

# Kurzbeschreibung der Workshops

---

## 1. Brenner: Autogenes Training für KursleiterInnen

RehabspsychologInnen vermissen oft ihre Standortbestimmung und den fachlichen Austausch mit Fachkollegen. Dies gilt besonders in bezug auf die Entspannungsverfahren. AT-Trainer erhalten in diesem Workshop die Möglichkeit, ihr Trainerverhalten zu überprüfen und neue Anregungen für die Kursdurchführung zu bekommen. Zielgruppe: AT-Trainer in der Reha

## 2. Dumat: Interdisziplinäre stationäre Schmerztherapie unter spezieller Berücksichtigung der beruflichen Reintegration

Im Rahmen der Darstellung des verhaltensmedizinischen interdisziplinären Behandlungskonzeptes der Med.-Psychosomatischen Klinik Bad Bramstedt wird auf die spezielle Problematik der beruflichen Reintegration bei chronischen Schmerzpatienten eingegangen. Es werden Angebote wie das Berufliche Soziale Kompetenztraining (B-SKT), sowie Angebote zur Belastungserprobung an kliniknahen Arbeitsplätzen vorgestellt. Spezifische Gruppeninterventionen können in Rollenspielen eingeübt werden. Der Workshop richtet sich an Therapeuten mit Erfahrung in der Arbeit mit chronischen Schmerzpatienten.

## 3. Janouch: Hypnotherapie bei Angststörungen

Ängste gehören zu den häufigsten psychischen Symptomen, mit denen Menschen therapeutische Hilfe aufsuchen. Hypnose kann – unabhängig vom jeweiligen therapeutischen Modell – die Therapie schneller und effektiver machen und helfen, für jeden einzelnen Fall individuelle und flexible Lösungsstrategien zu entwickeln. Im Seminar sollen einige verallgemeinerbare hypnotherapeutische Vorgehensweisen bei Angststörungen vermittelt werden. Zielgruppe: Vorkenntnisse in Hypnose wünschenswert

## 4. Kemmann-Huber: Über Atem und Bewegung zu innerer Ruhe und guter Spannkraft finden

In diesem Kurs sollen Grundlagen einer ganzheitlich orientierten Atem- und Körperarbeit kennengelernt werden. Über fließende und dehende Bewegungsabläufe, durch Vokal- und Konsonantenarbeit und durch Erlernen von Sammlungsfähigkeit sollen Atem- und Körperempfinden bewusst und differenziert wahrgenommen werden. Die enge Beziehung zwischen Atembewegung und Körperhaltung sollen erfahrbar werden. Über bewusst erlebte Körper- und Atemübungen geschieht eine gesteigerte Tiefensensibilisierung, die auf die bestehende physische und seelisch-emotionale Grundtonisierung und damit auf die Gesamtbefindlichkeit eines Menschen einwirkt. So ist es möglich, über bewusst erlebte Atem- und Körperübungen im Sitz, im Stand und in der gehenden Bewegung sowohl innere Ruhe als auch gute Spannkraft zu finden. Bitte bequeme Kleidung, Socken und Turnschuhe mitbringen.

## 5. Kleffmann: MELBA – ein Assessmentinstrument zu beruflicher Rehabilitation und Integration

Das Profilvergleichsverfahren MELBA wird vorgestellt: Seine Entwicklung, die Methodik und die Anwendungsbereiche werden diskutiert. Anhand eines Fallbeispiels soll die Erstellung von Profilen demonstriert und geprobt werden. Schließlich sollen Einsatzmöglichkeiten des Instruments in den verschiedenen Arbeitsbereichen der WorkshopteilnehmerInnen erörtert werden. Zielgruppe: Personen, die mit dem Assessment von psychischen Fähigkeiten/Schlüsselqualifikationen bzw. Arbeitsanforderungen befasst sind.

## 6. Küch: La Musica – ein Konzept psychologischer Gesundheitsförderung durch Bewegung, Entspannung und sinnlichen Genuss

La Musica verbindet Bewegung und Entspannung mit Musik und Spiel und fördert dabei Kontakt, Genuss und Sinnlichkeit. Ziel des Workshops ist es, dieses auf die Rehabilitation zugeschnittene integrative und körperorientierte Konzept psychologischer Gesundheitsförderung vorzustellen und die TeilnehmerInnen auf die praktische Umsetzung im Klinikalltag vorzubereiten.

Zielgruppe: KollegInnen mit Interesse an salutogenen Gruppenverfahren und Begeisterung(sfähigkeit) für körperorientierte Arbeit.

## 7. Plogstieß: Mobbing bewältigen – Schritte zum Ausstieg aus dem Hamsterrad

Der Workshop richtet sich an Menschen, die bereits mit Mobbingbetroffenen gearbeitet haben oder vorhaben dies zu tun, an TeilnehmerInnen mit eigenen Mobbing Erfahrungen – sei es als Opfer oder Täter – oder an jene, die in ihrem Umfeld Zeuge von Schikane am Arbeitsplatz wurden. Anknüpfend an den Vortrag besteht je nach Interesse der TeilnehmerInnen die Möglichkeit, einzelne Aspekte zu vertiefen. Im Vordergrund steht der Austausch von Behandlungs- und Beratungserfahrungen aber auch eigener Eindrücke im Zusammenhang mit Mobbing Erfahrungen. Die TeilnehmerInnen sind eingeladen, Fallbeispiele einzubringen.

## 8. Reschke: Identitätsreflexion – Methodische Hilfen zur Förderung von Identitätsarbeit und Zukunftsprojektion als rehaspezifische Beiträge zur Stress- und Krankheitsbewältigung

Der Workshop zeigt anhand von Elementen aus dem Stressbewältigungsprogramm „Optimistisch den Stress meistern“ Möglichkeiten der Identitätsarbeit auf und diskutiert mit den TN als zentrale Fragen, wie diese zur beruflich-persönlichen Reintegration und Zukunftsorientierung beitragen können. Methodische Zugänge für Einzel- und Gruppenprogramme werden demonstriert bzw. selbsterfahrend eingeübt. Interventionsaufgaben und Übungen bei methodisch geführter Identitätsarbeit werden systematisch erarbeitet und vorgestellt. Zielgruppe: Anfänger und Fortgeschrittene

## 9. Scholz: Tai Chi (Taiji) und Klinische Psychologie – Eine rational-emotive kognitiv-verhaltenstherapeutische Perspektive

Der Workshop führt zunächst praktisch in ausgewählte meditative Bewegungsformen des Tai Chi (Taiji) ein. Exemplarisch werden so die Anwendungsmöglichkeiten in der Klinischen Psychologie erfahrbar gemacht und theoretisch reflektiert. Dabei wird von neueren kognitiv-behavioralen Konzeptionen der Leibhaftigkeit (embodiment) kognitiver Prozesse und der rational-emotiven Annahme einer zentralen Bedeutung von Flexibilität und Anti-Absolutismus für psychische Gesundheit ausgegangen. Der praktische Erfahrungsanteil ist sehr groß. Zielgruppe: Alle Interessierten mit und ohne Vorerfahrung in Tai Chi.

## 10. Windemuth: Psychologie in der Orthopädie

Das Tätigkeitsfeld von PsychologInnen in der Orthopädie ist seit der Geburtsstunde der modernen Verhaltensmedizin sehr umfangreich. Es reicht von der Ergänzung standardisierter Verhaltenstrainings (Knie-, Schulter-, und Rückenschule) um psychologische Bausteine über die Durchführung von Schmerzbewältigungsprogrammen oder –therapie und die Ableitung von Behandlungsindikationen auf der Basis psychologischer Variablen bis hin zur Aggravationsdiagnostik und Unterstützung physiotherapeutischer Maßnahmen durch hypnotherapeutische Techniken. In diesem Workshop soll zuerst ein Überblick über das Tätigkeitsspektrum gegeben werden. Anschließend besteht die Möglichkeit zur Methodenberatung.

## 11. Worringer: Sozialmedizinische Relevanz beruflicher Belastungen in der Rehabilitation

Es werden arbeitsbezogene Strategien in der medizinischen Rehabilitation nach dem Eckpunktepapier der Bundesversicherungsanstalt für Angestellte vorgestellt. Im Zentrum der Diskussion werden psychologische Aufgaben der Diagnostik, Intervention und Begutachtung stehen. Differenziert wird nach unterschiedlichen sozialmedizinischen Erfordernissen für Frauen und Männer in der Rehabilitation.