

# | 1. Psychotherapietag in Landau: Psychotherapie der Depression – neue Impulse

| **Samstag, 31. März 2012**

| **Konferenzraum am Campus Landau**

im Verbund mit den Universitäten Trier (Prof. Dr. W. Lutz) und Heidelberg (Prof. Dr. S. Barnow, Dr. H. Bents)

## | **Einladung**

### **Sehr geehrte Kolleginnen und Kollegen,**

wir laden Sie herzlich zum 1. Psychotherapietag nach Landau ein. Im Verbund mit den Weiterbildungsstudiengängen in Psychologischer Psychotherapie der Universitäten Trier (Prof. Dr. W. Lutz) und Heidelberg (Prof. Dr. S. Barnow, Dr. H. Bents) werden wir jährlich einen themenzentrierten Fortbildungstag für praktisch tätige PsychotherapeutInnen, PsychologInnen, PsychiaterInnen und andere Interessierte anbieten. Der 1. Psychotherapietag in Landau widmet sich dem Thema »Psychotherapie der Depression – neue Impulse«. Aufgrund der hohen Prävalenz spielen depressive Störungen eine herausragende Rolle in der ambulanten und stationären Versorgung. In Vorträgen am Vormittag wollen wir Ihnen aktuelle Entwicklungen und Erkenntnisse zu wissenschaftlich fundierten Behandlungsansätzen bei Depressionen vorstellen. Herr Prof. Dr. Matthias Berking wird zunächst auf die Rolle der Emotionsregulation in der Aufrechterhaltung depressiver Symptome eingehen. Anschließend stellt Frau Prof. Dr. Elisabeth Schramm die Frage, ob die dritte Welle der Verhaltenstherapie das Potential hat, die Therapie chronischer Depressionen zu verbessern. Hierbei wird sie auch das Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP) von McCullough vorstellen. Den Vormittag abschließend führt Prof. Dr. Johannes Michalak in die achtsamkeitsbasierte kognitive Therapie (Mindfulness-Based Cognitive Therapy – MBCT) bei Depressionen ein. Am Nachmittag besteht für Sie die Möglichkeit, im Workshop einen dieser Ansätze praktisch kennen zu lernen. Kaffee- und Mittagspause geben Ihnen die Möglichkeit zur weiteren Diskussion der Vorträge sowie Zeit für die Begegnung mit Freunden und KollegInnen.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

**Prof. Dr. Annette Schröder | Dr. Jens Heider | Dr. Alexandra Zaby**

## | **Programm**

ab 8.30 Uhr **Anmeldung**

---

9.00 Uhr **Begrüßung** » Prof. Dr. Annette Schröder

### **Vorträge**

9.15 Uhr | Defizite in der Emotionsregulation als aufrechterhaltender Faktor bei Depression und anderen psychischen Störungen » Prof. Dr. Matthias Berking

10.00 Uhr | Störungsspezifische Therapie chronischer Depression: Hilft uns die 3. Welle der Verhaltenstherapie? » Prof. Dr. Elisabeth Schramm

---

10.45 Uhr **Kaffeepause**

11.15 Uhr | Achtsamkeitsbasierte kognitive Therapie » Prof. Dr. Johannes Michalak

---

12.00 Uhr **Mittagsimbiss**

---

13.15 Uhr **Workshops** 1, 2 und 3 (parallel) bis ca. 16.15 Uhr

## | **Referentin und Referenten**

### **Prof. Dr. Matthias Berking**

Professor für Psychotherapieforschung am Fachbereich Psychologie der Philipps-Universität Marburg

### **Prof. Dr. Elisabeth Schramm**

Sektionsleiterin »Psychotherapie in der Psychiatrie« des Uniklinikum Freiburg, Abt. für Psychiatrie und Psychotherapie

### **Prof. Dr. Johannes Michalak**

Professor für Klinische Psychologie an der Universität Hildesheim

# | 1. Psychotherapietag in Landau: Psychotherapie der Depression – neue Impulse

| **Samstag, 31. März 2012**

| **Konferenzraum am Campus Landau**

## | Themen der Workshops

### **WS 1 | Training emotionaler Kompetenzen | Prof. Dr. Matthias Berking**

Aktuelle Forschungsergebnisse weisen verstärkt darauf hin, welche bedeutsame Rolle ein dysfunktionaler Umgang mit negativen Gefühlen für die Entstehung und Aufrechterhaltung von psychischen Störungen spielt. Für die Behandlung psychischer Störungen heißt das, dass es ausgesprochen wichtig ist, Patientinnen und Patienten in einem angemessenen Umgang mit negativen Gefühlen zu schulen. Aus diesem Grund wurde auf der Grundlage aktueller Befunde von Psychologie und Neurowissenschaften das Training emotionaler Kompetenzen (TEK) entwickelt. Dieses gruppen-basierte Intensivtraining vermittelt den Patienten effektive Kompetenzen für den Umgang mit Stress und negativen Emotionen. Im Workshop sollen die TeilnehmerInnen in Grundlagen, Ziele und Vorgehensweisen des TEK eingeführt werden.

### **WS 2 | Einführung in das Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP) | Prof. Dr. Elisabeth Schramm**

CBASP ist das einzige Psychotherapieverfahren, das spezifisch zur Behandlung chronischer Depressionen entwickelt wurde. Bei dem zur 3. Welle der VT zählenden Ansatz werden interpersonelle, kognitiv-behaviorale, und psychodynamische Strategien in innovativer Weise integriert. Sie setzen an der spezifischen Psychopathologie chronisch Depressiver an, worunter McCullough ein präoperatorisches Denken und eine Entkoppelung der Wahrnehmung des Betroffenen von seiner Umwelt versteht. Der Therapieschwerpunkt liegt deswegen in einem auf frühe interpersonelle Traumatisierungen ausgerichteten Einsatz der Therapiebeziehung. Dazu gehört das Disciplined Personal Involvement, d.h. sich in einer bewussten Weise persönlich auf den (infolge früher Missbrauchserfahrungen) oft feindseligen, distanzierten oder passiven Patienten einzulassen, damit dieser seine destruktive Entwicklungsgeschichte erkennen/revidieren kann. Durch weitere spezifische Strategien wie die Situationsanalyse lernt der Patient, eine kausale Beziehung zwischen seinen Verhaltensmustern und den Konsequenzen herzustellen. In den USA wird CBASP aufgrund des Wirksamkeitsnachweises große Bedeutung zugeschrieben und gewinnt auch im deutschsprachigen Raum an Aufmerksamkeit. Ziele: Im Workshop werden die spezifischen Strategien und Techniken des CBASP praxisorientiert mit Hilfe von Live- und Videodemonstrationen sowie Übungen eingeführt. Fallbeispiele können eingebracht und diskutiert werden.

### **WS 3 | Achtsamkeitsbasierte Kognitive Therapie – Aufbau und zentrale Übungen | Prof. Dr. Johannes Michalak**

Achtsam sein bedeutet, mit den sich im Hier-und-Jetzt entfaltenden Erfahrungen in direktem und nicht-wertenden Kontakt zu sein. Achtsamkeit ist ein Prinzip, das ursprünglich im Rahmen östlicher Meditationswege praktiziert wurde. In den letzten Jahren stößt das Achtsamkeitsprinzip aber auch im Bereich der westlichen Psychotherapie – sowohl in Forschung als auch Anwendung – auf zunehmend größeres Interesse. Die Achtsamkeitsbasierte Kognitive Therapie ist ein Ansatz, der für die Rückfallprophylaxe bei Depressionen entwickelt wurde. In diesem Programm sollen Patientinnen und Patienten dabei unterstützt werden, aus ungünstigen Grübelprozessen auszusteigen und mit der Erfahrung im Hier-und-Jetzt in Kontakt zu treten. In dem Workshop soll der Aufbau des achtwöchigen Gruppenprogramms vorgestellt und zentrale Übungen mit den TeilnehmerInnen zusammen durchgeführt werden.

## | Anmeldung

Bitte melden Sie sich bis spätestens **29.02.2012** an. Aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl empfiehlt sich eine frühzeitige Anmeldung. Bitte füllen Sie dazu das Anmeldeformular aus und senden Sie uns dieses per Post, Fax 06341.280356-32 oder eingescannt per mail an [wipp@uni-landau.de](mailto:wipp@uni-landau.de) zu.

### **Teilnahmegebühr**

**80 Euro** bis 31.01.12, danach **100 Euro**

**40 Euro** bis 31.01.12, danach **50 Euro** für Studierende und Psychologische PsychotherapeutInnen in Ausbildung

Die Veranstaltung ist von der Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz mit 8 Punkten zertifiziert.

### **Veranstaltungsort**

Konferenzraum im Gebäude C I (Atrium) am Campus Landau

der Universität Koblenz-Landau, Fortstraße 7, 76829 Landau

Wegbeschreibung: [www.uni-koblenz-landau.de/uni/anfahrt/campus-landau](http://www.uni-koblenz-landau.de/uni/anfahrt/campus-landau)

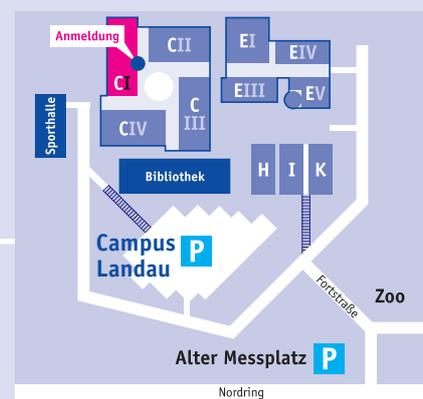
### **Örtliche Taxiunternehmen**

Hornberger 0800.865 06 11 bzw. 06341.865 06 | Mannsmann 0800.1003296

## | Übernachtung

Falls Sie in Landau übernachten wollen finden Sie hier weitere Informationen:

[www.landau-tourismus.de](http://www.landau-tourismus.de)



## ANMELDEFORMULAR

1. Psychotherapietag in Landau, Samstag, 31. März 2012:  
Psychotherapie der Depression – neue Impulse

**Name:** \_\_\_\_\_ **Vorname:** \_\_\_\_\_

**Institution:** \_\_\_\_\_

**Adresse:** \_\_\_\_\_

**PLZ:** \_\_\_\_\_ **Ort:** \_\_\_\_\_

**E-Mail** (bitte unbedingt angegeben): \_\_\_\_\_

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Bitte geben Sie hier Ihre Präferenz für jeden Workshop an. Aufgrund der erwarteten Teilnehmerzahl können wir Ihnen leider nicht garantieren, dass Sie Ihren Workshop erster Wahl belegen können. Die Plätze werden nach Eingang der Teilnahmegebühr vergeben.

	1. Wahl	2. Wahl	3. Wahl
Workshop 1: „Training emotionaler Kompetenzen“	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 2: „Einführung in das CBASP“	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Workshop 3: „Achtsamkeitsbasierte Kognitive Therapie“	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Teilnahmegebühr:** 100,- Euro regulär (80,- Euro für Frühbucher bis 31.01.2012).  
50,- Euro für Studierende und Psychologische Psychotherapeuten in  
Ausbildung (40,- Euro für Frühbucher bis 31.01.2012). Bitte  
Nachweis beifügen.

**Überweisung:** Landeshochschulkasse Mainz  
Kto.-Nr.: 550 015 11 / BLZ 550 000 00  
Deutsche Bundesbank Fil. Mainz,  
Verwendungszweck: 6501/LD/11131/7010 000/Ihr Name

**Bitte unbedingt exakt angeben!**

Bitte schicken Sie Ihr ausgefülltes Anmeldeformular per Fax, Post oder Email an:

Universität Koblenz Landau  
Weiterbildungsstudiengang in  
Psychologischer Psychotherapie (WiPP)  
Ostbahnstraße 10  
76829 Landau

Fon 06341/280 356 00  
Fax 06341/ 280 356 32  
E-Mail: [wipp@uni-landau.de](mailto:wipp@uni-landau.de)

Nach Eingang der Anmeldung schicken wir Ihnen per E-Mail eine Anmeldebestätigung zu.