

VERHALTENSTHERAPIEWOCHEN 2020



Programm Meiringen

Kanton Bern / Schweiz

140. VT-Woche vom 06.–08. März 2020

Online-Anmeldung: www.vtwoche.de

Thema der Eröffnungsveranstaltung:

Neue Entwicklungen in der Psychotherapie

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

Fortbildungspunkte

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



Gipfel Freude*

**Wir suchen
Assistenzärztinnen
und Assistenzärzte.**

www.privatlinik-meiringen.ch

* Meine Work-Life-Balance stimmt.
Ich lebe und arbeite im Haslital...
Dort, wo andere Ferien machen!

Privatlinik 
Meiringen

**Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Gäste, Teilnehmerinnen und Teilnehmer**

Bereits zum dreizehnten Mal führt die Privatklinik Meiringen in Kooperation mit der IFT-Gesundheitsförderung in München die Verhaltenstherapiewoche durch, mit aktuellen Themen zur Weiterentwicklung psychotherapeutischer Methoden sowie einem breit angelegten und interessanten Fortbildungsprogramm.

Am Freitag, dem Eröffnungstag, stehen wieder zwei Hauptreferate auf dem Programm mit renommierten Referenten zu den Themen „Alles eine Frage der Beziehung? Psychotherapie depressiver Störungen“ und „Responsiveness – precision psychotherapy“. An den beiden Folgetagen finden die eigentlichen Psychotherapie-Fortbildungen in Form von 1- und 2-tägigen Workshops statt, die thematisch breit gefächert sind. Exzellente Workshopleiterinnen und Workshopleiter, die über den aktuellen Stand der Forschung informiert sind und über einen grossen Erfahrungsschatz verfügen, konnten dafür gewonnen werden.

Wir freuen uns, wieder viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus dem In- und Ausland zur Verhaltenstherapiewoche in Meiringen begrüssen zu dürfen.

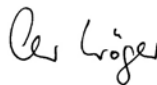
Meiringen im März ist nicht nur Psychotherapie und Fortbildung, sondern auch prächtige Alpenkulisse, Winter, Schnee, Skifahren und Bergwandern, hoffentlich auch Sonne – mit anderen Worten: eine in jeder Hinsicht reizvolle Urlaubs- und Erholungsregion mit hohem Freizeitwert.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Mit freundlichen Grüßen



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



Dr. Christoph Kröger
Leiter der IFT-Gesundheitsförderung

Wichtige Termine und Daten	5
Veranstaltungshinweise	7
Eröffnungsveranstaltung	8
2-tägige Workshops: Samstag und Sonntag.....	9
Einführung in die Emotionsfokussierte Therapie	9
CBASP – Störungsorientierte Strategien zur Verhaltenstherapie chronischer Depression	10
1-tägige Workshops: Samstag.....	11
EMDR in der Behandlung der PTBS	11
Traumafolgestörungen – Diagnostik und Therapie.....	12
Förderung der Dankbarkeit in der Verhaltenstherapie.....	13
Imaginative Techniken in der Behandlung von Phobien.....	14
ACT: Therapie und Lebenshaltung. Eine Einführung in die Akzeptanz- und Commitmenttherapie	15
Kognitive Verhaltenstherapie der Zwangsstörung.....	16
1-tägige Workshops: Sonntag.....	17
Individualisierte Burnout-Therapie (IBT) – ein multimodaler Behandlungsleitfaden	17
Sprechen in Bildern - Arbeit mit Metaphern im therapeutischen Gespräch	18
Embodiment: Denkmuster durch gezielte Bewegungen verändern und stabilisieren	19
Zeitplan	20
Gebühren	21
Hinweise zum Tagungsort und Rahmenprogramm	22
Anreise	22

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

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

Anmeldung / Kontakt

Anmeldung zum reduzierten Tarif bis zum **19.01.2020**

Die tatsächlich stattfindenden Workshops werden bis zum 24.01.2020 online unter www.vtwoche.de/onlineanmeldung/meiringen bekanntgegeben. Workshopabsagen teilen wir per E-Mail mit.

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

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

Online-Anmeldung:

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

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

Veranstaltungsort

Adresse
Privatklinik Meiringen AG
Willigen
CH-3860 Meiringen
Telefon Tagungsbüro
+41 33 972 82 26
Hinweise zur Anreise finden Sie auf Seite 20.



Veranstaltungszeiten

Registrierung:

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

Eröffnungsveranstaltung	Freitag	06.03.2020	16:30–19:45 Uhr
Apéro	Freitag	06.03.2020	19:45–20:30 Uhr
Workshops (inkl. Pausen)	Samstag	07.03.2020	9:00–16:30 Uhr
	Sonntag	08.03.2020	9:00–16:30 Uhr

Fortbildungspunkte für Teilnehmende aus Deutschland

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

Fortbildungspunkte für Teilnehmende aus der Schweiz

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

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

2019 haben folgende Institutionen in der Schweiz die Fortbildung anerkannt:

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

Terminankündigung für 2021

Die nächste Verhaltenstherapiewoche in Meiringen findet voraussichtlich vom 12.–14.03.2021 statt.

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

Eröffnungsveranstaltung

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

Workshops

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

Beratung bei der Workshop-Auswahl

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

Zertifizierung

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

Barrierefreier Zugang

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

MEloo1 16:30–19:45 Uhr

Neue Entwicklungen in der Psychotherapie

Die Depression zählt zu den häufigsten psychischen Störungen und geht mit einer erheblichen Krankheitslast einher. Den meisten Betroffenen wird eine Psychotherapie empfohlen. Viele Experten gehen davon aus, dass eine Psychotherapie vor allem durch die therapeutische Beziehung wirkt und dass psychotherapeutische Techniken eine untergeordnete Rolle für die Wirksamkeit spielen. Möglicherweise kann man beides jedoch gar nicht so klar voneinander trennen. Das Ziel des Vortrages von Dr. Jan Philipp Klein ist es daher, der Frage nachzugehen, ob die therapeutische Beziehung und die therapeutische Technik nicht vielmehr in einem engen Wechselverhältnis zueinanderstehen. Das soll an zwei Beispielen verdeutlicht werden. Im ersten Beispiel geht es um die psychotherapeutische Behandlung von langanhaltenden Depressionen mit dem Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP). In dieser Behandlung werden spezifische Techniken eingesetzt, die zu einer Verbesserung der therapeutischen Beziehung beitragen sollen. Das zweite Beispiel befasst sich mit Internet-Interventionen. Im Rahmen dieser Interventionen werden psychotherapeutische Kenntnisse und Fertigkeiten nicht durch einen Therapeuten, sondern durch einen Computer vermittelt. Doch auch hier spielt die therapeutische Beziehung eine Rolle.

Wer möchte nicht dem Anspruch gerecht werden, jedem Psychotherapiepatienten genau das therapeutische Angebot zu machen, das die beste Aussicht auf Erfolg hat? „Responsiveness“ (im Deutschen wird ebenso wie bei „precision medicine“ meist der englische Begriff verwendet) meint die psychotherapeutische Antwort auf die Besonderheiten des einzelnen Patienten und ist eines der aktuellen Themen in der Psychotherapieforschung. Precision Medicine und in Anlehnung daran Precision Psychotherapy scheint dem auf den ersten Blick zu entsprechen. Wie weit dem wirklich so ist, wird in dem Vortrag von Dr. Ueli Kramer diskutiert. Es wird problematisiert, wieweit der seit Jahrzehnten währende Trend zu störungsspezifischen Psychotherapien und die Neuaufgabe von Psychotherapieschulen in der dritten Welle der Verhaltens-therapie einer echten Individualisierung im Wege stehen und es werden in aller Kürze Konzepte vorgestellt, die eine solche Individualisierung tragen können.

Einführung in das Thema und Moderation

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

Vorträge

Alles eine Frage der Beziehung? Psychotherapie depressiver Störungen

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

Responsiveness – precision psychotherapy

PD Dr. Ueli Kramer, Universitätsklinik und Universität Lausanne

MEloo2 täglich 09:00–16:30 Uhr

Einführung in die Emotionsfokussierte Therapie

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

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

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

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

Zielgruppe: Psychologische und Ärztliche Psychotherapeuten.

Literatur:

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

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

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

MEloos täglich 09:00–16:30 Uhr

CBASP – Störungsorientierte Strategien zur Verhaltenstherapie chronischer Depression

Jan Philipp Klein, Dr. med., Arzt
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie,
Universität zu Lübeck

Inhalt: Chronische Depressionen beginnen häufig bereits vor dem 21. Lebensjahr und sind oftmals Folge von traumatischen zwischenmenschlichen Erfahrungen. Die Verhaltenstherapie chronischer Depressionen erfordert daher interpersonelle Strategien, die im Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP) geschickt mit verhaltenstherapeutischen Techniken kombiniert werden. Mittlerweile belegen mehrere kontrollierte Studien die Wirksamkeit des CBASP. Dabei wird davon ausgegangen, dass das Denken von Menschen mit chronischer Depression sich vor allem um sie selbst und die eigene Sicht der Welt dreht (Wahrnehmungsentkoppelung).

In diesem Workshop wird, ausgehend von den eigenen Erfahrungen der Teilnehmer mit ihren chronisch depressiven Patienten, das Krankheitsmodell der chronischen Depression interaktiv erarbeitet. Ziel der CBASP-Strategien ist es, die Patienten in die Lage zu versetzen, die Wahrnehmungsentkoppelung zu überwinden. In Rollenspielen wird vermittelt, wie die Beziehungsgestaltung in der Therapie genutzt werden kann, um die Patienten aus dem Kreis, in dem sie gefangen sind, zu befreien und wie mit Hilfe von Situationsanalysen zwischenmenschliche Fertigkeiten vermittelt werden können. Einen inhaltlichen Überblick finden Sie auch im Handout unter <http://j.mp/CBASP>.

Methoden: Kurze Einführung, Video- und Live-Demonstration sowie Einübung der wichtigsten CBASP-Techniken in Kleingruppen.

Ziel: Vermittlung eines lebendigen Einblicks in die Strategien des CBASP anhand eigener Erfahrungen der Teilnehmer.

Zielgruppe: Ärztliche und Psychologische Psychotherapeuten.

Literatur:

McCullough, J. P. (2012). Therapeutische Beziehung und die Behandlung chronischer Depressionen (Übersetzung ins Deutsche von Schweiger, U., Sipos, V., Demmert, A., Klein, J. P.). Heidelberg: Springer.

Klein, J. P., Belz, M. (2014). Psychotherapie chronischer Depression. Praxisleitfaden CBASP. Göttingen: Hogrefe.

Klein, J. P., Backenstraß, M., Schramm, E. (2018). Therapie-Tools CBASP: Psychotherapie chronischer Depression. Mit E-Book inside und Arbeitsmaterial. Weinheim Basel: Beltz.

MEloo4 09:00–16:30 Uhr

EMDR in der Behandlung der PTBS

Karsten Böhm, Dr. phil., Psychologischer Psychotherapeut
Leitender Psychologe Privatklinik Friedenweiler,
Akutklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik

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 Psychotherapeuten, Psychologen und Ärzte. Erfahrung in der Therapie von Posttraumatischen Belastungsstörungen ist nicht erforderlich.

MEloos 09:00–16:30 Uhr

Traumafolgestörungen – Diagnostik und Therapie

Heidi Grossenbacher, Dr. med., MAS PT UZH
Privatklinik Meiringen

Inhalt: Das Leben chronisch traumatisierter Menschen ähnelt oft einem nie endenden Kampf. Meist leiden sie unter zahlreichen Symptomen, die die Therapeuten verwirren. Viele dieser Patienten haben grosse Probleme mit der Alltagsbewältigung und in ihren Beziehungen, was starke intrapsychische Konflikte und die Nutzung dysfunktionaler Bewältigungsstrategien einschliesst. Um zu verstehen, was in diesen Menschen passiert, ist die Theorie der strukturellen Dissoziation der Persönlichkeit (Nijenhuis, Van der Hart & Steele) hilfreich. Sie hilft uns auch zu erkennen, was mit Menschen passiert, die seit frühester Kindheit ritueller Gewalt ausgesetzt sind.

Wir beschäftigen uns mit der Organisation der Persönlichkeit traumatisierter Menschen und beginnen zu begreifen, warum viele ihrer mentalen und behavioralen Handlungen dysfunktional sind. Die Theorie der strukturellen Dissoziation und der Psychologie des Handelns geben auch Aufschluss darüber, welche Art von integrativen Handlungen Traumatisierte ausführen müssen, um dem Spuk der Vergangenheit, der sie weiter verfolgt, ein Ende zu machen und in der Gegenwart erfolgreicher und freier leben zu können. Zusätzlich setzen wir uns mit dem Phänomen rituelle Gewalt auseinander, einem Thema, über das gerne geschwiegen wird. Die Arbeit mit Klientinnen, die in Parallelwelten leben, die von klein auf programmiert wurden und unzählige Innenanteile besitzen, ist für viele von uns Neuland.

Methoden: Vortrag, Fallbeispiele, Rollenspiele.

Ziel: Verständnis für die Persönlichkeit und Handlungen traumatisierter Menschen sowie das Phänomen rituelle Gewalt.

Zielgruppe: Ärzte, Assistenzärzte, Psychologen (Diplom/Master), mit Traumatisierten arbeitende Pflegenden und Therapeuten.

Literatur:

Van der Hart, O., Nijenhuis, E.R.S., Steele, K. (2008). Das verfolgte Selbst. Paderborn: Junfermann.

Nijenhuis, E.R.S. (2006). Somatoforme Dissoziation. Paderborn: Junfermann.

Lindstrom, H., Sniehotta, J. (2016). Abwegig – Überleben und Therapie bei ritueller Gewalt. Kröning: Asanger.

MEloo6 09:00–16:30 Uhr

neu

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 Praktiker, 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). 108 Tage Dankbarkeit. Das Dankbarkeits-tagebuch. Stuttgart: Kohlhammer.

Mohr, M. (2012). Das Wunder der Dankbarkeit. Wie Wertschätzung das Leben verwandelt. München: Gräfe und Unzer.

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.

Stöckl, B. (2012). Wofür soll ich dankbar sein? Salzburg: Ecowin.

MEl007 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 Teilnehmern wird demonstriert, wie man die imaginative Fähigkeit der Patienten erheben kann und es werden störungsspezifische imaginative Techniken vermittelt. Dazu gehören das Anknüpfen 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 lernen, einen Imaginationstest durchzuführen sowie imaginative Interventionsstrategien störungsspezifisch bei Phobien einzusetzen.

Zielgruppe: Psychologische Psychotherapeuten. Vorerfahrung mit imaginativen Techniken ist dabei nicht notwendig.

Literatur:

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

MEloo8 09:00–16:30 Uhr

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

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

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

Methoden: Präsentation, interaktives Rollenspiel, Kleingruppe, Eigenerfahrung.

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

Zielgruppe: Psychologische 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.

MElooo 09:00–16:30 Uhr**neu**

Kognitive Verhaltenstherapie der Zwangsstörung

Dorothee Schmid, lic. phil., Fachpsychologin für Psychotherapie FSP
Leiterin Kompetenzbereich Angst- und Zwangsstörungen, Privatklinik Wyss

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 Schuldpruch, Strafe, ja mit der Ausgrenzung aus der menschlichen Gemeinschaft droht, wenn sich die Betroffenen nicht unterwerfen. Im Workshop 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 Psychotherapeuten, Psychiater mit klinischer Erfahrung. Störungsspezifische Vorkenntnisse zur Zwangsstörung sind nicht erforderlich.

ME1010 09:00–16:30 Uhr

Individualisierte Burnout-Therapie (IBT) – ein multimodaler Behandlungsleitfaden

Gert Kowarowsky, Psychologischer Psychotherapeut
Psychotherapeutische Praxis, Bad Steben

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

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

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

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

Zielgruppe: Psychologische Psychotherapeuten, Psychologen (Diplom/Master), Ärzte und Berater, Ausbildungskandidaten und Angehörige helfender Berufe.

Literatur:

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

MElo11 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. Patienten 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 Therapeuten beschreiben ihr Vorgehen und theoretische Modelle häufig mithilfe von Metaphern. Selten wird dieser Metapherngebrauch jedoch reflektiert und systematisch genutzt, dabei gibt es wissenschaftliche Erkenntnisse, welche die Möglichkeiten dazu nahelegen. Analysen des Verständnisses und der Verarbeitung von Metaphern lieferten neue Modelle, die in diesem Workshop speziell für Therapeuten und Berater 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 aktiv einzubeziehen: Übungen zum Erkennen von Metaphern, zum Sammeln von Patientenmetaphern aus dem beruflichen Alltag oder von Sprichwörtern aus dem Erfahrungsschatz. Verschiedene Funktionen und Formen von Metapherngebrauch werden dargestellt.

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

Zielgruppe: Teilnehmer 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.

MElo12 09:00–16:30 Uhr

Embodiment: Denkmuster durch gezielte Bewegungen verändern und stabilisieren

Norbert W. Lotz, Prof. Ph. D., Psychologischer Psychotherapeut, Yoga- und Qìgong-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].

Nr.	Freitag 06.03.2020	Samstag 07.03.2020	Sonntag 08.03.2020
Uhrzeit →	16:30–19:45	09:00–16:30	09:00–16:30
MEI001	nachmittags		
MEI002		ganztags	ganztags
MEI003		ganztags	ganztags
MEI004		ganztags	
MEI005		ganztags	
MEI006		ganztags	
MEI007		ganztags	
MEI008		ganztags	
MEI009		ganztags	
MEI010			ganztags
MEI011			ganztags
MEI012			ganztags

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

GEBÜHREN

Gebühren bei Früh Anmeldung bis 19.01.2020				Gebühren ab 20.01.2020		
Tage	I *	II *	III *	I *	II *	III *
1,0	245 CHF	220 CHF	120 CHF	285 CHF	265 CHF	145 CHF
	220 Euro	200 Euro	110 Euro	260 Euro	240 Euro	130 Euro
2,0	485 CHF	440 CHF	245 CHF	570 CHF	530 CHF	285 CHF
	440 Euro	400 Euro	220 Euro	520 Euro	480 Euro	260 Euro

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

Eröffnungsveranstaltung

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

Ein kostenloser Tag

Wenn Sie 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 kognitive Verhaltenstherapie (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/-innen in Ausbildung
- Pflegepersonal
- Ergotherapeuten/-innen (Arbeits- und Beschäftigungstherapeuten/-innen)
- Empfänger/-innen von Arbeitslosengeld und Arbeitslosenhilfe
- Studenten/-innen

Eine nachträgliche Gebührenerstattung ist nicht vorgesehen.

Bitte beachten Sie die Teilnahmebedingungen / AGB

Haslital. Berner Oberland

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

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

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

Unterkunft / Hotels

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

ANREISE

Mit dem Auto

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

Mit der Bahn

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

Eine Anmeldung spätestens zwei Tage vor der Veranstaltung mit Angabe der Ankunftszeit ist erforderlich, E-Mail an verhaltenstherapiewoche@privatklinik-meiringen.ch

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

