

VERHALTENSTHERAPIEWOCHEN 2020



Programm München

145. VT-Woche vom 13.–15. Nov. 2020

Online-Anmeldung: www.vtwoche.de

Thema der Eröffnungsveranstaltung:

Transdiagnostische Ansätze zur Behandlung psychischer Störungen: Chancen und Herausforderungen

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

Fortbildungspunkte

Bei der Psychotherapeutenkammer Bayern wurden Fortbildungspunkte beantragt.

Wichtige Termine und Daten	3
Veranstaltungshinweise	4
Eröffnungsveranstaltung	5
2-tägige Workshops: Samstag und Sonntag	6
Einführung in die Emotionsfokussierte Therapie	6
Diagnostik von psychischen Syndromen und Persönlichkeitsstörungen nach ICD-10/-11.....	7
Pathologisches Kaufen – Kaufsucht.....	8
1-tägige Workshops: Samstag	9
Kreative Methoden der Ressourcenaktivierung	9
Stuhlübungen zur Emotionsarbeit in der Einzelpsychotherapie	10
ACT: Therapie und Lebenshaltung. Eine Einführung in die Akzeptanz- und Commitmenttherapie.....	11
Der Atem als kampfkunstbasiertes Therapieverfahren	12
Lebensrückblickverfahren in der Psychotherapie	13
1-tägige Workshops: Sonntag	14
Ressourcenaktivierung und Achtsamkeit bei Therapeuten im beruflichen Alltag.....	14
Embodiment: Denkmuster durch gezielte Bewegungen verändern und stabilisieren	15
Was Verhaltenstherapeuten von den Kampfkünsten lernen können	16
Zeitplan	17
Gebühren	18
Hinweise	19
Anreise	19
Rahmenprogramm	19

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird im Folgenden nur die männliche Form verwendet, es sind aber immer beide Geschlechter angesprochen.

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

Anmeldung / Kontakt

Anmeldung zum reduzierten Tarif bis zum **27.09.2020**

Die tatsächlich stattfindenden Workshops werden bis zum 02.10.2020 online unter www.vtwoche.de/onlineanmeldung/muenchen bekanntgegeben. Workshopabsagen teilen wir postalisch und per E-Mail mit.

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

Online-Anmeldung:

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

Veranstaltungsort

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



Telefon Tagungsbüro 0163 / 161 14 14

Hinweise zur Anreise finden Sie auf Seite 19.

Veranstaltungszeiten

Registrierung:

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

Eröffnungsveranstaltung	Freitag	13.11.2020	17:00–19:15 Uhr
Workshops (inkl. Pausen)	Samstag	14.11.2020	9:00–16:30 Uhr
	Sonntag	15.11.2020	9:00–16:30 Uhr

Fortbildungspunkte

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

Terminankündigung für 2021

Die nächste Verhaltenstherapiewoche in München findet voraussichtlich vom 12.–14.11.2021 statt.

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

Eröffnungsveranstaltung

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

Workshops

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

Beratung bei der Workshop-Auswahl

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

Zertifizierung

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

Barrierefreier Zugang

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

M001 17:00–19:15 Uhr

Transdiagnostische Ansätze zur Behandlung psychischer Störungen: Chancen und Herausforderungen

Seit einigen Jahrzehnten werden Forschung und Praxis der Kognitiven Verhaltenstherapie durch störungsspezifische Theorien und Therapiekonzepte dominiert. Dieser Ansatz ist zweifellos sehr erfolgreich, aber Grenzen und Nachteile dieses Vorgehens werden zunehmend deutlich. In den letzten Jahren ist ein Trend hin zu transdiagnostischer Forschung und Therapie zu beobachten, d.h. es findet eine zunehmende Beschäftigung mit Prozessen statt, die über Störungsgrenzen hinweg bedeutsam sind. Im Vortrag werden zunächst aktuelle transdiagnostische Konzepte der Psychotherapie vorgestellt, gefolgt von einer kritischen Betrachtung der Vor- und Nachteile im Vergleich zum störungsspezifischen Paradigma. Als konkrete klinische Beispiele werden dabei exemplarisch zwei Themenbereiche aus der eigenen Forschung genauer beleuchtet: die Therapie von Traumafolgestörungen auf der einen Seite sowie die Behandlung repetitiven negativen Denkens (Sich-Sorgen, Grübeln) auf der anderen Seite.

Einführung in das Thema und Moderation

Wird noch bekannt gegeben.

Vortrag:

Prof. Dr. Thomas Ehring, Lehrstuhlinhaber Klinische Psychologie und Psychotherapie, Ludwig-Maximilians-Universität München

M002 täglich 09:00–16:30 Uhr

Einführung in die Emotionsfokussierte Therapie

Dominique Holstein, Dr. phil., Psychologischer Psychotherapeut
Leitender Psychologe, Klinik Oberwil/Zug, Schweiz

Inhalt: Die Emotionsfokussierte Therapie (EFT) nach Leslie S. Greenberg ist ein wissenschaftlich fundiertes Therapieverfahren, bei welchem das Bewusstsein, die Akzeptanz, das Verstehen und die Veränderung der Emotionen im Rahmen einer Therapie im Zentrum stehen. Im Workshop wird der Schwerpunkt darauf gelegt, wie ein Patient Zugang zu seinem emotionalen Erleben, vor allem zu schmerzhaften Emotionen wie Scham, Traurigkeit und Angst, gewinnt und wie er dysfunktionale Emotionen verändern kann, mit dem Ziel, seine emotionale Kompetenz zu verbessern. Dadurch wächst die Fähigkeit eines Patienten, seine 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 Psychotherapeuten.

Literatur:

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

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

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

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

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

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

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

M003 täglich 09:00–16:30 Uhr

Diagnostik von psychischen Syndromen und Persönlichkeitsstörungen nach ICD-10/-11

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-11 vermittelt. Den Teilnehmern wird eine hinreichend reliable Diagnostik auf Basis der ICD-11 Forschungskriterien anhand der häufigsten Störungsbilder (Depressionen, Angststörungen, Essstörungen, somatoforme Störungen, Persönlichkeitsstörungen, Sucht) vermittelt. Didaktisch wird u. a. mit von Experten geeichten Videos gearbeitet. Auf Neuerungen im DSM-5 bzw. ICD-11 wird eingegangen. Die Bereitschaft zur Kleingruppenarbeit wird vorausgesetzt.

Methoden: Vortrag, DVD-Videobeispiele (Kasuistiken).

Ziel: Hinreichend reliable und dabei valide Persönlichkeitsstörungsdiagnostik vermitteln. Praktiker für Fallstricke bzw. Verzerrungstendenzen sensibilisieren.

Zielgruppe: Psychologische und Ärztliche Erwachsenen- und Kinder-/Jugendpsychotherapeuten.

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.

Moo4 täglich 09:00–16:30 Uhr**neu**

Pathologisches Kaufen – Kaufsucht

Nadja Tahmassebi, Psychologische Psychotherapeutin
salus klinik Friedrichsdorf

Inhalt: Pathologisches Kaufen ist eine klinisch relevante Störung, bei der die Betroffenen die Kontrolle über ihr Kaufverhalten verlieren. Betroffene haben einen starken Wunsch zu kaufen, sie verbringen viel Zeit damit und sind gedanklich durch das Thema vereinnahmt. Die Waren werden vor allem zur Emotionsregulation, oftmals in einer unnötigen Stückzahl und unabhängig von der Nutzung, erworben. Dadurch kommt es häufig zu finanziellen, psychischen, familiären und teilweise zu juristischen Problemen. In dem Workshop werden unterschiedliche Phänotypen der Kaufsucht (Kaufsucht mit und ohne Horten) unterschieden. Komorbid leiden diese Patienten auch oft unter weiteren psychischen Erkrankungen. Das Krankheitsbild des pathologischen Kaufens sollte in der stationären und ambulanten Praxis zusätzlich mitbehandelt werden, weil es sich selten von alleine reguliert. In diesem Workshop stehen vor allem die kognitiv-verhaltenstherapeutischen Behandlungsstrategien für den therapeutischen Alltag im Mittelpunkt.

Methoden: Referat zur Vermittlung der theoretischen Grundlagen, Differentialdiagnostik, Vermittlung von Interventionen zur Motivation, zur Veränderung des Kaufverhaltens und zur Rückfallprophylaxe, Arbeit in Kleingruppen unter Anleitung.

Ziel: Die Teilnehmer sollen mit dem Störungsbild vertraut werden, pathologisches Kaufverhalten erkennen lernen und Behandlungsstandards in ihrem therapeutischen Alltag nutzen können.

Zielgruppe: Psychotherapeutisch tätige Personen und Personen, die im Beratungskontext arbeiten.

Literatur:

Müller, A., de Zwaan, M., Mitchell, J. E. (2008). Pathologisches Kaufen: Kognitiv-verhaltenstherapeutisches Manual. Köln: Deutscher Ärzte-Verlag.

Müller, A., Wölfling, K., Müller, K. W. (2018). Verhaltenssuchte – Pathologisches Kaufen, Spielsucht und Internetsucht. Göttingen: Hogrefe.

Müller, A., Laskowski, N., Tahmassebi, N. (in Druck): Therapietools Kaufsucht. Weinheim: Beltz.

Mo05 09:00–16:30 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: Es ist mittlerweile empirisch gut belegt, dass eine gezielte Ressourcenaktivierung beim Patienten in den Therapiesitzungen zu einem besseren Therapieergebnis führt (Studienübersicht siehe Grawe, 2004). Eine zentrale Aufgabe von Psychotherapie kommt also neben einer störungsspezifischen Problembearbeitung dem Auf- und Ausbau positiver Möglichkeiten und Fähigkeiten im Sinne einer Ressourcenförderung zu.

In dem Workshop werden Methoden zur Ressourcenaktivierung für die Psychotherapie vorgestellt, um die Wahrnehmung und Aktivierung eigener Ressourcen zu schulen und gezielt für Veränderungsprozesse zu aktivieren. Patienten ist der Zugang zu ihren Ressourcen aufgrund von Demoralisierungsprozessen oftmals versperrt, sodass sie weniger aktuell realisierbare Ressourcen wahrnehmen als Gesunde. Um diese bei Patienten verschütteten Ressourcen wieder zu aktivieren, wird vorzugsweise mit kreativen Methoden gearbeitet. Dazu wird durch die Anwendung kreativer Methoden eine intensivere Verarbeitung und tiefere Verankerung der aktivierten Ressourcen ermöglicht. Der intuitive Zugang, der durch die Anregung von kreativen Prozessen hergestellt wird, erhöht die Bereitschaft und Offenheit für Veränderungen und aktiviert positive Gefühle. Im Sinne der Broaden-and-Buildt-Theorie von Fredrickson (2011) wird dadurch ein positiver Rückkopplungsprozess in Gang gesetzt und ein weiterer Ressourcenzuwachs erleichtert.

Anhand praktischer Übungen lernen die Teilnehmer verschiedene kreative Möglichkeiten zur Ressourcenaktivierung kennen und erleben direkt die positive Wirkung von Ressourcenaktivierung. Ein Schwerpunkt beinhaltet dabei die Arbeit mit Bildkarten, da diese über den visuellen nonverbalen Zugang eine besonders einfache Möglichkeit darstellen, bei Patienten Ressourcen zu aktivieren. Sie erhalten konkrete Umsetzungsmöglichkeiten für ihre psychotherapeutische Arbeit.

Methoden: PowerPoint-Präsentationen, gemeinsame Erarbeitung der relevanten Theorie am Flipchart, praktische Übungen mit anschließender Methodenreflektion.

Ziel: Erleben einer ressourcenorientierten Grundhaltung und eigenen Ressourcenwahrnehmung, Kennenlernen von kreativen ressourcenaktivierenden Übungen und ihre Einbettung in den Therapieprozess.

Zielgruppe: Psychologische Psychotherapeuten.

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

Fredrickson, B.L., (2011). Die Macht der guten Gefühle. Frankfurt a.M.: Campus.

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

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

Mo06 09:00–16:30 Uhr

Stuhlübungen zur Emotionsarbeit in der Einzelpsychotherapie

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

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

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

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

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

Zielgruppe: Personen, die nach Anregungen für die Belebung und Intensivierung der Therapie- und Beratungssituation durch emotionsfokussierte Stuhlübungen suchen. Anfänger und Fortgeschrittene. Vorwiegend für die Einzelarbeit mit Erwachsenen gedacht, mit Adaptation auch für Psychotherapiegruppen geeignet. Schwerpunkt ist die KVT, jedoch erfahrungsgemäß auch für Tiefenpsychologen interessant. Psychologen, Ärzte, Sozialtherapeuten, HP (Psychotherapie).

Literatur:

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

M007 09:00–16:30 Uhr

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

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

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

Methoden: Präsentation, interaktives Rollenspiel, Kleingruppe, Eigenerfahrung.

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

Zielgruppe: Psychotherapeuten, Ärzte, Berater, Ausbildungskandidaten und Angehörige helfender Berufe.

Literatur:

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

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

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

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

Moo8 09:00–16:30 Uhr

Der Atem als kampf kunstbasiertes Therapieverfahren

Stephan Panning, Psychologischer Psychotherapeut
Rehaklinikum Bad Rothenfelde, Klinik Münsterland, Bad Rothenfelde

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 Therapeuten.

Zielgruppe: Therapeuten, 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.

Moog 09:00–16:30 Uhr

Lebensrückblickverfahren in der Psychotherapie

Barbara Rabaioli-Fischer, Psychologische Psychotherapeutin
Psychotherapeutische Praxis, München

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

Methoden: Darstellung der Interventionen, Übungen in Selbsterfahrung, Patientenbeispiele.

Ziel: Die Teilnehmer erlernen erste Schritte zu diesen Verfahren mit Übungen in Selbsterfahrung und anhand von Patientenbeispielen.

Zielgruppe: Psychologen (Diplom/Master) und Ärzte mit Grundkenntnissen in Verhaltenstherapie und mit wenig Erfahrung zu emotional-aktivierenden Techniken und Lebensrückblickverfahren.

Literatur:

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

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

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

Mo10 09:00–16:30 Uhr

Ressourcenaktivierung und Achtsamkeit bei Therapeuten im beruflichen Alltag

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

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

Inhalt: Patienten profitieren mehr von Psychotherapie, wenn in der Therapie Ressourcen aktiviert und gefördert werden. Voraussetzung für eine ressourcenorientierte Arbeit mit Patienten ist nicht nur, dass der Therapeut seine eigenen Ressourcen achtsam wahrnimmt, sondern auch, dass er seine Ressourcen im Alltag zu nutzen weiß. So kann der Therapeut für den Patienten ein Ressourcenmodell sein. Die achtsame Wahrnehmung und Reflektion eigener Stärken und Fähigkeiten stehen im Mittelpunkt dieses Workshops. Der Workshop bietet für Therapeuten die Möglichkeit, eigene Ressourcen zu aktivieren und diese für den beruflichen Alltag nutzbar zu machen. Es wird u.a. der Frage nachgegangen, wie man seinen eigenen beruflichen Alltag ressourcenorientiert gestalten kann, aber auch wie man mit schwierigen Situationen/Patienten für sich selbst ressourcenorientiert umgehen kann. Verschiedene Möglichkeiten zur eigenen Ressourcenaktivierung werden vorgestellt und ausprobiert, sodass die Teilnehmer unmittelbar verschiedene ressourcen-aktivierende Techniken bei sich selbst erleben können.

Methoden: Selbsterfahrung, praktische Übungen, Kleingruppenarbeit.

Ziel: Ressourcenaktivierung bei den Teilnehmern, um die Freude am Beruf und die Neugier auf Patienten am Leben zu halten bzw. zu fördern.

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.

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

Norcross, J.C. & Guy, J.D. (2010). Lassen Sie es in Ihrer Praxis. Wie Psychotherapeuten für sich selbst sorgen können. Göttingen: Hogrefe, vorm. Verlag Hans Huber.

Zarbock, G., Amman, A. & Ringer, S. (2012). Achtsamkeit für Psychotherapeuten und Berater: Mit Online-Materialien. Weinheim: Beltz.

Mo11 09:00–16:30 Uhr

Embodiment: Denkmuster durch gezielte Bewegungen verändern und stabilisieren

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

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

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

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

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

Zielgruppe: Psychologische Psychotherapeuten, Ärzte, Berater, Ausbildungskandidaten und Angehörige helfender Berufe.

Literatur:

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

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

M012 09:00–16:30 Uhr

Was Verhaltenstherapeuten von den Kampfkünsten lernen können

Stephan Panning, Psychologischer Psychotherapeut
Rehaklinikum Bad Rothenfelde, Klinik Münsterland, Bad Rothenfelde

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: Therapeuten, 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.

ZEITPLAN

Nr.	Freitag 13.11.2020	Samstag 14.11.2020	Sonntag 15.11.2020
Uhrzeit →	17:00–19:15	09:00–16:30	09:00–16:30
M001	nachmittags		
M002		ganztags	ganztags
M003		ganztags	ganztags
M004		ganztags	ganztags
M005		ganztags	
M006		ganztags	
M007		ganztags	
M008		ganztags	
M009		ganztags	
M010			ganztags
M011			ganztags
M012			ganztags

[Zur Online-Anmeldung](#)

GEBÜHREN

Gebühren bei Früh Anmeldung bis 27.09.2020				Gebühren ab 28.09.2020		
Tage	I *	II *	III *	I *	II *	III *
1,0	220 €	200 €	110 €	260 €	240 €	130 €
2,0	440 €	400 €	220 €	520 €	480 €	260 €

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

Eröffnungsveranstaltung

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

Ein kostenloser Tag

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

* Gebührengruppen

I: Reguläre Gebühren

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

II: Ermäßigte Gebühren (lt. Auflistung unten)

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

III: Besondere Ermäßigung

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

- Psychotherapeuten in Ausbildung
- Pflegepersonal
- Ergotherapeuten (Arbeits- und Beschäftigungstherapeuten)
- Empfänger von Arbeitslosengeld und Arbeitslosenhilfe
- Studenten

Eine nachträgliche Gebührenerstattung ist nicht vorgesehen.

Bitte beachten Sie die Teilnahmebedingungen / AGB unter www.vtwoche.de

HINWEISE

Veranstaltungsort

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

Unterkunft / Hotels

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

ANREISE

Mit dem Auto

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

www.contipark.de/de-DE/find-parking/muenchen-tiefgarage-hauptbahnhof

www.elisenhof-muenchen.com/parkhaus

Mit dem Zug oder anderen öffentlichen Verkehrsmitteln

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

Mit dem Flugzeug (Flughafen München)

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

Informationen zur Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln erhalten Sie unter:

www.mvv-muenchen.de

RAHMENPROGRAMM

Sehenswertes/Kultur/Ausflüge

München bietet ein vielfältiges Angebot. Auf dem Portal www.muenchen.de finden Sie alle Informationen über Sehenswertes, Kultur, Ausflüge und aktuelle Veranstaltungen.

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