



## Veranstaltungen am IPP Bochum

Titel: **Focusing -**

Dozent: **Prof. Dr. Rainer Sachse, Psychologischer Psychotherapeut**

Kosten: 300€

Punkte: 34 Punkte

Abstract:

Focusing ist eine Methode, bei der eine Person eine gespürte, aber nicht klar verstandene affektive Botschaft entschlüsseln und in einen kognitiven Code übersetzen kann.

In diesem Seminar wird eine Einführung in die Theorie und Praxis des Focusing gegeben und es werden praktische Übungen dazu durchgeführt.



**Titel: Einführung Ein-Personen-Rollenspiel**

**Dozent: M. Sc. Psych. Constanze Ochs, Psychologische Psychotherapeutin**

Kosten: 150€

Punkte: 12 Punkte

**Abstract:**

Das Ein-Personen-Rollenspiel (EPR) ist eine Zwei-Stuhl-Technik zur langfristigen Bearbeitung dysfunktionaler Schemata. Der Klient wird dabei angeleitet, zwischen zwei verschiedenen Positionen - der Position des Klienten und der Position seines eigenen Therapeuten- zu wechseln. Ist der Klient "sein eigener Therapeut", lernt er, gezielt negative Annahmen in Frage zu stellen, zu disputieren und alternative funktionalere Annahmen "auszuprobieren". Befindet sich der Klient wieder auf der Klientenposition, prüft er die Vorschläge "seines Therapeuten" im Rahmen einer Stimmigkeitsprüfung (Was überzeugt mich?; Was überzeugt mich nicht?).

Das Ein-Personen-Rollenspiel strebt hiermit zwei Ziele an: Zum einen den unmittelbaren Effekt der Umstrukturierung dysfunktionaler Schemata, zum anderen die Stärkung der Selbstwirksamkeit des Klienten durch das Erleben, sich selbst aktiv helfen zu können.

Die Methode des EPRs ist als Rahmenkonzept anzusehen, innerhalb dessen unterschiedlichste Strategien Anwendung finden können: Kognitive, affektive, wie auch motivationale Strategien.

In dieser Veranstaltung wird den Teilnehmern zunächst die Technik des Ein-Personen-Rollenspiels ausführlich vorgestellt und besprochen, wann eine Indikation vorliegt.

Der Schwerpunkt wird auf der Vermittlung kognitiver Interventionen im EPR liegen. Es werden typische Schwierigkeiten von Therapeuten im EPR thematisiert und die verschiedenen Aufgaben des Therapeuten und des Klienten auf den unterschiedlichen Stuhlpositionen besprochen.

Der Kurs wird praktische Beispiele enthalten und anwendungsorientiert sein.



**Titel: Psychosomatik**

**Dozent: M. Sc. Psych. Constanze Ochs, Psychologische Psychotherapeutin**

Kosten: 150€

Punkte: 12 Punkte

**Abstract:**

In diesem Theorie- und Trainingsseminar wird zunächst auf die Diagnosestellung und Klassifikation psychosomatischer Erkrankungen eingegangen. Im Anschluss wird ein Psychologisches Modell psychosomatischer Störungen (Sachse, 2006) vorgestellt und der Zusammenhang zwischen den darin enthaltenen potenziell stressfördernden Faktoren und einer Überforderung des physiologischen Systems hergestellt.

Da psychosomatische Klienten häufig gerade zu Beginn der Behandlung spezifische Eingangsschwierigkeiten aufweisen (z.B. Skepsis, bei einem Psychotherapeuten "an der richtigen Adresse zu sein"), werden den Teilnehmern allgemeine und spezifische Prinzipien zum Umgang mit den entsprechenden Klienten zum Therapiebeginn gegeben.

Auch wird auf einige typische Vermeidungsstrategien (z.B. "Ich weiß nicht"-Antworten, Unlösbarkeitskonstruktionen) und ihre therapeutische Bearbeitung eingegangen werden. Das Konzept der Alienation (Entfremdung von eigenen Motiven, Bedürfnissen und Zielen) wird vorgestellt und das konkrete Vorgehen der Alienationsbearbeitung erläutert. Zudem wird die Umstrukturierung dysfunktionaler Schemata (z.B. "ich kann mich nicht durchsetzen") als weiterer wichtiger Aspekt in der Therapie von Psychosomatikern beschrieben.

Der Kurs wird praktische Beispiele enthalten und anwendungsorientiert sein.



**Titel: Workshop zur Klärungsorientierten Psychotherapie**

**Dozent: Prof. Dr. Rainer Sachse**

Kosten: 300€

Punkte: 34 Punkte

**Abstract:**

In diesem Trainingsseminar werden spezielle Probleme analysiert und therapeutische Lösungen trainiert, auf die die Teilnehmer bei ihrer psychotherapeutischen Arbeit gestoßen sind: Schwierige Klienten, komplexe Klientenprobleme, schwierige Interaktionssituationen u.a. Die Teilnehmer haben die Gelegenheit, therapeutische Schwierigkeiten aus der eigenen praktischen Tätigkeit zu besprechen und zu üben.



**Titel: Trauma und Klärungsorientierte Psychotherapie**  
**Dozent: Dipl. Psych. Sandra Schirm, Psychologische Psychotherapeutin**

Kosten: 150€  
Punkte: 12 Punkte

**Abstract:**

Für die Behandlung der Traumafolgestörungen existiert bereits eine Vielzahl von Behandlungsansätzen. Prozessfaktoren wie z.B. Strategien, die eine Psychotherapie erst ermöglichen, werden leider meist unbeachtet gelassen oder als selbstverständlich ("Basisverhalten") definiert. Hier kann die Klärungsorientierte Psychotherapie einen erheblichen Beitrag leisten, indem neben den kognitiven auch die affektiven und motivationalen Anteile des Problems bearbeitet werden. Neben der reinen inhaltlichen Arbeit bietet die Klärungsorientierte Psychotherapie zudem ein Strategiesystem an, in dem ein individuell auf jeden Patienten zugeschnittenes Therapieangebot gemacht werden kann.

Im Rahmen des Workshops sollen folgende Themen besprochen werden:

Verständnis der Traumafolgestörungen aus klärungsorientierter Sicht;  
Besonderheiten der Beziehungsgestaltung bei Traumafolgestörungen, deren erfolgreiche Realisierung für z.B. die Behandlung der Posttraumatischen Belastungsstörung grundlegend sind;  
Modifikation dysfunktionaler Schemata durch das modifizierte Ein-Personen-Rollenspiel;  
Umgang mit schwierigen Therapiesituationen.  
Zum Einsatz kommen soll neben reinem Vortrag auch die Besprechung von Video- und Audiomaterial und eigenen Übungen.



**Titel: Emotionsregulation**

**Dozent: PD. Dr. Dipl.-Psych. Thomas Langens, Psychologische Psychotherapeutin**

Kosten: 150€

Punkte: 12 Punkte

**Abstract:**

Unter Emotionsregulation werden alle strategischen und automatischen Prozesse zusammengefasst, die auf eine Veränderung eigener Gefühle und Stimmungen abzielen. Da psychische Störungen oft mit Schwierigkeiten bei der Regulation eigener Emotionen einhergehen, ist die Vermittlung von wirksamen Regulationsstrategien bzw. eine Erweiterung der Emotionsregulationskompetenz ein wichtiges therapeutisches Ziel. In diesem Seminar werden die theoretischen und empirischen Grundlagen der Emotionsregulation (insbesondere Appraisalprozesse, Aktivierung von Reaktionserwartungen und paradoxe Prozesse mentaler Kontrolle) vorgestellt und Interventionen zur Vermittlung einzelner Strategien sowie zur Entwicklung einer übergreifenden Emotionsregulationskompetenz beschrieben und eingeübt



**Titel: Klärungsorientierte Psychotherapie bei der Borderline Persönlichkeitsstörung**

**Dozent: PD Dr. Ueli Kramer, Universität Lausanne**

Kosten: 250,-€

Punkte: 24

**Abstract:**

Dieser zweitägige Workshop hat zum Ziel, die Teilnehmenden in neuere klärungsorientierte Konzepte für die Behandlung der Borderline Persönlichkeitsstörung einzuführen. Spezifische Interaktionsschwierigkeiten dieser KlientInnen werden anhand des Konzeptes der Schema-Borderline-Störung erklärt. Ein besonderes Augenmerk wird auf die Identifikation von borderline-spezifischen Aspekten im Therapie-Prozess gelegt, wozu Video-Analysen im Workshop angeboten werden. Individuelle zugeschnittene Interventionen werden aus diesen Analysen abgeleitet, welche integrativ aus mehreren Therapieschulen ausgewählt werden. Diese Prozesse werden mit aktueller Forschung zu der Borderline Persönlichkeitsstörung untermauert und werden mit klinischen Beispielen illustriert.



**Titel: Einführung in die Plananalyse**  
**Dozent: PD Dr. Ueli Kramer, Universität Lausanne**

Kosten: 250,- €  
Punkte: 24

**Abstract:**

Dieser zweitägige Workshop hat zum Ziel, die Teilnehmenden in die psychotherapeutische Plananalyse einzuführen. Die Methodik des Erschliessens von Plänen im therapeutischen Prozess wird erklärt und illustriert. Die Teilnehmenden bekommen einen Einblick in die Praxis der Fallkonzeption nach Grawe und Caspar und lernen, wie relevante einlaufende Klienten-Informationen für ihr therapeutisches Handeln genutzt werden kann. Im Besonderen wird darauf eingegangen, wie der Therapeut eine motivorientierte Beziehungsgestaltung planen und implementieren kann. Diese Konzepte werden mit aktueller Forschung illustriert und mit den Konzepten der Klärungsorientierten Psychotherapie in Verbindung gebracht. Die Teilnehmenden erhalten mehrere Gelegenheiten, die Konzepte direkt zu üben, sei als im Rahmen der Fallkonzeption, oder im Rahmen der Intervention, via Video-Demonstrationen oder Rollenspielen.





**Titel: ADHS im Erwachsenenalter - Diagnostik und Therapie**  
**Dozent: Dipl.-Psych. Tanja Hölter, Psychologische Psychotherapeutin**

Kosten: 150,- €

Punkte: 12

**Abstract:**

Die Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung, kurz ADHS, ist eine psychische Störung, die in der Kindheit beginnt und mit Problemen durch Unaufmerksamkeit (z. B. durch Tagträumen und leichte Ablenkbarkeit), durch Impulsivität (z. B. durch Sprunghaftigkeit des Denkens oder emotionale Ausbrüche bei geringer Selbststeuerung) und häufig auch durch Hyperaktivität (d. h. motorischer oder innerer Unruhe) einhergeht.

Im Kindesalter sind bis zu zehn Prozent betroffen. Die Störung besteht oft bis ins Erwachsenenalter fort und lässt sich bei zwei bis vier Prozent der Erwachsenen feststellen.

In diesem Workshop werden schwerpunktmäßig folgende Themen behandelt:

Überblick zu den Ursachen, den neurobiologischen Grundlagen und den verschiedenen Subtypen der ADHS

Vermittlung einer validen Diagnosestellung und Differentialdiagnostik der ADHS im Erwachsenenalter anhand unterschiedlicher Messinstrumente

Therapeutische Grundlagen (nützliche Therapeutenvariablen) im Umgang mit ADHS Patienten (Vermittlung und Training anhand von Fallbeispielen)

Vorstellung von Therapiemöglichkeiten, die auf die individuellen Bedürfnisse und Problembereiche der Patienten zugeschnitten sind

medikamentöse Therapie (Vorteile und Limitationen)

Einzeltherapie (Vorschläge, Tipps und Diskussion über Erfahrungswerte)

Gruppentherapie (Achtsamkeitstraining und Fertigkeitentraining)