

**13:00- 16:30 Uhr**

**Workshops für Nachwuchswissenschaftler:**

**Ditzen & Domes**

Hands on Publishing: Geplant, Gemessen, Ausgewertet! Und jetzt? - Erfolgreiches Publizieren in der Klinischen Psychologie

**Hamm & Richter**

Das RDoc-Projekt des NIMH und dessen Implikationen für unsere Forschung

**Ebner-Priemer**

Ecological Momentary Assessment - Grundlagen und Anwendung

**Breuninger**

Einführung in die Statistiksoftware R

**13:00- 18:30 Uhr**

**Lundbeck THINC-Expert-Workshop für eingeladene Gäste**

**Wittchen, Reischies & Müller**

Was wissen wir über kognitive Dysfunktionen bei Depression?

Lundbeck bereichert das diesjährige Programm um einen Workshop, der den Wissensstand zu kognitiven Dysfunktionen bei Depression ausleuchten soll. Wie häufig treten diese auf? Welche Bedeutung haben sie für Patienten, Angehörige und Behandler? Ist das Problem der Depression am Arbeitsplatz auch ein kognitives Problem? Welche Interventionen gibt es? Wie kann die funktionswiederherstellende Behandlung in Zukunft aussehen? Dies sind nur einige der Fragen, die wir gemeinsam diskutieren und beantworten wollen. Erfahren Sie aus erster Hand mehr über aktuelle Studiendaten, diskutieren Sie mit Kollegen die klinische Relevanz und die Einbindung dieser neuen Strategien in Ihren Praxisalltag und suchen Sie gemeinsam mit uns nach Wegen, das Leben Ihrer Patienten kontinuierlich zu verbessern.

08:30-12:00 Uhr (kurze Workshops)

### Trauma First: Ein Behandlungsprogramm für Kinder und Jugendliche mit Traumafolgestörungen

*Sabine Ahrens-Eipper, Katrin Nelius (KJP Praxis Halle/Saale)*

Das Versorgungsangebot "Trauma first" wurde entwickelt für Kinder (ab dem 3. LJ) und Jugendliche, die intra- oder extrafamiliären Formen von Gewalt ausgesetzt waren oder akzidentelle Traumata erlebt haben. Kindesmisshandlung, sexueller Missbrauch oder andere traumatische Erlebnisse können bei Kindern zu einer großen Spannweite von Störungsbildern führen. Im Rahmen des Workshops werden die Klassifikation und Diagnostik von Traumafolgestörungen im Kindes- und Jugendalter vorgestellt und ein Überblick über aktuelle Ätiologiemodelle gegeben. Behandlungsstrategien für die Behandlung der Posttraumatischen Belastungsstörung, aber auch der weit gefächerten internalisierenden und externalisierenden Verhaltensstörungen, die typischerweise als Traumafolgestörungen im Kindes- und Jugendalter auftreten, werden dargestellt. Es wird ein Einblick in die standardisierten Gruppensitzungen, die thematischen Bausteinen für die Einzeltherapie sowie die umfassenden Materialien für die Arbeit mit Bezugspersonen gegeben und das Vorgehen bei der Exposition im Einzelsetting mittels IRRT aufgezeigt. Erste Evaluationsergebnisse für den Altersbereich 6-10 Jahre werden dargestellt (Kooperation mit PD Dr. Kröger TU Braunschweig).

### Praxis der expositionsbasierten Behandlung der Agoraphobie und Panikstörung

*Edgar Geissner (Schön-Klinik Roseneck für Psychosomatik, Prien am Chiemsee und Department Psychologie der Ludwig-Maximilians-Universität München), Clemens Jaschke (Schön-Klinik Roseneck für Psychosomatik, Prien am Chiemsee)*

Der in der klinisch-psychologischen Forschung gut belegte Ansatz der expositionsbasierten Angstbehandlung ist in der Praxis noch nicht breiter Standard. Rahmenbedingungen, evtl. noch zu wenig Kenntnisse und Erfahrungen, auch mancherlei Fallstricke der Umsetzung könnten dabei hinderlich sein. In unserem Praxisworkshop wollen wir mittels Übungen und Beispielen Grundlagen und konkrete Durchführung der verhaltenstherapeutischen Angstbehandlung handlungsnah durchgehen. Nach wenigen kurzen Abschnitten zum Phänomen selbst und einigen anamnestischen und diagnostischen Elementen werden wir den in unserer langjährigen klinischen Arbeit bewährten Therapieansatz detailliert und praxisbezogen Stunde für Stunde erläutern. Wir gehen auf einzel- und gruppentherapeutisches Vorgehen ein, wir zeigen Möglichkeiten zur Verknüpfung mit weiteren sinnvollen Therapieelementen auf. Ein besonderer Schwerpunkt soll auf der Vermittlung einer regelgerechten Exposition nebst Besprechung allfälliger Schwierigkeiten (zB subtiles Vermeidungsverhalten, ungünstige Funktionalitäten) liegen. Abschließend berichten wir Outcome-Daten aus einer unserer Studien an 200 Angstpatienten. Fragen und Beispiele der Teilnehmer sind willkommen, können uns vorab gemailt oder während des Workshops eingebracht werden.

### Ressourcenaktivierung in der Psychotherapie

*Ulrike Willutzki, Philipp Victor (Universität Witten/Herdecke)*

Ressourcenaktivierung in der Psychotherapie wird störungs- und therapieschulenübergreifend inzwischen als wichtiger Wirkfaktor von Psychotherapie anerkannt. Ergänzend zur Veränderung von Problemanteilen geht es darum, günstige Reaktionsmuster des Patienten für den therapeutischen Prozess und die Problembewältigung zu nutzen. In diesem Workshop werden Grundhaltungen, diagnostische Strategien und Interventionsmethoden zur Ressourcenaktivierung diskutiert und eingeübt. Jenseits einer rein praxeologischen Anwendung wird dabei versucht, ein Rahmenmodell der Ressourcenaktivierung zu vermitteln und einzelne Wirkprinzipien herauszuarbeiten, die Handlungsperspektiven auch in schwierigeren Situationen eröffnen. Die Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit, z.B. durch Einbringung von PatientInnenbeispielen und Mitwirkung bei kleinen Übungseinheiten ist willkommen. Abschließend wird ein kurzer Überblick über die empirische Forschung zur Ressourcenaktivierung gegeben.

Literatur: Willutzki, U. & Teismann, T. (2013). Ressourcenorientierung in der Psychotherapie. Göttingen: Hogrefe.

### Emotionsregulation durch Exposition

*Thomas Lang (Christoph-Dornier-Stiftung für Klinische Psychologie), Dorte Westphal (Technische Universität Dresden)*

Trotz der unterschiedlichen Angstinhalte der verschiedenen Angststörungen bestehen hinsichtlich des emotionsgesteuerten Verhaltens (z.B. Vermeidungs- und Sicherheitsverhalten) große Ähnlichkeiten zwischen den Störungen. Entsprechend ähneln sich die bei verschiedenen Angststörungen durchgeführten evidenzbasierten Interventionen, die hauptsächlich aus kognitiven und expositionsbasierten Elementen bestehen. Untersuchungen zum Wirkmechanismus der Interventionen legen nahe, dass Veränderungen in der Symptomatik durch die Steigerung panikbezogener Selbstwirksamkeitserwartung, die Reduktion emotionsgesteuerten Verhaltens und durch Extinktionslernen zustande kommen. Der Workshop fokussiert, neben einer kurzen theoretischen Einführung darauf, wie in der therapeutischen Praxis durch eine Veränderung des emotionsgesteuerten Verhaltens Selbstwirksamkeits- und Lernprozesse bei verschiedenen Angststörungen angestoßen und vertieft werden können.

### Arbeit mit und an Ressourcen - inspiriert aus Praxis und Wissenschaft

*Csilla Jeszenszky (Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden)*

Ziel des Workshops ist es, den Teilnehmern die Bedeutung und die Wirksamkeit der Arbeit mit Ressourcen - des Therapeuten und des Patienten/Klienten - nahezubringen. Zu diesem Zweck werden verschiedene theoretische Ansätze und die dazugehörigen Methoden zur Ressourcenaktivierung und -förderung mittels einer Mindmap dargestellt. Ausgewählte Interventionen können anschließend in Kleingruppen ausprobiert werden. Die einzelnen Übungen sind transdiagnostischer und schulübergreifender Natur, und stammen aus verschiedenen Bereichen der Therapie (Verhaltenstherapie, systemische Psychotherapie, Gesprächspsychotherapie, Hypnotherapie, Transaktionsanalyse, positive Psychologie), so dass die Vielfalt - als Ressource - des Faches zur Geltung kommt. Der Fokus des Workshops liegt neben praktischen Übungen auf dem Austausch von Erfahrungen. Abgerundet wird der Workshop mit einer gemeinsamen kreativen Aufgabe. Willkommen sind Kollegen, die beraterisch oder therapeutisch tätig sind oder werden wollen.

## **Sorgenkonfrontation bei Generalisierter Angststörung**

*Katja Beesdo-Baum (Technische Universität Dresden)*

Die imaginative Exposition (Sorgenkonfrontation) ist ein wirksames Verfahren zur Behandlung der Generalisierten Angststörung. Sie kann sowohl als alleinige Intervention bei Patienten mit Generalisierter Angststörung als auch im Rahmen eines komplexeren kognitiv-verhaltenstherapeutischen Therapieprogramms eingesetzt werden. In diesem Workshop wird vermittelt, wie ein effektives Sorgenskript erstellt und die Sorgenkonfrontation in der Vorstellung durchgeführt wird. Dabei werden u.a. Life- und Videodemonstrationen eingesetzt. Zielgruppe: Psychotherapeuten/ innen, Diplompsychologen/ innen, Ärzte/ innen in psychotherapeutischer Weiterbildung

## **Die multimodale Behandlung von Jugendlichen mit Selbstwert-, Leistungs- und Beziehungsstörungen nach dem SELBST-Programm**

*Daniel Walter (Uniklinik Köln; Kinder- und Jugendpsychiatrie & AKiP)*

Die Behandlung von Jugendlichen nimmt in der therapeutischen Arbeit eine Sonderstellung ein. Dies resultiert zum einen aus einer Vielzahl von adoleszententypischen psychischen und körperlichen Veränderungen, zum anderen aus häufig jahrelangen Misserfolgserfahrungen. Weitere Besonderheiten ergeben sich aus dem Vorliegen einer Kombination unterschiedlicher Probleme in verschiedenen Lebensbereichen. Häufige finden sich Selbstwertprobleme, ausgeprägte Schwierigkeiten mit Gleichaltrigen oder Eltern sowie Leistungsprobleme in der Schule oder der Ausbildung. Der Therapeut sieht sich mit der Schwierigkeit konfrontiert, dass die Jugendlichen in der Regel einer Behandlung misstrauisch bis ablehnend gegenüberstehen, sich auf der anderen Seite ohne eine aktive Mitarbeit der Jugendlichen häufig nicht die gewünschten Veränderungen erreichen lassen. Das multimodale, störungsübergreifende Behandlungsprogramm SELBST versucht, diesen Besonderheiten Rechnung zu tragen und integriert jugendlichen-, eltern- und lehrerzentrierte Interventionen. Ein besonderer Schwerpunkt wird auf die Stabilisierung und den Transfer in den Alltag der gewünschten Effekte gelegt. In dem Workshop wird anhand des Therapieprogramms SELBST ein Einblick in die Arbeit mit Jugendlichen mit psychischen Störungen und deren Bezugspersonen gegeben, bei denen Selbstwert-, Leistungs- und Beziehungsstörungen im Vordergrund stehen.

## 15:00-18:30 Uhr (kurze Workshops)

### **Rückfälle verhindern- psychische Gesundheit erhalten: Kognitive Erhaltungstherapie bei rezidivierender Depression**

*Anne Katrin Risch (Friedrich-Schiller-Universität Jena)*

Da die Major Depression meist rezidivierend verläuft, ist die Prävention von depressiven Rückfällen ein zentrales Anliegen der psychotherapeutischen Behandlung. In den letzten Jahren sind vermehrt kognitive Ansätze zur Rückfallprävention entwickelt worden, die sich speziell mit der Prävention von psychologischen Auslösern beschäftigen. Diese Ansätze, als „Third Wave of Cognitive Therapy“ bezeichnet, verbinden klassische kognitiv-behaviorale Techniken mit nicht-klinischen Behandlungsmethoden (z.B. Achtsamkeit, Akzeptanz, Werte-Orientierung, Psychologisches Wohlbefinden). In diesem Workshop wird ein Ansatz vorgestellt, der zentrale Interventionen aus diesen neuen Interventionsformen zu einer kognitiven Erhaltungstherapie integriert. Im Rahmen des Workshops soll ein Überblick über den Ansatz, sowie seine praktische Umsetzung in der ambulanten Psychotherapie gegeben werden. Dazu werden Ausschnitte aus Therapievideos gezeigt und zentrale Interventionen im Rollenspiel eingeübt. Zudem werden Ergebnisse zur Effektivität der Intervention aus einer, im Rahmen des Programms „Klinische Studien“ geförderten, multizentrischen Therapiestudie berichtet.

*Literatur: Risch, A. K., Stangier, U., Heidenreich, T. & Hautzinger, M. (2012). Kognitive Erhaltungstherapie bei rezidivierender Depression. Rückfälle verhindern, psychische Gesundheit erhalten. Heidelberg: Springer.*

### **Borderline und Mutter sein – ein Training für Mütter mit einer Borderline-Störung**

*Charlotte Rosenbach, Sigrid Buck-Horstkotte, Babette Renneberg (Freie Universität Berlin)*

Die ersten Jahre der Kindererziehung stellen für alle Eltern ein große Herausforderung und Umstellung dar. Frauen mit einer Borderline Persönlichkeitsstörung (BPS) leiden unter permanenten Krisen und extremen Schwankungen in der Stimmung, dem Selbstwert und der Identität. Oft reagieren Betroffene in Stresssituationen sehr impulsiv und selbstschädigend. Die Erziehung von Kindern stellt insofern eine besondere Herausforderung für Personen mit einer BPS dar. Studien zeigen, dass Kinder von Müttern mit BPS ein höheres Risiko haben, verschiedene Verhaltensauffälligkeiten zu entwickeln und später selbst an psychischen Störungen zu erkranken. Angelehnt an das DBT Skills Training wurde ein kognitiv-verhaltenstherapeutisches Gruppenprogramm für Mütter, die an einer BPS leiden und kleine Kinder haben, konzipiert. Dieses Programm, welches in insgesamt 12 Sitzungen psychoedukative und verhaltenstherapeutische Methoden und Übungen verknüpft, wird vorgestellt. Themen wie kindliche Bedürfnisse, Stressbewältigung oder Umgang mit Gefühlen werden bearbeitet. Anhand von Fallbeispielen werden die wesentlichen Elemente des Trainings besprochen und in der Anwendung in Kleingruppen geübt.

### **Einführung in die Schematherapie mit Kindern, Jugendlichen und Eltern**

*Christof Loose (Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf)*

Der Workshop führt in die Schematherapie mit Kindern und Jugendlichen einschließlich Elternarbeit ein und zeigt, wie das Schema- und Modusmodell auf das Kindes- und Jugendalter übertragen werden kann. Im Zentrum der Schematheorie und der Praxis stehen die seelischen Grundbedürfnisse. Vor diesem Hintergrund liegt der Fokus in der Elternarbeit auf Schemata und Modi, die durch das Verhalten des Kindes aktiviert werden. Zum Beispiel könnten weinende Kinder als kritisierend oder bestrafend erlebt werden, wodurch Eltern möglicherweise maladaptive Bewältigungsstrategien (Überkompensation, Vermeidung, Überanpassung) entwickeln, die wiederum zu ungünstigen Aufschaukelungsprozessen führen. Im Fokus der Therapie mit dem Kind steht die Modusarbeit mithilfe von Fingerpuppen oder ähnlichem Material. Mit der „Arbeit am Inneren Haus“ lernen die Teilnehmer eine Technik der Biografiearbeit kennen, die den Erfahrungs-Schema-Modus-Zusammenhang eindrucksvoll vor Augen führt. Gut strukturierte Arbeitsblätter zur Modus-Arbeit (Modus-Aufstellung, - Beobachtung, -Analyse und -Memo) machen den Ablauf der Therapie nachvollziehbar und transparent. Es besteht ausreichend Zeit für Fragen.

## **Psychotherapeutische Behandlung der chronischen Depression mit CBASP: Eine Einführung**

*Matthias Backenstraß (Zentrum für Seelische Gesundheit, Klinikum Stuttgart)*

CBASP (McCullough 2000; dt. Übersetzung Schramm et al. 2006) ist ein psychotherapeutisches Verfahren, das spezifisch für die Behandlung von Patienten mit chronischer Depression entwickelt wurde. Der Behandlungsansatz integriert in innovativer Weise behaviorale, kognitive, interpersonelle sowie psychodynamische Behandlungsstrategien. Auf ätiologietheoretischer Ebene basiert er u.a. auf der Entwicklungstheorie von Piaget, Banduras sozialer Lerntheorie, interpersonellen Theorien und den klassischen verhaltenstherapeutischen Lerngesetzen. In diesem Workshop soll in CBASP eingeführt werden. Hierzu werden einerseits störungsspezifische Annahmen und der theoretische Bezugsrahmen von CBASP sowie empirische Befunde aus der Psychotherapieforschung dargestellt. Andererseits werden die wichtigsten Interventionsformen wie Situationsanalyse und interpersonelle Diskriminationsübung erarbeitet. Interessierte seien auf den Workshop von Frau Prof. Brakemeier aufmerksam gemacht, in dem weitere Techniken bzw. Aspekte der Beziehungsgestaltung im Rahmen von CBASP vertieft werden.

## **Dialektisch Behaviorale Therapie zur Behandlung von Posttraumatischen Belastungsstörung nach interpersonellen Gewalterfahrungen in der Kindheit**

*Anne Dyer (Universität Mannheim), Kathlen Priebe (Humboldt-Universität zu Berlin)*

Die DBT-PTSD ist ein Behandlungsverfahren, welches Interventionen der Dialektisch-Behavioralen Therapie, der traumafokussierten kognitiven Verhaltenstherapie und weiteren neuen Behandlungselementen den spezifischen Bedürfnissen von Patienten mit schwerer Posttraumatischer Belastungsstörung nach Gewalterfahrungen in der Kindheit anpasst. Die Effektivität der stationären Therapie wurde bereits über eine randomisiert-kontrollierte Studie nachgewiesen, aktuell läuft eine entsprechende Studie im ambulanten Setting. Die niedrige Drop-out Quote legt eine hohe Akzeptanz der expositionsorientierten Behandlung durch die Patienten nahe.

Dieser Workshop stellt das Behandlungsprogramm sowie die wichtigsten Methoden im Überblick vor. Ein Schwerpunkt liegt auf den zu beachtenden Besonderheiten der Patientengruppe, den Umgang mit den vielfältigen belastenden Emotionen sowie dem Rational der skillsbasierten Exposition

## **Der Körper in der Psychotherapie (Verhaltenstherapie)**

*Steffen Fliegel (Gesellschaft für Klinische Psychologie und Beratung GmbH)*

„Habe ich meinen Körper verloren,  
so habe ich mich selbst verloren.  
Finde ich meinen Körper,  
so finde ich mich selbst...“  
(Vladimir Iljine)

In der modernen ganzheitlichen Verhaltenstherapie besagt das Modell der vier Ebenen des menschlichen Erlebens, dass sich jedes menschliche Erleben sowohl körperlich als auch gedanklich, emotional und verhaltenswirksam äußert und daher auch eine wirksame Psychotherapie in der Lage sein sollte, die vier Ebenen in der therapeutischen Arbeit zu berücksichtigen. Es sollen therapeutische Zugangswege zu den unterschiedlichen psychischen Ebenen über den Körper (und die Emotionen bzw. deren Wechselwirkungen) erarbeitet und erprobt werden. Kurze theoretische Überblicke über die Intentionen körperpsychotherapeutischer Ansätze werden schwerpunktmäßig gefolgt von der Darstellung und Erprobung körpertherapeutischer Interventionen (Übungen und Techniken). Insgesamt soll vermittelt werden, wie körperpsychotherapeutische Methoden in der therapeutischen Arbeit gezielt und wirkungsvoll eingesetzt werden können und wie das eigene Spektrum an verhaltenstherapeutischen Interventionen mit Hilfe dieser Zugangsweisen erweitert und bereichert werden kann.

## **„Expositionsverfahren: Was können wir und was können wir verbessern?“**

*Dr. Peter Neudeck (Akademie für Verhaltenstherapie, Köln)*

Der Workshop soll Möglichkeiten zur Optimierung von expositionsbasierten Therapien aufzeigen. Hintergrund ist ein Konzept, dass davon ausgeht, dass es sich bei Expositionsverfahren nicht um eine Therapie im Sinne einer Therapieschule handelt, sondern um Techniken und Methoden, die innerhalb eines Behandlungskonzepts gleich welcher Therapieschule angewandt werden können. In Workshop wird der störungsspezifische Blickwinkel durch einen Fokus auf grundsätzliches Vorgehen bei Vorbereitung und Durchführung von Expositionsverfahren ersetzt. Die Teilnehmer haben Gelegenheit ausgewählte Aspekte auf der Basis eigener Erfahrung und klinischer Studien zu diskutieren.

- graduierte vs. massierte Exposition
- Patienten- und Therapeutenverhalten während der Exposition
- Anwendung von Angstkontrollstrategien und Instruktionen
- therapeutenbegleitete Exposition oder Exposition im Selbstmanagement
- Rahmenbedingungen

**08:30-12:00 Uhr (kurze Workshops)**

**Therapie von Schlafstörungen bei Jugendlichen**

*Angelika Schlarb (Universität Bielefeld)*

Schlafstörungen im Jugendalter sind weit verbreitet. Durch die Pubertät gehen Jugendliche später ins Bett und erhalten oftmals zu wenig Schlaf. Neben Schlafmangel treten jedoch in diesem Alter auch häufig Ein- und Durchschlafprobleme auf. Konzentrationsprobleme, mangelnde Schulleistungen, emotionale Beeinträchtigungen wie Ängstlichkeit, Depressivität oder aber auch Störungen der Emotionsregulation können die Folge sein. In diesem Workshop wird ein Schlafstörungenprogramm für Jugendliche zwischen 11 und 17 Jahren mit Ein-, Durchschlafstörungen, Alpträumen und weiteren Schlafbeschwerden vorgestellt, welches sowohl kurzfristig als auch langfristig evaluiert wurde. Das 6 Sitzungen umfassende Behandlungsprogramm inkludiert sowohl KVTi Techniken als auch hypnotherapeutische Elemente, und umfasst 5 Sitzungen für die Jugendlichen und eine Sitzung für die Eltern. Schritt für Schritt wird die Vorgehensweise erläutert und jede einzelne Sitzung anhand von Übungsbeispielen oder Fallbeispielen ausführlich bearbeitet. Schlafspezifische Diagnostikinstrumente und differentialdiagnostische Fragestellungen werden dargestellt und diskutiert.

**CANDIS-Modulare Therapie von Cannabisstörungen**

*Anja Pixa (Institut für Klinische Psychologie & Psychotherapie)*

Der Workshop gibt einen kurzen Überblick zur Ätiologie und Diagnostik von Cannabismisbrauch und -abhängigkeit (ICD-10, DSM-IV). Der Schwerpunkt der Veranstaltung liegt auf der Vermittlung von motivationalen und kognitiv-behavioralen Behandlungsmodulen („CANDIS - Modulare Therapie von Cannabisstörungen“, Hoch et al., 2011), die im Rahmen einer Kurzzeittherapie eingesetzt werden können. Spezifische Therapiebausteine (motivierende Gesprächsführung, Vorbereitung des Konsumstopps, Selbstkontrolltechniken, Rückfallprophylaxe, Umgang mit Verlangen, Problemlösen, Ablehnungstraining etc.) werden kurz vorgestellt. Zu einer der Interventionen erfolgt eine Rollenspiel-Übung. Videobeispiele sollen das klinische Erscheinungsbild von Patienten mit Cannabisstörungen veranschaulichen. Zudem werden Behandlungschancen und Barrieren in realen Therapieverläufen, d.h. im Zuge der Psychotherapierichtlinien-Änderung von 2011, aufgezeigt.

**TIPP für Psychotherapeuten**

*Margit Brenig-Eggebrecht (Ausbildungspraxis Brenig-Eggebrecht, Göttingen)*

Das Psychotherapiemodell TIPP (Transponierbares Integratives Prozessuales Psychotherapiemodell) stellt als farbiges Schaubild metaphorisch die verhaltenstherapeutischen Konstrukte der situativen Erlebniswelt und der Lerngeschichte dar. Die verwendeten Symbole repräsentieren psychologische Fachtermini und sind in die Alltagssprache übersetzbar (z.B. Sonne für Annäherungsziele). TIPP bietet einen prozessbegleitenden Überblick der Entwicklung der Problematik. Die Ressourcen und Veränderungsoptionen auf dem Weg zu persönlichen Zielen werden aufgezeigt. TIPP erleichtert Therapeuten die individuelle Fallkonzeptualisierung sowie die Indikation und Integration spezifischer Interventionsstrategien. Verschiedene psychotherapeutische Denkansätze lassen sich in TIPP als Metamodell transponieren: Problemanalyseschema von Bartling et al. (1998), Grundbedürfnisse und Wirkfaktoren (Grawe, 1999,2004), Interventionsstrategien entsprechend des Verhaltenstherapiemanuals (Linden und Hautzinger, 2011), Therapieansätze (Hautzinger, Young, Hayes, Rogers). So findet sich eine Handlungsorientierung im Sinne einer allgemeinen Psychotherapie. Im Workshop erfolgt eine anschauliche theoretische und praktische Einführung, die die Anwendung in der Praxis ermöglicht. Materialien werden zur Verfügung gestellt.

**Gruppentherapeutische Behandlung der anhaltenden Trauerstörung**

*Roberto Rojas (Universität Ulm), Ruth Rossi (Schön Klinik Roseneck)*

Die anhaltende Trauerstörung - auch komplizierte Trauer benannt – beschreibt den psychischen Zustand von Personen, die aus verschiedenen Gründen mit dem Tod einer nahstehenden Person nicht umgehen können. Sie erleben auch nach längerer Zeit eine starke Sehnsucht nach dem Verstorbenen, verbunden mit ausgeprägten emotionalen Reaktionen, von denen sie sich überwältigt fühlen. Dieser Zustand kann langfristig zur Entwicklung weiterer physischer und psychischer Erkrankungen führen. Ziel dieses Workshops ist es, unser gruppentherapeutisches Programm zur Behandlung der anhaltenden Trauerstörung vorzustellen. In den ersten Stunden liegen die Schwerpunkte auf Psychoedukation, Motivationsaufbau sowie Erklärung des Therapierationals. Anschließend wird beispielhaft die Vorstellung des Verstorbenen durch die Trauenden dargestellt. Zudem wird erläutert, wie im Einzelgespräch die Verarbeitung des schlimmsten Moments beim Todesfall erfolgen kann. Ferner werden psychotherapeutische Interventionen zum Aufbau von Strategien im Umgang mit Grübeln und dysfunktionalen Einstellungen, zur Reduktion des Vermeidungsverhaltens und zur Transformation vorgestellt. Wir werden genug Raum für Diskussion und Austausch geben.

**Psychotherapie bei Erwachsenen mit Autismus-Spektrum-Störung**

*Isabel Dziobek (Humboldt-Universität zu Berlin), Sandra Strunz (Freie Universität Berlin)*

Eine Autismus-Spektrum-Störung (ASS) im hochfunktionalen Bereich, dazu gehört das Asperger-Syndrom und der sogenannte High-Functioning Autismus, wird häufig erst im Erwachsenenalter diagnostiziert. Obwohl bei den Betroffenen keine Intelligenzminderung vorliegt, sind sie in ihrem sozialen und auch beruflichen Funktionsniveau in der Regel deutlich eingeschränkt. Nicht selten entwickeln Betroffene als Folge der Schwierigkeiten, die ihnen aufgrund der ASS entstehen, komorbide Störungen, insbesondere Depressionen und Angststörungen. Auf der Grundlage bisheriger Forschungsergebnisse und unter Berücksichtigung der Besonderheiten in der Wahrnehmung und Informationsverarbeitung von Menschen aus dem autistischen Spektrum werden in diesem Workshop verschiedene verhaltenstherapeutische Techniken vorgestellt, die sich für die Behandlung von Erwachsenen mit ASS eignen. Dazu wird zunächst ein kognitives Rahmenmodell für die Behandlung von Patienten mit ASS präsentiert. Im Anschluss wird eine Reihe von Therapiemodulen eingeführt und mit vielen Beispielen aus der Praxis veranschaulicht. Dazu gehören die Module therapeutische Beziehungsgestaltung, Identitätsfindung, soziale Interaktion und Kommunikation, Stressbewältigung, berufliche Integration und Behandlung von komorbiden Störungen.

## 13:00-18:30 Uhr (lange Workshops)

### Training emotionaler Kompetenzen

*Frauke Niehues (Psychologische Praxis Giessen)*

Das TEK ist ein Intensivprogramm zur Verbesserung der Stress-, Selbstwert- und Emotionsregulation, das sowohl im Einzel- als auch im Gruppensetting angewendet werden kann. Im Workshop werden der theoretische Hintergrund emotionszentrierter Arbeit vermittelt und die praktischen Übungen des TEK vorgestellt.

Im Einzelnen sind dies:

- Psychoedukation über Entstehung, Verlauf und Funktion von Emotionen
- Muskel- und Atemmuskulaturspannung
- Bewertungsfreie Wahrnehmung von Emotionen
- Akzeptanz und Toleranz von Emotionen
- Förderung des Selbstwertes und der Selbstfürsorge
- Analyse und Regulation von Emotionen

Darüber hinaus wird darauf eingegangen, wie man eine positive Gruppendynamik fördert und schwierige Patienten integrieren kann. Das TEK basiert größtenteils auf verhaltenstherapeutischen Prinzipien. Da jedoch Grundwissen über Emotionen und diesbezügliche Basiskompetenzen vermittelt werden, profitieren erfahrungsgemäß auch Vertreter anderer Psychotherapierichtungen gut davon.

### Individualisierte Therapie von Kindern und Jugendlichen mit sozialen Ängsten im Einzeltherapiesetting nach dem Therapieprogramm THAZ – schwierige Therapiesituationen

*Hendrik Büch (Institut für Psychologie, Albert-Ludwigs-Universität Freiburg)*

Wie behandle ich Kinder mit sozialen Ängsten im Einzeltherapiesetting? Wie gehe ich mit schwierigen Therapiesituationen um? Der Workshop stellt das therapeutische Vorgehen bei der Behandlung von sozialen Ängsten im Kindesalter nach dem Therapieprogramm THAZ soziale Ängste vor. Das Manual ist der 2. Band des Therapieprogramms für Kinder und Jugendliche mit Angst- und Zwangsstörungen (THAZ) und besteht aus kind- und elternzentrierten Interventionen, die individuell auf die Symptomatik des Kindes angepasst werden können. In dem Workshop werden die einzelnen therapeutischen Interventionen praxisnah an Video-Fallbeispielen vorgestellt. Dabei soll schwerpunktmäßig auf schwierige Therapiesituationen eingegangen werden, wie z.B.: (1) Die Exploration von sehr ängstlichen Kindern; (2) Durchführung von kognitiven Interventionen mit jüngeren Kindern; (3) hilfreiche Interventionen, wenn das Kind oft von anderen geärgert wird (4) Umgang mit schwierigen Situationen während der Expositionstherapie. Zielgruppe: Psychotherapeuten; angewendete didaktische Methoden: Rollenspiele, Gruppendiskussion, Videos, Fallbeispiele.

*Literatur: Büch, H. & Döpfner, M. (2011). Behandlung sozialer Ängste im Kindesalter mit einem individualisierten kognitiv-behavioralen Therapieprogramm (THAZ – Soziale Ängste) - Konzeption und Ergebnisse einer Pilotstudie. Verhaltenstherapie, 1, 41-47* Büch, H. & Döpfner, M. (2012). Soziale Ängste - Therapieprogramm für Kinder und Jugendliche mit Angst- und Zwangsstörungen (THAZ) - Band 2. Göttingen: Hogrefe.

### „Ich will das gar nicht tun“ – Therapie komplexer Zwangsstörungen

*Marc Wolff (Christoph-Dornier-Klinik für Psychotherapie)*

Zwangsstörungen sind mit einer Lebenszeitprävalenz von 1-2 % häufig und führen oft zu einer erheblichen Beeinträchtigung der Lebensqualität. Dennoch erhalten nur etwa ein Zehntel der Betroffenen eine effektive Therapie. Ziel des Workshops ist es, interaktiv und begleitet durch exemplarische Therapievideos einen plastischen Einblick in die leitliniengerechte Therapieplanung und -durchführung bei komplexen Zwangserkrankungen zu geben. Ein besonderes Augenmerk soll hierbei auf der detaillierten Vorbereitung der einzelnen Expositionsübungen liegen, gerne können die Teilnehmer auch eigene Erfahrungen und Therapiebeispiele einbringen und zur Diskussion stellen.

## 13:00-18:30 Uhr (lange Workshops)

### **Akzeptanz und Commitment Therapie**

*Andrew Gloster (Universität Basel, Schweiz)*

Die Akzeptanz-und-Commitment-Therapie (ACT) ist eine neuere Entwicklung innerhalb der Verhaltenstherapie, deren Ziel die Verbesserung „psychischer Flexibilität“ ist. Viele Studien zeigen, dass psychisches Leid entsteht, wenn Menschen ihr inneres Erleben zu vermeiden suchen. Denn Erlebnisvermeidung führt oft zu rigidem und unflexiblem Verhalten und damit zur Beeinträchtigung problem- und zielbezogenen Handelns. ACT-Klienten lernen, dass Erlebnisvermeidung keine Lösung, sondern das eigentliche Problem ist. Sie lernen zu unterscheiden, was sie kontrollieren können und was nicht. Durch Achtsamkeit und Akzeptanz gelangen sie zu größerer Flexibilität im Umgang mit aversiven Körperempfindungen, Gedanken und Gefühlen. Sie wählen und formulieren wieder persönlich wichtige Lebensziele, was oft lange vernachlässigt wurde, und lernen, diese trotz emotionaler und kognitiver Barrieren wieder in Handlungen umzusetzen, um so wieder ein wert- und sinnerfülltes Leben zu führen. Die Teilnehmer lernen einen Therapieansatz kennen, der erlebnisorientierte Übungen, Metaphern, Rollenspiele, Defusionstechniken und Verhaltensaktivierung integriert. Dies wird praktisch und erlebnisorientiert geübt. Videodemonstrationen sind in englischer Sprache.

### **Spiegelbilder, Innenbilder, Modifikationen: Kognitive Therapie bei körperdysmorpher Störung**

*Viktoria Ritter, Ulrich Stangier (Goethe Universität Frankfurt, Institut für Psychologie)*

Die körperdysmorphe Störung (KDS) ist gekennzeichnet durch die exzessive Beschäftigung mit einem oder mehreren imaginierten oder allenfalls minimal erkennbaren Makel(n) in der äußeren Erscheinung. Die Störung ist mit einem starken Leidensdruck verbunden und verbreiteter als ursprünglich angenommen. In der psychotherapeutischen Praxis wird die KDS häufig unterdiagnostiziert und unzulänglich behandelt. In diesem Workshop wird zunächst ein Überblick über das Störungsbild, Ursachen und Diagnostik gegeben. Im Mittelpunkt stehen kognitive Interventionsansätze, die auf eine Veränderung zentraler aufrechterhaltender Prozesse bei KDS (z.B. exzessive Makelaufmerksamkeit, verzerrte mentale Vorstellungsbilder, Sicherheitsverhalten) abzielen. Es werden Interventionen wie Aufmerksamkeitstraining, Videofeedback, Imagery Rescripting und Verhaltensexperimente vorgestellt, die sich als hilfreich erwiesen haben, bislang jedoch noch nicht für die KDS evaluiert wurden. Das Vorgehen wird praxisnah anhand konkreter Fallbeispiele und Videoaufnahmen veranschaulicht und in Rollenspielen eingeübt.

### **Massgeschneiderte Therapieplanung und Interventionen im Misch- oder Paarsetting**

*Misa Yamanaka, Melanie Braun (Klaus-Grawe-Institut für Psychologische Therapie, Schweiz)*

Die zunehmende Evidenz der Psychotherapieforschung zeigt, dass individuelle psychische Störungen und Partnerschaftskonflikte korrelieren und dass dieser Zusammenhang den Inhalt und den Prozess einer Therapie beeinflusst. Für die Planung und Anwendung von Interventionen im Paarsetting braucht es ein integratives und übergreifendes Rahmenmodell, um wirksame und sinnvolle Therapien zu gewährleisten (Snyder, Schneider & Castellani, 2003). Grawe's Konsistenztheorie basiert auf Erkenntnissen aus der aktuellen wissenschaftlichen Psychologie, Psychotherapie-Prozessforschung und Neurowissenschaften, und berücksichtigt gleichzeitig Problem-, Ressourcen- und interpersonale Aspekte. Dieses theoretische Rahmenmodell ermöglicht somit klare Indikationen für die klinische Arbeit in verschiedenen Settings, die Integration spezifischer evidenzbasierter Interventionen, und eine massgeschneiderte, patientenorientierte Therapieplanung (Grawe, 2006).

Inhalt des Workshops:

- Kurze Einführung in die Konsistenztheorie als Rahmenmodell für:
- Fallkonzeption, Indikation und massgeschneiderte Therapieplanung im individuellen, Paar- oder Mischsetting
- Mischung von Einzel- und Paarsetting)
- Berücksichtigung von Problemen, Ressourcen, intra- und interpersonalen Perspektiven
- Nutzung allgemeiner Wirkmechanismen aus der Psychotherapie-Prozessforschung für die Praxis
- Fokus auf praktische Übungen und Besprechung konkreter Fallbeispiele

Der Workshop richtet sich an alle erfahrenen und weniger erfahrenen Therapeuten, die sich für das Paar- und Mischsetting interessieren.



## 09:00-15:00 Uhr (langer Workshop)

### Traumakonfrontation als Herzstück der PTB-Behandlung

*Tanja Zöllner, Viola Schreiber (Schoen Klinik Roseneck, Prien)*

Die Traumakonfrontation und die kognitive Therapie stellen die beiden evidenzbasierten Säulen der PTB-Behandlung dar. Nichts desto trotz haben viele KlinikerInnen Vorbehalte, bei ihren (früh oder) mehrfach traumatisierten Patientinnen und Patienten mit PTB eine Traumakonfrontation durchzuführen. Der Workshop soll einen Beitrag dazu leisten, „mutiger“ und sicherer in der Anwendung von Traumakonfrontation zu werden. Zunächst werden die Grundlagen für die Traumakonfrontation in der PTB-Behandlung gelegt (Hauptsymptomatik; Kognitive Modell der PTSD von Clark & Ehlers; Wirkmechanismen, Varianten der Traumakonfrontation und deren Evidenzbasierung) und die Voraussetzungen (Stichwort „gewisse Affektregulation“) besprochen. Dabei wird gleichzeitig die im deutschen Sprachraum betonte Bedeutung der „Stabilisierungsphase“ vor Traumakonfrontation kritisch beleuchtet. Der Schwerpunkt des Workshops liegt auf der Vorstellung und Demonstration verschiedener Methoden imaginativer Traumakonfrontation und deren Einsatzmöglichkeiten speziell bei komplexer PTB. Hierbei werden Konfrontationsmethoden vertieft behandelt, die die Traumaexposition mit kognitiver oder imaginativer Restrukturierung kombinieren (z.B. Kognitive Therapie nach A. Ehlers oder Imagery Rescripting and Reprocessing nach M. Smucker).

### Schematherapie für Persönlichkeitsstörungen

*Nadine Scheld (IPSTI-MZ Frankfurt)*

Schematherapie wurde ursprünglich zur Behandlung von VT-Nonrespondern sowie für Patienten mit problematischem Interaktionsstil entwickelt. In dem Workshop wird ein kurzer Überblick über das klassische Modell der Schematherapie mit den 18 Schemata gegeben. Ein Fokus liegt jedoch auf der Vermittlung des Modus-Ansatzes, der heute in Praxis und Forschung weit größere Verbreitung findet. Darüber hinaus wird einen Überblick über emotions- und erfahrungsbasierte Interventionen und die Gestaltung der Therapiebeziehung in der Schematherapie gegeben. Überblickhaft werden aktuelle Wirksamkeitsnachweise der Schematherapie bei unterschiedlichen Störungsbildern dargestellt. Methoden: Vortrag, Bearbeitung eines Beispielfalls, Übung in Kleingruppen. Zielgruppe: Psychotherapeutisch tätige Personen, die mit Patienten mit chronischen Problemen und Persönlichkeitsstörungen arbeiten.

*Literatur:*

- Jacob, G. & Arntz, A. (2013). *Schematherapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Jacob, G. & Arntz, A. (2011). *Schematherapie in der Praxis*. Weinheim: Beltz.
- Young, J. E., Klosko, J. S. & Weishaar, M. E. (2008) *Schematherapie. Ein praxisorientiertes Handbuch*. Paderborn: Jungfermann

### Hypnotherapeutische Methoden

*Frauke Niehues (Psychologische Praxis Giessen)*

Hypnotherapie ist ein äußerst effektives Therapieverfahren, das von den Krankenkassen für immer mehr Diagnosen anerkannt wird. Die Ziel- und Ressourcenorientierung, der Einsatz von hilfreichen sprachlichen Mitteln und Trancen sowie die vielfältigen Möglichkeiten emotionsfokussiert zu arbeiten führen zu sehr tiefgehenden, hilfreichen und kreativen Prozessen. Weiterhin eignen sich hypnotherapeutische Methoden sehr gut, um andere Therapieverfahren zu unterstützen und zu ergänzen. Im Workshop wird zunächst ein Grundverständnis hypnotherapeutischer Grundannahmen und Strategien vermittelt. Im praktischen Teil werden ausgewählte hypnotherapeutische Techniken vorgestellt. Hierbei liegt der Schwerpunkt auf Methoden, die man mit anderen Verfahren kombinieren kann und die die therapeutische Zielerreichung bahnen und unterstützen. Dies sind z.B. ressourcenfördernde Sprachmuster, Suggestionen, Implikationen und die Arbeit mit Aphorismen, Metaphern und Geschichten. Auch auf die klassische Arbeit mit Trancen wird eingegangen und es gibt die Möglichkeit eine Trance zu erleben oder professionell zu beobachten.

## 09:00-12:30 Uhr (kurze Workshops)

### **Psychoedukation bei Persönlichkeitsstörungen: "Too terrible to tell the patient and too awful to discuss?"**

*Bernt Schmitz (Psychotherapeutische Praxis, Deutschland)*

Trotz intensiver Forschung zu Persönlichkeitsstörungen ist das Wissen immer noch begrenzt und es gibt viele Fragen, Vorbehalte und kontroverse Standpunkte. So wird auch auf die stigmatisierende Sprache und Defizitorientierung der kategorialen Diagnostik der Persönlichkeitsstörungen hingewiesen und kontrovers diskutiert, ob Patienten über ihre Diagnose Persönlichkeitsstörung informiert werden sollten. Vor diesem Hintergrund wurden kaum psychoedukative Programme für Patienten mit Persönlichkeitsstörungen entwickelt. Im Workshop wird über die vorliegenden Programme für Patienten mit Borderline-Persönlichkeitsstörungen und ihre Angehörigen berichtet und es wird ausführlich ein eigenes psychoedukatives Programm für Patienten mit Persönlichkeitsstörungen und unflexiblen Persönlichkeitsstilen vorgestellt, das in Abgrenzung zum kategorialen Konzept der Persönlichkeitsstörungen auf einem dimensional Modell der Persönlichkeitsstile basiert. Das Programm ist kognitiv-verhaltenstherapeutisch orientiert und berücksichtigt die schwierigen Problemstellungen bei Patienten mit Persönlichkeitsstörungen in besonderer Weise durch Ressourcen- und Problemorientierung, plausible und sinnstiftende Verstehensmodelle, nicht-konfrontative Motivierungsstrategien und Kompetenzförderung. Das Therapieprogramm wurde mit hoher Akzeptanz und Wirksamkeit in der stationären Psychosomatik, Suchttherapie und Akutpsychiatrie evaluiert.

### **„Mein Kind soll doch keinen Schaden nehmen...!“ - Interaktionszentrierte Behandlung von Störungen der Mutter-Kind-Beziehung bei postpartalen psychischen Störungen**

*Juliane Junge-Hoffmeister, Antje Bittner (Universitätsklinikum Dresden)*

Mütterliche psychische Erkrankungen in der Postpartalzeit haben in vielen Fällen einen ungünstigen Einfluss auf die Beziehungsentwicklung zwischen Mutter und Kind. Die psychische Symptomatik der Mutter und die mütterliche Feinfühligkeit wirken sich dabei auf die Entwicklung und das Verhalten des Säuglings aus. Die in der ambulanten Routinepraxis übliche alleinige, symptomspezifische Therapie der Frau ist oft nicht ausreichend, um Störungen in der Mutter-Kind-Beziehung nachhaltig zu behandeln, insbesondere bei Vorliegen komorbider Persönlichkeitsstörungen. Die Mutter/Vater-Kind-Interaktionstherapie hat das Ziel, die Wahrnehmung und Interpretation der kindlichen Signale zu verbessern und angemessene Reaktionen darauf zu erarbeiten sowie durch ein besseres Verständnis der Biografie und Psychopathologie Hindernisse für den Beziehungsaufbau zu bearbeiten und eigene Bedürfnisse zu integrieren. Das Vorgehen ist ressourcenorientiert und auf die Stärkung des Selbstwerterlebens der Mutter fokussiert. Im Workshop sollen anhand von Fallvignetten und Videobeispielen von Patientinnen unserer Mutter-Kind-Tagesklinik diese Therapiebausteine praktisch aufgezeigt und geübt werden. Der Therapieansatz ist in der ambulanten Praxis umsetzbar.

### **Ist Trauer eine Krankheit? Psychotherapie bei prolongierter Trauer und Hinterbliebenen von Suizid**

*Birgit Wagner (Medical School Berlin)*

In den vergangenen Jahren wurden zahlreiche Studien durchgeführt, welche belegen konnten, dass sich eine komplizierte Trauerreaktion in ihrer Symptomatik von anderen Störungsbildern unterscheidet. Die Aufhebung der Trauer als Exklusionskriterium bei der Depression im DSM-5 hat eine kritische Diskussion initiiert: „Ist Trauer eine Krankheit?“. Der Workshop soll einen Überblick über die Diagnostik, Trauerverläufe und Psychotherapie bei spezifischen Trauergruppen (z.B. Eltern nach dem Verlust eines Kindes, traumatische Trauer) geben. Ein breites Therapieangebot für die psychotherapeutische Arbeit mit Trauernden soll vorgestellt werden, die sowohl kognitiv-verhaltenstherapeutisch orientiert sind, als auch Therapiemodule beinhalten, die sich auf die Beziehung zur verstorbenen Person (z.B. Leere-Stuhl-Technik) konzentrieren. Eine spezifische Trauergruppe stellen Hinterbliebene nach einem Suizid dar. Der Tod durch Suizid unterscheidet sich in einzelnen Aspekten von anderen Todesfällen, insbesondere im Bezug auf die Trauersymptomatik und das Familiensystem. Spezifika der Trauerverarbeitung nach einem Suizid und therapeutische Vorgehensweise werden im Workshop präsentiert.

### **Wie kommt die Therapie in den Alltag? Strategien für einen effektiven Einsatz therapeutischer Hausaufgaben**

*Sylvia Helbig-Lang (Universität Hamburg)*

Therapeutische Hausaufgaben zählen zu den psychotherapeutischen Standardtechniken – nicht nur in der Verhaltenstherapie. Aufgrund ihrer Funktion als Bindeglied zwischen Therapiesetting und Alltag des Patienten sind sie für einen überdauernden Therapieerfolg von besonderer Bedeutung. Allerdings berichten viele Therapeuten über wiederkehrende Probleme beim Einsatz von Hausaufgaben, wobei insbesondere die Nichterledigung von Aufgabenvereinbarungen zu Frustrationen auf beiden Seiten führen kann. Der Workshop zeigt zunächst auf Basis eines Prozessmodells Möglichkeiten auf, Hausaufgaben als festen Therapiebestandteil in die Behandlung zu integrieren. Ein Schwerpunkt liegt auf Strategien und Techniken, die helfen typische Probleme im Umgang mit Hausaufgaben zu minimieren. Dabei wird auch Bezug genommen auf aktuelle Befunde aus der allgemeinen Psychologie (z.B. Arbeit mit Durchführungsintentionen, Mentales Kontrastieren). Darüber hinaus werden mögliche schwierige Situationen beim Einsatz von Hausaufgaben besprochen.

### **Die Vorstellung eines Programmes zur Prävention von Depression bei Kindern und Jugendlichen, mit einem depressiven Elternteil: "GUG auf - Gesund und Glücklich aufwachsen!"**

*Belinda Platt, Kornelija Starman (Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie, Ludwig-Maximilians-Universität München)*

Ziel des Workshops ist die Vorstellung eines Programmes zur Prävention von Depression bei Kindern und Jugendlichen, mit einem depressiven Elternteil. Diese Gruppe trägt ein ca. 2-3-fach erhöhtes Risiko selbst an einer Depression zu erkranken. Im Rahmen einer RCT-Studie, gefördert durch "Gesund.Leben.Bayern" des Bayerischen Landesamtes für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit, wird gegenwärtig die deutsche Adaption eines Präventionsprogrammes "GUG-AUF! Gesund und glücklich

aufwachsen", evaluiert. Das Manual basiert auf Grundprinzipien der kognitive Verhaltenstherapie und wird in einem Gruppen- und Familiensetting durchgeführt. Vier Familien erarbeiten gemeinsam über 6 Monate hinweg (zunächst acht wöchentlich Termine, dann vier monatliche) verschiedene Themenblöcke u.a. Psychoedukation Depression, Bewältigungsstrategien und "positive Erziehung". Nach einem theoretischen Überblick über Präventionsprogramme in diesem Bereich wird eine Sitzung des strukturierten Manuals vorgestellt. Die Inhalte (Vermittlung von Bewältigungsstrategien und eines positiven Erziehungsstils) werden mittels Psychoedukation, Rollenspiele, Videos und Gruppendiskussionen vertieft. Die Workshop-Teilnehmer eine genauere Vorstellung in die Präventionsarbeit in einem Gruppen- und Familiensetting bekommen. Es werden keine Vorkenntnisse zur Teilnahme vorausgesetzt. Der Workshop richtet sich insbesondere an Prävention-interessierte Behandler, jedoch kann jeder teilnehmen.

## **Exposition in Virtueller Realität: Das zukünftige Standardverfahren bei Phobien?**

*Andreas Mühlberger, Julia Diemer (Universität Regensburg)*

Die Durchführung von Expositionstherapien in vivo ist teilweise sehr aufwendig und die gefürchteten Stimuli können nur eingeschränkt aufgesucht bzw. kontrolliert werden. Durch die Entwicklung moderner Computertechnologie ist es inzwischen möglich, kostengünstig virtuelle Situationen zu präsentieren, in denen sich Patienten „präsent“ fühlen. Die darauf aufbauende Exposition in Virtueller Realität hat sich inzwischen für verschiedene Phobien als effektiv erwiesen. Im Workshop werden der Stand der Forschung im Bereich der Expositionstherapie mit virtuellen Welten sowie die wissenschaftlichen Ergebnisse mit besonderem Gewicht auf der Therapie von Spezifischen Phobien vermittelt. Durch Videopräsentationen wird ein Eindruck von verschiedenen virtuellen Welten gegeben. Zusätzlich wird eine Einführung in das notwendige Equipment für die Durchführung einer VR Exposition gegeben und Fragen der praktischen Umsetzung dargestellt. Die Vorteile und Nachteile von VR Exposition sowie Einsatzfelder sollen diskutiert werden. In einem „Hands-on“ Teil können die Teilnehmer selbst in VR Welten, die mittels Head-Mounted Display (OculusRift) und Head Tracking System präsentiert werden, eintauchen.

## **Einführung in das DSM-5 anhand von Fallbeispielen**

*Prof. Dr. Hans-Ulrich Wittchen (TU-Dresden)*

Ende 2014 erscheint die fünfte Revision des Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5) in Deutschland. Das Manual bietet eine Vielzahl von Neuerungen: Die Metastruktur wurde angepasst, bestimmte Diagnosen und Zusatzcodierungen fallengelassen bzw. neu eingeführt und viele einzelne diagnostische Kriterien modifiziert. Durch dieses Dickicht an Veränderungen schlägt der Workshop eine Schneise: Es werden konkrete Fallbeispiele vorgestellt, anhand derer neue und neu zusammengefasste Diagnosen veranschaulicht werden. Für jeden Fall werden die zentralen diagnostischen Merkmale hervorgehoben, Differentialdiagnosen diskutiert und der Einfluss komorbider Bedingungen besprochen. Um unscheinbare, aber entscheidungsrelevante diagnostische Veränderungen bei bekannten Diagnosen hervorzuheben, werden Fälle präsentiert, die im Vergleich zur Vorgängerversion des Manuals eine veränderte Beurteilung erfahren müssen. Spezielle Beachtung finden die in DSM-5 vorgeschlagenen ergänzenden dimensional Diagnoseskalen. In der Diskussion haben die Teilnehmer die Möglichkeit eigene Fallbeispiele zu den vorgestellten Störungen einzubringen, zu denen eine diagnostische Beurteilung nach DSM-5 erarbeitet wird.

## **Diszipliniertes persönliches Einlassen: Eine innovative Art der Beziehungsgestaltung bei frühtraumatisierten chronisch depressiven Patienten im Rahmen der CBASP-Therapie**

*Eva-Lotta Brakemeier, Marzena Mucha, Inga Schlesinger (Psychologische Hochschule Berlin)*

Chronische depressive Patienten können für Psychotherapeuten aufgrund der Schwierigkeit, mit ihnen in eine vertrauensvolle Beziehung zu treten, eine Herausforderung darstellen. Durch die Kenntnis ihrer frühen traumatisierenden Beziehungserfahrungen sind schwierige Verhaltensweisen (wie feindseliges, suizidales, verschlossenes Verhalten) erklärbar, jedoch behindern sie Therapiefortschritt und lösen in Therapeuten häufig negative Emotionen aus. Das Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP), für welches die Evidenz zur Behandlung der chronischen Depression zunimmt (z.B. Kriston et al., 2014), beinhaltet eine innovative Art der Beziehungsgestaltung gekennzeichnet durch das disziplinierte persönliche Einlassen einschließlich der Interpersonellen Diskriminationsübung. Diese Strategien zielen darauf ab, dass Patienten gelernte negative Interaktionsmuster verändern und korrigierende heilsame Beziehungserfahrungen erleben können. Der Workshop richtet sich vorwiegend an KollegInnen, welche bereits (erste) Erfahrungen mit CBASP gesammelt haben und diese Beziehungsgestaltung vertiefen wollen. Im Workshops werden die spezifischen Strategien durch Video- und Livedemonstrationen dargestellt und in Kleingruppen anhand eigener schwieriger Therapiesituationen unter Coaching geübt und vertieft. Unser Ziel besteht darin, dass TeilnehmerInnen mehr Sicherheit und weitere Impulse für die therapeutische Beziehungsgestaltung mit dieser Patientengruppe erhalten mögen. Die Teilnahme am CBASP-Einführungsworkshop von Prof. Backenstrass ist sinnvoll, jedoch nicht notwendig für die Teilnahme an diesem Workshop.

## **Stuhldialoge in der Psychotherapie**

*Gitta Jacob (GAIA AG, Deutschland)*

Emotionsfokussierte Techniken gewinnen auch in der Verhaltenstherapie zunehmend an Bedeutung. Eine zentrale Technik in diesem Bereich sind die sog. Stuhldialoge, bei der mit Hilfe von verschiedenen Stühlen verschiedene Selbstanteile oder Personen symbolisiert werden. Durch den Dialog zwischen den verschiedenen Stühlen werden die damit assoziierten Emotionen aktiviert und im Erleben bearbeitet. Stuhldialoge sind anschlussfähig an nahezu jedes therapeutische Verfahren und lassen sich für die verschiedensten Probleme einsetzen, vom Einüben sozialer Kompetenz bis hin zur Arbeit mit Träumen. In diesem Workshop werden die wichtigsten Prinzipien und Heuristiken in der Arbeit mit Stuhldialogen vorgestellt. Anhand praktischer Übungen (im Plenum und in Kleingruppen) sowie Beispielvideos erhalten die Teilnehmer eine praktische Einführung in diese Technik.

## 13:30-17:00 Uhr (kurze Workshops)

### Therapie von Schlafstörungen bei Kindern im Vor- und Grundschulalter

*Angelika Schlarb (Universität Bielefeld)*

In diesem Workshop wird sowohl eine altersgerechte schlafspezifische Diagnostik als auch ein Schlafstörungsprogramm für Kinder zwischen 5 und 10 Jahren mit Ein-, Durchschlafstörungen, Alpträumen und weiteren Schlafbeschwerden vorgestellt, welches evaluiert wurde. Das 6 Sitzungen umfassende Behandlungsprogramm inkludiert sowohl KVTi Techniken als auch hypnotherapeutische Elemente, und umfasst sowohl Elternsitzungen als auch Kindersitzungen. Schritt für Schritt wird die Vorgehensweise erläutert und jede einzelne Sitzung anhand von Übungsbeispielen oder Fallbeispielen ausführlich bearbeitet. Differentialdiagnostische Fragestellungen werden diskutiert. Gerne können eigene Fälle mitgebracht werden.

### ACTIVATE - Verhaltensaktivierung bei depressiven Patienten

*Nadine Furka (IAP TU Dresden)*

Die Verhaltensaktivierung galt lange Zeit lediglich als Teilkomponente der Kognitiven Verhaltens-therapie bei Depression. In den letzten Jahren hat sie sich in Studien jedoch als einfach zu erlernende und erfolgreiche eigenständige Therapieform erwiesen. Die zu Grunde liegenden Modelle wurden aktualisiert und durch neuere Methoden aus der „Dritten Welle“ der Verhaltenstherapie ergänzt. Daraus resultierte der Ansatz der Behavioral Activation (Martell, 2006), der aufgrund seiner ökonomischen und zugleich individuellen Vorgehensweise immer mehr Beachtung findet. Der Workshop soll einen Einblick in eine aktuelle Adaptation des Behavioral Activation- Ansatzes für eine Gruppentherapie der Depression geben. Dabei sollen neben theoretischen Einführungen und Erläuterungen des Gruppentherapieprogramms auch kurze praktische Übungen integriert werden, um einen Eindruck von der verhaltensaktivierenden Arbeit bei Depression zu erhalten. Zielgruppe: alle Personen, die sich im wissenschaftlichen oder klinischen Kontext mit der Diagnose Depression auseinandersetzen und Interesse an einer neuen Form der Depressionsbehandlung mitbringen.

### Prävention und Intervention bei Mobbing im Schul- und Jugendgruppenkontext: Das Programm Fairplayer.Manual

*Nora Fiedler, Stephan Warncke, Herbert Scheithauer (Freie Universität Berlin)*

10-12% der Schüler in Deutschland sind in regelmäßiges Mobbing involviert (vgl. Scheithauer, Hayer & Petermann, 2003). Die Auswirkungen sind sowohl für Opfer (Somatisierungsstörungen, Depression, Angststörungen), als auch Täter (u.a. Störung des Sozialverhaltens) massiv und führen häufig zur Inanspruchnahme psychotherapeutischer und schulpsychologischer Angebote. Fairplayer.Manual (Scheithauer & Bull, 2008), 2011 ausgezeichnet mit dem European Crime Prevention Award, ist ein wirksamkeitsevaluiertes Programm zur Mobbingprävention. Ein strukturiertes Manual führt durch 11 Schritte, in denen Jugendliche Wissen über soziale Rollen erlernen, soziale Kompetenzen trainieren und gezielte Handlungsstrategien erarbeiten. Das Programm integriert entwicklungspsychologische Erkenntnisse mit lern- und gruppentheoretischen Methoden (strukturierte Rollenspiele, Verhaltensfeedback, Dilemmadiskussionen) und wird u.a. in Schulklassen umgesetzt. Der Workshop richtet sich an interessierte Fachkräfte, die mit dem Thema im Rahmen ihrer Arbeit konfrontiert sind. Es werden wissenschaftliche Grundlagen, Wirkfaktoren des Programms, und alle 11 Schritte vorgestellt. Hauptaugenmerk ist zudem die Frage, wie sich Schulen stärker mit therapeutischen Einrichtungen im Zuge der Sekundärprävention vernetzen können.