatrie,  
Psychotherapie und Psychosomatik  
sowie 1. Vorsitzender von EMDRIA Deutschland e.V. und Senior Trainer von EMDR Europe

**Inhalt:** Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) hat sich in zahlreichen Studien als wirkungsvolle Intervention erwiesen und wurde 2015 in Deutschland als Richtlinienmethode bei Posttraumatischen Belastungsstörungen (PTBS) von den Krankenkassen anerkannt. In den USA ist EMDR bereits seit 1998 anerkannt (APA) und in Großbritannien seit 2001 (UK Dept. of Health). EMDR gilt als effektiver Weg in der Therapie der PTBS auch in schweren und chronifizierten Fällen sowohl im ambulanten als auch im stationären Rahmen.

Der Einführungsworkshop verfolgt das Ziel, anhand praktischer Fallbeispiele erste Kompetenzen zur Durchführung von EMDR in der Therapie der PTBS aufzubauen und einzuüben. Neben Indikationen und Kontraindikationen werden vor allem die acht Phasen der EMDR-Behandlung (EMDR-Standard-Protokoll) ausführlich vorgestellt.

Die praktische Anwendung steht im Mittelpunkt. Im Workshop werden hierzu Therapievideos gezeigt, Rollenspiele durchgeführt und die Theorie anschaulich vermittelt. Zudem wird auf typische Probleme in der Therapieplanung einer posttraumatischen Behandlungsstörung eingegangen.

**Methoden:** Anhand eines Vortrags, von Videoaufnahmen und Fallbeispielen werden gemeinsam ein Behandlungsplan und Therapierationale erstellt und das therapeutische Vorgehen der EMDR-Methode eingeübt, indem Techniken praktisch demonstriert werden.

**Ziel:** Konkretes Kennenlernen der EMDR-Methode bei Traumafolgestörungen.

**Zielgruppe:** Psychologische und Ärztliche Psychotherapeut\*innen, Psycholog\*innen und Ärzt\*innen. Erfahrung in der Therapie von Posttraumatischen Belastungsstörungen ist nicht erforderlich.



## Workshopangebot:

Dresden (DD003)

Samstag, 07.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Sonntag, 08.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Lübeck (HL002)

Samstag, 25.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

Sonntag, 26.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

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

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

**Ralf Steinkopff**, Dr. rer. medic., Psychologischer Psychotherapeut  
Eigene Praxis, Berlin

**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.



## Workshopangebot:

Dresden (DD009)

Montag, 09.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Dienstag, 10.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

neu

### Experimentelles De-Hooking zum Umgang mit Grübeln

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

**Angelika Ilmberger**, Psychologische Psychotherapeutin  
Eigene Praxis, Bad Staffelstein

**Inhalt:** Fusion oder Festhängen in Gedanken (engl. being hooked) bedeutet Verschmelzen mit verbalen Inhalten wie Selbsturteilen, Selbstbildern und Regeln wie z.B. wenn ... dann – Verknüpfungen. Wenn wir festhängen, gelingt es uns nicht werte-orientiert zu handeln.

Ziele der Defusionsarbeit sind daher: Erhöhen der psychischen Flexibilität, Einfluss nicht förderlicher Gedanken auf das Verhalten zu reduzieren, präsenter im lebendigen Kontakt mit dem Erleben zu sein. Wir wollen uns in diesem Workshop auf einer erfahrungsbezogenen und experimentellen Ebene dem Thema zuwenden, in seinen Gedanken festzuhängen. Also den Prozess der Defusion erkunden und emotional erlebbar machen.

Der Workshop gibt eine kurze theoretische Einführung zu den Konzepten Werte, Defusion, Matrix, Selbstmitgefühl und Glaubenssätzen. Diese sollen anhand praktischer Übungen erlebbar gemacht und an eigenen Beispielen soll das Fusioniert-Sein erkannt werden. Schwerpunktmäßig möchten wir dann die bei einer Zuwendung zur werteorientierten Handlung auftretenden unangenehmen Emotionen erkunden, die uns sehr oft dazu veranlassen, in der alten, gewohnten Handlung haften zu bleiben. Die selbsterfahrungsorientierte Arbeit wird im Workshop explizit gewünscht und gefördert.

**Methoden:** PowerPoint-Präsentation, praktische Demonstration der WS-Leiterinnen im Rollenspiel, Übungen, Gruppenarbeit, Austausch der Teilnehmer\*innen.

**Ziel:** Die Teilnehmer\*innen sollen darin befähigt werden, flexibler mit Grübeln umzugehen. Hierfür sollen Strategien der Defusion nach ACT verwendet werden mit einem Fokus auf achtsames Selbstmitgefühl.

**Zielgruppe:** Anfänger\*innen und Fortgeschrittene. Für alle im psychosozialen Bereich Tätigen.

#### Literatur:

Hayes, S.: In Abstand zur inneren Wortmaschine: Ein Selbsthilfe- und Therapiebegleitbuch auf der Grundlage der Akzeptanz- und Commitmenttherapie

Hayes, S., Strosahl, K.: Akzeptanz- und Commitment Therapie: Ein erlebnisorientierter Ansatz zur Verhaltensänderung

Polk, K.L., Schoendorrf, B., Webster, M., Olaz, F.: Praxishandbuch ACT-Matrix.

Neff, K., Germer, C.: Selbstmitgefühl – Das Übungsbuch: Ein bewährter Weg zu Selbstakzeptanz, innerer Stärke und Freundschaft mit sich selbst



## Workshopangebot:

Lübeck

(HL008)

Samstag, 25.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

### Resilienz stärken mit Ressourcenaktivierung

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

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

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

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

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

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

#### Literatur:

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

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

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

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

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

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

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



## Workshopangebot:

Lübeck

(HL013)

Sonntag, 26.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

### Kreative Methoden der Ressourcenaktivierung

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

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

**Inhalt:** Ressourcenaktivierung kommt eine hohe Relevanz für die Gestaltung eines erfolgreichen therapeutischen Prozesses bzw. für die Herbeiführung von Veränderung zu: Ressourcenreiche Patienten profitieren besser von Psychotherapie. In dem Workshop werden Methoden zur Ressourcenaktivierung für die Psychotherapie vorgestellt und die Wahrnehmung und Aktivierung von Ressourcen geschult. Anhand praktischer Übungen lernen die Teilnehmer verschiedene kreative Möglichkeiten zur Ressourcenaktivierung kennen. Die Einbettung in den Therapieprozess wird anhand von Patientenbeispielen erarbeitet.

**Methoden:** Informationsvermittlung, praktische ressourcenorientierte Übungen mit Selbsterfahrung, Rollenspiele, Kleingruppenarbeit.

**Ziel:** Vermittlung ressourcenorientierter Grundhaltung, Schulung eigener Ressourcenwahrnehmung, Kennenlernen und selbständiges Durchführen von kreativer ressourcenaktivierende Übungen, Schulung der eigenen Ressourcenwahrnehmung..

**Zielgruppe:** Alle Personen, die im therapeutischen Setting mit Patienten arbeiten..

#### Literatur:

Deppe-Schmitz, U. & Deubner-Böhme, M. (2016). Auf die Ressourcen kommt es an. Praxis der Ressourcenaktivierung. Göttingen: Hogrefe. Deppe-Schmitz, U. & Deubner-Böhme, M. (2018). 100 Karten für das Coaching mit Ressourcenaktivierung. Göttingen: Hogrefe. Deubner-Böhme, M. & Deppe-Schmitz, U. (2018). Coaching mit Ressourcenaktivierung. Ein Leitfaden für Coaches, Berater und Trainer. Göttingen: Hogrefe.  
Fredrickson, B.L., (2011). Die Macht der guten Gefühle. Frankfurt a.M.: Campus. Grawe, K. (2004).



## Workshopangebot:

<u>Meiringen</u>	(ME1007)	Samstag, 12.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr
<u>Lübeck</u>	(HL021)	Montag, 27.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr
<u>Online</u>	(PC006)	Samstag, 22.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr
<u>München</u>	(M007)	Samstag, 12.11.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

## Psychopharmakologie für Psychotherapeut\*innen

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

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

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

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

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

### Literatur:

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

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

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





## Workshopangebot:

<u>Meiringen</u>	(MEI013)	Sonntag, 13.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr
<u>Dresden</u>	(DD013)	Samstag, 07.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr
<u>Lübeck</u>	(HLO14)	Sonntag, 26.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr
<u>Online</u>	(PC013)	Sonntag, 23.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr
<u>München</u>	(M013)	Sonntag, 13.11.2022, 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); M. Dose: Diagnostische Einschätzung: Erwachsenenalter. In: Autismus-Spektrum-Störung (ASS); M. Noterdaeme, A. Enders (Hrsg); Verlag W. Kohlhammer, Stuttgart, 2010; S. 226-238.



## Workshopangebot:

Dresden (DDo24)  
Lübeck (HLo12)

Sonntag, 08.05.2022, 09:00 - 12:30 Uhr  
Samstag, 25.06.2022, 13:30 - 16:45 Uhr

## Psychotherapie für Huntington-Familien (4 UE)

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

**Inhalt:** 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/inn/en, 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 Kurs vermittelt werden.

**Methoden:** Vortrag, PowerPoint-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:

Wie können Psychotherapeuten Betroffenen der Huntington-Krankheit und deren Angehörigen helfen? PTJ 1/2021; S.32-38

Huntington-Krankheit Informationsschrift; Huntington-Betroffene verstehen - Ein Leitfaden für Fachkräfte (zu beziehen über die DHH e.V.; <https://www.dhh-ev.de/>)



## Workshopangebot:

Dresden (DDo10)

Montag, 09.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Dienstag, 10.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

## Therapeutische Schwerpunkte in der Behandlung von ADHS bei Erwachsenen

**Alexandra Greiner**, Dr. phil., Psychologische Psychotherapeutin

Eigene Praxis, München

**Inhalt:** Die Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) ist eine klinisch heterogene Störung, die durch ein Symptomcluster von Aufmerksamkeitsstörungen – mit und ohne Hyperaktivität – und Impulsivität gekennzeichnet ist. Sie galt lange Zeit als Thema der Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie. Erst in den letzten 15 Jahren wird die Behandlung der Erkrankung bei Erwachsenen thematisiert. Die häufig neben der ADHS-Kernsymptomatik vorliegenden akzessorischen Symptome wie emotionale Labilität, Selbstwertprobleme oder Schlafstörungen sowie die hohe Komorbidität mit psychiatrischen Störungen macht eine umfassende Kenntnis von Praktikern zu diesem Störungsbild notwendig.

**Methoden:** Theoretischer Input, Verhaltensanalysen anhand von Videos, Training der Techniken anhand von Rollenspielen und Übungen.

**Ziel:** Vermittlung einer Wachsamkeit und Kompetenz im Erkennen und Behandeln der häufig komplexen Behandlungsaufgaben.

**Zielgruppe:** Psycholog\*innen (Diplom/Master) in Ausbildung zum/zur Psychologischen Psychotherapeut\*in und Verhaltenstherapeuten, die störungsspezifische Kenntnisse und Skills wünschen.



## Workshopangebot:

Online

(PC007)

Samstag, 22.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

neu

### Systemik für Verhaltenstherapeut\*innen in Vorbereitung zur Approbationsprüfung

**Alexandra Greiner**, Dr. phil., Psychologische Psychotherapeutin  
Eigene Praxis, München

**Inhalt:** Die Systemische Theorie und Therapie nimmt immer größeren Platz im Rahmen therapeutischer Ausbildungen ein. Dieses Web-Seminar richtet sich an Therapeut\*innen im Vorfeld ihrer Approbationsprüfung. Hierfür werden Hintergrundinformationen zum Wissenserwerb für die Inhalte des aktuellen Repetitoriums zur Systemischen Theorie und Therapie geboten. Zudem werden alle Prüfungsfragen zur systemischen Theorie und Therapie ab 2012 (Frühjahr und Herbstprüfung) vorgestellt und die korrekten Antworten erläutert und Querverbindungen geschaffen, um das Einprägen der Inhalte zu erleichtern.

**Methoden:** Vortrag, Übungen.

**Ziel:** Wissenserwerb für die Inhalte des aktuellen Repetitoriums zur Systemischen Theorie und Therapie.

**Zielgruppe:** Therapeut\*innen im Vorfeld ihrer Approbationsprüfung.



## Workshopangebot:

Dresden (DD004)

Samstag, 07.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Sonntag, 08.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

## Methoden und Techniken der Positiven Psychotherapie

**Werner Gross**, Psychologischer Psychotherapeut

Psychologisches Forum Offenbach (PFO), Offenbach/Main

**Inhalt:** Immer häufiger wird in Psychologie und Psychotherapie nicht mehr nur auf die problematischen und krankhaften Seiten des menschlichen Lebens geschaut, sondern mehr und mehr werden die positiven Seiten, die Kompetenzen, Fähigkeiten und Fertigkeiten in den Blick genommen und wissenschaftlich untersucht. Damit beschäftigen sich auch Positive Psychologie und Positive Psychotherapie. Dabei ist die Positive Psychotherapie (PPT) eine integrative, lösungsorientierte Kurzzeitmethode, die mit ihren vielfältigen Techniken den Brückenschlag zwischen der Verhaltenstherapie, den tiefenpsychologischen und den humanistischen Verfahren schafft. So können die PPT-Techniken sowohl in Psychotherapie und Beratung als auch in Supervision und Coaching eingesetzt werden. In dem Workshop geht es um die Darstellung der vielfältigen Methoden und Techniken der Positiven Psychotherapie. Dabei werden auch die Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen Positiver Psychologie (Seligmann, Maslow) und Positiver Psychotherapie (Peseschkian) thematisiert.

**Methoden:** Kurzvortrag, Übungen, Kleingruppenarbeit, Arbeit mit Hilfsmitteln, Rollenspiele, Flipchart, Folien, Handouts, Diskussion im Plenum.

**Ziel:** Kennenlernen der Methoden und Techniken der Positiven Psychotherapie, Einsatzmöglichkeiten in Psychotherapie, Beratung, Supervision und Coaching.

**Zielgruppe:** Psycholog\*innen (Diplom/Master), Supervisor\*innen, Coaches, Pädagog\*innen, Sozialarbeiter\*innen und andere Berufsgruppen aus dem psychosozialen Bereich.

### Literatur:

Peseschkian, N. (2008, 8. Auflage). Positive Psychotherapie. Frankfurt: Fischer.

Peseschkian, N. (2009, 30. Auflage). Der Kaufmann und der Papagei. Orientalische Geschichten in der Psychotherapie. Frankfurt: Fischer.

Peseschkian, N. (2007, 11. Auflage). Positive Familientherapie. Frankfurt: Fischer.

Peseschkian, N. (2008, 7. Auflage). Psychosomatik und Positive Psychotherapie. Frankfurt: Fischer.

Peseschkian, H., Remmers, A. (2013). Positive Psychotherapie, München: Ernst Reinhardt.

Seligmann, M. (2005). Der Glücksfaktor – warum Optimisten länger leben. Bergisch Gladbach: Bastei Lübbe.

Seligmann, M. (2012). Flourish – Wie Menschen aufblühen. Die Positive Psychologie des gelingenden Lebens. München: Kösel.



## Workshopangebot:

Online (PC003)

Samstag, 22.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

Sonntag, 23.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

## Ohne KV-Zulassung – Psychotherapie in der Privatpraxis

**Werner Gross**, Psychologischer Psychotherapeut

Psychologisches Forum Offenbach (PFO), Offenbach/Main

### Inhalt:

1. Aktueller Rechtsrahmen:

Rechte und Pflichten: Approbation vs. HPG-Zulassung: Freiräume und Grenzen; PsychThG, Psychotherapeutenkammern und Kassenärztliche Vereinigungen (aktueller Stand und zukünftige Bedeutung), Kostenerstattung als Chance, Freiräume (und Grenzen) für Psycholog\*innen (Diplom/Master) mit HPG

2. Marketing:

Marktforschung: Marktvolumen, Marktsegmente und -nischen, Konkurrenzanalyse. Wettbewerb: Strukturelle Vor- und Nachteile von Privatpraxen, Freiräume als Wettbewerbsvorteil (Methoden, Praxisgestaltung, Honorare, etc.). Angebotsdifferenzierung, Praxis-Konzeption und Praxis-Image: Corporate Identity

3. Akquisition, Werbung und Öffentlichkeitsarbeit:

Wie darf ich werben und wie nicht? Einschränkungen durch UWG, HWG, Kammer und Berufsordnung, PR und Medienarbeit, Beziehungspflege und Netzwerke, etc.

4. Patient\*innen:

Zielgruppe(n) und ihre Besonderheiten – Wie finde ich meine idealen Patient\*innen?

Privatversicherte (GOÄ/GOP), Selbstzahler\*innen, Kostenerstattung bei Kassenpatient\*innen (SGB V, § 13.3)

5. Honorar:

Honorarkalkulation – Vorgaben des Marktes: Ortsüblichkeit, Honorarspanne: Mindest-, Durchschnitts- und Höchsthonorare, Wucher als Straftatbestand

6. Realistische Einnahmen und Kostenrechnung:

Aktuelle und zukünftige Investitionen, die richtige Finanzierung, Praxiseinnahmen ./.. Praxisausgaben = Überschuss, Liquiditätsplanung, säumige Zahler\*innen und Mahnwesen

7. Die Zukunft der Privatpraxis

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

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

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

### Literatur:

Gross, W., (2012). Erfolgreich selbständig – Gründung und Führung einer psychologischen Praxis, Heidelberg: Springer.

Behnsen, E., Bell, K., Best, D. et al. (2004). Managementhandbuch für die Psychotherapeutische Praxis. Heidelberg: Springer.

Gross, W., Moldenhauer, P., Schmid, V. (1996). Praxishandbuch. Bonn: DPV (vergriffen).

Gross, W., Moldenhauer, P. (1996). Das Neue Praxisformularbuch. Bonn: DPV (vergriffen).

Pulverich, G. (1999). Musterverträge für die Psychologische und Psychotherapeutische Praxis. Bonn:



## Workshopangebot:

Dresden (DD011)

Montag, 09.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Dienstag, 10.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Lübeck (HL007)

Sonntag, 26.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

Montag, 27.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

## Kreative Traumatherapie – Nutzung kreativer Medien in der Traumatherapie

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

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

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

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

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



## Workshopangebot:

Meiringen (ME1003)

Samstag, 12.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

Sonntag, 13.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

München (M002)

Samstag, 12.11.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

Sonntag, 13.11.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

## Einführung in die Emotionsfokussierte Therapie

in Meiringen:

**Dr. med. Andreas Huber**, Psychologischer Psychotherapeut  
Eigene Praxis, Winterthur

in München:

**Dipl.-Psych. Petra Hopfner**, Psychologische Psychotherapeutin  
Eigene Praxis, München

**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.





## Workshopangebot:

Dresden (DD031)

Dienstag, 10.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

neu

### Training des Belohnungserlebens

**Jürgen Hoyer**, Prof. Dr. phil., Psychologischer Psychotherapeut

**Tordis Kindt**, Psychologin M.Sc.

Technische Universität Dresden, Klinische Psychologie und Psychotherapie

**Inhalt:** Neuere Befunde zeigen, dass bei Patient\*innen mit Stimmungsstörungen nicht unbedingt weniger positive Ereignisse gegeben sind, sondern vor allem, dass diese Ereignisse nicht oder nur kurz von positivem Erleben begleitet werden. Um diesem Defizit zu begegnen, entwickelten wir ein Training des Belohnungserlebens, das inzwischen in einer Online-Interventionsstudie erfolgreich evaluiert werden konnte. Das Training besteht aus vier Teilen: Der erste psychoedukative Teil geht auf den Nutzen ein, sich positiven Emotionen zuzuwenden sowie diese so intensiv wie möglich zu erleben (Teil 1: Belohnungen des Alltags erkennen). In den folgenden drei Teilen des Trainings werden Teilnehmer\*innen dazu ermutigt, Belohnungen des Alltags bewusst wahrzunehmen, diese Belohnungen bewusst nachzuerleben und auf kommende Belohnungen des Alltags vorauszuschauen. Dabei werden die Teilnehmer\*innen u.a. zu spezifischen Vorstellungsbildungen angeleitet. Das Training lässt sich aus unserer Sicht gut in Depressionstherapien integrieren, insbesondere, wenn sie der Logik der Verhaltensaktivierung folgen.

**Methoden:** In dem Kurs werden gezielt Wege besprochen und demonstriert, wie welche Patient\*innen ihr Belohnungserleben trotz bestehender negativer Stimmung entwickeln können. Dazu werden Fallvignetten aus der Einzel- und Gruppentherapie herangezogen. Zudem werden Videoausschnitte und Übungen mit den Teilnehmer:innen eingesetzt.

**Ziel:** Die kreative und sichere Anwendung von das Belohnungserleben aktivierenden Methoden kennenlernen und ihren Nutzen optimieren.

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

#### Literatur:

Hoyer, J. & Vogel, D. (2018). Verhaltensaktivierung. Weinheim: Beltz.

Hoyer, J. & Krämer, L. (2021). Verhaltensaufbau und -aktivierung. Göttingen: Hogrefe.



## Workshopangebot:

Meiringen (ME1004)

Samstag, 12.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

Sonntag, 13.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

Dresden (DD005)

Samstag, 07.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Sonntag, 08.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

München (M003)

Samstag, 12.11.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

Sonntag, 13.11.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

neu

## PaarKur: mit Embodimenttechniken Beziehungsthemen effektiv klären und Paare gut beraten. Weil reden nicht reicht!

**Evelyn Beverly Jahn**, Psychologische Psychotherapeutin  
Eigene Praxis, Leipzig

**Inhalt:** In diesem Kurs lernen Sie zuerst unser differenziertes Diagnostik-Tool für relevante Themen in Beziehungen kennen, die Sie dabei unterstützen, die wunden Punkte und Probleme in der Beratung von Paaren und Team-Beziehungen sichtbar zu machen, ohne viele Worte (zunächst) darüber zu verlieren. Viele Paare verstricken sich über ihre verbalen Kommunikationsmuster immer weiter in ihrem frustrierenden Partnertanz. Viele Beratungsprogramme greifen über kommunikative Strategien und systemische Interventionen jedoch zu kurz. Erleben beginnt im Körper. Bei Konflikten streiten sich nicht nur die Geister, sondern auch die Körper! Die Körper kommunizieren oft schon, bevor einer den Mund aufmacht. Von diesen Ergebnissen ausgehen, lernen Sie KLARA kennen, unsere Formel für gelingende erwachsene Gesprächsführung, als wissenschaftlich fundiertes Kommunikationsinstrument.

Embodiment als Meta-Theorie ist die Basis für die von uns entwickelten Interventionen. Erst erleben, dann reden! ist dabei unser wichtigstes Paradigma. Raus aus dem Sessel und rein in den personal space. So eröffnen wir einen Raum für Paare, über den Körper wieder in Resonanz und in Bewegung zu kommen. Die Berater\*innen und Therapeut\*innen auch!

**Methoden:** Wir demonstrieren die Übungen konkret und anwendungsorientiert. Die diagnostischen Tools stellen wir mit Leib und Seele so vor, so dass Sie gleich an Ihrem nächsten Arbeitstag loslegen können, die neu erworbene Interventionsarchitektur auszuprobieren. Mit Spaß und Freude.

**Ziel:** Das von dem/der Referent\*in entwickelte PaarKur-Programm versteht sich als Ergänzung und Erweiterung zum veritablen Tafelwerk der bestehenden Therapiemethoden, erweitern diese aber um zentrale Aspekte.

**Zielgruppe:** Dieses Seminar ist geeignet für alle Kolleg\*innen, die mit Paaren und Paarungen aller Art arbeiten und wissen, dass es für eine erwachsene Kommunikation mehr braucht, als Ich-Botschaften zu formulieren.



## Workshopangebot:

Dresden (DD012)

Montag, 09.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Dienstag, 10.05.2022, 09:00 - 12:30 Uhr

## Einführung in die Psychopharmakotherapie für Psychotherapeut\*innen

**Thomas Köhler**, Prof. Dr. med. Dr. phil.

Klinische Psychologie, Universität Hamburg

**Inhalt:** Psychotherapeutisch Tätige behandeln oft Patient\*innen, die gleichzeitig psychopharmakologisch therapiert werden. Insofern ist es sinnvoll, die wichtigsten Gruppen von Psychopharmaka, ihre Indikationen, Wirkmechanismen und Nebenwirkungen zu kennen. In diesem Workshop sollen die Neuroleptika (Antipsychotika), Antidepressiva, Stimmungsstabilisierer (Phasenprophylaktika), Sedativa und Hypnotika sowie Antidementiva besprochen werden, eventuell (sofern zeitlich möglich) Medikamente zur Behandlung substanzinduzierter psychischer Störungen. Darüber hinaus kommen weitere biologische Behandlungsmöglichkeiten psychischer Störungen (beispielsweise Elektrokrampftherapie, therapeutischer Schlafentzug, transkranielle Magnetstimulation, Lichttherapie) zur Sprache.

**Methoden:** Der Workshop wird im Vorlesungsstil mit reichlich Gelegenheit zu Zwischenfragen und Diskussionen gehalten.

**Ziel:** Es sollen Kenntnisse über die wichtigsten Psychopharmaka mit ihren Anwendungen erworben werden.

**Zielgruppe:** Psychotherapeut\*innen, in Beratungsstellen Tätige. Der Workshop wendet sich in erster Linie an Personen, die bis jetzt keine oder nur geringe psychopharmakologische Kenntnisse haben. Bereits mit der Materie vertraute Personen können ihr Wissen vertiefen.

### Literatur:

Köhler, Th. (2018). Pharmakotherapie in der Psychotherapie – Ein Kompendium für Psychologen und Psychotherapeuten. Lengerich: Pabst.



## Workshopangebot:

<u>Meiringen</u>	(ME1008)	Samstag, 12.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr
<u>Dresden</u>	(DD018)	Sonntag, 08.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr
<u>Lübeck</u>	(HL015)	Sonntag, 26.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr
<u>Online</u>	(PC008)	Samstag, 22.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr
<u>München</u>	(MO08)	Samstag, 12.11.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

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

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

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

In diesem Workshop werden hierzu die wirksamsten Strategien vermittelt:

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

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

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

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

## Literatur:

Literatur:

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



## Workshopangebot:

<u>Meiringen</u>	(MEI014)	Sonntag, 13.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr
<u>Online</u>	(PC014)	Sonntag, 23.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr
<u>München</u>	(M014)	Sonntag, 13.11.2022, 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.



## Workshopangebot:

Dresden (DD014)  
Lübeck (HLo09)

Samstag, 07.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr  
Samstag, 25.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

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

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

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

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

**Methoden:** Live-Demonstration des Therapeut\*innenverhaltens. Kleingruppenübungen einzelner besonders wirksamer Interventionsmethoden.

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

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

### Literatur:

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



## Workshopangebot:

Dresden (DD026)

Montag, 09.05.2022, 09:00 - 17:00 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 einsicht eröffnenden 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.



## Workshopangebot:

Online

(PCoog)

Samstag, 22.10.2022, 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 Teilnehmer\*innen 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.





## Workshopangebot:

Online (PC015)

Sonntag, 23.10.2022, 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 liefern 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\*innen-Metaphern 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.



## Workshopangebot:

Lübeck (HLo03)

Samstag, 25.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

Sonntag, 26.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

### Körperorientierte Verfahren in der Verhaltenstherapie

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

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

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

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

**Zielgruppe:** Kolleg\*innen, die Experimentierfreude und Bereitschaft zur Selbsterfahrung mitbringen.

**Bequeme Kleidung und Decke sind erforderlich.**



## Workshopangebot:

Meiringen (ME1009)  
Lübeck (HL010)

Samstag, 12.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr  
Samstag, 25.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

## Embodiment: Denkmuster durch gezielte Bewegungen verändern und stabilisieren

**Norbert W. Lotz**, Prof. Ph. D., Psychologischer Psychotherapeut  
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].



## Workshopangebot:

Meiringen (MEI015)  
Dresden (DD019)

Sonntag, 13.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr  
Sonntag, 08.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

## Sokratischer Dialog – der Königsweg der kognitiven Umstrukturierung erlebnisorientiert vorgestellt

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

**Inhalt:** Der Sokratische Dialog gilt als eine zentrale Stelle kognitiv orientierter Therapie und Beratung. Mit aufgreifend geleitetem Entdecken stellt er eine Frage- und Erkenntnismethode dar, die in effektiver Weise den von der dritten Welle der Verhaltenstherapie pointierten Ansatz von Akzeptieren und Verändern repräsentiert. Fünf Grundhaltungen werden als Vorgehensweisen dargestellt und eingeübt, weitere Kompetenzen zur Sokratischen Gesprächsführung aufgezeigt. Eine flexible und kompetente Anwendung der verschiedenen Sokratischen Techniken trägt in hohem Maße zum erfolgreichen Ausgang entsprechender Gespräche bei.

**Methoden:** Vermittlung der Techniken, Demonstrationen, Kleingruppen-Übungen, Diskussion.

**Ziel:** Die Teilnehmer/innen erlernen mit benennbaren Techniken den schwer beschreibbaren Prozess der Sokratischen Gesprächsführung umzusetzen. Durch zahlreiche konkret angeleitete Übungen wird eine entsprechende Gesprächskompetenz angestrebt.

**Zielgruppe:** Interessent\*innen an kognitiv-umstrukturierender Gesprächsführung, z. B. Psychotherapeut\*innen und Berater\*innen, Ausbildungskandidat\*innen und Angehörige helfender Berufe.

### Literatur:

Lotz, N. (2021). Sokratischer Dialog. Weinheim: Beltz.

Lotz, N. (2020, 4. Auflage). Das Innere Selbstgespräch – oder Wie Sie Ihre Gefühle und Verhaltensweisen wirksam beeinflussen können. Frankfurt: First.

Lotz, N. (2020, 4. Auflage) Die Rationale Selbstanalyse (RSA). (Heft). Frankfurt: First.

Lotz, N.W. (1995). Trying to Coincide the Inner- and Outerworld: The Socratic Dialogue. Communication & Cognition 28, 165-186.

### Zur Beachtung:

Im Kurs wird mit und nach dem Tools-Buch Sokratischer Dialog (2021) gearbeitet. Bitte halten Sie dieses Buch zum Kurs bereit.

Wenn Sie sich für das Innere Selbstgespräch (2020) interessieren, achten Sie darauf, dass Sie die 4. Auflage vom First-Verlag erhalten. Es sind verschiedene Raubdrucke anderer Vertrieber mit inhaltlich früheren Auflagen im Umlauf.



## Workshopangebot:

Dresden (DD015)  
Online (PC010)

Samstag, 07.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr  
Samstag, 22.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

## Psychische Flexibilität erlernen mit der Akzeptanz- und Commitmenttherapie

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

**Inhalt:** Psychische Flexibilität ist ein wichtiger Prädiktor für psychische Gesundheit. Diese aufzubauen, zu stärken und zu bewahren ist das zentrale Anliegen in der Akzeptanz- und Commitmenttherapie. Die ACT wird der sog. Dritte Welle der Verhaltenstherapie zugeordnet und findet ihre theoretische Grundlage in der Bezugsrahmentheorie (BRT), einer behavioristischen Analyse menschlicher Kognition und Sprache. 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 u. a. bei Depressionen, Traumatisierungen, Angst-, Schmerz- und Essstörungen.

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

**Ziel:** Erklären der Bedeutung von psychischer Flexibilität für die mentale und somatische Gesundheit. Erlangen von Grundlagenkenntnissen über die Vorgehensweise von ACT. Kennenlernen praktischer Interventionen, die im Rahmen der eigenen Arbeit unmittelbar eingesetzt werden können.

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

### Literatur:

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

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

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

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



## Workshopangebot:

Dresden (DD027)  
Lübeck (HL016)

Montag, 09.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr  
Sonntag, 26.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

### Dem Glück auf der Spur – Erkenntnisse moderner Gehirnforschung

neu

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

**Inhalt:** Wie können wir glücklich werden? Können wir etwas dafür tun? Was können wir unter Glück verstehen? Ist jeder seines Glückes Schmied? Wissenschaftlich fundierte Erkenntnisse werden vermittelt und Möglichkeiten aufgezeigt, wie diese im Rahmen der eigenen Lebensgestaltung und Selbstfürsorge umgesetzt werden können. Außerdem erhalten die Teilnehmer\*innen Perspektiven und Anregungen für die Arbeit mit Klient\*innen (Therapie/Beratung/Coaching).

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

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

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

#### Literatur:

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

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

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

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



## Workshopangebot:

Dresden (DD032)  
Lübeck (HLo22)  
München (Mo15)

Dienstag, 10.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr  
Montag, 27.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr  
Sonntag, 13.11.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

## Einfache Yoga- und Qi Gong-Übungen zur eigenen Selbstfürsorge und Weitergabe an Klient\*innen

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

**Inhalt:** Achtsamkeitsorientierte und -basierte Übungen führen neben körperlicher Entspannung auch zu mentalen Entschleunigungen und besitzen eine hohe Wirkkraft als Methode kognitiver Umstrukturierung. Im Kurs werden einfach zu erlernende und zu praktizierende Bewegungssequenzen aus dem medizinischen Qi Gong (Nei Yang Gong) und Yoga (Hatha Yoga) zur Selbstfürsorge dargestellt. Anwendungen auf psychische Störungen können zusätzlich vermittelt werden.

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

**Ziel:** Grundlegende Kenntnisse über die Wirkungsweisen achtsamkeitsorientierter Ansätze erlangen, konkrete Übungen aus Qi Gong und Yoga benennen und beschreiben können, eine Abfolge von Bewegungsformen einüben, eine Sequenz zur eigenen Selbstfürsorge festlegen.

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

### Literatur:

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

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



## Workshopangebot:

Online

(PC016)

Sonntag, 23.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

neu

### Das will ich ändern! Bewährte psychologisch-fundierte Veränderungsstrategien

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

**Inhalt:** Menschen wollen sich verändern: Weg von ... hin zu. Mit dem Rauchen aufzuhören ist kinderleicht. Ich habe es schon hundertmal geschafft, soll Mark Twain gesagt haben. Doch die Umstellung auf und vor allem die Aufrechterhaltung von neuem Verhalten bereiten oftmals große Probleme. Welche bewährten Hilfen gibt es? Welchen Beitrag liefern psychologische und neurobiologische Forschungen? Im Kurs werden bewährte Strategien vorgestellt und eingeübt.

**Methoden:** Präsentation, Gruppenübungen, Einzelgespräche, interaktive Rollenspiele.

**Ziel:** Kognitive und Verhaltensstrategien zum Verändern und Aufrechterhalten kennenlernen.

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

#### Literatur:

Rollnick, S., Miller, W. R. & Butler, C. C. (2020). Motivierende Gesprächsführung in den Heilberufen: Core Skills für Helfer. Lichtenau: Probst.

Lotz, N. (2021). Sokratischer Dialog. Weinheim: Beltz.

Lotz, N. (2022, 5. erweiterte Auflage). Das Flussdiagramm der Rational-Emotiven Verhaltenstherapie (REVT) – Ein wissenschaftlich fundiertes Gesprächsmodell für Therapie, Beratung und Coaching. Frankfurt: First.





## Workshopangebot:

München (Mo09)

Samstag, 12.11.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

neu

### Schon mal meditiert?

#### Methoden, Anleitungen und wissenschaftliche Belege

**Norbert W. Lotz**, Prof. Ph. D., Psychologischer Psychotherapeut

FIRST-Institut & Praxis für Angewandte und Klinische Psychologie, Frankfurt/Main

**Inhalt:** Meditieren liegt im Trend. In spirituellen Traditionen findet sich Meditation als grundlegende Praktik. Seit einigen Jahren ist sie fester Bestandteil achtsamkeitsorientierter Psychotherapien geworden. Große bis mittlere Effektstärken zeigen sich bei der Reduzierung von Angst, mittlere bei der Reduzierung von Stress, bei der Zunahme von Achtsamkeit, fluiden Intelligenz und Gedächtnis. Durch die signifikante Zunahme der Achtsamkeitsfähigkeiten wiederum steigt die Effizienz bei der Behandlung von Depressionen, Essstörungen und Zwängen. Die somatopsychischen und psychosomatischen Erkrankungen werden positiv beeinflusst. Meditation führt zu mentaler Stabilität, stärkt und entfaltet unsere persönlichen Potenziale, lässt uns von unerwünschten kognitiv-emotional-handlungsmotorischen Schaltkreisen Abstand gewinnen, verstärkt damit unsere persönliche Freiheit und Selbstbestimmung.

**Methoden:** Präsentation, Anleitungen zur Eigenerfahrung, Kleingruppe, Einzelgespräche.

**Ziel:** Unterschiedliche Meditationsweisen, deren vermutete Wirkmechanismen und Evaluationsergebnisse werden vorgestellt. Das eigene Praktizieren und Erleben stehen im Vordergrund.

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

#### Literatur:

Kabat-Zinn, J. (2015). Im Alltag Ruhe finden. Meditationen für ein gelassenes Leben. München: Knaur.

Ott, U. (2015). Meditation für Skeptiker. Ein Neurowissenschaftler erklärt den Weg zum Selbst. München: Knaur.



## Workshopangebot:

München (M004)

Samstag, 12.11.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

Sonntag, 13.11.2022, 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 Kleingruppenarbeit 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.



## Workshopangebot:

Dresden (DD020)  
Lübeck (HL004)

Sonntag, 08.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr  
Samstag, 25.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr  
Sonntag, 26.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

## Motivationale Methoden in der Psychotherapie

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

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

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

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

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

### Literatur:

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



## Workshopangebot:

Dresden (DDo28)

Montag, 09.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

### Umgang mit zwanghaften Stilen in der Psychotherapie – Herausforderungen, therapeutische Haltung, Interventionen

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

**Inhalt:** Schwierige zwanghafte interaktionelle Stile und rigide Normen bei Patient\*innen begleiten in der Psychotherapie häufig eine vordergründige Symptomatik, z.B. bei Angst- oder affektiven Störungen. Sie können Therapiebeziehung und -fortschritt beeinträchtigen und führen häufiger zu Abbrüchen.

In dem Workshop werden verhaltenstherapeutische und psychodynamische Erklärungsmodelle für Zwanghaftigkeit sowie häufige Fallstricke in der therapeutischen Beziehung vorgestellt. Es sollen eine angemessene therapeutische Haltung gemeinsam hergeleitet, praktische verhaltenstherapeutische Werkzeuge erläutert und deren Anwendung durch eigenes Probieren geübt werden. Die Interaktion mit zwanghaften Patient\*innen wird mit Hilfe des schnellen sequenziellen Rollenspiels für Gruppen geübt.

**Methoden:** Vortrag, praktische Übungen, Rollenspiele.

**Ziel:** Erweiterung Störungswissen, Kennenlernen therapeutischer Werkzeuge, deren Einsatzes sowie den Umgang mit schwierigen Therapiesituationen üben.

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

#### Literatur:

Sachse, R. (2004). Persönlichkeitsstörungen. Göttingen, Hogrefe.

Hoffmann, N. Hofman, B. (2010). Zwanghafte Persönlichkeitsstörung und Zwangs-erkrankungen: Therapie und Selbsthilfe. Heidelberg: Springer.

Schmitz, B. Schuhler, P., Handke-Raubach, A., Jung, A. (2002). Kognitive Verhaltenstherapie bei Persönlichkeitsstörungen und unflexiblen Persönlichkeitsstilen. Lengerich: Pabst.



## Workshopangebot:

Dresden (DDo16)

Samstag, 07.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Lübeck (HL011)

Samstag, 25.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

München (Mo10)

Samstag, 12.11.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

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

**Stephan Panning**, Psychologischer Psychotherapeut

Rehaklinikum Bad Rothenfelde, Klinik Münsterland, Bad Rothenfelde

**Jochen Wolfgramm**, Physiotherapeut, Lehrer für traditionelles Kungfu (Zhenwu Germany)

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

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

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

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

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

### Literatur:

Fischer, C., Schwarze, M. (2008). QiGong in Psychotherapie und Selbstmanagement. Stuttgart: Klett-Cotta.

Linden, P. (2007). Das Lächeln der Freiheit – Selbststärkung und Körperbewusstsein. Freiburg: Arbor.

Moestl, B. (2008). Shaolin – Du musst nicht kämpfen, um zu siegen. München: Knauer.

Scholz, W.-U. (2003). Tai Chi (Taiji) und QiGong im multimodalen Stressmanagement. In: Entspannungsverfahren Nr. 20, Lengerich: Pabst Sc. Publ., 62-96.



## Workshopangebot:

Dresden (DDo21)  
Lübeck (HLo17)  
München (Mo16)

Sonntag, 08.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr  
Sonntag, 26.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr  
Sonntag, 13.11.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

## Der Atem als kampf kunstbasiertes Therapieelement

**Stephan Panning**, Psychologischer Psychotherapeut

Rehaklinikum Bad Rothenfelde, Klinik Münsterland, Bad Rothenfelde

**Jochen Wolfgramm**, Physiotherapeut, Lehrer für traditionelles Kungfu (Zhenwu Germany)

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

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

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

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

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

### Literatur:

Ecker, S. (2015). Zuhause im eigenen Körper – Strategien für eine lebendige Körperwahrnehmung. Weinheim: Beltz.

Fischer, C., Schwarze, M. (2008). Qigong in Psychotherapie und Selbstmanagement. Stuttgart: Klett-Cotta.

Martin, P. (2000). Der Zen-Weg aus der Depression. Bern: Scherz-Verlag.

Middendorf, I. (1995). Der erfahrbare Atem, eine Atemlehre. Paderborn: Junfermann.



## Workshopangebot:

Dresden (DD006)

Samstag, 07.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Sonntag, 08.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Lübeck (HL005)

Samstag, 25.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

Sonntag, 26.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

## Transgenerationale Übertragung von Erfahrungen aus Kriegs- und NS-Zeit

**Ulrike Pohl**, Psychologische Psychotherapeutin  
Psychotherapeutische Praxis, Bad Krozingen

**Inhalt:** Die Jahre von 1933 bis 1945 haben tiefe Spuren in den Familien hinterlassen. Traumatisierungen durch Kriegserlebnisse und Verfolgung, seelische Beschädigungen durch den Nationalsozialismus, Verlust von Heimat durch Flucht und Vertreibung, schuldhaftes Handeln und Schweigen, Opfer, Täter\*in oder Mitläufer\*in sein – all diese Erfahrungen von Eltern und Großeltern können tiefgreifende Auswirkungen auf ihre Nachkommen haben. Leiden diese an Symptomen wie Ängsten, Depressionen, Sucht etc. erschließt sich das klinische Bild häufig erst dann, wenn die Vorgenerationen in die therapeutische Perspektive einbezogen werden. Dies gilt insbesondere für die Weitergabe von Traumata und unverarbeiteter Schuld. In der Psychotherapie sind die Nachwirkungen von Krieg und NS-Zeit lange Zeit wenig berücksichtigt worden, treffen hier in den letzten Jahren aber auf steigendes Interesse – auch dadurch angeregt, dass sich immer mehr Menschen intensiv mit ihrer Familiengeschichte beschäftigen.

In dem Workshop wird auf die aktuelle Bedeutung des Themas eingegangen und ein theoretischer Überblick über die transgenerationale Übertragung von Traumatisierungen und Beschädigungen gegeben. Ausgewählte Forschungsergebnisse werden dargestellt. Zudem werden Bezüge zur therapeutischen Arbeit und – bei Interesse – zur eigenen Familiengeschichte hergestellt.

**Methoden:** Vortrag, Fallbeispiele, Filmausschnitte, Diskussion mit Raum für persönliche Erfahrungen, Übungen.

**Ziel:** Ziel dieses Workshops ist es, ein vertieftes Verständnis für die psychischen Auswirkungen des Zweiten Weltkrieges und des Nationalsozialismus auf Therapeut\*innen und Patient\*innen heute zu erreichen und neue Ansatzpunkte für die therapeutische Arbeit zu vermitteln.

**Zielgruppe:** Psychotherapeutisch tätige Psycholog\*innen und Ärzt\*innen sowie Personen, die im psychosozialen Bereich tätig sind.

### Literatur:

Pohl, U. (2021). Psychische Spätfolgen von NS-Zeit und Krieg bewältigen. Ein Schichtenmodell für die therapeutische Praxis. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.



## Workshopangebot:

Dresden (DD007)

Samstag, 07.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Sonntag, 08.05.2022, 09:00 - 17:00 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.





## Workshopangebot:

Lübeck (HL006)

Samstag, 25.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

Sonntag, 26.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

## Mein Happy End bin ich! – Kreatives Schreiben in der Psychotherapie

**Alexander Reichardt**, Psychologischer Psychotherapeut

Psychotherapeutische Praxis, Berlin

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

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

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

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

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

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

### Literatur:

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

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

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

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

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



## Workshopangebot:

Online (PC004)

Samstag, 22.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

Sonntag, 23.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

München (M005)

Samstag, 12.11.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

Sonntag, 13.11.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

## Psychodynamische Perspektiven für verhaltenstherapeutische Behandlungen

**Alexander Reichardt**, Psychologischer Psychotherapeut

Psychotherapeutische Praxis, Berlin

**Julia Heinz**, Psychologische Psychotherapeutin

MVZ-Tätigkeit, Berlin

**Inhalt:** Psychodynamische Perspektiven können verhaltenstherapeutische Behandlungen schon zu Beginn einer Therapie bereichern und facettenreicher machen. Über die Reflexion der szenischen Dynamik, das Erleben von Übertragung und Gegenübertragung und den unbewussten Dialog mit dem/der Patient\*in können wertvolle diagnostische Informationen gewonnen werden, die wesentlich für Indikation, therapeutisches Vorgehen, den Einsatz spezifischer Interventionen und das Verständnis problematischer Therapiesituationen sind. In dem Workshop werden grundlegende theoretische Annahmen psychodynamischer Ansätze und daraus abgeleitete diagnostische Einordnungen und therapeutische Interventionsstrategien vorgestellt und in Rollenspielen, Klein- und Großgruppenarbeit sowie anhand von Material der Teilnehmer\*innen oder des/der Dozent\*in (Stundenprotokolle, Erstgespräche, Therapieszenen, usw.) erarbeitet und eingeübt.

**Methoden:** PowerPoint-Präsentation, Rollenspiele, Fallbeispiele, Kleingruppenarbeit.

**Ziel:** Der Workshop soll psychodynamische Perspektiven in der verhaltenstherapeutischen Behandlung von Patient\*innen erlebbar machen und ein vertieftes Verständnis des Therapieprozesses mit erweiterten Handlungspotenzialen erschließen.

**Zielgruppe:** Psychologische Psychotherapeut\*innen, psychotherapeutisch oder in der Beratung tätige Personen.

### Literatur:

Argelander, H. (1999). Das Erstinterview in der Psychotherapie. Darmstadt: Primus.

Arbeitskreis OPD (Hrsg.), (2001). Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik. Grundlagen und Manual. Bern/Goettingen/Toronto/Seattle: Huber.

Clarkin J. F., Yeomans, F. E., Kernberg, O. F. (2001). Psychotherapie der Borderline Persönlichkeit. Manual zur psychodynamischen Therapie. Stuttgart: Schattauer.

Ermann, M. (2007). Psychosomatische Medizin und Psychotherapie: Ein Lehrbuch auf psychoanalytischer Grundlage. Stuttgart: Kohlhammer.

Fonagy P. & Target, M. (2006). Psychoanalyse und die Psychopathologie der Entwicklung. Stuttgart: Klett-Cotta.

Kohut, H. (1981). Die Heilung des Selbst. Frankfurt: Suhrkamp.

Wöller, W., & Kruse, J. (2014). Tiefenpsychologische fundierte Psychotherapie. Stuttgart: Schattauer.



## Workshopangebot:

Meiringen (ME1010)

Samstag, 12.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

### Kognitive Verhaltenstherapie der Zwangsstörung

**Dorothee Schmid**, lic. phil., Fachpsychologin für Psychotherapie FSP  
eigene Praxis

**Inhalt:** Zwangsstörungen gehören glücklicherweise zu den eher seltenen psychischen Erkrankungen. Wenn sie jedoch auftreten, verursachen sie grosses Leiden und Leid, sowohl bei den Betroffenen selbst wie auch in deren Umfeld. Sie zwingen die erkrankten Menschen zur Unterordnung unter ihre scheinbar unbesiegbare Macht, die mit Schuldspruch, Strafe, ja mit der Ausgrenzung aus der menschlichen Gemeinschaft droht, wenn sich die Betroffenen nicht unterwerfen. Im Kurs wird gezeigt, wie die Diktatur des Zwangs durch spezifische Interventionen und gezielte Beziehungsgestaltung aufgebrochen werden kann.

**Methoden:** Anhand der Wissensvermittlung zur (Psycho-)Dynamik der Zwangsstörungen werden Ansatzpunkte und Techniken zu deren Veränderung erklärt. In praktischen Übungen werden die Techniken demonstriert bzw. eingeübt.

**Ziel:** Vermittlung einer vertieften Kenntnis des Störungsbildes und geeigneter, d.h. wirksamer Interventionen zur Therapie der Zwangsstörungen. Störungstypische Spezifika der Beziehungsgestaltung werden erläutert.

**Zielgruppe:** Psychologische Psychotherapeut\*innen und Psychiater\*innen mit klinischer Erfahrung. Störungsspezifische Vorkenntnisse zur Zwangsstörung sind nicht erforderlich.



## Workshopangebot:

Meiringen (MEI016)

Sonntag, 13.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

### ACT in der Therapie der Angststörungen. Erfahrungen aus der klinischen Praxis

**Dorothee Schmid**, lic. phil., Fachpsychologin für Psychotherapie FSP  
eigene Praxis

**Inhalt:** Angststörungen gehören zu den häufigsten psychischen Störungen. In der Schweiz erkrankt nahezu jeder Fünfte einmal im Leben an einer behandlungsbedürftigen Angststörung. Wegen der meist stark ausgeprägten körperlichen Symptome ist die erste Anlaufstelle für Patient\*innen in der Regel die Hausarztpraxis. Oft beginnt damit eine mehrjährige Odyssee, während der die Betroffenen zwar viele Abklärungen und Medikationsversuche mitmachen, aber keine wirksame Therapie bekommen. In vielen psychotherapeutischen Einrichtungen sieht es leider nicht viel besser aus. Im Kurs werden die spezifischen und wirksamen therapeutischen Interventionen in anschaulicher Weise vermittelt.

**Methoden:** Anhand der Wissensvermittlung zur Dynamik der Angststörungen werden Techniken für einen hilfreichen Umgang mit Ängsten erklärt. Dabei steht die Veränderung der Beziehung der Betroffenen zu ihrem Problem im Mittelpunkt. Die ACT (Acceptance and Commitment Therapy) ist hierfür hervorragend geeignet und im klinischen Alltag rasch und effizient einsetzbar. Ausserdem ermöglicht die ACT eine elegante und geschmeidige Verwirklichung des Expositionsprinzips. Anhand praktischer Übungen werden die wichtigsten Techniken demonstriert.

**Ziel:** Vermittlung der Kenntnis des Störungsbildes und wirksamer (ACT-)Interventionen zu dessen Therapie.

**Zielgruppe:** Psychologische Psychotherapeut\*innen, Psychiater\*Innen und Hausärzt\*innen mit klinischer Erfahrung. Störungsspezifische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.



## Workshopangebot:

Meiringen (ME1005)

Samstag, 12.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

Sonntag, 13.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

Online (PC005)

Samstag, 22.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

Sonntag, 23.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

neu

## Und trotzdem JA zum Leben sagen. Ankommen und Überleben in Deutschland

**Cornelie Schweizer**, Dr. rer. nat., Dipl.-Psych.  
Freie Praxis in Tübingen

**Inhalt:** Während Pandemie-Meldungen sämtliche anderen Geschehnisse der Welt aufsaugen, sind Geflüchtete nicht nur von Corona betroffen, sondern kämpfen auf vielfältige Art ums Überleben – und zwar sowohl jenseits als auch diesseits des Mittelmeers.

Wie schaffen es diese Menschen zu überleben? Welche innerpsychischen Mechanismen verleihen die Stärke, unfassbar Grausames innerlich zu integrieren? Und wie können (hypno)therapeutische Interventionen Geflüchtete bei der schweren Aufgabe, gut in Deutschland anzukommen, unterstützen?

Mit diesen Fragen befasst sich der Workshop.

Die Referentin berichtet von ihrer Arbeit mit alleine geflüchteten Frauen und stellt Therapiematerialien für die therapeutische Praxis mit (nicht nur) geflüchteten traumatisierten Menschen vor.

**Methoden:** Vortrag, Demonstration, Gruppentrance, Kleingruppe, Selbsterfahrung.

**Ziel:** Praktische Informationsvermittlung für Beratung und Psychotherapie mit geflüchteten und / oder traumatisierten Menschen.

**Zielgruppe:** Alle, die sich mit den Themen Flucht und Trauma näher beschäftigen wollen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Gerne auch Studierende.

### Literatur:

Martha Richards. Viktoria, Carl-Auer-Verlag.



## Workshopangebot:

Dresden (DD022)  
Lübeck (HLo18)

Sonntag, 08.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr  
Sonntag, 26.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

neu

## Affirmative Therapie für LGBTIQ-Personen

**Eva Seigerschmidt**, Psychologische Psychotherapeutin  
Eigene Praxis, München

**Inhalt:** Um LGBTIQ- Personen in Psychotherapie und Beratung gerecht zu werden, ist eine tolerante, LGBTIQ- freundliche Haltung eine gute therapeutische Voraussetzung. Ein tiefergehendes Verständnis der Entwicklungs- und Lebensbedingungen von LGBTIQ- Menschen ist jedoch für eine wirklich fachgerechte Versorgung dieser Klient\*innengruppe erforderlich. Im 1. Teil des Seminars werden Grundbegriffe wie die verschiedenen Dimensionen von Geschlechtlichkeit, Heteronormativität, Homo- und Transnegativität, inneres und äußeres Coming-Out, internalisierte Homo- und Transnegativität und das Minderheitenstressmodell vermittelt und eine affirmative therapeutische Grundhaltung eingeübt.

**Methoden:** Theoretische Einführungen werden mit erlebnisorientierten Übungen, Selbsterfahrungselementen, Kleingruppenarbeit und therapeutischen Rollenspielen erfahrbar gemacht.

**Ziel:** Die Teilnehmer\*innen sollen sich der besonderen Entwicklungs- und Lebensbedingungen von LGBTIQ-Menschen und ihrer Bedürfnisse in Therapie und Beratung bewusster werden und lernen, sensibel und therapeutisch kompetent darauf einzugehen. Sie sollen Möglichkeit bekommen, ihre therapeutische Grundhaltung zu Fragen der sexuellen Identität und Orientierung bewusst zu reflektieren und sich so sicherer und kompetenter im Umgang mit LGBTIQ-Klient\*innen zu verhalten.

**Zielgruppe:** Therapeut\*innen und Berater\*innen in allen Kontexten (ambulant, stationär u.a.), die mit erwachsenen LGBTIQ-Menschen arbeiten.

### Literatur:

Fiedler, Peter. Sexuelle Orientierung und sexuelle Abweichung, Heterosexualität - Homosexualität - Transgenderismus und Paraphilien - sexueller Missbrauch - sexuelle Gewalt. Teil 1 und 2.; Beltz PVU, 2004.

Göth, Magret, Kohn, Ralph: Sexuelle Orientierung in Psychotherapie und Beratung. Springer Verlag., 2014.



## Workshopangebot:

Dresden (DD029)  
Lübeck (HL023)

Montag, 09.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr  
Montag, 27.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr

neu

## Psychotherapeutische Begleitung von Transitionen für erwachsene Transgender-Personen

**Eva Seigerschmidt**, Psychologische Psychotherapeutin  
Eigene Praxis, München

**Inhalt:** In den letzten Jahren ist eine erhebliche Zunahme von Anfragen nach psychotherapeutischer Begleitung von Menschen mit dem Wunsch nach geschlechtsangleichenden Maßnahmen (Transition) zu beobachten. Auch in Kliniken ist diese Patient\*innengruppe zunehmend sichtbar. Behandler\*innen fühlen sich häufig mit den diagnostischen und formalen Fragestellungen, die die Begleitung einer Transition mit sich bringt, überfordert. Nicht wenige erleben auch Unsicherheit und Vorbehalte bei den weitreichenden Entscheidungen (z.B. Hormontherapie, Operationen), über die sie (mit) zu entscheiden haben. Dieses Seminar soll, aufbauend auf die affirmative therapeutische Grundhaltung, vertiefende und praktische Informationen zur Diagnostik, Differential- und Ausschlussdiagnostik, den medizinischen und juristischen Möglichkeiten zur Transition, den formalen Erfordernissen bei der Indikationsstellung und Beantragung von Kostenübernahmen für geschlechtsangleichende Maßnahmen geben.

**Methoden:** Theoretische Einführungen werden mit erlebnisorientierten Übungen, Selbsterfahrungselementen, Kleingruppenarbeit und therapeutischen Rollenspielen erfahrbar gemacht.

**Ziel:** Die Teilnehmer\*innen sollen sich in der Begleitung von Transitionen kompetenter und sicherer fühlen, sensibel auf die Bedürfnisse dieser Patient\*innengruppe eingehen können und die notwendigen juristischen, medizinischen und formellen Kenntnisse erhalten.

**Zielgruppe:** Therapeut\*innen und Berater\*innen in allen Kontexten (ambulant, stationär u.a.), die diagnostisch und therapeutisch/beraterisch mit erwachsenen Trans- und nonbinären Personen arbeiten, Menschen im Coming- Out und durch die Transition kompetent begleiten (wollen). Die vorausgegangene Teilnahme am Seminar Affirmative Therapie mit LGBTIQ- Personen ist empfehlenswert.

Da die Transition bei Minderjährigen z.T. deutlich andere Fragestellungen und Regelungen mit sich bringt, eignet sich dieses Seminar nicht für Therapeut\*innen und Berater\*innen, die mit minderjährigen Trans- und nonbinären Klient\*innen arbeiten.

### Literatur:

Kurzfassung der Leitlinie Geschlechtsinkongruenz, Geschlechtsdysphorie und Trans-Gesundheit: Diagnostik, Beratung, Behandlung 2018, <https://www.awmf.org/leitlinien/detail/ll/138-001.html>  
Günther, M., Teren, K., Wolf, G.: Psychotherapeutische Arbeit mit trans\*- Personen: Handbuch für die Gesundheitsversorgung. Ernst Reinhardt Verlag, 2021.



## Workshopangebot:

Dresden (DD030)

Montag, 09.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

### Einführung in die Behandlung chronischer Depressionen mit CBASP nach Prof. J. McCullough

**Ralf Friedrich Tauber**, Dr. med., Arzt  
Chefarzt Sachsenklinik Bad Lausick

**Inhalt:** Erst in neuer Zeit ist klar geworden, dass bei der Behandlung von chronischen Depressionen, chronische Dysthymie, Double Depression, anders vorgegangen werden muss als bei der klassischen Behandlung einer akuten, remittierenden oder einmaligen depressiven Episode. Insbesondere bei den Unterformen der chronischen Depression, die mit einem frühen Beginn und traumatischen Kindheitserfahrungen verknüpft sind, sind bisherige Therapieansätze nur wenig erfolgversprechend. Vor allem für diese Patient\*innen wurde die neue Methode des CBASP von Prof. Dr. J. McCullough entwickelt, eine ganz vorwiegend interpersonelle Therapiemethode, die in diesem Workshop vorgestellt wird.

**Methoden:** PowerPoint-Präsentation, Videobeispiele, auch von Professor McCullough selbst, gegebenenfalls auch Rollenspiele vor der Gruppe.

**Ziel:** Die Teilnehmer\*innen erhalten einen grundlegenden Überblick über die Hintergründe und die Durchführung des CBASP sowie die Unterschiede zum klassischen kognitiv verhaltenstherapeutischen Vorgehen.

**Zielgruppe:** Psychotherapeutisch tätige Ärzt\*innen, Psycholog\*innen und Kurtherapeut\*innen, die bereits über therapeutische Erfahrungen und Kenntnisse verfügen.

#### Literatur:

McCullough, J.P. (2007). Behandlung von Depressionen mit dem Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy CBASP. München: CIP-Medien.

McCullough, J.P., Schramm, E., Schweiger, U., Hohagen, F., Berger, M. (2006). Psychotherapie der chronischen Depression: Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy – CBASP. München: Elsevier.

McCullough, J.P. (2003). CBASP – Patient Manual. New York: Guilford Press.





## Workshopangebot:

Dresden (DD033)

Dienstag, 10.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

### Einführung in die Schematherapie nach Jeffrey Young

**Ralf Friedrich Tauber**, Dr. med., Arzt

Chefarzt Sachsenklinik Bad Lausick

**Inhalt:** Die von Professor Jeffrey Young entwickelte Schematherapie hat sich mittlerweile auf verschiedenen Gebieten hervorragend etabliert, vor allem auf denen, die mit Störungen auf der Persönlichkeitsachse zusammenhängen. Neben dem ursprünglichen Schemakonzept hat sich auch der sogenannte Modusansatz vor allem bei Borderline-Patient\*innen außerordentlich bewährt. Im Workshop wird ein theoretischer Überblick über die Voraussetzungen und Grundlagen der Schematherapie gegeben und sowohl das ursprüngliche klassische Schemamodell als auch die Modusarbeit prinzipiell besprochen.

**Methoden:** Informationsvermittlung mit Skript und PowerPoint-Präsentation, Videodemonstration und Rollenspiele.

**Ziel:** Erwerb grundsätzlicher Kenntnisse über die Durchführung und die Grundlagen der Schematherapie sowie erster Anwendungsmöglichkeiten für schematherapeutisches Arbeiten.

**Zielgruppe:** Psychotherapeutisch tätige und interessierte Ärzt\*innen, Psycholog\*innen (Diplom/Master) und Kurtherapeut\*innen. Grundsätzliche klinische Vorerfahrung sollte vorhanden sein.

#### Literatur:

Roediger, E. (2011). Praxis der Schematherapie – Lehrbuch zu Grundlagen, Modell und Anwendung. Stuttgart: Schattauer.

Roediger, E. (2015). Raus aus den Lebensfallen! Das Schematherapie-Patientenbuch. Paderborn: Junfermann.

Young, J.E., Klosko, J.S., Weishaar, M.E. (2005). Schematherapie. Ein praxisorientiertes Handbuch. Paderborn: Junfermann.

Young, J.E., Klosko J.S. (2006). Sein Leben neu erfinden – Wie Sie Lebensfallen meistern. Paderborn: Junfermann.



## Workshopangebot:

Meiringen (MEI011)  
Online (PC017)  
München (M017)

Samstag, 12.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr  
Sonntag, 23.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr  
Sonntag, 13.11.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

neu

## Vertiefungs- und Fallseminar zur Therapie von Patient\*innen mit Dissoziativer Identitätsstörung

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

**Inhalt:** Aufbauend auf das Einführungsseminar (vom Vorjahr) wird hier Raum zur Vertiefung dieser spannenden therapeutischen Thematik sein. Es können eigene Fälle vorgestellt werden.

Diagnostische Probleme werden erörtert, auch die Differenzialdiagnose zwischen Schizophrenie, Borderline-Persönlichkeitsstörung und Dissoziativer Identitätsstörung (DIS).

Die Möglichkeiten der Zusammenarbeit mit anderen potenziell hilfreichen Menschen im medizinisch-therapeutischen und sozial-helfenden System, die u. U. notwendig ist, um die Basis erfolgreicher Psychotherapie zu schaffen, werden erörtert.

Die Arbeit mit kurzen kindgerechten Geschichten, mit denen jüngere Persönlichkeitsanteile gezielt therapeutisch angesprochen werden können, wird demonstriert, so dass die TN sie danach selbst verwenden können (die autorisierte deutsche Übersetzung der One Hundred Children von Ellen Lacter).

Wer den Mut hat, sich auf die Behandlung extrem traumatisierter Menschen einzulassen, braucht Unterstützung. Solche zu geben ist das wesentliche Ziel des Seminars.

**Methoden:** Vertiefung des Verständnisses durch konkrete Fallvignetten – auch solche die von TN eingebracht werden – und weitere Theorie, wo angebracht, sowie praktische Übungen – ob in Präsenz oder online.

**Ziel:** Erweiterung der Therapiemöglichkeiten für die Arbeiten mit Patient\*innen, die an Dissoziativer Identitätsstörung leiden.

**Zielgruppe:** Kolleg\*innen die Erleichterung ihrer Arbeit mit komplex-traumatisierten Patient\*innen wünschen. Kolleg\*innen die am Einführungsseminar oder an einem Seminar mit Ellert Nijenhuis teilgenommen haben oder anderweitig gewisse Erfahrungen im Bereich DIS haben.

### 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.



## Workshopangebot:

Online (PC011)  
München (M011)

Samstag, 22.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr  
Samstag, 12.11.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

## Einführung in die Therapie von Patient\*innen mit Dissoziativer Identitätsstörung

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

**Inhalt:** Intensive Traumatisierung von Kindern ist leider nicht so selten, wie es wünschenswert wäre. Dementsprechend haben auch mehr erwachsene Patient\*innen ausgeprägte dissoziative Symptome, bis hin zum Vollbild einer Dissoziativen Identitätsstörung (DIS). Das Erkennen dieser 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, stößt 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. Die daraus abgeleitete Grundhaltung sowie therapeutische Techniken haben die Arbeit des Referenten mit Patient\*innen, die an einer Dissoziativen Identitätsstörung (DIS) leiden, erheblich vereinfacht und effektiver gemacht.

In diesem Seminar wird

- eine Einführung in die TSDP gegeben,
- die Diagnostik der DIS state of the art gezeigt

und es werden

- Anregungen für die therapeutische Arbeit gegeben, die den Grundzügen der Enaktiven Traumatherapie folgen.

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:** Input mit Visualisierung und Lehrvideo, Gruppenarbeit, praktischen Übungen – ob in Präsenz oder online.

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

**Zielgruppe:** Kolleg\*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 Traumbegriffs / Traumabedingte Dissoziation: Konzept und Fakten, Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Nijenhuis, E. (2018), Die Trauma-Trinität. Ignoranz – Fragilität – Kontrolle (Band 3). Enaktive Traumatherapie, Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.



## Workshopangebot:

München (M006)

Samstag, 12.11.2022, 09:00 - 16:30 Uhr

Sonntag, 13.11.2022, 09:00 - 12:30 Uhr

### Werd´ dir mehr wert – Selbstwert verstehen, verändern, verankern

**Karen Wise**, Psychologische Psychotherapeutin  
Psychotherapeutische Praxis, Prien am Chiemsee

**Inhalt:** Ein gesundes Selbstwertgefühl ist unverzichtbar für ein erfülltes und zufriedenes Leben. Defizite in diesem Bereich liegen fast allen Störungsbildern zugrunde. Sie zu beheben, ist die besondere Kunst von Psychotherapie. Aber wie? Kognitive Interventionen sind hilfreich aber nicht hinreichend. Durch emotionale Arbeit sind tiefgreifendere Veränderungen möglich. Wir werden Strategien entdecken, um den Selbstwert durch Handeln, Denken und emotionale Arbeit zu beeinflussen.

**Methoden:** Neben der Informationsvermittlung (Handouts, Folien) werden Live-Sitzungen, Videoaufzeichnungen und Übungen in Kleingruppen eingesetzt. Zudem wird durch Visualisierungs- und Achtsamkeitsübungen eine Methode dargestellt, um eine positive Beziehung zu sich selbst zu entwickeln, die jenseits der Inhalte der Gedanken und Gefühle liegt.

**Ziel:** Der Workshop soll ein besseres Verständnis vom Phänomen Selbstwert sowie eine erhöhte Kompetenz vermitteln, um diesen positiv zu beeinflussen. Wer sich auch zu einer Live-Arbeit bereit erklärt, kann zusätzlich zu dem Gewinn für die Arbeit auch persönlich profitieren.

**Zielgruppe:** Alle interessierten Kolleg\*innen (Psycholog\*innen, Ärzt\*innen). Bereitschaft zur Eigenbeteiligung ist erwünscht.



## Workshopangebot:

<u>Meiringen</u>	(MEI012)	Samstag, 12.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr
<u>Dresden</u>	(DD017)	Samstag, 07.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr
<u>Lübeck</u>	(HLO24)	Montag, 27.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr
<u>Online</u>	(PC012)	Samstag, 22.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr
<u>München</u>	(M012)	Samstag, 12.11.2022, 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 Tools innerhalb der Psychotherapie eröffnet Wege, uns unser Tun zu erleichtern, sowie es gleichzeitig noch effektiver zu machen. Besonders auf dem Einsatz von technischen Hilfsmitteln basierende Tools können eine große Bereicherung für die Psychotherapie darstellen, indem sie das therapeutische Geschehen entschleunigen und damit zu dessen Vertiefung beitragen. Auf diesem Wege werden innerpsychische Vorgänge intensiviert und dadurch deren Wirkung verstärkt. Zusätzlich bieten gerade die auf dem Smartphone oder dem Internet basierenden Interventionen Möglichkeiten, therapeutisches Geschehen auch in der Zeit zwischen den Therapiesitzungen stattfinden zu lassen. Innerhalb des Workshops werden eine Reihe von therapeutischen Hilfsmitteln praktisch demonstriert und die zugrundeliegenden Prinzipien erläutert. Neben traditionellen therapeutischen Schätzen, wie z.B. die Zweistuhltechnik, der 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 und daher sein/ihr persönlicher Einsatz wichtig ist. Die Idee bei der Entwicklung der Programme und Apps war, sie, angeleitet durch den/die Therapeut\*in, innerhalb des klassischen psychotherapeutischen Settings anzuwenden. Dies hat eine Intensivierung des therapeutischen Geschehens zur Folge, gleichzeitig verschafft es dem/der Behandler\*in Freiräume, die er/sie für die Planung und Vorbereitung von therapeutischen Interventionen oder deren Dokumentation nutzen kann. Die Einsatz findenden Apps und PC-Programme basieren auf der kognitiven Verhaltenstherapie sowie der Positiven Psychologie: Meine Ziele, Blick auf mich selbst, Emotionstrainer, Inneres Team, Gedanken-Waschmaschine und 3x Glück. Die grafisch- sowie sprachinteraktive Gestaltung der Programme und Apps bewirkt ein erhöhtes Aktivierungsniveau, was sich förderlich auf das Erlernen neuer Denk- und Reaktionsweisen auswirkt. Zur Überbrückung der Zeit zwischen den Sitzungen bietet sich die 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 stellt sie täglich eine neue Aufgabe, die sich leicht in das Tagesgeschehen integrieren lässt. Der/Die Patient\*in soll dadurch angeleitet werden, neue Erfahrungen im Alltag zu machen. Auch die Apps Internet-Coach sowie Pocket-Stoiker beinhalten die Möglichkeit, den Patienten auf seiner psychoedukativen Reise per Signal-App oder E-Mail zu begleiten. Teilnehmer\*innen des Workshops haben die Möglichkeit, die Apps Internet-Coach sowie Pocket-Stoiker in ihrer therapeutischen Arbeit praktisch zu erproben, um eigene Erfahrungen mit dem Einsatz von App- bzw. PC-gestützten Tools zu sammeln.

**Methoden:** Präsentation und Erläuterung diverser therapeutischer Techniken (Tools), sowie praktische Demonstration von, auf dem Einsatz von Smartphone, PC und Internet basierenden, Kleinen Helfern. Erklärung der jeweiligen Wirkprinzipien, sowie Fallbeispiele mit Patient\*innen-Videos. Gelegenheit, die Anwendung der Interventionen selbst in der eigenen Arbeit zu erproben.

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

**Zielgruppe:** Psychologische und Ärztliche Psychotherapeut\*innen, Berater\*innen und Coaches sowie Angehörige aller 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 S. Fricke & I. Hand (Hrsg.), Verhaltenstherapie bei Zwangsstörungen – Fallbasierte Therapiekonzepte. München: Urban & Fischer.

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



## Workshopangebot:

<u>Meiringen</u>	(MEI017)	Sonntag, 13.03.2022, 09:00 - 16:30 Uhr
<u>Dresden</u>	(DD023)	Sonntag, 08.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr
<u>Lübeck</u>	(HL019)	Sonntag, 26.06.2022, 09:15 - 16:45 Uhr
<u>Online</u>	(PC018)	Sonntag, 23.10.2022, 09:00 - 16:30 Uhr
<u>München</u>	(MO18)	Sonntag, 13.11.2022, 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 dabei therapeutische Maßnahmen, die der Kräftigung der psychischen Konstitution des/der Patient\*in dienen, die Wirkung von Expositionsübungen verbessern. 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 hierbei zur Verfügung stehenden PC-Programme und Apps umfassen neben diagnostischen Tools (z.B. OCD-Analyzer), 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: Einführung in die Wirkprinzipien der Expositionsbehandlung bei Zwangsstörungen. 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 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 sowie Angehörige aller Berufsgruppen, die mit der Behandlung von Patient\*innen mit Zwangsstörungen betraut sind.

### Literatur:

Wölk, C. & Seebeck, A. (2002). Brainy, das Anti-Zwang-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 S. Fricke & I. Hand (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 S. Fricke und I. Hand.) 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.

Hoffmann, N. & Hofmann, B. (2021). Zwanghafte Persönlichkeitsstörung und Zwangserkrankungen- Therapie und Selbsthilfe. Berlin: Springer.





**IFT-Gesundheitsförderung GmbH**  
Leopoldstr. 175, 80804 München  
[www.vtwoche.de](http://www.vtwoche.de)

**Kontakt:**

Anja Runau  
Telefon: 089/360804-97  
E-Mail: [runau@ift.de](mailto:runau@ift.de)

**Bildmotive Titelseite:**

Adobe Stock