

Kurzbeschreibung der Workshops IGPS Jahrestagung 2025

Die Workshops finden statt am Samstag, 08.11.2025
von 13:00 bis 14:30 Uhr (= 90 Minuten)

W1 Hanna Kysely *Heilung und Körper*

Traumatische Erfahrungen hinterlassen mannigfache Spuren im Körper (IBT: Leib). So wird der Körper häufig abgelehnt, von Gefühlen überflutet, verletzt, erstarrt u.a. mehr. Im Workshop werden schwerpunktmäßig Übungen angeleitet mit dem Ziel eine größere Sicherheit, Spannungs- und Emotionsregulation, Aufrichtung in Würde, Vertrauen, Wiederentdeckung von Ressourcen zu erreichen und damit wichtige Schritte zur Körper (Leib) Selbstakzeptanz zu gehen.

Praxisbeispiele

W2 Martin von Wachter *Ressourcen erkennen und fördern*

Ressourcenaktivierung ist ein wichtiger Wirkfaktor von Psychotherapie. Wie eine konsequent an der Ressourcen orientierte systemische Behandlung von Beginn an in Klinik oder Praxis aussehen kann, wird an vielen Praxisbeispielen und Ressourcenübungen gezeigt. Sowohl die kognitive als auch die emotionale und die körperliche Dimension wird dabei explizit zur Ressourcenaktivierung genutzt. Im Seminar wird die praktische Arbeit mit Arbeitsblättern und Übungen vorgestellt, die sich unmittelbar für die praktische Umsetzung eignen.

Literatur:

Martin von Wachter, Askan Hendrichke. Das Ressourcenbuch - Selbstheilungskräfte in der Psychotherapie erkennen und von Anfang an fördern. Klett-Cotta 2017

www.psychosomatik-aalen.de/ressourcen

W3 Marco Bast *Physiotherapie bei CRPS*

Der Workshop vermittelt aktuelle physiotherapeutische Behandlungsansätze beim komplexen regionalen Schmerzsyndrom (CRPS) auf Grundlage evidenzbasierter Leitlinien. Im Fokus stehen funktionelle Strategien wie Spiegeltherapie, Graded Motor Imagery und graduiertes Expositionstraining im Bewegungskontext. Die Teilnehmenden sind eingeladen, aktiv an ausgewählten Therapiebeispielen mitzuwirken und so den Praxistransfer zu vertiefen.

W4 Stephanie Vock
EMDR

EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) ist eine wissenschaftlich anerkannte Therapiemethode, die durch bilaterale Stimulation neuronale Netzwerke reorganisiert und zunehmend erfolgreich bei chronischen Schmerzen eingesetzt wird. Das spezielle EMDR-Schmerzprotokoll ermöglicht die gezielte Bearbeitung von Schmerzgedächtnisinhalten und belastenden Erinnerungen, wobei die Behandlungsplanung auf die individuellen Bedürfnisse von Schmerzpatient*innen abgestimmt wird. Dieser Workshop vermittelt sowohl die physiologischen Grundlagen und wissenschaftliche Evidenz als auch praxisnahe Anwendungen der EMDR-Schmerztherapie anhand konkreter Fallbeispiele.

W5 Jürgen Knieling
Wie entsteht Resilienz in/trotz Krisen

Resilienz beschreibt gängigen Definitionen zufolge „die Voraussetzung, den Prozess oder das Ergebnis einer erfolgreichen Anpassung an herausfordernde oder bedrohliche Lebensumstände“. Doch wie sieht Resilienz aus in Bezug auf scheinbar überdimensionale Krisen wie etwa den Klimawandel, den Verlust der Biodiversität oder die sich zuspitzende weltpolitische Situation?

Im Workshop soll gemeinsam erarbeitet werden, was in den globalen und überdimensionalen Krisen zu persönlicher Resilienz führen kann und inwieweit wir dafür auch soziale Gruppen brauchen und den individuellen Resilienzbegriff zu einem gemeinschaftlichen erweitern sollten.

Und weiter soll der Frage nachgegangen werden, ob Resilienz in Anbetracht des Charakters der genannten Krisen nur eine adaptative Ausrichtung haben kann oder auch mit transformativem Handeln verbunden sein muss.