

ACT Tage 2016 in Graz

Akzeptanz- und Commitment-Therapie

10. März 2016 bis 12. März 2016

Foto: © Graz Tourismus – Harry Schiffer

veranstaltet von



Deutschsprachige Gesellschaft für kontextuelle
Verhaltenswissenschaften e.V.

in Kooperation mit



Institut für Innovation und Psychotherapie (IUP)

Mit Unterstützung:



Vorwort

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer der deutschsprachigen ACT-Tage 2016 in Graz,

es gibt viele gute Gründe, an dieser Tagung teilzunehmen: das Kennenlernen oder die Vertiefung einer modernen, wirksamen, verhaltenstherapeutischen Therapiemethode und ihrer Bezüge zu verwandten Verfahren, Kenntnisse zu erlangen über neue verhaltenswissenschaftliche Erkenntnisse und deren Implikationen für die klinische Anwendung, Kontakte zu knüpfen und bestehende Netzwerke zu stärken - alle diese und alle weiteren Beweggründe sind willkommen.

Als derzeitige Vorsitzende der DGKV darf ich hier ein Grußwort schreiben und mich beschäftigt die Frage, inwieweit unsere funktional-kontextualistische Sichtweise, die immer mehr Menschen interessiert, uns nicht nur in der Arbeit mit unseren Patienten und Klienten helfen kann, sondern auch bei täglichen, praktischen Problemen, vielleicht sogar bei sozialen und politischen Herausforderungen, mit denen wir in unseren deutschsprachigen Ländern und auch global konfrontiert sind.

Ich finde es oft gar nicht einfach, dieses Leben. Manchmal wache ich morgens schon auf mit dem Gefühl, versagt zu haben, angesichts meines vollen Terminplans, den ich gar nicht schaffen kann.

Und dann die privaten und beruflichen Beziehungen, in denen wir mit unserer menschlichen Begrenztheit aufeinander zugehen, mit all unseren Ängsten, Hoffnungen und Erwartungen, um oft genug enttäuscht zu werden und nicht das zu bekommen, was wir möchten - oder auch nicht das geben zu können, was der andere gerne hätte.

Potenziert wird das Ganze, wenn unterschiedliche Kulturen aufeinander treffen. Angesichts unserer globalen Vernetzung und angesichts weltweiter Krisen und Flüchtlingsströme werden wir in Zukunft viel enger mit Menschen aus ganz unterschiedlichen Ländern zusammen leben und arbeiten.

Aus meiner Arbeit in Sierra Leone weiß ich, dass das sehr bereichernd ist, aber auch oft gar nicht romantisch.

Können wir den unangenehmen Gefühlen, die in diesen Situationen auftauchen, erlauben da zu sein, können wir atmen und Platz schaffen für unsere menschliche Reaktion ohne impulsiv und von Angst gesteuert handeln zu müssen, haben wir die Freiheit, unser Handeln stattdessen an unseren Werten auszurichten?

Mit unserer funktional ausgerichteten Herangehensweise wollen wir psychische Flexibilität fördern. Damit kann es gelingen, dass wir neue Perspektiven einnehmen, neu denken, kreative Lösungen finden. Wir können eine große Bandbreite von hilfreichen Verhalten erfinden und einüben, das frei gewählt ist, über kulturell vorgegebene Normen hinausgeht und sich an den Konsequenzen messen und weiterentwickeln lässt.

Ich würde mich freuen, wenn wir die Tagung dazu nutzen, einander zuzuhören und miteinander zu reden, einander zu begegnen und uns über unsere Erfahrungen und Visionen auszutauschen. Dann kehren wir hoffentlich angeregt und gestärkt zurück in unsere privaten und beruflichen Lebensfelder, mit Impulsen die sich langfristig wertvoll auswirken für uns und alle, die durch unser Handeln betroffen sind.

Von Herzen,

Beate Ebert

1. Vorsitzende der DGKV

Programm ACT-Tage 2016

Donnerstag, 10.03.2016

08.15 – 09.00 Registrierung
09.00 – 09.15 Begrüßung
09.15 – 12.30 Preworkshop 1 (Teil1)

Preworkshop 2 (Teil1)

Preworkshop 3 (Teil1)

12.30 – 13.30 Mittagspause
13.30 – 16.45
19.00 – 20.30 Vernetzungsworkshop
(Gebührenfrei)

Einführung in die ACT Therapie

Jan Martz, Winterthur, CH & Herbert Assaloni,
Winterthur, CH & Valerie Kiel, Maastricht, NL

ACT für Fortgeschrittene

Rainer F. Sonntag, Olpe, D

Liebe und andere Möglichkeiten in der Partnerschaft

Beate Ebert, Aschaffenburg, D & Hagen Böser,
Frankfurt, D

Fortsetzung Preworkshops (1-3)

Networking and Community Building

Sabine Student & Norbert Schneider & Sabine
Svitak (ACT Community Nordbayern) & Valerie
Kiel (Act Peer Network) & Herbert Assaloni & Jan
Martz (ACT Werkstatt Winterthur/Schweiz) &
Wolfgang Springer & Wolfgang Pipam (Öster-
reich) & Ronald Burian (Netzwerk Berlin Branden-
burg) & Thorsten Kienast (Netzwerk Nord West)
& Beate Ebert (Intervisionsgruppe Aschaffenburg)

Freitag, 11.03.2016

08.15 – 09.00 Registrierung
09.00 – 09.15 Begrüßung
09.15 – 12.30 Preworkshop 1 (Teil 2)

Preworkshop 2 (Teil 2)

Preworkshop 3 (Teil 2)

Preworkshop 4

Preworkshop 5

Preworkshop 6

12.30 – 13.30 Mittagspause
13.30 – 16.45
17.00 – 18.00
18.30

Einführung in die ACT Therapie

Jan Martz, Winterthur, CH & Herbert Assaloni,
Winterthur, CH & Valerie Kiel, Maastricht, NL

ACT für Fortgeschrittene

Rainer F. Sonntag, Olpe, D

Liebe und andere Möglichkeiten in der Partnerschaft

Beate Ebert, Aschaffenburg, D & Hagen Böser,
Frankfurt, D

Bewusstheit, Mut und Liebe: FAP und ACT und die therapeutische Beziehung

Norbert Schneider, Fürth, D

Die ACT-Matrix für Kinder und Jugendlichen- psychotherapeutInnen

Stefan Hohberger, Hamburg, D & Johannes
Kühner, Würzburg, D

ACT und die Kunst der Zusammenarbeit

Michael Waadt, München, D

Fortsetzung Preworkshops (1-6)

Mitgliederversammlung DGKV

Fest

Programm Fachtagung

Samstag, 12.03.2016

08.15 – 09.00 Registrierung

09.00 – 09.15 Begrüßung

Vorträge

Vorsitz – Dr. Rainer F. Sonntag

09.15 – 10.10 Dr. Andrew Gloster, Basel, CH, USA - **Mit Präzision, Reichweite, und Tiefe: ACTing im Kontext**

10.10 – 10.40 Univ.-Prof. Dr. phil. Anton Laireiter, Salzburg, A – **Akzeptanz und Akzeptanzarbeit in der Psychotherapie: Arten, Effekte und Wirkfaktoren**

10.40 – 11.10 Pause

11.10 – 11.40 Mag. Dr. phil. Erwin Parfy, Wien, A – **Navigieren im Sog der 3. Welle**

11.40 – 12.10 Univ.-Prof. Mag. phil. Dr. rer. nat. Peter Hofmann, Graz, A – **ACT in der modernen Psychosomatik**

12.10 – 12.45 Dipl.-Psych. Beate Ebert, Aschaffenburg, D - **Soziale Implikationen der ACT - Arbeit mit Gewaltopfern in Westafrika und mit Flüchtlingen in Deutschland**

12.45 – 13.45 Mittagspause

Tagungsworkshops

(Anmeldung erfolgt vor Ort)

13.45 – 16.15 Workshop 1 **Fallkonzeptualisierung leicht gemacht**
Valerie Kiel, Maastricht, NL

Workshop 2 **ACT in der multimodalen Behandlung chronischer Schmerzen**
Wolfgang Pipam, Klagenfurt, A & Wolfgang Springer, Klagenfurt, A

Workshop 3 **Achtsamkeit bei MBSR und bei ACT**
Helmut Renger, Graz, A

Workshop 4 **Selbstkontexten. Übungen für die Praxis**
Johanna Schriefer, Göttingen, D & Anne Rotthaus, Kiel, D

Workshop 5 **Schäm Dich! Vom Umgang mit Scham in der therapeutischen Beziehung**
Ralf Steinkopff, Berlin, D & Herbert Assaloni, Winterthur, CH

Workshop 6 **Achtsamkeit und Positive Psychologie**
Philip Streit, Graz, A

Workshop 7 **The Compassionate Therapist. Die Therapiebeziehung mutig und wirksam gestalten**
Miriam Tanner, Uster, CH

16.15 – 16.30

16.30

Plenum, Verabschiedung

Ende der Veranstaltung

Kurzbeschreibung der 1- und 2-tägigen Preworkshops

2-tägiger Preworkshop 1

„Akzeptanz- und Commitmenttherapie: eine erfahrungsorientierte Einführung“

Herbert Assaloni & Jan Martz & Valerie Kiel

ACT ist ein psychologisches Modell, das therapeutisch bei unterschiedlichsten Diagnosen, und als Training bedeutsamer Fertigkeiten auch in anderen sozialen Kontexten eingesetzt und beforscht wird. In der ACT werden Funktion und kontextuelle Bedingungen von menschlichem Verhalten, insbesondere auch von sprachlichem Verhalten, untersucht und gezielt beeinflusst.

In der ACT werden sechs psychologische Kernprozesse (Gegenwärtigkeit, Akzeptanz, Defusion, Selbst als Kontext/Beobachterselbst, Bewusstheit über Werte und engagiertes, werteorientiertes Handeln) beschrieben, welche beim Patienten erfasst und trainiert werden. Es geht also um flexibles und fokussiertes Beachten des gegenwärtigen Erlebens; die Fähigkeit, eigenes Erleben ohne Abwehr und bei vollem Bewusstsein differenziert wahrzunehmen; und das eigene Tun behutsam immer wieder neu auf selbst gewählte Werte auszurichten. Ein kognitiv und emotional intensiver Kontakt zu eigenen Werten erhöht die Bereitschaft, im Ausüben wertegeleiteter Handlungen auch unangenehme Gedanken und Gefühle zu erleben. Dieses übergeordnete Behandlungsziel nennen wir in ACT „psychische Flexibilität“.

Im Workshop werden die Grundlagen des Modells, die ACT Kernprozesse und Interventionsstrategien praxisnah vermittelt und eingeübt. Die Teilnehmer werden dabei aktiv anhand von verschiedenen Übungen und Rollenspielen einbezogen, um ihnen eine direkte persönlich erlebte Erfahrung mit ACT zu ermöglichen. Ziel ist auch, genügend praktische Hinweise zu geben, um in der eigenen klinischen Arbeit Elemente von ACT einsetzen zu können. Aus der funktional-kontextuellen Perspektive werden wir uns ebenfalls die therapeutische Haltung und Beziehungsgestaltung in ACT anschauen und mittels Übungen versuchen, diese erfahrbar zu machen.

Der Workshop ist offen für TeilnehmerInnen aller Berufsgruppen, die ihre psychische Flexibilität in der Arbeit mit Menschen erweitern wollen.

Workshopleitung:

Dr. Herbert Assaloni ist Facharzt für Psychiatrie & Psychotherapie in eigener Praxis in Winterthur; Leitung der Spezialsprechstunde Schmerzstörungen der Integrierten Psychiatrie Winterthur und Konsiliarpsychiater am Schmerzzentrum des Kantonsspital Winterthur von 2007-2013.

Workshops, Vorträge und Buchbeiträge zu ACT (in „Die Entdeckung der Achtsamkeit in der Arbeit mit psychisch erkrankten Menschen“, 2013 und „Arbeiten mit ACT-ein Fallbuch“, 2015) seit 2010. Workshop und Vortragstätigkeit zu ACT seit 2010. Gemeinsam mit der Bildungswerkstatt ACT Winterthur (www.zumbeherztenleben.ch) Organisation und Durchführung der Winterthurer ACT-Tage 2010-2012. Vorstandsmitglied der DGKV

Dr. Jan Martz kennt und arbeitet mit ACT seit 2006 und hat wesentlich dazu beigetragen, dass die Akzeptanz- und Commitment Therapie im deutschen Sprachraum inzwischen immer bekannter ist. Mit langer Zen-Praxis (unter Niklaus Brantschen) besteht bei ihm schon seitvielen Jahren ein großes Interesse an Achtsamkeit und deren Integration in die Psychotherapie. Er hat im In- und Ausland schon zahlreiche Workshops und Fortbildungen zum Thema ACT gegeben. Er lebt mit seiner Familie in Winterthur und arbeitet hier als Psychiater und Psychotherapeut in eigener Praxis. Gemeinsam mit der Bildungswerkstatt ACT Winterthur (www.zumbeherztenleben.ch) Organisation und Durchführung der Winterthurer ACT Tage 2010-2012. Vorstandsmitglied der DGKV

Valerie Kiel, drs. (Universität van Amsterdam), Psychologin. Arbeitet, trainiert und coacht auf ACT-Basis seit 2010. Teilzeit verbunden an eine psychosomatische Klinik und dortige Unterstützung bei der Einführung von ACT in Teams; Spezielles Interesse in die Entwicklung und Durchführung von Onlinetrainings und Supervision. Mitbegründerin des ACT Peer Networks (www.actpeernetwork.com) sowie der ACT-Akademie (www.ACT-Akademie.org). Gründungsmitglied der Deutschsprachigen Gesellschaft für Kontextuelle Verhaltenswissenschaften.

2-tägiger **Preworkshop 2**

ACT für Fortgeschrittene

Rainer F. Sonntag, Olpe, D

Der Workshop beginnt mit dem Austausch bisheriger Erfahrungen mit ACT. Insbesondere werden wir uns mit Schwierigkeiten in der Anwendung von ACT beschäftigen. Weiterhin soll der Workshop Gelegenheit bieten, durch den Austausch von Metaphern und Übungen sowie Rollenspielen zu therapeutischen Situationen das Repertoire an ACT-Fertigkeiten auszubauen. Die Teilnehmer sollten bereits über einige Kenntnisse in ACT verfügen und mit ACT gearbeitet haben.

Workshopleitung:

Dr. med. Rainer F. Sonntag ist Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie sowie Facharzt für Psychotherapeutische Medizin und seit 1989 in eigener Kassenarztpraxis niedergelassen. Er ist als Dozent und Supervisor an mehreren Ausbildungsinstituten für Verhaltenstherapie tätig, befasst sich seit Mitte der 90er Jahre mit ACT und ist anerkannter ACT-Trainer. Neben verschiedenen Veröffentlichungen zu ACT engagiert er sich im In- und Ausland mit Vorträgen und Workshops für ACT.

2-tägiger **Preworkshop 3**

„Liebe und andere Möglichkeiten in der Partnerschaft?“

Beate Ebert und Hagen Böser

Werte spielen in Paarbeziehungen eine zentrale Rolle. Fragen wie: „Wozu leben wir und ich in Partnerschaft?“ oder „Wie möchte ich mich als Partnerin/als Partner verhalten?“ geben uns eine Richtung in der Partnerschaft. Die Defusion von sozial erwarteten Antworten hin zu eigenen Antworten kann ein wichtiger Schritt sein, in der Partnerschaft zu bleiben oder zu gehen. Welche Rolle spielt dabei die Liebe? Was ist Liebe eigentlich? Ein Gefühl? Kann sie „verloren gehen“ und können wir sie „wieder finden“? Gibt es andere Gründe außer Liebe, um in Partnerschaft zu leben?

In diesem Workshop versuchen wir, Antworten auf diese oder andere Fragen aus der Perspektive der Akzeptanz- und Commitment-Therapie zu geben.

Der Workshop ist für Teilnehmer gedacht, die schon Grundkenntnisse in der ACT haben.

Workshopleitung:

Beate Ebert, Diplom-Psychologin und Verhaltenstherapeutin, Aschaffenburg, seit 2006 Privatpraxis mit den Schwerpunkten Paartherapie und Krisenmanagement in Aschaffenburg, Deutschland. Peer-reviewed ACT-Trainer. 2010 Gründung des gemeinnützigen Vereins „commit an act e.V.“ um Menschen in Krisenregionen zu unterstützen, seitdem regelmäßige ACT-Trainings und Supervisionen für Kolleginnen und Kollegen in Sierra Leone, Westafrika, Gründungs- und Vorstandsmitglied der DGKV.

Dr. med. Hagen Böser, Arzt und Psychotherapeut, Systemischer Paartherapeut, Lehrtherapeut und Supervisor am IF Weinheim. Seit 2009 ACT in der psychotherapeutischen Praxis und Lehre.

1-tägiger **Preworkshop 4**

„Bewusstheit, Mut und Liebe: FAP und ACT und die therapeutische Beziehung“

Norbert Schneider, Fürth, D

FAP (Funktional-Analytische Psychotherapie) ist eine intime und emotional intensive kontextuelle Verhaltenstherapie, in der die therapeutische Beziehung als zentrales Vehikel für Veränderung dient. Während ACT stärker auf die Beziehung zum eigenen Erleben fokussiert, befasst sich FAP mit zwischenmenschlichen Beziehungen. Im Zusammenspiel miteinander bilden ACT und FAP ein besonders dynamisches Duo!

Einige der Fragen, auf die wir im praxisnahen Diskurs und über das eigene Erleben Antworten suchen werden: Wie gehen wir damit um, wenn das „Problemverhalten“ der Klienten sich auch in der Therapiesitzung zeigt? Wie können wir relevante Prozesse wie Vermeidung in der Sitzung selbst feststellen? Wie kann ich herausfordernde Situationen in der Therapie herstellen, an die unsere Klienten und wir wachsen können? Wie können wir den Kontakt zu unseren Klienten möglichst intensiv gestalten, um starke „soziale Verstärker“ für Akzeptanz und Veränderung zu werden? Wieviel dürfen wir von uns selbst in der Therapiebeziehung zeigen? Wie können wir Beziehungswerte wie Intimität, Echtheit und Offenheit in unseren Therapien verwirklichen? Wie können wir ACT-Prozesse selber in der Therapiebeziehung modellieren? Wie können wir Akzeptanz fördern durch einen „funktionalen“ Blick auf unsere Klienten? Wie kann die Therapiebeziehung eine authentische und „reale“ Beziehung werden? Wie gehen wir mit unserer eigenen Verletzlichkeit um? Wie können wir das „Beobachterselbst“ nutzen, um aus malignen Interaktionen auszusteigen?

Workshopleitung:

Dipl.-Psych., Dipl.-Sozialpäd. Norbert Schneider, Psychologischer Psychotherapeut. Kas senpraxis in Fürth, Bayern. Supervisor, Dozent und Lehrtherapeut an verschiedenen VT-Ausbildungsinstituten (dgvt, CIP, AVM, IVS, aap). REVT- und EFT-Therapeut, Weiterbildung in ACT und FAP seit 10 Jahren. ACT-Community Nordbayern / Franken.

1-tägiger **Preworkshop 5**

Die ACT-Matrix für Kinder und JugendlichenpsychotherapeutInnen

Stefan Hohberger, Hamburg, D & Johannes Kühner, Würzburg, D

Eine Grundhaltung der **Akzeptanz- und Commitmenttherapie (ACT)** besagt, dass das Leben großartig, aber manchmal auch sehr schmerzhaft ist. Mit den Tiefs des Lebens fertig zu werden, ist eine alltägliche menschliche Herausforderung. Schnell läuft man Gefahr, sich von den schmerzhaften Gedanken und Gefühlen beirren zu lassen und von seinen eigentlichen Plänen abzuweichen. Dies ist jedoch keine nachhaltige Lösung, da die nächste Herausforderung definitiv kommen wird.

Hier setzt die **(ACT)** an: In der **Akzeptanz- und Commitmenttherapie** gehört das Leiden schlicht zum Leben, weshalb es darum geht, statt zu verdrängen einen verantwortungsvollen Umgang mit unangenehmen Gedanken und Emotionen zu üben, um auf Kurs bleiben zu können.

Das Erlebnis, mehr zu sein als momentan auftretende Gedanken, die letztlich nur Gedanken sind, ebnet den Weg, Antworten auf die Frage nach einem erfüllenden Leben zu finden. Mittels einer inneren fürsorglichen und achtsamen Haltung gelingt es, sich selbst ein guter Freund zu sein und emotionales Leid auf gute Weise zu integrieren. Das Ziel von ACT ist es also, Menschen - ob jung, ob alt - darin zu unterstützen, ihren eigenen Weg zu finden. Einen Weg, den sie bereit sind zu gehen, auch wenn dies die Begegnung mit Schmerz einschließt. Diese Lebenskunst wird hier definiert als Psychologische Flexibilität.

Die **Matrix** ist eine neuartige Anwendungsform der ACT. Mittels dieses interaktiven Diagramms lassen sich die wirksamen ACT-Prozesse leicht initiieren. Gerade auch für Anfänger der ACT bietet die Arbeit mit dem Matrix-Diagramm einen leichten Einstieg.

Inhalte:

- 1) Einfache Schritt-für-Schritt-Anleitung für die Einführung des Matrix-Diagramms
- 2) Das Konzept der Psychischen Flexibilität und das Psychopathologische Modell der ACT
- 3) Philosophischer und theoretischer Hintergrund: Exkurs zur Relational Frame Theory (RFT) und funktionalen Kontextualismus
- 4) Finde deinen eigenen Stil: verschiedene Ideen die Matrix einzuführen und zu benutzen.
- 5) Besonderheiten in der Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Eltern.
- 6) Beziehungsfokussiertes Arbeiten mit der Matrix

Ziele des Workshops: In diesem Workshop geht es primär darum, den TeilnehmerInnen erlebnisnah die therapeutische Arbeit mit der ACT-Matrix zu vermitteln. Die TeilnehmerInnen sollen am Ende des Tages aufgrund eigener Erfahrungen die Wirkungsweise der ACT erlebt haben und sich eingeladen fühlen, diese Strategien in ihren Praxisalltag zu integrieren.

Anwendungsbeispiele werden sich daher maßgeblich auf den Praxisalltag für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen beziehen.

Methoden des Workshops: Theoretische Inputs, Demonstrationen mit Teilnehmern, Kleingruppenarbeit, Arbeit im Plenum, Selbsterfahrungsübungen.

Workshopleitung:

Dipl.-Päd. Stefan Hohberger arbeitet als niedergelassener Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut in Hamburg. Seit 2009 bildet er sich in ACT, FAP und RFT durch Workshops, Supervision, Kongresse, Literaturstudium sowie Onlinetutorien weiter.

Dipl.-Psych. Johannes Kühner, arbeitet als niedergelassener Psychologischer Psychotherapeut mit Kindern Jugendlichen und Erwachsenen in Würzburg. Er arbeitet schwerpunktmäßig mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Seit 2008 bildet er sich in ACT und RFT durch Workshops, Supervision, Kongresse und Literaturstudium fort.

1-tägiger **Preworkshop 6**

ACT und die Kunst der Zusammenarbeit

Michael Waadt, München, D

Seit einigen Jahren geht die Tendenz dahin, ACT auch auf der überindividuellen Ebene anzuwenden. Ein wichtiger Ansatz in diesem Bereich ist PROSOCIAL. Dabei handelt es sich einerseits um ein Konzept, um Effizienz und Zusammenarbeit von Teams systematisch zu verbessern. Andererseits steht hinter dem Begriff ein weltweites Forschungsprojekt mit dem Ziel, eben diesen methodischen Rahmen weiterzuentwickeln und wissenschaftlich weiter zu untermauern. PROSOCIAL ruht auf zwei Pfeilern. Der erste ist die Arbeit von Elinor Ostrom.

Die Politikwissenschaftlerin hat acht Grundprinzipien identifiziert, die die Zusammenarbeit in erfolgreichen Teams bestimmen. 2009 wurde sie dafür mit dem Nobelpreis für Wirtschaftswissenschaften ausgezeichnet. Der zweite Pfeiler sind die ACT-Prozesse, die dazu dienen, die gemeinsamen Werte des Teams herauszuarbeiten und gleichzeitig dabei helfen, innere Barrieren, die diesen Werten entgegenstehen, zu überwinden.

Im Workshop werden die grundlegenden Konzepte und Techniken von PROSOCIAL eingeführt. Die Teilnehmer lernen, wie sich ACT, die moderne Evolutionswissenschaft und die Forschungen von Elinor Ostrom zu einer Strategie verbinden, mit der die Effizienz von Teams nachhaltig verbessert werden kann. Dies soll nicht theoretisch geschehen, sondern indem der PROSOCIAL-Prozess in vivo nachvollzogen wird. Die Kleingruppenarbeit spielt deshalb eine entscheidende Rolle. Im Idealfall entstehen dadurch Arbeitsgemeinschaften mit gemeinsamen Werten und Zielen, die sich auch nach den ACT-Tagen unterstützen.

Workshopleitung:

Michael Waadt leitet in München das insas-Institut für Arbeit und seelische Gesundheit und arbeitet als Psychotherapeut und Coach in eigener Praxis. Gründungsmitglied der ACT-Akademie. Fach- und Sachbuchautor bei Hans-Huber/Hogrefe

Vernetzungsworkshop

Networking and Community Building oder wie können wir unser Netz noch enger weben?

Sabine Student & Norbert Schneider & Sabine Svitak (ACT Community Nordbayern) & Valerie Kiel (Act Peer Network) & Herbert Assaloni & Jan Martz (ACT Werkstatt Winterthur/Schweiz) & Wolfgang Springer & Wolfgang Pipam (Österreich) & Ronald Burian (Netzwerk Berlin Brandenburg) & Thorsten Kienast (Netzwerk Nord West) & Beate Ebert (Intervisionsgruppe Aschaffenburg)

Anlässlich der ACBS Weltkonferenz in Berlin fand ein Vernetzungstreffen der ACT-Begeisterten aus den deutschsprachigen Ländern statt, das regen Zuspruch fand. Daraus ist die Idee entstanden, sich enger und intensiver zu vernetzen, die wir in diesem Workshop aufgreifen und weiterentwickeln. Es handelt sich dabei um eine Abendveranstaltung, die „außer Konkurrenz“ zu den anderen Workshops stattfindet. Um sie auf „breitere Füße“ zu stellen, bieten wir diesen Workshop abends in aufgelockerter Atmosphäre an. Dieser Workshop richtet sich an TeilnehmerInnen der ACT-Tage, die an einer engeren Vernetzung/Zusammenarbeit interessiert sind. Wir werden TeilnehmerInnen, die noch gar nicht vernetzt sind, ermöglichen, sich bereits bestehenden Communities anzuschließen und/oder bei Gründung eines Netzwerkes mit Rat behilflich sein. Wie die jeweiligen Netzwerke organisiert sind, werden VertreterInnen aus den unterschiedlichen Communities erzählen. Ziele sind, den Austausch und die Zusammenarbeit der bereits bestehenden Communities zu fördern und zu intensivieren. Unter Anleitung und mit ganz verschiedenen Ideen werden wir gemeinsam eine lebendige Struktur zwischen den ACT-TherapeutInnen aus den deutschsprachigen Ländern entwickeln.

Kurzbeschreibung **Tagungsworkshops**

Workshop 1

Fallkonzeptualisierung leicht gemacht

Valerie Kiel, Maastricht, NL

Dieser Workshop richtet sich an ACT-Anfänger, die bereits an einem (oder mehreren) ACT-Workshops teilgenommen haben und dabei sind (oder planen), ACT bei ihren eigenen Patienten anzuwenden. Dabei gibt es nur ein Problem: „Wo fängt man bloß an?!“

Ein exzellentes Hilfsmittel und eine grundlegende Stütze für Therapeuten ist die sorgfältige Fallkonzeptualisierung zu Anfang der Therapie sowie als fortlaufender Prozess während der Sitzungen.

Ziel dieses Workshops ist es, Ihnen einen überschaubaren Einstieg (oder Refresher) in die Fallkonzeptualisierung zu bieten.

Das Erstellen einer Fallkonzeptualisierung kann Ihnen dabei helfen, Übersicht im Therapieprozess zu bewahren sowie geeignete ACT-Interventionen für Ihre Patienten auszuwählen. Ein Bonus, den Sie ganz beiläufig dabei mitnehmen ist ein tieferes Verständnis des ACT-Modells.

Lernziele

1. Klinische Probleme (z.B. Angststörungen, Depression, Suchtverhalten) aus der Sicht des ACT-Ansatzes beschreiben können
2. Erläutern können, warum kognitive Fusion und Erlebnisvermeidung die wichtigsten „pathologischen“ Prozesse des ACT-Modells darstellen
3. Eine einfache ACT-Fallkonzeptualisierung durchführen

Workshopleitung:

Valerie Kiel, drs. (Universität van Amsterdam), Psychologin. Arbeitet, trainiert und coacht auf ACT-Basis seit 2010. Teilzeit verbunden an eine psychosomatische Klinik und dortige Unterstützung bei der Einführung von ACT in Teams; Spezielles Interesse in die Entwicklung und Durchführung von Onlinetrainings und Supervision. Mitbegründerin des ACT Peer Networks (www.actpeernetwork.com) sowie der ACT-Akademie (www.ACT-Akademie.org). Gründungsmitglied der Deutschsprachigen Gesellschaft für Kontextuelle Verhaltenswissenschaften.

Workshop 2

ACT in der multimodalen Behandlung chronischer Schmerzen

Wolfgang Pipam, Klagenfurt, A & Wolfgang Springer, Klagenfurt, A

Seit Mai 2012 gibt es am Zentrum für Interdisziplinäre Schmerztherapie, Onkologie und Palliativmedizin (ZISOP) des Klinikum Klagenfurt am Wörthersee erstmalig in Österreich die Möglichkeit eine „Multimodale Schmerztherapie“ zu absolvieren.

Die „Multimodale Schmerztherapie“ ist interdisziplinär ausgerichtet, es arbeiten Experten aus den Bereichen Anästhesiologie, Neurologie, Physikalische Medizin, Klinische Psychologie & Psychotherapie und Physiotherapie eng miteinander zusammen.

Zielgruppe sind PatientInnen mit chronischen Rückenschmerzen, chronischen Kopfschmerz (Migräne, Spannungskopfschmerz) sowie Menschen, die an muskuloskelettalen Schmerzen (Fibromyalgie) leiden und noch im Berufsleben stehen.

Die Therapie erfolgt in einem tagesklinischen Setting, ihre Dauer beträgt 4 Wochen und sie findet täglich von 08.00 – 15.00 Uhr statt, konzipiert ist sie als Gruppentherapie, in den Gruppen befinden sich maximal 10 Personen.

Die Schwerpunkte der Therapie liegen in den Bereichen Psychotherapie und Physiotherapie und finden unter dem Motto „Schmerzlinderung durch Aktivität/Flexibilität & Bewegung“ statt.

Inhalte:

- Kurze Darstellung der Elemente einer multimodalen Schmerztherapie
- Der psychotherapeutische Schwerpunkt liegt auf den Prinzipien der Akzeptanz- und Commitment-Therapie. Da ACT hier schwerpunktmäßig als Gruppentherapie angeboten wird, werden diejenigen Interventionen und Übungen vorgestellt, die sich im Gruppensetting zu Erlangung psychischer Flexibilität, besonders bewährt haben.
- Bisher haben mehr als 400 Personen diese Therapie absolviert, es wird kurz auf die Ergebnisse der internen und externen Evaluierung eingegangen.

Workshopleitung:

Dr. Wolfgang Pipam, Klinischer Psychologe, Gesundheitspsychologe, Psychotherapeut (Verhaltenstherapie); Klinikum Klagenfurt

Mag. Wolfgang Springer, Klinischer Psychologe, Gesundheitspsychologe, Psychotherapeut (Verhaltenstherapie, Hypnotherapie); Klinikum Klagenfurt

Workshop 3

Achtsamkeit bei MBSR und bei ACT

Helmut Renger, Graz, A

MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction)

Workshop für bis zu 15 TeilnehmerInnen

Inhalt:

MBSR und MBCT arbeiten wie ACT mit Achtsamkeit.

Während beim ACT vom Achtsamkeitsquartett im Hexaflexmodell gesprochen wird und Techniken zur Förderung von Akzeptanz, Defusion, Aufmerksamkeit im Augenblick sowie Wahrnehmung des Selbst als Kontext v.a. innerhalb der Therapiesitzungen angewandt werden, wird Achtsamkeit im MBSR als an sich heilsame Haltung verstanden und mit sogenannter formeller und informeller Praxis geübt.

In diesem Workshop werden einige der Basiselemente aus dem MBSR Programm geübt, anhand der Erfahrungen werden Ähnlichkeiten und Unterschiede des Konzepts/der Erfahrung von Achtsamkeit im MBSR und im ACT erarbeitet.

Aufbau:

Übungen, Erfahrungsaustausch, Diskussion

Workshopleitung:

Dr. med. Helmut Renger, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Oberarzt in LKH Graz SüdWest, Leiter von MBSR und MBCT Kursen sowie Meditationskursen MBSR und MBCT Lehrer, langjährige Meditationserfahrung Psychotherapeut für Psychodrama, Weiterbildungen in ACT, DBT, MCT.

Workshop 4

„Selbstkontexten“ © R. Sonntag: **Übungen für die Praxis**

Johanna Schriefer, Göttingen, D & Anne Rotthaus, Kiel, D

Der Kernprozess „Selbst als Kontext“ ist unserer Erfahrung nach, derjenige Prozess, welcher in der klinischen Praxis häufig die größte Herausforderung darstellt.

Ziel dieses Workshops ist es, diesen Prozess in erlebnisorientierte Übungen zu übersetzen. Schwerpunkt ist dabei die Weitergabe von Handwerkzeug für die therapeutische Praxis. Kreative Herangehensweisen wie beispielsweise die Anwendung des inneren Teams werden gemeinsam erprobt und Erfahrungen ausgetauscht. Anhand von Fallbeispielen werden mögliche Schwierigkeiten und Komplikationen diskutiert. Fragen, eigene Beispiele und Anregungen sowie die Freude und Bereitschaft am Ausprobieren sind sehr erwünscht.

Zielgruppe:

Der Workshop richtet sich an fortgeschrittene ACT-Therapeutinnen/Therapeuten. Grundlegende Kenntnisse und Erfahrungen mit dem Hexaflexmodell werden vorausgesetzt.

Workshopleitung:

Dipl.-Psych. Anne Rotthaus, Psychologische Psychotherapeutin, Kinder-Jugendlichenpsychotherapeutin, Ausbildungs- und Ambulanzleiterin am IFT-Nord, staatlich anerkanntes Institut für Aus- und Weiterbildung VT, ACT-Therapeutin, Lehraufträge an der Christian-Albrecht-Universität zu Kiel.

Dipl.-Psych. Johanna Schriefer, Psychologische Psychotherapeutin und ACT-Therapeutin, tätig in einer Privatpraxis und als Dozentin sowie Lehrtherapeutin an staatlich anerkannten Ausbildungsinstituten (VTFAW, IVPM, IFT-Nord, Universität Göttingen).

Workshop 5

Schäm Dich! Vom Umgang mit Scham in der therapeutischen Beziehung

Ralf Steinkopff, Berlin, D & Herbert Assaloni, Winterthur, CH

Erfahrungsvermeidung und Fusion gelten in ACT als zentrale Prozesse, die zu inflexiblem Verhalten führen und Psychopathologie fördern können. Scham ist als ein meist als besonders unangenehm empfundenen Gefühl verbunden mit fusionierten Selbstannahmen, automatischen Vermeidungsreaktionen und psychologischer Inflexibilität. Scham kann allerdings auch nützliche Funktionen im sozialen Kontext erfüllen und Hinweis geben auf Werteorientierung – wenn sie nicht vermieden wird.

Wir möchten im Workshop erfahrbar machen, wie durch ein achtsame, mutige und wohlwollende therapeutische Haltung dazu eingeladen werden kann, schambesetzte Themen zu erkunden und wie wir mutig, mit Akzeptanz und Verständnis flexibel auf Schamgefühle und reaktives Vermeidungsverhalten reagieren können, wenn diese den therapeutischen Prozess blockieren. Nach einer kurzen theoretischen Einführung in das Thema werden die Teilnehmer eingeladen, sich in den Rollen als Klient und als Therapeut zu erfahren.

Workshopleitung:

Ralf Steinkopff, Dipl. Psych., Psychologischer Psychotherapeut, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut, EDxTM Level IV Trainer, Quick-REMAP Trainer, EFT-Practitioner, D.CEP (ACEP), Familientherapeut (BIF); Systemtherapeut(SG), Coach, Supervisor (BDP), Klinische Hypnose (M.E.G.), HiHyp (M.E.G.), Verhaltenstherapeut (DDVT), ACT-Therapeut (ACBS), Dozent und Lehrsupervisor (IVB, IVS)

Herbert Assaloni, Dr. med. Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie
Praxis zum beherzten Leben, Bildungswerkstatt-ACT

Workshop 6

Achtsamkeit und Positive Psychologie

Philip Streit, Graz, A

Achtsamkeit und Compassion sind Grundbedingungen für die Arbeit mit Positiver Psychologie. Philip Streit erklärt anhand von Theorie und Praxis die Anwendung der Positiven Psychologie in diesem Kontext.

Workshopleitung:

Dr. Philip Streit ist Vorstand des Instituts und der Akademie für Kind, Jugend und Familie, Member des IPPA Board of Directors und Koordinator von Seligman Europe. Er ist Psychologe und Psychotherapeut.

Workshop 7

The Compassionate Therapist. Die Therapiebeziehung mutig und wirksam gestalten

Mirjam Tanner, Uster, CH

Wie reagiere ich, wenn eine Patientin Klartext spricht und berichtet, dass es ihr seit Therapiebeginn viel schlechter als besser geht, und verärgert meint, ob das wirklich der Sinn der Therapie sei? Wie gehen wir als Therapeutinnen und Therapeuten mit eigenen Schuld- und Schamgefühlen um? Darf oder sollen wir in einem berührenden Therapiemoment weinen? Und was tun wir, wenn ein Klient findet, es wäre wirklich wichtig für ihn, dass wir ihn umarmen?

Auf der Grundlage von CFT (Compassion Focused Therapy, Paul Gilbert) und ACT (u.a. Kelly Wilsons) Modell der Vermeidungsstrategien von Therapeuten, wird im Workshop ein Konzept des „mitfühlenden Therapeuten“ vorgestellt und eingeübt.

Dieses hilft solche und ähnliche Fragen für sich zu beantworten und vermittelt den Mut und die Kompetenz, sich selbst als offenen und sorgfältigen Therapeuten resp. Therapeutin einzubringen und zur Verfügung zu stellen. Es wird geklärt, was Mitgefühl ist und was es nicht ist und was unsere Schwierigkeiten im Umgang damit sein können. Mitgefühl wird als ein wichtiger Wirkfaktor erfahren und kennengelernt; nicht bloß in der Therapiebeziehung, sondern in allen anderen unseren sozialen Kontakten genauso.

Es wird genauer betrachtet, welche Achtsamkeits- und (Selbst)-Mitgefühlsübungen, für welche Klienten, in welchen Situationen geeignet sein können und welche nicht.

Workshopleitung:

Dr. med. Mirjam Tanner

Psychiaterin und Psychotherapeutin, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, Ausbildung in psychodynamisch-psychoanalytischen- und körperpsychotherapeutischen (George Downing) Verfahren, EMDR Level 1 und 2, Weiterbildung und Integration der achtsamkeitsbasierten Psychotherapieverfahren ACT (Akzeptanz- und Commitment-Therapie), FAP (Functional Analytic Psychotherapy) und CFT (Compassion Focused Therapy). Tätig in eigener Praxis in Uster, Autorin von „Compassion Focused Therapy“ auf Deutsch, 2015 und CoAutorin „Arbeiten mit ACT, ein Fallbuch“, Herausgeber Michael Waadt, Jan Martz, Andrew Gloster, 2015

Veranstaltungsort

Seminarhotel Novapark Graz

Fischeraustraße 22

8051 Graz

Tel.: 0043/316/682010-0

Fax: 0043/316/682010--55

www.novapark.at

e-mail: office@novapark.at

Informationen zu den Preworkshops und zur Fachtagung

CE-Management

Mag. Yasmin B. Haunold

Scheibenbergstraße 39

1180 Wien

office@ce-management.com

www.ce-management.com

Tel: 0043/699 10 430 038

Fax: 0043/1/4784559

Unterkunft

Seminarhotel Novapark Graz – Zimmerkontingent vorhanden (siehe oben).

Anmeldung

Über die Homepage Innovation und Psychotherapie (IUP)

www.iup-klu.com

Preise

	„early bird“ Anmeldung bis 30.1.2016	danach
2-tägiger Preworkshop	290,--	320,--
1-tägiger Preworkshop	145,--	160,--
Tagung und Tagungswshops	125,--	140,--

Bei Buchungen eines Preworkshops und der Fachtagung wird eine Ermäßigung von Euro 25,-- gewährt.

Jede Anmeldung wird vom Sekretariat schriftlich bestätigt. Die Platzanzahl der einzelnen Preworkshops ist begrenzt, Anmeldungen werden in der Eingangsreihenfolge berücksichtigt.

Mittagessen, Pausenverpflegung und die Teilnahme am Fest sind im Preis inbegriffen.

Reduzierte Tarife

50% Ermäßigung für Studierende (bis 30 Jahre mit Nachweis der Immatrikulation)

Anmeldung ACT Tage 2016 in Graz

Name/Vorname: _____

Beruf/Titel: _____

Klinik/Institution: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____

e-mail: _____

Ich melde mich an für:

- 2-tägigen Preworkshop**
- 1-tägigen Preworkshop**
- Tagung und Tagungswshops**
- Preworkshop 1 (Donnerstag und Freitag)**
- Preworkshop 2 (Donnerstag und Freitag)**
- Preworkshop 3 (Donnerstag und Freitag)**
- Vernetzungsworkshop (Gebührenfrei)**
- Preworkshop 4 (Freitag)**
- Preworkshop 5 (Freitag)**
- Preworkshop 6 (Freitag)**

- Ich bin Studentin/Student (bis 30 Jahre mit Nachweis der Immatrikulation); 50% Ermäßigung
- Verbindliche Bestellung von vegetarischer Verpflegung
- Ich benötige Informationen über Unterkunftsmöglichkeiten
- Fest – Anmeldung verbindlich**

Kongresskonto:

ACT – ACT Tage 2016 Graz

Die Kärntner Sparkasse

Kontonummer:04500-414018

IBAN: AT822070604500414018

BIC: KSPKAT2KXXX

Rücktrittsbedingungen:

Bei Abmeldung bis zum 05.02.2016 werden die Teilnahmekosten unter Abzug einer Bearbeitungsgebühr von 10% zurückerstattet. Nach diesem Termin ist keine Rückerstattung mehr möglich.

Anmerkungen:

Datum

Unterschrift