

Weiterbildungskurs

WB 7

für Ärztinnen und Ärzte



Autogenes Training

Grundkurs und Aufbaukurs (jeweils 16 UE)

Inhalte

Grundkurs (16 UE)

Entspannung und positive Einflussnahme auf das psychische und psychosomatische Geschehen ist das Ziel von Autogenem Training. Der Grundkurs vermittelt ein breites Basiswissen aus Theorie und Praxis. Er bietet vielseitige Möglichkeiten der praktischen Anwendung unter Einbeziehung von Einzel- und Gruppenübungen. Der Grundkurs „Autogenes Training“ richtet sich an Ärztinnen und Ärzte, die in ihrer Facharztausbildung Kenntnisse in diesem Entspannungsverfahren erwerben wollen und an alle anderen an „Autogenem Training“ interessierte Ärztinnen und Ärzte.

Termine

Grundkurs: Sonntag, 30.04.2023 – Freitag 06.05.2023
Aufbaukurs: Sonntag, 30.04.2023 – Freitag 06.05.2023

Uhrzeiten

Grundkurs: Jeweils von 12:30 – 14:30 Uhr
Aufbaukurs: Jeweils von 19:00 – 21:00 Uhr

Veranstaltungsort

26757 Borkum



Aufbaukurs (16 UE)

In dem Aufbaukurs „Autogenes Training“ geht es um die Vertiefung der Kenntnisse und Übungen aus dem Grundkurs des Autogenen Trainings und richtet sich somit an Ärztinnen und Ärzte, die bereits einen Grundkurs „Autogenes Training“ absolviert haben. Neben einer Einführung in die Elemente des Aufbaukurses werden Indikationen, Kontraindikationen und psychodynamische Aspekte vor dem Hintergrund der erlebten Übungen nochmals vertieft, außerdem andere Methoden und Möglichkeiten der Entspannung diskutiert, die Anwendungsbereiche vorgestellt sowie auf Möglichkeiten und Rahmenbedingungen der Vermittlung der Technik eingegangen. Das erweiterte Lernen der konzentrativen Selbstentspannung unter Zuhilfenahme der Autosuggestion sowie der Imagination von Farben, Klängen und Phantasien zielen auf die eigenständige Anwendung des AT für Lehre, individuelles Gesundheits- und Erfolgstraining, Förderung der Resilienz u. v. a. m.

Bitte wenden!

Weiterbildungskurs

Autogenes Training ist ein auf Autosuggestion basierendes Entspannungsverfahren. Entwickelt aus der Hypnose durch den Berliner Psychiater Johannes Heinrich Schultz gilt Autogenes Training heute als eine weit verbreitete anerkannte Psychotherapiemethode, die der Gemeinsame Bundesausschuss als eine psychotherapeutisches Therapieverfahren anerkannt hat. Die Weiterbildungsordnungen der Ärztekammern erkennen das Autogene Training als ein Entspannungsverfahren im Rahmen der psychiatrischen, psychosomatischen und psychotherapeutischen Weiterbildung ebenfalls an.

Johannes Heinrich Schultz entwickelte mit dem Autogenen Training eine Technik, die unabhängig vom kulturellen Umfeld und der Weltanschauung anwendbar ist. Es entstand aus Beobachtungen, die Schultz im Rahmen der Hypnoseforschung machte. Er nannte sein Verfahren zunächst „konzentrierte Selbstentspannung“. Diese Entspannung war die Grundlage für die Psychotherapiemethode. Daneben kann das Autogene Training als Selbsthypnose verstanden werden. Denn beim Autogenen Training setzt sich der Übende durch Autosuggestion selbst in einen „umgeschalteten Zustand“, sozusagen in einen Wechsel vom normalen Wachzustand in einen veränderten, hypnotischen Bewusstseinszustand. Stress psychosoziale Belastungen und Sorgen führen sowohl bei Ärztinnen und Ärzten als auch bei Patientinnen und Patienten oft ohne es zu bemerken, zu einer erhöhten Anspannung und zu einer Schmerzsymptomatik. Halten die Zustände ständiger Anspannung über einen längeren Zeitraum an, können sie zu Erschöpfungsdepressionen, zu Angsterkrankungen oder zu einer Chronifizierung von Schmerzen führen. Autogenes Training kann hier als Entspannungsverfahren sehr wirksam sein.

Wissenschaftliche Leitung

Dr. med. **M. Kemmerling**, Borken, FA für Psychiatrie und Psychotherapie, FA für Nervenheilkunde, FA für Neurologie, ZB Psychotherapie, OA der Klinik für Psychotherapeutische Medizin, Schlossklinik Pröbsting, Borken

Teilnahmegebühren je Kurs

€ 345,00	Mitglieder der Akademie
€ 405,00	Nichtmitglieder der Akademie
€ 295,00	Arbeitslos / Elternzeit

Begrenzte Anzahl an Plätzen!

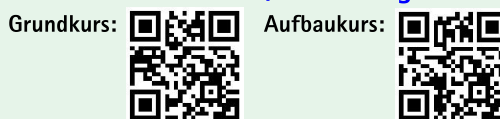
Auskunft und schriftliche Anmeldung

Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL, Postfach 40 67, 48022 Münster,
Ansprechpartner: **Marcel Thiede**
Tel.: 0251 929 – 2211
Fax: 0251 929 – 27 2211,
E-Mail: marcel.thiede@akwl.de

Nutzen Sie den Online-Fortbildungskatalog oder die Fortbildungs-App der Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL, um sich zu der Veranstaltung anzumelden:

www.akademie-wl.de/app

www.akademie-wl.de/fortbildungskatalog



Die Borkumbroschüre mit dem Gesamtprogramm kann angefordert werden unter www.akademie-wl.de/borkum oder telefonisch unter 0251 929-2204.

Die Veranstaltungen sind im Rahmen der Zertifizierung der ärztlichen Fortbildung der ÄKWL mit jeweils 16 Punkten (Kategorie: H) anrechenbar.

Mitglied werden & Vorteile genießen

Alle Informationen zur Mitgliedschaft in der Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL unter www.akademie-wl.de/akademie/mitgliedschaft