

10 Stunden „Autogenics“

Modul zum Erwerb der fachgebundenen Psychotherapie oder der Facharztbezeichnungen „Psychiatrie und Psychotherapie“, „Psychosomatik und Psychotherapie“, „Kinder- und Jugendpsychiatrie und –Psychotherapie“ oder zur Dozentenqualifikation

oder einfach zur Verbesserung des persönlichen Entspannungsrepertoirs

Autogenes Training: Wer hat nicht schon davon gehört? Oder es gar ausprobiert? Die kleine Schwester der Hypnose-Entspannung, könnte man meinen: Wäre da nicht die klinische Forschung, die für das AT oder sagen wir vielleicht sogar geschickter die „Autogene Therapie“ die empirisch besseren Daten liefert. Als „autogenics“ von der Wortkonstruktion dem „aerobics“ ähnlich, können wir weltweit einen neuen boom sehen. Zu Recht: Die Physiologie dahinter ist klar, das Vorgehen standardisiert, die Effekte treten verlässlich auf – in der Hypertonie-, der Schmerzbehandlung, besonders wenn das Vegetativum moduliert werden soll, etwa bei Schlafstörungen, der Hypertonie und dem chronischen Schmerz, zur Stressprophylaxe, bei Prüfungsangst, und, wenn man so möchte, als „psychosomatisches Basistherapeutikum“, ideal in Kombination mit der psychosomatischen Grundversorgung, zur üb-baren angeleiteten Selbstregulation. In dem Kurs lernen Sie die Methode so kennen, dass Sie sie selbst gut einüben können – o.k. nicht in einer Woche, aber wenn Sie dranbleiben, werden Sie in 3 Monaten, so lange dauert ein Patienten-Kurs üblicherweise, deutlich davon profitieren können. Sie werden daneben die Indikationsstellung, Kontraindikationen, Übungstechniken und verschiedene Dokumentationsbögen zum Monitoring kennenlernen.

Sollte die Gruppe international besetzt sein, würden wir die Gruppen auf Englisch halten.

Zeiten: Do., Fr., So., Mo., Di. 16.45 – 18.30

Dozentin: Beate Leinberger, M.A., Dipl. Soz. Päd., Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin, Ausbilderin an der DGaeHAT und der Deutschen Gesellschaft für Entspannungsverfahren (DG-E)

Ärztliche Leitung: Prof. Dr. Thomas Loew, Dozent gemäß den Richtlinien der dgaehat, von der Bläk weiterbildungsbefugt für Entspannungsmethoden

Abschluss: Der AT-Kurs (10 Stunden) entspricht dem im Rahmen der fachgebundenen Psychotherapie geforderten Bausteins. Die weiteren 10 Stunden können bei Bedarf und Möglichkeit entweder im nächsten Jahr auf Kos absolviert werden oder während des Jahres bei einem der dgaehat-Dozenten oder anderen von einer deutschen Landesärztekammer befugten absolviert werden. Sollten Ihnen noch Stunden fehlen im Rahmen der Facharztbezeichnungen „Psychiatrie und Psychotherapie“, „Psychosomatik und Psychotherapie“, „Kinder- und Jugendpsychiatrie und –Psychotherapie“ (dort sind zweimal 16 Stunden gefordert), und Sie haben bisher nur 2 mal 10 Stunden absolviert, können Sie diesen Kurs ebenso nützen, oder alternativ auch im Rahmen der Dozentenqualifizierung der dgaehat, um die selbst die Voraussetzungen für die Weiterbildungsbezugnis dafür zu erfüllen.

Kursgebühr: Zusätzlich zur Kongressgebühr 100 EUR

Teilnehmerzahl auf 15 begrenzt.