

# PROGRAMM

## 6. Sommerakademie der Deutschen Gesellschaft für Positive und Transkulturelle Psychotherapie



Online-Seminar am 26. September 2020

### „Psychosomatik und Lebensspanne“

Zeit	Programm	Referent*in
09:00	Begrüßung / Einführung  Die Positive Psychotherapie als emanzipatorischer und Umfeld orientierter Ansatz	Christian Henrichs
10:00	Pause	
10:10	Der therapeutische Prozess in der Positiven Psychosomatik - „Fünf Finger des Entdeckens“	Arno Remmers
11:40	Pause	
11:50	Der Mensch is(s)t gut – Adipositas und Positive Psychotherapie	Mickey Wiese
12:20	Pause	
12:25	Lebensenergie - Positiver Umgang mit eigenen und fremden Ressourcen	Stefan Mennemeier
12:55 – 14:00	Mittagspause	
14:00	Interaktive Workshops – Intervision	Referent*innen der DGPP
15:30	Pause	
15:45	Kinder fördern oder (über)-fordern? Die Verwöhnungsfalle	Nawid Peseschkian
17:15	Das Alter ist der einzige Garant für ein langes Leben	Ilse Schöndienst
17:45	Ende / Pause	
18:30 – 19:30	Mitgliederversammlung DGPP	

(Stand: 15.08.2020 / Änderungen vorbehalten)

## **Abstracts**

### **\* Die Positive Psychotherapie als emanzipatorischer und Umfeld orientierter Ansatz**

(Christian Henrichs)

„Wenn Du willst, was Du noch nie gehabt hast, dann tu, was Du noch nie getan hast“ (Nossrat Peseschkian).

Damit Psychotherapie wirkt, müssen Patientinnen und Patienten aktiv mitarbeiten können! Und genau darin entfaltet die Positive Psychotherapie ihre Stärken: sie gibt der Ermutigung Raum, sie verwendet eine zugängliche Sprache, sie ist tiefgründig und pragmatisch; sie bietet rationale Unterscheidungen und intuitive Zugänge, thematisiert die Bedeutung sozio-kultureller Zusammenhänge und vermittelt ein ganzheitsmedizinisches Verständnis; sie fördert Visualisierung und Versprachlichung, sie macht Veränderungsprozesse transparent und unterstützt sie situativ.

Nossrat Peseschkian pflegte scherzhaft zu sagen: „Wir behandeln alles - von Haarausfall bis Fußpilz.“ Der Einstiegsvortrag ruft zum breit angelegten Tagungsthema einige wichtige Ideen aus der Welt der Positiven Psychotherapie ins Gedächtnis.

### **\* Lebensenergie - positiver Umgang mit eigenen und fremden Ressourcen**

(Stefan Mennemeier)

Lebensenergie ist eine Grundlage unseres Seins und Handelns. Sie ist in Allem - ersehnt und erspürt, in Tatsächlichem und als Inspiration, als Quelle und als Ziel. Fehlt sie, erscheint uns alles wie leblos und verloren. Der Umgang mit der eigenen Lebenskraft kann schöpfende und auch erschöpfende Folgen zeigen. Gleiches gilt für den Umgang mit den Fähigkeiten und Energien zwischen Menschen und ihren Systemen und Institutionen.

Ich diskutiere das Thema Lebensenergie und ihre Ressourcen sowohl im transkulturellen Vergleich als auch unter Berücksichtigung von Modellen aus der Positiven und Transkulturellen Psychotherapie nach Nossrat Peseschkian und der Polyvagal-Theorie nach Stephen W. Porges.

### **\* Kinder fördern oder (über)-fordern? Die Verwöhnungsfalle**

(Nawid Peseschkian)

Richtiger Umgang mit Kindern. Selbstbewusste, kluge Kinder, die sich selbst beschäftigen und zurechtfinden, die fröhlich und aufmerksam sind. Wer wünscht sie sich nicht? Kinder brauchen Freiräume, aber auch feste Regeln, Ordnung und klare Orientierung, um sich gut zu entwickeln. Wie können wir unsere Kinder zu ausgeglichenen Individuen, Mitmenschen und Erdenbewohnern – unter Berücksichtigung ihrer körperlichen, menschlich-sozialen und geistigen Grundlagen – erziehen? Die Erziehung unserer Kinder ist heute „eine heroische Aufgabe, beinahe eine Kunst“. Aber was ist das richtige Maß? Wann ist es zu viel und wann zu wenig? Bei dem Bemühen, diese Kunst zu erlernen und zu beherrschen, gibt dieser Vortrag systematisch-praktische Hilfestellungen sowohl aus Sicht der Religion (Bahá'í) als auch aus der Wissenschaft (Medizin, Pädagogik und Psychologie).

### **\* Der therapeutische Prozess in der Positiven Psychosomatik – „Fünf Finger des Entdeckens“**

(Arno Remmers)

„Medizinisch sind Sie gesund“ – „Ihr Junge hat glücklicherweise nichts Ernstes“ – Patienten mit somatoformen Störungen fühlen sich häufig nicht verstanden, wenn keine körperlichen Gründe für die Beschwerden gefunden werden. Der Schritt in die Psychotherapie ist dann eine Herausforderung. Deshalb möchte ich von den Erfahrungen mit einem interaktiven Prozessmodell berichten, der eine tragfähige therapeutische Allianz für die psychosomatische Therapie entstehen lässt. Das „Fünf

Finger-Modell“ beschreibt die Schritte von der Leidensschilderung über die Einflüsse der Symptome auf den Alltag und die Auswirkungen des Leidens, um die Funktionalität der Symptome gemeinsam zu entdecken. Visualisierung der Lebenssituation, Verständnis der Werte und inneren Wertkonflikte des Patienten und das Herausfinden der Ressourcen und Bewältigungsstrategien des Klienten in einem dritten Schritt werden zur Grundlage für die Konflikt-Klärung oder neue Interaktionsmuster, die im vierten Schritt mit dem Therapeuten als Gegenüber erprobt, zu einem Verständnis des inneren Konflikts führen, der die Symptome verursachte. Damit wird der letzte Abschnitt der Selbsthilfe und neuen Zielsetzungen vorbereitet. Die fünf Finger stehen dabei auch für unterschiedliche therapeutische Haltungen im Entwicklungsprozess miteinander, ebenso wie für den Umgang mit dem eigenen Erleben und der Gegenübertragung.

### **\* *Das Alter ist der einzige Garant für ein langes Leben***

(Ilse Schöndienst)

**Alter** ist zunächst einmal nur eine biometrische Messgröße, welche die seit dem Zeitpunkt der Geburt abgelaufene Zeitspanne der Existenz eines Lebewesens angibt. Unter 'dem' **Alter** versteht man i.d.R. den Lebensabschnitt rund um die mittlere Lebenserwartung eines Menschen, also das Lebensalter zwischen dem mittleren Erwachsenenalter (35-65 Jahre) und dem Tod. **Alter** wird aber auch als Bezeichnung nur für den letzten Lebensabschnitt, das Senium, verwendet. In der westlichen Welt steigt die Lebenserwartung immer noch an – so dass diese Lebensphase mehr Lebensjahre umfasst als früher. Je nach Blickwinkel stellt sich die (Be)Deutung des Alters unterschiedlich dar, z.B. demografisch, sozialpolitisch, medizinisch, individuell-biologisch, wissenschaftlich. Damit ist nicht nur die Gesellschaft vor diverse Fragen zur Bewältigung gestellt – auch der einzelne Mensch sieht sich Anforderungen gegenüber, seinen „Lebensabend“ zu gestalten. Nach Angaben zu Neuromorphologie und Neuroplastizität auch unter Bezugnahme auf Demenz wird das Alter(n) anhand von Tools aus der Positiven und Transkulturellen Psychotherapie betrachtet.

### **\* *Der Mensch is(s)t gut - Adipositas und Positive Psychotherapie***

(Mickey Wiese)

Rücken, Bluthochdruck, Diabetes, Depression und Burnout fallen einem sofort ein, wenn man an die Top Volkskrankheiten in Deutschland denkt. Adipositas ist aber unaufhaltsam auf dem Vormarsch in dieses Top-Ranking und ist zudem mit vielen dieser Krankheitsbilder eng assoziiert. In den letzten 20 Jahren ist ein Zuwachs der Adipositas um rund 40 Prozent zu verzeichnen. Experten sprechen längst von einer Epidemie. 60% der Deutschen sind übergewichtig und fast 25% aller Erwachsenen und etwa 6% der Kinder und Jugendlichen waren 2017 adipös, hatten also therapiebedürftiges Übergewicht. Die Ergebnisse basieren auf einer Einteilung der Weltgesundheitsorganisation (WHO), die Menschen mit einem BMI ab 25 als übergewichtig einstuft und ab einem BMI von 30 als adipös. Steigender Alltagsstress und Zeitmangel führen dazu, dass sich immer mehr Menschen schlecht ernähren und sich kaum noch ausreichend bewegen oder gar Sport treiben. Mit "mehr" Sport und "mehr" Salat bekommt man die Adipositas aber nicht in den Griff. Denn Adipositas ist eine multifaktorielle chronische Erkrankung und braucht deswegen auch lebenslange Behandlung auf unterschiedlichsten Ebenen. Ich versuche in meinem Vortrag Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten anhand des Balancemodells der Positiven Psychotherapie (Körper, Leistung, Kontakt, Phantasie/Sinn) darzustellen und einzuordnen.

## **Referentinnen und Referenten**

### **\* Christian Henrichs, Köln**

Dipl.-Psych., M.Phil., Psychologischer Psychotherapeut, zertifizierter Coach und Arbeits- und Organisationspsychologe, Seminare und Projekte in mehr als 20 Ländern, psychologische Privatpraxis, Dozent, Lehrtherapeut und Supervisor für tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie, Supervisor und internationaler Mastertrainer für Positive Psychotherapie, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Positive und Transkulturelle Psychotherapie (DGPP).

### **\* Stefan Mennemeier, Kassel**

Facharzt für Psychiatrie & Psychotherapie, Balintgruppenleiter der Deutschen Balint-Gesellschaft (DBG), Supervision, Certified Positive Psychotherapist, Basic Trainer für Positive Psychotherapie (WAPP). Niedergelassen in eigener Praxis.

### **\* Dr. med. Nawid Peseschkian, Wiesbaden**

Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie & Psychotherapie, Facharzt für Psychiatrie & Psychotherapie, Master and Basic Trainer Positive Psychotherapie (WAPP), seit vielen Jahren Durchführung zahlreicher Seminare, Vorträge, Kurse und Trainerausbildungen an verschiedenen Instituten, staatlich bestellter Prüfer am Hessischen Landesprüfungsamt für Heilberufe. Niedergelassen in eigener Praxis mit sozialpsychiatrischem Schwerpunkt.

### **\* Arno Remmers, Büdingen**

Facharzt für Allgemeinmedizin, ärztlicher Psychotherapeut, ärztlicher Qualitätsmanager, Dozent, Lehrtherapeut und Supervisor an Akademien für Psychotherapie (KBAP, ZIST, WIAP), Internationaler MasterTrainer für Positive Psychotherapie (WAPP). Gründungsmitglied der World Association for Positive Psychotherapy (WAPP) und nationaler Lehrinstitute. Leitungsmitsglied am Institut für Ethik, Psychotherapie und Gesundheitskultur (IEPG). Buchautor.

### **\* Dr. med. Ilse Schöndienst, Handeloh**

Fachärztin für Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren, Homöopathie, Sozialmedizin, klinische Geriatrie, sozialmedizinische Gutachterin. Basic Consultant of Positive Psychotherapy (WAPP), Vizepräsidentin der Deutschen Gesellschaft für Positive und Transkulturelle Psychotherapie (DGPP).

### **\* Mickey Wiese, Frankfurt am Main**

Ev. Dipl.-Theologe, Event-Pastor, Schulsozialarbeiter, Positiver Konfliktberater, Positiver Paar- und Elternberater, Systemischer Berater. Vorstandsmitglied der Deutschen Gesellschaft für Positive und Transkulturelle Psychotherapie (DGPP).

*Die Inhalte der Fortbildungsmaßnahme sind produkt- und/oder dienstleistungsneutral gestaltet. Potenzielle Interessenkonflikte des Veranstalters, der wissenschaftlichen Leitung und der Referenten werden in einer Selbstausskunft gegenüber den Teilnehmern offengelegt. Es gibt keine Sponsoren. Die Gesamtaufwendungen der Veranstaltung werden von der Gesellschaft in Eigenleistung getragen. Die Gesamtkosten belaufen sich auf ca.300,00 EUR.*