

Psychotherapie. begegnet. Zukunft. begegnet. Psychotherapie.

Workshop mit Monika Tuczai & Heidemarie Müllner-Sari

(Erschwerte) Trauer nach Suizid?

Beachtenswertes in der Trauer (-begleitung) von Hinterbliebenen nach Suizid

„Es ist eine selbstverständliche Annahme, dass die Menschen um mich herum leben und nicht sterben wollen, und sein Tod dreht also dieses tiefste innere Prinzip um. Alles steht auf dem Kopf.“

[Saskia Jungnikl (2014). Papa hat sich erschossen (S. 175). Frankfurt: Fischer].

Der Suizid einer nahestehenden Person kann alle bisherigen Vorstellungen und Überzeugungen über sich selbst, über die Zuverlässigkeit von persönlichen Beziehungen, über das Leben an sich u.v.a.m. in Frage stellen. Die Trauer wird aufgrund der Todesumstände und der damit verknüpften Tabuisierung zumeist als erschwert erlebt.

In diesem Workshop möchten wir einerseits einen Raum für einen Austausch der eigenen (höchstpersönlichen oder beruflichen) Erfahrungen mit dem Thema Trauer nach Suizid eröffnen. Andererseits möchten wir zu einer Reflexion der eigenen Einstellungen und (Wert-) Haltungen zum Thema Suizid einladen.

Begleitend zum Austausch werden spezifische inhaltliche Traueraspekte, von denen sich Suizidtrauernde häufig belastet fühlen und die in einer (personenzentrierten) Trauerbegleitung beachtenswert sind, vorgestellt, z. B. Schuld- und Schamgefühle, Zurückweisung und Stigmatisierung. Ein differenzierter Blick hinsichtlich der Abgrenzung von Trauer zu „prolongierter Trauer“ (ICD-11) und/oder Trauma ergänzt die Betrachtung der Thematik.

Workshop mit Angela Kundegraber-Leherb und Stefan Schadenhofer

ELTERNSEIN.

Was schafft Partnerschaft?

Was kann Partnerschaft entstehen lassen?

Was kann sie aushalten?

Mit dem Elternsein beginnt ein neuer Lebensabschnitt, der viele Veränderungen mit sich bringt und die Partnerschaft mitunter auf eine harte Probe stellt.

Wie verändert sich die Partnerschaft mit dem Elternwerden/-sein? Wie gelingt es, sich in die neuen Rollen einzufinden, die das Elternsein mit sich bringt? Welche Spannungsfelder und persönliche Ambivalenzen tauchen auf?

Wir wollen mit unseren persönlichen Erlebnissen auf diese Thematik bezogen in Kontakt kommen. Davon ausgehend können wir uns darüber austauschen, welche Ressource die Partnerschaft für die Aufgabe Kinder großzuziehen sein kann und wie wir Eltern dabei unterstützen können, die eigenen wie auch die Bedürfnisse der Partnerschaft im Blick zu behalten.

Workshop mit Lukas Wagner

Allein Online

Rogers meinte „a way of being with a person“ und dennoch waren die letzten Jahre geprägt von „a way of being with a person online“. Die digitale Medien verändern Kontakt und Beziehung, sie rücken uns zusammen und entzweien uns, wie nie ein Medium zuvor. Der Personzentrierte Ansatz kann helfen Antworten auf eine zunehmende Digitalisierung zu finden: welchen Platz wollen wir Medien in unseren Freundschaften, unseren Familien und unseren Therapieprozessen geben, kann es psychologischen Kontakt online überhaupt geben und wie viel Kongruenz lässt Social Media zu? Diese und andere Fragen werden im Workshop besprochen werden.

Vortrag von und Diskussion mit Matthias Witting-Schön**Give Peace a Chance!****Eine Betrachtung zur internationalen Friedensarbeit von Carl Rogers**

Der Workshop beschäftigt sich mit der internationalen Friedensarbeit Carl Rogers, die besonders die letzten 10 Jahre seines Lebens prägte. Seine Arbeit im Dienste des Abbaus von Spannungen in politischen Krisen, brachte ihm 1987 eine Nominierung zum Friedensnobelpreis ein. Der Vortrag spannt einen biographischen Bogen von den ersten Begegnungen Carl Rogers mit dem 2. Weltkrieg in seiner Beratertätigkeit für die U.S. Air Force bis zu seinen vielbeachteten Friedensbemühungen mit dem Instrument der Personzentrierten Encounter-Gruppe im Nordirland-Konflikt, in Südafrika, der Sowjetunion sowie in der Zentralamerika-Krise. Daniel Barenboims „The West Eastern Divan Orchestra“ wird als zeitgenössisches Friedensprojekt, das die Grundannahmen von Carl Rogers zur Konfliktlösung bestätigt, vorgestellt.

Workshop mit Michael Behr**The facts are always friendly.****Survey zur Wirksamkeit Personzentrierter Therapie in internationalen Metaanalysen**

Die internationale Wirksamkeitsforschung zeigt, dass Personzentriert-experientielle Psychotherapie mit ihren Outcomescores der kognitiv-behavioralen Psychotherapie nicht nachsteht sowie gegenüber psychodynamischer und systemischer Psychotherapie eher überzeugendere Belege besitzt. Der Vortrag gibt einen Überblick der zumeist englischsprachigen Forschungsarbeiten, insbesondere der Metaanalysen. Er pointiert die Schlüsselstellen der vergleichenden Psychotherapie-Outcomeforschung und wird Argumente für alle diejenigen liefern, die verschiedentlich die Effektivität des personzentriert-experientialen Verfahrens vertreten.

Workshop mit Harald Doppelhofer**No Future? Our Future!****Klimawandel und psychische Gesundheit: Selbstermächtigung und Solidarisierung statt Angst und Lähmung**

Die wohl größte Herausforderung aktuell und auch in der Zukunft ist der von uns Menschen verursachte Klimawandel mit seinen verheerenden Folgen für das Leben auf diesem Planeten.

Was heißt das für die Psychotherapie und für einen Personenzentrierten Ansatz, der sich durchaus auch als politisch im Sinne der Förderung von Emanzipation und Selbstermächtigung versteht?

Die psychologischen Antworten auf den Klimawandel sind vielfältig, sie reichen von Angst und Trauer, von Ohnmachtsgefühlen, Fatalismus und Konfliktvermeidung bis hin zu Resignation und Depression.

Die American Psychological Association weist in einem eigenen Bericht ebenfalls auf die Bedrohung der psychischen Gesundheit durch den Klimawandel hin, insbesondere auf die dadurch ausgelöste Angst, die „Eco Anxiety“.

Wie kann es gelingen, Resilienz zu fördern und trotz der Bedrohungen Lebensfreude zu empfinden?

Wie können Selbstbehauptung und Selbstwirksamkeit gefördert werden und das Potential, die eigene Zukunft zu gestalten, entfaltet werden?

Wie kann der Übergang vom persönlichen Leiden und dessen Bewältigung hin zu notwendigem politischen Handeln erfolgen?

Vortrag von Peter Elfner

Wenn bereits mehr Leben hinter uns als vor uns liegt

Aspekte und Herausforderungen der Psychotherapie mit alten Menschen

Durch die demographische Entwicklung wird der Anteil der Altersbevölkerung weiter wachsen und damit auch deren Bedarf an Psychotherapie. Darüber hinaus werden kommende Altersgenerationen psychotherapeutische Angebote selbstverständlicher in Anspruch nehmen wollen als vorangegangene. Die größte zukünftige Herausforderung wird in der schlichten Tatsache zu finden sein, alte Menschen in der psychotherapeutischen Versorgung nicht weiter zu benachteiligen. Alte sind in der psychotherapeutischen Behandlung entsprechend ihrem Bevölkerungsanteil deutlich unterrepräsentiert, obwohl die Behandlungserfolge vergleichbar mit denen jüngerer Erwachsener sind. Die Schere zwischen dem zunehmenden Wissen über psychische Störungen im Alter sowie deren Behandlungsmöglichkeiten und der tatsächlichen Versorgung klafft weit auseinander. Die Gründe dafür sind vielschichtig. Der Personzentrierte Ansatz ist konzeptuell gut gerüstet, um der spezifischen Bedürfnis- und Motivationslage alter Menschen gerecht zu werden und ihnen im Hinblick auf ein persönlich sinnerfülltes Altern hilfreich zu sein.

Workshop mit Wolfgang Gombas

Über das Verhältnis von Psychotherapie und Psychopharmakologie

Was Medikamente können und was nicht und wie das Gehirn funktioniert

Psychopharmaka sind zu einem immer wichtigeren und bestimmenderen Teil der Behandlung psychischer Störungen geworden. Fast eine Million Österreicher und Österreicherinnen nehmen gelegentlich oder regelmäßig Psychopharmaka*.

Für die Psychotherapie bedeutet das neue Herausforderungen. Was kann man von Psychopharmaka erwarten? Was können sie? Und was können sie nicht?

Welche Störungen sollten mit Medikamenten behandelt werden? Und welche nicht? Gibt es Kriterien, diese Fragen zu entscheiden?

In diesem Workshop wird Raum und Zeit sein, diese Fragen ausführlich zu diskutieren. Es soll ein Verständnis für die Schwierigkeiten dafür entwickelt werden, warum diese Fragen so schwer zu beantworten sind und was das für die psychotherapeutische Praxis bedeutet.

* Projekt „Psychische Gesundheit“: Analyse der Versorgung psychisch Erkrankter. Hauptverband der Sozialversicherungsträger, Gebietskrankenkasse Salzburg; Abschlussbericht, Wien/Salzburg, Juni 2011

Workshop mit Erich Lehner**Identität queer denken****Gender und Psychotherapie**

Identität als Begriff und Konzept, das die Einheit eines Ichs fasst, konnte sich in der Psychotherapie erst spät - in den 50er Jahren des 20. Jahrhunderts – durchsetzen. Das fiel in jene Zeit, als in Medizin und Psychiatrie Transsexualität zum Thema wurde. Kam nun mit Identität ein Konstrukt ins Spiel, um einer ins Wanken geratenen Überzeugung von der normativen Zweigeschlechtlichkeit neue Standfestigkeit zu verleihen? Mit Gender eröffneten sich zusätzliche Möglichkeiten, enge biologistisch gedachte Geschlechterrollen zu überschreiten und eine größere Vielfalt von Geschlecht zu denken. Die Ausdifferenzierungen hin zu LGBTIQA machen gegenwärtig aber auch hier die immanente Verbindung von Gender und einer heteronormativen Geschlechtsbinarität deutlich und zwingen erneut zur Transformation hin auf fluide Identitäten. Vor dem Hintergrund dieser Entwicklungen ergibt sich die Notwendigkeit, von einem statischen einheitlichen Identitätsverständnis abzulassen. Identität – und im speziellen Geschlechtsidentität – lässt sich nur als ein höchst komplexes Zusammenspiel unterschiedlicher Faktoren, die einen kontinuierlichen Balanceakt des Selbst darstellen, verstehen.

Workshop mit Gregor Alexander Schindelars**Thema „Einsamkeit“ im Kontext der Gruppenpsychotherapie**

Ausgehend vom Philosophen Martin Heidegger, der die Einsamkeit & Langeweile als Konfrontation mit dem Wesen der Zeit bzw. und als Begegnung mit sich selbst betrachtet, ist die Gruppenpsychotherapie eine praktische Philosophie. Der Vater der Gruppenpsychotherapie, J. L. Moreno, vertritt die These, dass der Mensch nicht nur ein biologisches, psychologisches, soziales, sondern auch ein transzendentes Wesen sei. Begegnung findet immer statt, sei es sozial oder meditativ.

Studien der positiven Psychologie haben ergeben, dass der Mensch prinzipiell wert- und sinnorientiert leben möchte. Verliert er den Zugang zu diesen Kategorien, so schränkt sich die subjektive Sichtweise ein auf die hedonische Lust. Im Speziellen ist hier Begierde/Verlangen gemeint. Erwartungs- bzw. Versagensängste kristallisieren sich oft heraus, die den Menschen im Grübeln versinken lassen. Das Leben im Hier und Jetzt weicht immer mehr der Angst vor der Zukunft oder der Nostalgie.

Die Gruppenpsychotherapie hat diesbezüglich spezielle Wirkfaktoren, da sie die Einstellungswerte der Teilnehmer*innen als therapeutisch essentiell und gegenseitig inspirierend ansieht. Jene Werte wirken wie eine Art „innerer Kompass“, die uns mit unserer Intuition in Kontakt bringen. Daher ist aus psychodramatischer Sicht das Training der Spontaneität und Kreativität notwendig, um den gegenwärtigen Moment nicht nur zu ertragen, sondern vor allem gestaltend zu erleben. Der Workshop ist vor allem praktisch, liefert jedoch auch theoretische Ein-Blicke. Szenische Darstellungen sollen erhellend wirken. In der anschließenden Prozessarbeit kristallisiert sich der heilsame und sinnstiftende Aspekt heraus.

Workshop mit Aglaja Przyborski

Aus welchen Perspektiven wollen wir - in Zukunft - Psychotherapieforschung betreiben?

Zu Beginn des Workshops wird ein Überblick zu unterschiedlichen Grundlagen bzw. Perspektiven der Psychotherapieforschung gegeben und skizziert, welchen Ertrag ihre Ergebnisse für welchen Kontext haben. Anhand der Interessen und Fragen der Teilnehmer*innen werden einige Ansätze vertieft, um schließlich gemeinsam einen Blick auf wahrscheinlichere und unwahrscheinlichere, erwünschtere und unerwünschtere Zukunftsszenarien zu werfen.

Workshop mit Martina Groh-Cibulik

Therapie statt Strafe - Begegnung statt Verurteilung

Psychotherapie bei Drogenabhängigkeit:

Ausweg aus der Hoffnungslosigkeit oder zwangsläufiges Scheitern?

- Welche Kenntnisse sind in der Arbeit mit substanzabhängigen Klient*innen unbedingt notwendig (störungsspezifisches Wissen, medikamentöse Therapie)?
- Welche Voraussetzungen müssen gegeben sein, damit eine Begegnung entstehen kann (eigenes Wertekonzept)?
- Welche Bedeutung haben Begriffe wie Freiwilligkeit und Motivation?

In diesem Workshop haben wir die Gelegenheit uns mit diesen und anderen Fragen auseinanderzusetzen, Fallbeispiele zu besprechen und persönliche Haltungen zu reflektieren.