

Kurzbeschreibung der Workshops

1. **Kowarowsky: Der schwierige Patient - Kommunikation und Interaktion im Praxis- und Stationsalltag**

Es ist eine der anspruchsvollsten Aufgaben für einen Helfer mit einem schwierigen Patienten erfolgreich zu arbeiten. Der Helfer kommt meistens an die Grenzen seiner Fähigkeiten, seiner Techniken, seines Wissens und häufig auch seiner persönlichen Geduld, seines Mitgefühls und seiner Integrität. Der Workshop gibt hier kompetente und praxisrelevante Hilfestellung. Die Grundfaktoren zur Verbesserung der Kommunikations- und Interaktionskompetenz in schwierigen Situationen werden aufgezeigt und eingeübt. Die Notwendigkeit zur konstanten Selbstfürsorge des Helfers in all ihren Aspekten wird vermittelt. Die konfliktreduzierende Nutzung bewährter Checklisten und der sinnvolle Gebrauch des Selbstsupervisionsfragebogens werden in diesem Workshop vermittelt und eingeübt. Schwierige Situationen in der Begegnung mit Patienten lassen sich mit dadurch erhöhter Bewusstheit, klarerem Verständnis und vermehrter Selbstfürsorge schneller klären und konstruktiv verändern. Zielgruppe: Anfänger und Fortgeschrittene in der Rehabilitation.

2. **Brenner: Visualisierungsmöglichkeiten mit der Oberstufe des Autogenen Trainings**

Im rehapsychologischen Alltag bieten einige Visualisierungstechniken der Oberstufe des Autogenen Trainings eine ideale Möglichkeit zur fokussierenden Kurzzeitpsychotherapie. Die Bearbeitung der kritischen Themen kann in Einzelsitzungen oder in Kleingruppen stattfinden. Die Therapeuten sollten Erfahrungen in der Vermittlung der Grundstufe des AT haben, Kenntnisse der Oberstufe sind keine Voraussetzung für die Workshopteilnahme. Idealerweise finden die Sitzungen in der Rehaklinik parallel oder nach einem AT-Grundkurs statt.

3. **Calaminus & Konrad: Ein psychologisches Gruppenprogramm für chronische Schmerzpatienten im Rahmen einer verhaltensmedizinisch-orthopädischen Rehabilitation**

Im Workshop wird zunächst auf die Rahmenbedingungen einer verhaltensmedizinisch-orthopädischen Rehabilitation eingegangen. Dazu gehören Indikation, Zuweisung der Patienten, personelle Bedingungen, die interdisziplinäre Zusammenarbeit sowie die gruppen- und einzeltherapeutischen Bestandteile des Programms. Im zweiten Teil soll dann das psychologische Gruppenprogramm zur Krankheits- und Schmerzbewältigung erläutert werden. Themen sind: Vermittlung eines bio-psycho-sozialen Krankheitsmodells, Aufmerksamkeitslenkung, Schmerz als Signal, soziale Kompetenz, Stressbewältigung. Exemplarisch können zu einzelnen Therapiebausteinen praktische Übungen durchgeführt werden. Dabei soll ausreichend Raum zu Fragen und Diskussion gegeben werden. Zielgruppe sind Kolleginnen/Kollegen, die bereits Erfahrungen mit Schmerzpatienten haben und/oder sich für intensivierete Behandlungskonzepte in der Rehabilitation interessieren.

4. **Mittag: Psychologische Betreuung terminal kranker Patienten und ihrer Familien oder Freunde**

Der Workshop richtet sich an KollegInnen, die im Rahmen ihrer Tätigkeit in der Rehaklinik oder auch in der Palliativmedizin, Hospizarbeit etc. Menschen in ihrer letzten Lebensphase betreuen. Wie können wir hier hilfreich sein? Was können wir tun, um Familien oder Freunde zu unterstützen? Welche Aufgaben können wir im Team übernehmen? Wie können wir für uns selbst sorgen? Und zuletzt eine ganz kritische Frage: Brauchen wir überhaupt PsychologInnen für die Betreuung terminal kranker Menschen?

5. **Ullmann: Kann Humor deinem Problem schaden?**

Bearbeitet werden Humor und Provokation in Gesprächsführung und Therapie. Es wird einen Einstieg zum Humor geben. Wie er funktioniert. Wo er im Alltag auftaucht. Wann wir ihn zulassen, wann unterdrücken. Außerdem beschäftigt sich der Workshop mit der Entwicklung des Humors als Methode. Die Etablierung einer Methode, die nicht nur effektiv ist, sondern auch Spaß macht. Im Workshop wird mit konkreten Übungen an der eigenen Humor- und empathischen, aber effektiven Provokationsfähigkeit gearbeitet. Zielgruppe sind sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene in der Arbeit mit Humor und Provokation in der Therapie.

6. Kemmann: Atemzentrierte Körper-Bewegungs- und Stimmarbeit

Atmen ist nicht nur Luft holen, sondern es ist Bewegung, Haltung, Empfindung, Fühlen, Denken, Ton und Sprache. Anhand von eingesetzten Körperbewegungen, Achtsamkeits-, Ton- und Stimmübungen soll die Selbstwahrnehmung dafür sensibilisiert und vertieft werden. Die rhythmische Atembewegung (Einatmen, Ausatmen und die Atemruhe) ist Ausdruck des gesamten Lebensrhythmus. Sie spiegelt fundamental den Zugang zu den eigenen Spannkraften sowie die Möglichkeit, körperliches und seelisches Gleichgewicht herzustellen oder zu stabilisieren. Ziel des Workshops ist, über Körper- und Atemübungen das rhythmische Geschehen des Atems zu erfahren. Aber auch die Prozesse der Formung von Innen- und Aussenraum, sowie Grenzen und Ausdruck in Bewegung und Ton kennenzulernen. Der Workshop richtet sich an alle interessierten Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Tagung.

7. Graff: Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion

Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion [Mindfulness-Based Stress Reduction (kurz MBSR) nach Jon Kabat-Zinn] ist ein meditatives Entspannungsverfahren und unterstützt die Bewältigung von Stress sowie die Verminderung von Krankheitssymptomen. Das Training der Achtsamkeit bestehend aus formellen Übungen (Sitzmeditation, achtsame Körperwahrnehmung/ Yogaübungen) und informellen Übungen (Entwicklung der Kontinuität achtsamen Bewusstseins bei allen Aktivitäten) stellt dabei eine besondere Form der Aufmerksamkeitslenkung dar, wobei die Aufmerksamkeit absichtsvoll und nicht-wertend auf das bewusste Erleben des aktuellen Augenblicks gerichtet ist. Eine achtsame Haltung ermöglicht Patienten den Ausstieg aus ungünstigen Gedankenroutinen, die eine Aufrechterhaltung problematischer Zustände wie Angst und Depression bewirken, und als therapeutische Qualität unterstützt sie die Fähigkeit, Menschen mit ihren Problemen in mitfühlender Weise ernst zu nehmen und nicht primär in die Raster vorgefertigter Systeme zu zwingen. Zielgruppe für den Einsatz des Verfahrens sind psychisch und körperlich Erkrankte im stationären sowie ambulanten Bereich, aber auch Berufsgruppen z.B. im Rahmen von Management Trainings oder Menschen, die in helfenden Berufen tätig sind.

8. Pötz: Der kranke Körper und die Seele: psychodynamische Überlegungen und Implikationen für den Rehabilitationsprozess

Der kranke Körper in seiner Doppelrolle als Teil des Selbst und äußeres Objekt hat maßgeblichen Einfluss auf das seelische Gleichgewicht, die psychische Struktur, das Körperbild und das Selbstgefühl. In einem ersten Teil sollen anhand tiefenpsychologischer Konzepte Auswirkungen körperlicher Erkrankungen aufgezeigt und Begriffe wie Krankheitsbewältigung, Coping, Krankheitsgewinn, Compliance sowie Mechanismen der Chronifizierung unter psychodynamischen Gesichtspunkten vermittelt werden. Darauf aufbauend sollen im zweiten Teil des Workshops Schlussfolgerungen für die Behandlung (am Beispiel des Autogenen Trainings) aber auch für die interdisziplinäre Zusammenarbeit diskutiert werden. Zielgruppe: an psychodynamischen Prozessen Interessierte.

9. Morfeld & Möller: Back To Balance - Ein verhaltenstherapeutisches Interventionsprogramm für Patienten mit chronisch-unspezifischen Rückenschmerzen in der stationären Rehabilitation

Der Workshop richtet sich an Anfänger und fortgeschrittene Psychologen, die in der Rehabilitation chronisch unspezifischer Rückenschmerzen tätig sind. Im Mittelpunkt steht das verhaltenstherapeutische Interventionsprogramm Back-To-Balance. Die Schulungsphilosophie des Trainingsprogramms besteht in der Vermittlung der Überzeugung, dass Rehabilitation vor allem das Erlernen eigener Verhaltensmöglichkeiten zur Schmerzbewältigung bedeutet. Darüber hinaus soll die Verhaltensänderung über die Einstellungsänderung und Motivation erfolgen. Auch der wichtige Einfluss von Verhaltensaspekten auf die Schmerzkariere (Chronifizierung) und Prognose wird integriert. Zum Konzept des Workshops: Vorstellung des Programms Back-To-Balance und seiner Programmbestandteile mit Schwerpunktlegung auf die Integration des so genannten 'Transferorientierten Coachings'. Dabei werden Strategien vorgestellt, wie bereits ab der ersten Gruppensitzung Inhalte der Intervention in den Alltag der Patienten integriert werden können.