

Kurzbeschreibung der Workshops

1. **Doubrawa: Übergang in den (Vor-) Ruhestand - Erwartungen und Anpassungserfordernisse**

Der Eintritt in den Ruhestand, regulär oder vorzeitig, selbst angestrebt oder zwangsläufig, ist nicht selten ein ernstes Problem für die Betroffenen und ihre PartnerInnen. Es kann zu gravierenden psychischen Erkrankungen (z.B. Depressionen) oder psychosomatischen Störungen kommen, wenn kein tragfähiges Konzept für den neuen letzten großen Lebensabschnitt verfügbar ist. In dem Workshop soll, ausgehend von konkreten Fallbeispielen, eine Konzeptualisierung erarbeitet werden, die für präventive psychologische Beratung wie auch für die Psychotherapie hilfreich sein kann.

2. **Golombek: Psychologische Begutachtung im Rahmen der sozialmedizinischen Einschätzung in der medizinischen Rehabilitation**

Diplom-PsychologInnen werden zunehmend in die sozialmedizinische Einschätzung eingebunden und um eine Stellungnahme zur Beurteilung der Leistungsfähigkeit gebeten. Dies bezieht sich sowohl auf somatische als auch psychosomatische Rehabilitationen. Das Aufgabengebiet von Diplom-PsychologInnen im Prozess der sozialmedizinischen Begutachtung wird skizziert, Aufbau und Inhalt eines Gutachtens sowie rechtliche Grundlagen der Sozialversicherung dargestellt. Der Workshop dient der Vermittlung von Beurteilungshinweisen für die Begutachtung psychischer/ psychosomatischer Störungen an Beispielen ausgewählter Krankheitsbilder: Somatisierungsstörungen, Depressionen, Angststörungen, Zwangsstörungen, PTSB, Persönlichkeitsstörungen.

3. **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 kennen zu lernen.

4. **Möller: Gestaltung einer transferorientierten Rehabilitation - Elemente, Probleme, Lösungen**

Neben der Behandlung stellt das Befähigen für die Nachhaltigkeit der Therapie eine zentrale Wirkgröße dar. Der Aufenthalt in der Klinik wird in der transferorientierten Reha als Trainingscamp für den Alltag verstanden. Nach einem kurzen Impulsreferat erarbeiten die Teilnehmer gemeinsam zielführende Strategien für die Umsetzung im Klinikalltag. Dabei werden Ideen, Erfahrungen und Konzeptentwicklungen der Teilnehmer gebündelt, einer kritischen Prüfung unterzogen und Umsetzungsstrategien erarbeitet.

5. **Graff: Gestalt-Arbeit in der Rehabilitation**

Der Psychoanalytiker Fritz Perls und die Gestaltpsychologin Laura Perls haben in kritischer Auseinandersetzung mit der Psychoanalyse die Gestalttherapie entwickelt. Zentrale Konzepte dieser Therapieschule sind wieder topaktuell: "Achtsamkeit", "Dialogisches Prinzip" Martin Bubers. Die Kursleiterin ist lange sowohl in einer Rehaklinik als auch in der gestalttherapeutischen Weiterbildung tätig gewesen. Der Workshop bietet konkrete Erfahrungen mit den Möglichkeiten des Transfers einer gestalttherapeutischen Grundhaltung in den Alltag der Rehaklinik an.

6. **Warschburger: Adipositas-Training mit Kindern und Jugendlichen**

Übergewicht und Adipositas sind bereits im Kindes- und Jugendalter mit bis zu 20% Betroffenen sehr weit verbreitet. Die Folgeprobleme sind enorm und die Behandlung gestaltet sich oftmals sehr schwierig. Im Rahmen des Workshops soll zuerst das Krankheitsbild kurz in seiner Verbreitung und Entstehung skizziert und die psychosozialen Folgeerscheinungen diskutiert werden. Im zweiten Teil des Workshops wird das „Adipositas Training mit Kindern und

Jugendlichen“, ein kognitiv-behaviorales, evaluiertes und manualisiertes Trainingsprogramm vorgestellt. Einzelne Module wie die Psychoedukation und Techniken zur Verhaltensänderung (wie Verhaltensverträge, Tagebücher, Tokenprogramme, Aufbau von Alternativen) sollen anhand von Fallbeispielen erläutert und eingeübt werden.

7. Tardy: Entspannung und Imagination mit Musik

Autogenes Training und Progressive Relaxation stellen eine wichtige Basistherapie in der medizinischen Rehabilitation dar. Verbreitet ist auch die musikalische Begleitung dieser Verfahren, um die Relaxation intensiver oder angenehmer zu gestalten. Viele Angebote täuschen jedoch ein simples Ursache-Wirkungs-Verhältnis vor, man versucht Musik als pharmazeutisches Präparat zu missbrauchen. Im Workshop werden bisherige Erfahrungen und Forschungsergebnisse - u. a. von Willms, Gembris, Schwabe, Decker-Voigt - aus der Rezeptiven Musiktherapie dargestellt. Die Besonderheit der Mozartschen Musiksprache und meiner Erfahrungen stelle ich praxisnah dar. Wir sammeln geeignete Musikstücke zur Entspannung und behandeln auch die technischen Voraussetzungen. Eigene Erfahrungen der Teilnehmer sind willkommen, stellen jedoch keine Voraussetzung für die Teilnahme dar. Wir besprechen und üben auch die Möglichkeiten, Entspannung, Imagination und Musik für weitere Rehabilitationsziele, z.B. zur Schmerzlinderung oder zur Lösung von Schlafstörungen zu nutzen.

8. Jansen: Raucherentwöhnung im Rahmen stationärer Rehabilitation

In Rehabilitationseinrichtungen ist der Anteil der Raucher deutlich höher als im Durchschnitt der Bevölkerung. Häufig fühlen sich die Betroffenen überfordert, zusätzlich zur Behandlung ihrer Grunderkrankung eine Tabakentwöhnung anzugehen. In letzter Zeit wächst das Interesse der Kostenträger und der Wissenschaft (z.B. aktuell die WIRK Studie I+II des IFT München) an der gezielten Behandlung der Tabakabhängigkeit als komorbide Störung in stationärer Behandlung. In dem Workshop wird ein seit vielen Jahren bewährtes verhaltenstherapeutisches Raucherentwöhnungsprogramm im Rahmen einer stationären Rehabilitationsbehandlung vorgestellt. Es werden mit den Teilnehmern konkrete Übungen durchgeführt, die das Vorgehen (u. a. Motivational Interviewing, Einsatz von Nikotinersatz, Umgang mit Rückfällen, Erfolgskontrolle, Aktivitätsprogramm) verdeutlichen. Die TeilnehmerInnen erhalten konkrete Hinweise, wie eine Raucherentwöhnung effektiv als festes indikatives Angebot in eine Reha-Behandlung integriert werden kann, und wie die Klinikleitung, aber vor allem auch die therapeutischen Mitarbeiter überzeugt werden können, dass eine Raucherentwöhnung in stationären Rehabilitationseinrichtungen sinnvoll ist.

9. Küffner: Richtlinien zur Manualerstellung für Patientenschulungen

Im Rahmen des Workshops sollen die Prinzipien einer Manualisierung von Patientenschulungen herausgearbeitet werden. Der Aufbau eines Manuals, seine unerlässlichen wie auch zusätzlichen Bausteine sollen vorgestellt, diskutiert und exemplarisch ausgearbeitet werden. Workshop-Teilnehmer können anhand ihrer eigenen Schulung Bestandteile eines Manuals in Kleingruppen erarbeiten, zusammentragen und diskutieren. Dabei werden Schwierigkeiten und Lösungsansätze bei der praktischen Umsetzung der Manualisierung verdeutlicht.

10. Helmes & Göhner: Beteiligung der Patienten während und nach der Reha - wie viel Eigenverantwortung ist angemessen?

In diesem Workshop wird erarbeitet, wie Patienten in verschiedenen Entscheidungssituationen unterstützt werden können. Im ersten Teil des Workshops geht es hauptsächlich um Kommunikationstechniken im Zusammenhang von Behandlungsentscheidungen in der Onkologie, der zweite Teil beschäftigt sich damit, wie orthopädische Patienten während der stationären Reha bei ihrer Entscheidungsfindung unterstützt werden können, welche und wie viel körperliche Aktivität sie nach Entlassung durchführen wollen. Hintergründe und wissenschaftliche Ergebnisse werden in Kurzvorträgen dargestellt. Im Rollenspiel üben die Teilnehmer die praktische Anwendung.