

ISSN 1617-1586 • 33. Jahrgang 2016 • Ausgabe 33

Entspannungsverfahren

Zeitschrift der Deutschen Gesellschaft für Entspannungsverfahren
(DG-E e.V.)



Herausgeber:

*Deutsche Gesellschaft für
Entspannungsverfahren*

R. Viehhauser

Trainingsprogramm zur Förderung salutogener
Ressourcen (TFSR)

K. Baier

„Das Evangelium der Entspannung“.
Euroamerikanische Entspannungskultur und die
Genese des modernen Yoga



PABST SCIENCE PUBLISHERS
Lengerich

E. & E. Nass

Es gibt nichts Entspannenderes als die Lösung
einer Blockierung. Systemische Kurzaufstellungen
in der verhaltenstherapeutischen Gruppentherapie

INHALTSVERZEICHNIS

- 3 *B. Husmann*
Editorial
- Originalia**
- 10 *R. Viehhauser*
Trainingsprogramm zur Förderung
salutogener Ressourcen (TFSR)
- 45 *K. Baier*
„Das Evangelium der Entspan-
nung“. Euroamerikanische Entspan-
nungskultur und die Genese des
modernen Yoga
- 63 *E. & E. Nass*
Es gibt nichts Entspannenderes
als die Lösung einer Blockierung.
Systemische Kurzaufstellungen
in der verhaltenstherapeutischen
Gruppentherapie
- Varia**
- 74 *M. Pisani & G. Michaux*
Sophrologie: Ein integratives Ver-
fahren zur Spannungsregulation
- Buchbesprechungen**
- 81 U. Anderssen-Reuster, S. Meck
& P. Meibert: Psychotherapie und
buddhistisches Geistestraining.
Methoden einer acht-
samen Bewusstseinskultur
- 83 W. Becker:
SCHÖN VERRÜCKT – Mein Leben
mit der Bipolarität
- 86 Luz (2015): Katharsis.
- 88 R. Zeyer: Hypnotherapeutische
Strategien bei akutem und chroni-
schem Stress
- 89 M. Hoffman, E. Freudenberg, G.
Michaux & S. Gottschling (2013):
„Doch nicht unser Kind...“ Unter-
stützung für Eltern krebskranker
Kinder
- 91 A. Kaiser-Rekkas (2015): Vollmond
am Strand. Hypnotische Sprache in
70 Tranceanleitungen
- Mitteilungen aus der DG-E**
- 93 Tätigkeitsbericht des erweiterten
Vorstandes
- 107 Bericht von der Mitglieder-
versammlung
- 108 Vernetzung mit der BAS
- 109 Kurz berichtet...
... aus Luxemburg
- 110 DG-E Datenreport
- 111 **Fortbildungskalender 2016/2017**

ENTSPANNUNGSVERFAHREN

Zeitschrift der Deutschen Gesellschaft für Entspannungsverfahren
*Autogenes Training, Progressive Relaxation, Hypnose, Yoga
und weitere wissenschaftlich fundierte Verfahren*
(DG-E e.V.)

Herausgeber

V.i.S.d.P. für die Deutsche Gesellschaft für Entspannungsverfahren
(DG-E e.V.):
Dipl.-Psych. Oliver Nass

Redaktion

Dipl.-Psych. Prof. Dr. Wolf Polenz
Dipl.-Psych. Dr. med. Claus Derra
Dipl.-Psych. Oliver Nass

Redaktionsanschrift

Geschäftsstelle der DG-E e.V.
Dipl.-Psych. Dr. Claudia China
Blanckstraße 3
D-23564 Lübeck
E-Mail: geschaeftsstelle@dg-e.de
Internet: www.dg-e.de

Verlag



Pabst Science Publishers
Eichengrund 28
D-49525 Lengerich
Tel. +49 (0)5484 308
Fax +49 (0)5484 550
E-Mail: pabst.publishers@t-online.de
Internet: www.pabst-publishers.de
www.psychologie-aktuell.com

Erscheinungsweise: jährlich
Preis: 18,95 €
Abopreis für Nichtmitglieder: 16,50 €
Für DG-E-Mitglieder kostenfrei

Es gilt die Anzeigenpreisliste 2016.

Die Zeitschrift und die in ihr enthaltenen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung bedarf der Zustimmung der Herausgeber.

Zum Titelbild:

Das Titelbild trägt den Namen „Seerosenteich“, stammt von Elvira Nass und befindet sich in ihrem Privatbesitz.

ISSN 1617-1586

EDITORIAL

BJÖRN HUSMANN



*Björn Husmann
Diplom-Psychologe/Psychotherapeut
Erster Vorsitzender der DG-E*

Liebe Mitglieder
der Deutschen Gesellschaft
für Entspannungsverfahren!
Liebe Leserinnen! Lieber Leser!

Auch in diesem Jahr ist es uns eine große Freude, Ihnen nun bereits zum dreiunddreißigsten Mal eine neue Ausgabe unserer Zeitschrift vorlegen zu können, in der Sie einen bunten Strauß von Artikeln, Rezensionen und Informationen rund um das Thema Entspannungsverfahren finden. Wenn Sie bedenken, dass andere Gesellschaften im Entspannungsbereich, wie z.B. die Schweizer Gesellschaft für Autogenes Training, ihre Tätigkeit eingestellt haben, ist es keine Selbstverständlichkeit, dass die DG-E langsam, aber kontinuierlich wächst und es immer wieder schafft, ehrenamtliche (!) Arbeit so zu bündeln, dass Jahr um Jahr eine Zeitschriftenausgabe

von beachtlichem Niveau herauskommen kann. Dafür gilt mein großer Dank allen AutorInnen und UnterstützerInnen und besonders Oliver Nass, der unsere Zeitschriften-Redaktion leitet und den gesamten Erstellungsprozess vom Einwerben der Artikel über die Peer-Review durch Dr. Claus Derra, Prof. Dr. Wolf Polenz und mich, bis zur Druckfreigabe koordiniert.

Was erwartet Sie in diesem Jahr?

Prof. Dr. Ralf Viehhauser stellt sehr differenziert ein „Trainingsprogramm zur Förderung salutogener Ressourcen“ vor, eine ideenreiche und interessante Operationalisierung u.a. des Konzeptes von Antonovsky in Richtung Stressbewältigung. Ich empfehle Ihnen diesen Artikel nicht nur, weil er ein empirisch überprüftes Konzept mit vielen kreativen Elementen darstellt, sondern auch, weil bei der Herangehensweise dieses Programms der Faktor „Freude am Tun“ eine große Rolle spielt.

Den Artikel von Prof. Dr. Karl Bayer über euroamerikanische Entspannungskultur und die Genese des modernen Yoga lege ich Ihnen ganz besonders ans Herz. Hier geht es z.B. um die kritische Auseinandersetzung mit dem „Yoga-Mythos“ der vermeintlich „Jahrtausende alten Übungstradition“, so wie er heute oft werbe-

wirksam geäußert wird. Einige Anteile von Yoga-Kursen basieren auf alten Schriften. Durch die historische Perspektive wird aber erkennbar, dass viele Elemente modernen Yoga-Unterrichts tatsächlich Variationen westlicher Entspannungskonzepte des späten 19. Jahrhunderts darstellen (Delsarte, Stebbins, Coué usw.). Sie wurden nicht in Südasien entwickelt, sondern seinerzeit dort aufgegriffen und dann im 20. Jahrhundert zusammen mit Asanas, Yoga-Atmung usw. in die westliche Hemisphäre wieder re-importiert. So gesehen profitierten die heute „trendigen“ Yoga-Konzepte schon deutlich länger, als oftmals veröffentlicht wird, von einer wechselseitigen west-östlichen Beeinflussung und sind damit – wie viele andere achtsamkeitsbasierte und Entspannungsverfahren auch – in ihrer „authentischen Form“ ebenfalls ein Teil der „globalen Dorfmusik“ im besten Sinne des Wortes.

Nachfolgend berichten Elvira und Eckard Nass über ihre Erfahrungen mit systemischen Kurzaufstellungen innerhalb verhaltenstherapeutischer Gruppentherapien. Neben vielen methodischen Aspekten arbeiten sie heraus, wie verletzte Seelenanteile zunächst einmal gestärkt werden können oder vielleicht sogar müssen, um eine Auseinandersetzung des oder der Betroffenen mit tiefergehenden inneren Konflikten u.U. überhaupt erst zu ermöglichen. Vermutlich soll schon die humorvoll-provokante Überschrift ihres Artikels zur kritischen Rezeption einstimmen: Gibt es wirklich nichts Entspannenderes,

„als die Lösung einer Blockierung“? Hmmm...?

In der anschließenden Rubrik „Für Sie gelesen...“ folgen Rezensionen aus dem „Großraum der Entspannungsverfahren“ von Dr. Juliane Matt, Prof. (em.) Dr. Knud-Eike Buchmann. Danach berichtet unser DG-E-Kollege Dr. Gilles Michaux kurz über die Entwicklung der Psychotherapie inkl. der Entspannungsverfahren in Luxemburg.

Im „Vereinsteil“ finden Sie neben einem kurzen Bericht über die Mitgliederversammlung 2016 unseren dort vorgetragenen, umfangreichen Tätigkeitsbericht, an dem neben dem Vorstand, d.h. Dr. Claudia China, Dr. Andrea Fuchshuber, Oliver Nass und mir, auch noch einige unsere aktiven UnterstützerInnen mitgewirkt haben, nämlich Eva Merotto, Prof. Dr. Wolf Polenz und Silka Ringer. Bei der Lektüre werden Sie nicht nur einen Eindruck davon bekommen, welch vielfältige Aktivitäten das Vereinsleben der DG-E ausmachen oder wie die Mitgliederentwicklung sich gestaltet (es fehlen nicht mehr viele, dann haben wir die „300er-Marke“ geknackt). Es wird auch deutlich werden, wie z.B. unsere Pressekontakte zu Interviews führen, in denen wir die DG-E sowie die Entspannungsverfahren öffentlichkeitswirksam und gut platziert präsentieren können, was wiederum zu Nachfragen aus der Bevölkerung an die Geschäftsstelle führt. Auch unser „geschichtliches Schwerpunktheft“ des letzten Jahres zur beruflichen Vita von J. H. Schultz, dem Begründer des Autogenen Trainings,

oder andere Fachartikel aus der Vergangenheit haben zusammen mit unserer kollegialen Kontaktpflege in Fachkreisen zu einer breiteren Wahrnehmung der DG-E als mitgliederstarkes und fachlich versiertes nationales Kompetenz-Netzwerk „rund um das Thema achtsamkeitsbasierte und Entspannungsverfahren“ beigetragen. Alles zusammen spiegelt sich dann z.B. in den zahlenmäßig stetig steigenden Aufrufen unserer Homepage wider. Oder es führte dazu, dass unsere stellvertretende Vorsitzende Dr. Claudia China im Namen der DG-E eine Einladung der British Autogenic Society (BAS) wahrnahm, ein BAS-Treffen in London besuchte und dort die DG-E repräsentierte; auf einen „Gegenbesuch“ der BAS vielleicht schon auf der nächsten Sylter Entspannungstherapiewoche freuen wir uns schon sehr.

Den Abschluss des Heftes bildet, wie jedes Jahr, der Fortbildungskalender, auch dieses Mal zusammengestellt von unserer Kollegin Elisabeth Westhoff. Hier finden Sie Angebote von bei der DG-E akkreditierten DozentInnen/AusbilderInnen zu Autogenem Training, Progressiver Relaxation, klinischer Hypnose sowie Multimodaler Stresskompetenz (Bausteine aus diesen Fortbildungsreihen können für den Erwerb der anerkannten Qualifikationsnachweise der DG-E in diesem Verfahren genutzt werden) sowie Einzelveranstaltungen von DG-E DozentInnen/Ausbildern teilw. zusammen mit Mitgliedern zu Psychosomatischem Entspannungstraining, Progressiver Relaxation bzw.

Autogenem Training bei chronischen Schmerzen, Mentalem Training oder traumasensiblen Yoga.

Ich hoffe, diese kleine Einstimmung weckt Ihre Vorfreude. In jedem Fall wünsche ich Ihnen eine interessante Lektüre mit vielen kleineren, aber auch größeren Aha-Momenten.

Mittlerweile hat es ja eine gewisse Tradition, innerhalb des Editorials auch noch ein paar Bemerkungen zur Entwicklung der DG-E zu geben.

Im Mittelpunkt unserer Bemühungen im letzten Jahr stand es, die Professionalisierung der DG-E weiter voranzubringen (siehe Tätigkeitsbericht). Im Bereich Finanzen ist die Gemeinnützigkeit erreicht. Deswegen mussten die einzelnen Einnahmequellen der DG-E auch für die Zukunft bestimmten Bereichen zugeordnet werden, weil sie jeweils unterschiedlich besteuert werden. Diese Arbeit ist in Kooperation mit einem Steuerberatungsbüro mittlerweile fast abgeschlossen. Vielleicht kann in den folgenden Monaten dieses Jahres die Buchhaltung noch in professionelle Hände abgegeben werden. Dann wären wichtige Prozesse und Schnittstellen aus diesem Bereich so weit auf den Weg gebracht, dass zukünftig hier weniger Arbeit anfallen wird. Für den Bereich Tagungsorganisation haben wir schon vor einiger Zeit eine komfortable Buchungssoftware angeschafft, die die Verwaltung von Anmeldungen und Zahlungseingängen usw. erheblich vereinfacht und die Ankündigungstexte usw. bündeln hilft. Diese Standardisierung

von Abläufen wird die zukünftige Tagungsorganisation erheblich vereinfachen und professioneller gestalten. Im Bereich Zeitschrift zeigt sich die Professionalisierung u.a. darin, dass wir eine Originalitätsversicherung eingeführt haben.

Wichtige und besonders die wiederkehrenden Prozesse zu standardisieren macht nicht nur Sinn, um dadurch die zukünftige Arbeit zu erleichtern, sondern auch weil so kommende Wechsel im Vorstand und unter den aktiven UnterstützerInnen einfacher werden, da Schnittstellen und Prozesse definiert sind und eine Übergabe des bisher aufgebauten Know-hows so noch besser möglich wird.

Aber es ging und geht nicht nur um die Professionalisierung von Prozessen der Vereinsarbeit, es ging und geht auch um das inhaltliche Profil der DG-E sowie das mittlerweile aufgebaute fachliche Renommee. Dies ist der Hintergrund z.B. für unsere vielfältigen Anstrengungen hinsichtlich Vernetzung. In gewisser Weise ist diese Zeitschriften-Ausgabe ein Ausdruck davon: Den Artikel von Prof. Dr. Viehhauser haben wir den Kontakten unserer Vorstandskollegin Dr. Andrea Fuchshuber zu verdanken. Der Artikel von Prof. Dr. Baier geht sowohl auf seine Einladung zur Entspannungs-therapiewoche 2015 und seinen vielbeachteten Vortrag dort zurück, als auch auf den historischen Schwerpunkt der letzten Ausgabe der Entspannungsverfahren, der mit seinem Artikel weitergeführt wird. Ebenso hat unser Heft von 2015 zu Kontakten

mit der Milton H. Erickson-Gesellschaft für klinische Hypnose geführt, die sich wiederum in ihrer Anzeige in diesem Heft widerspiegelt, um deren freundliche Beachtung wir bitten; im Gegenzug bekommt die DG-E eine Anzeige in ihrer Zeitschrift „Hypnose“. Ein weiteres Ergebnis sind die schon genannten Kontakte zur BAS und anderen nationalen Organisationen oder dass wir die voranschreitende Organisation einer internationalen AT-Gesellschaft im Blick haben (vgl. <http://www.isatapsy.com/>).

Wozu diese ganzen Bemühungen? Weil wir uns auf den in der Vergangenheit geleisteten Arbeiten leider nicht ausruhen können. Weiterhin werden nämlich Entspannungs- und achtsamkeitsbasierte Verfahren im professionellen System schnell als „simpel und klein“ angesehen, selbst wenn sie in Leitlinien oder als obligatorischer Teil von Zusatzqualifikationen erwähnt werden. Auch werden Autogenes Training, Progressive Relaxation und Hypnose innerhalb der GKV-Versorgung nach wie vor nur sehr mäßig entlohnt und geraten bei Honorarverhandlungen, bei denen die PsychotherapeutInnen ohnehin systematisch wie „Kellerkinder“ behandelt werden, zusätzlich noch schnell in den „toten Winkel“. Im deutlichen Gegensatz zu ihrem salutogenen Potenzial, wenn sie qualifiziert und fachgerecht angeleitet werden, hat das schon seit Jahren den Charakter von Downshifting. Die Intention einer „kalten Abschaffung“ sei zwar von offizieller Stelle laut deren Aussagen nicht vorhanden, diese

Gefahr wird aber trotzdem billigend in Kauf genommen, weil vor dem Hintergrund miserabler Honorierung usw. immer weniger KollegInnen diese Verfahren überhaupt abrechnen oder sich darin fortbilden und eine entsprechende Abrechnungsgenehmigung beantragen! Um darauf aufmerksam zu machen und um dem zumindest etwas entgegenzuwirken, hatten wir an prominenter Stelle wie z.B. der bundesweiten Zeitschrift der Psychotherapeutenkammern einen entsprechenden Übersichtsartikel veröffentlicht. Leider fand aber unser Aufruf, dazu LeserInnen-Briefe zu schreiben und das Thema auf dieser Ebene weiter in der Wahrnehmung zu halten, keinen Widerhall.

Im Bereich Prävention gibt es ebenfalls Entwicklungen, die uns auch zukünftig Anstrengungen abnötigen werden: Die Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP) erscheint mittlerweile wie eine Art eigene kleine Behörde, die von den beteiligten Krankenkassen auf der Grundlage des Leitfadens des GKV-Spitzenverbandes regiert wird. Zwar fanden die Qualifikationsnachweise der DG-E in der Vergangenheit problemlos Akzeptanz bei den Kassen (und wurden z.B. im Bereich Yoga in enger Kooperation mit ihnen entwickelt), weil diese Informationen im Zuge des Aufbaus der ZPP aber nicht weitergegeben wurden und weil die ZPP sich, wie gesagt, auf den Leitfaden des GKV-Spitzenverbandes beruft, in dessen letzten Fassungen die DG-E nicht erwähnt wurde, kommt es teilw. zu Schwierigkeiten bei der Anerkennung. In-

sofern bemühen wir uns einerseits einen Service für DG-E-Mitglieder aufzubauen, über den vorgefertigte Kursabläufe, Stundenbögen usw. abgerufen werden können. Andererseits bereitet eine Arbeitsgruppe für Sylt 2017 die Diskussion vor, inwieweit sich die DG-E hinsichtlich ihrer Qualifikationsnachweise auch für Menschen mit solchen beruflichen Grundqualifikationen öffnen kann, wie sie im o.g. Leitfaden aufgeführt werden (siehe Tätigkeitsbericht).

Diese ganzen Professionalisierungsbemühungen bringen aber auch eine gewisse Gefahr mit sich: Da bisher „nur“ knapp ein Dutzend aktive Mitglieder in die Vorstandsarbeit wie etwa Telefonkonferenzen, E-Mail-Verkehr usw. eingebunden sind und alle anderen Mitglieder über die Newsletter und die Homepage informiert werden, entsteht die evtl. Schwierigkeit, die ganze DG-E bei diesem Entwicklungsprozessen „mitzunehmen“. Während sich bspw. früher die Anmeldephase zur Sylter Entspannungstherapiewoche über Monate hinzog, kann sie jetzt nach ein paar Wochen bereits ausgebucht sein. Das hatte im vorletzten Jahr bei einigen „Zu-Spät-BucherInnen“ bereits zu Irritationen und Unmut geführt. Hinsichtlich Artikeln für die Zeitschrift oder Vorträgen bei Veranstaltungen könnte es in Zukunft ebenfalls nötig werden, ein transparentes Prozedere mit konsertierten, qualitativen Kriterien entwickeln zu müssen, nach denen ausgewählt wird.

Dabei wird die Organisation eines tragfähigen Konsenses sicherlich

immer wieder eine Herausforderung sein. Das hat besonders die Diskussion um die letztendliche Absage der Entspannungstherapie – die dann als Workshop-Treffen von den OrganisatorInnen aber trotzdem durchgeführt werden konnten – gezeigt. Denn unter den Mitgliedern haben wir AnwenderInnen von Entspannungsverfahren, Workshop-LeiterInnen, wissenschaftlich tätige KollegInnen u.a.m. Die einen wünschen eher einen familiären Charme, die anderen möchten es großzügig modern; Manche interessieren sich mehr für die Interna und die Entwicklung der DG-E, schauen auf der Homepage nach usw., andere weniger. Alle haben nachvollziehbare, aber leider nicht immer kongruente (Einzel-)Interessen, die es auszubalancieren gilt. Darüber hinaus gilt es, wirtschaftlich-quantitative, aber v.a. auch qualitative (Mindest-)Standards zu beachten und gleichzeitig einen konsequenten „gemeinnützigen Fokus“ auf übergeordnete Interessen der Gesellschaft „DG-E“ zu setzen, bei dem v.a. die achtsamkeitsbasierten und Entspannungsverfahren im Vordergrund stehen. Weil auch das nicht alle Akteure in der DG-E gleichermaßen tief verinnerlicht haben, ist es manchmal notwendig, kritisch auf eventuelle Abhängigkeiten hinzuweisen oder zu hinterfragen, ob dieses oder jenes Angebot wirklich ein Angebot im Sinne der DG-E ist oder nicht vielleicht eher vor dem Hintergrund des Marketings dieses oder jenes Privat-Instituts o. dgl. zu sehen ist.

Die hier angedeuteten Herausforderungen des Entwicklungsprozesses der DG-E sind allerdings zugleich auch Chancen, denn die angedeutete Diversität bedeutet ja genauso eine Vielfältigkeit an potenziellen Möglichkeiten.

Ich betone das alles deshalb, weil es bis zur Sylter ETW 2017 einen deutlichen Wechsel im „Vorstandsteam“ vorzubereiten und dann zu vollziehen gilt. Insofern möchte ich andeuten, mit welchen Prozessen und Strukturen es nachfolgende KollegInnen zu tun haben werden. Leicht ersichtlich, dass neben Kenntnissen, welche leitenden Gedanken und welche konzeptionelle Ideen hinter welcher Prozess-Gestaltung stehen, v.a. auch eine praktische „Einarbeitungszeit“ sinnvoll ist.

Deshalb möchte ich alle an dieser Arbeit Interessierten herzlich, aber auch eindringlich ermutigen, sich JETZT schon zu melden, so dass wir Sie mit Vorlauf in die „laufenden Geschäfte“ mit einbeziehen können.

Sie lesen es schon heraus: Ich möchte nicht lediglich appellieren, sondern dadurch werben, dass ich Ihnen verdeutliche, welches enorme Lernfeld die Gestaltung der Vereinsarbeit darstellt. Die Vorstandsarbeit oder die Geschäftsstellentätigkeit sind tolle Möglichkeiten, berufspolitische Prozesse (mit) zu gestalten! Das ist m.E. das eigentlich Spannende an diesen Aufgaben und Ämtern: Wie eine Deutsche Gesellschaft für Entspannungsverfahren so weiter entwickeln und

wie sie so zukunftsfähig gestalten, dass sie auch in den nächsten Jahren hinsichtlich ihrer fachlichen Expertise Gehör findet, dass sie im Sinne der achtsamkeitsbasierten und Entspannungsverfahren Einfluss zu nehmen vermag und dass ihre (Fortbildungs-) Angebote auf Nachfrage stoßen.

Und das wirklich Allerbeste habe ich Ihnen noch gar nicht beschrieben: Das Lernen, wie mit solchen Aufgaben und Verantwortlichkeiten umgehen, ist nicht als EinzelkämpferIn zu bewerkstelligen. Im Gegenteil! Es gibt ein prima Team von freundlichen (Vorstands)KollegInnen und Aktiven, die mit der Weitergabe ihrer

Erfahrungen, Ermutigungen, Bestärkungen oder Rückmeldungen nicht geizen, sondern die ansprechbar sind und mit denen zusammen die Bewältigung dieser oder jener „kabeligen See“ genauso ein Erlebnis ist, wie das Feiern dieses oder jenes Erfolges. So haben wir, trotz oder gerade wegen vieler Arbeiten, häufig und ausgiebig zusammen gelacht... (siehe die Bilder vom Vorstandswochenende 2015 in Bad Kissingen).

In diesem Sinne: Wir sehen uns demnächst auf der Insel – bis dahin Ihnen/euch allen eine gute Zeit!

Björn Husmann



Bitte vormerken!!!

Die 32. Entspannungstherapiewoche findet **vom 29.04. bis 06.05.17** in der Akademie am Meer (Klappholtal/Sylt) statt. Das Programm bekommen DG-E-Mitglieder vor der allgemeinen Veröffentlichung zugesandt. Danach ist es ab Herbst/Winter 2016 zusammen mit dem Anmelde-Modul auf der Homepage www.dg-e.de zu finden.



TRAININGSPROGRAMM ZUR FÖRDERUNG SALUTOGENER RESSOURCEN (TFSR)

RALPH VIEHHAUSER

Das Trainingsprogramm zur Förderung salutogener Ressourcen wurde im Rahmen eines Promotionsprojektes (Viehhauser, 2000) auf dem Hintergrund gesundheitspsychologischer Theorien und Forschungsergebnisse entwickelt und sorgfältig evaluiert. In den folgenden Ausführungen werden die wesentlichen Leitgedanken, inhaltlichen Bausteine und empirischen Ergebnisse in einem kurzen Überblick dargestellt. Für die vertiefenden theoretischen Hintergründe, die einzelnen Evaluationsergebnisse sowie v.a. die detaillierte Beschreibung der einzelnen Trainingsinhalte in Form eines ausführlichen (252 S. umfassenden) vollstrukturierten Manuals sei auf die Original-Arbeit von Viehhauser (2000) hingewiesen. (Buchtitel: „Förderung salutogener Ressourcen-Entwicklung und Evaluation eines gesundheitspsychologischen Trainingsprogramms“).

Schlüsselwörter: Gesundheitsförderung, Psychologisches Training, Euthyme Therapie, Gesundheitspsychologie, Ressourcen, gesundheitliche Protektivfaktoren

1 Ziele, Leitgedanken und Grundprinzipien des TFSR

Kurz zusammengefasst handelt es sich bei dem Trainingsprogramm zur Förderung salutogener Ressourcen (kurz: TFSR) um ein gesundheitspsychologisch fundiertes, multimodales, asymptomatisches, ressourcenorientiertes Breitspektrum-Trainingsprogramm zur psychologischen Gesundheitsförderung auf dem Hintergrund eines biopsychosozialen (bzw. psychoneuroimmunologischen) Modells von Gesundheit und Krankheit.

Im Sinne einer theoriegeleiteten Entwicklung des Trainingsprogramms

wurde der Versuch unternommen, die inhaltlichen Ziele möglichst konsequent aus den Ergebnissen einer salutogenetisch orientierten Forschung zu gesundheitlichen Protektivfaktoren abzuleiten. Die übergeordneten Lern- bzw. Therapieziele sind:

- ▶ Förderung gesundheitlicher Protektivfaktoren,
- ▶ Stärkung des Bewusstseins eigener psychosozialer Ressourcen bzw. Gesundheitskompetenzen, lernen, die eigenen gesundheitsförderlichen Ressourcen zu erkennen und weiter ausbauen zu können,

„DAS EVANGELIUM DER ENTSPANNUNG“. EUROAMERIKANISCHE ENTSPANNUNGSKULTUR UND DIE GENESE DES MODERNEN YOGA

KARL BAIER

Umfassende kultur- und körperhistorische Studien zur Ökonomie von Anspannung und Entspannung stehen noch aus. Selbst Einzelstudien zu den letzten 130 Jahren, in denen dieses Thema weltweit so intensiv wie nie zuvor in Theorie und Praxis Beachtung fand, sind rar. Angesichts dieser Forschungslage kann der vorliegende Aufsatz nicht mehr, als die bisherigen vereinzelt erkundungsgänge in weitgehend unerforschem Terrain fortzusetzen, mit dem Ziel, provisorische Wegmarkierungen für künftige Forschungen zu erarbeiten. Das Ziel der Arbeit besteht darin, eine Einführung in die Entstehungsgeschichte und Charakteristika der modernen westlichen Entspannungskultur zu geben und anhand einer konkreten Yogaübung den Einfluss dieser Kultur auf den modernen Yoga zu analysieren. Das Zitat „Evangelium der Entspannung“ im Titel spielt auf einen Essay von William James an. Bei James, auf den unten ausführlicher eingegangen werden wird, zeigt sich exemplarisch die schillernde Mehrdeutigkeit moderner Entspannungskultur.

Schlüsselwörter: Geschichte der methodischen Entspannung, Lebensreform, Yoga, Entstehung des modernen Yoga, westliche Einflüsse auf den Yoga

Meine Überlegungen konzentrieren sich in der vorliegenden Arbeit auf die Zeit zwischen dem Ende des 19. Jahrhunderts und dem Beginn der 1930er Jahre, also auf die Epoche, die oft „klassische Moderne“ oder auch „Hochmoderne“ genannt wird. Im Zentrum stehen die Beziehungen zwischen Entwicklungen in Nordamerika und dem in Südasien entstehen-

den modernen Yoga.¹ Letzterer ist, wie die Forschung der vergangenen Jahre zeigen konnte, nicht die ungebrochene Fortsetzung einer jahrtausendealten Tradition, wie bis heute insbesondere von Yoga-Anbietern immer wieder behauptet wird. Aus historischer Sicht lässt er sich zutreffender als südasiatischer Zweig der globalen Lebensreformbestrebungen

¹ In diesem Artikel wird der Begriff Südasien anstelle des umgangssprachlich gebräuchlicheren „Indien“ verwendet. Südasien umfasst den indischen Staat plus heute davon getrennte Nationen wie Pakistan, Bangladesch, Bhutan, Nepal und Sri Lanka.

**ES GIBT NICHTS ENTSPANNENDERES
ALS DIE LÖSUNG EINER BLOCKIERUNG**
SYSTEMISCHE KURZAUFSTELLUNGEN
IN DER VERHALTENSTHERAPEUTISCHEN GRUPPENTHERAPIE

ECKARD NASS & ELVIRA NASS

Seit ca. 20 Jahren sind Systemaufstellungen eine wichtige Ergänzung unserer Tätigkeit in den Bereichen Therapie, Supervision und Coaching. Neben Familienaufstellungen in Wochenendseminaren bieten wir seit einiger Zeit auch Kurzaufstellungen im Rahmen von zweistündigen zieloffenen einzelfallorientierten verhaltenstherapeutischen Gruppentherapie-Sitzungen an. „Zieloffenheit“ heißt nicht Beliebigkeit von Zielen, sondern, dass ausgehend von den Problemen, die die Patienten in ihrem Leben haben, konkrete Ziele für die Gruppentherapie erarbeitet werden (Fiedler, 2005, S. 23). Für die Kurzaufstellungen mit einer Dauer von ca. 20-40 Minuten haben wir kompakte Konzepte entwickelt, die weniger öffnend sind als Familienaufstellungen. Aufgrund unserer positiven Erfahrungen mit verschiedenen Kurzaufstellungsformaten möchten wir diese einem breiteren Kollegenkreis vorstellen. Systemaufstellungen sind ein hoch wirksames Instrument. Sie können rasch verschüttete Themen an die Oberfläche holen. Daher ist es für die Aufstellungsleiter wichtig, Selbsterfahrung mit verschiedenen Systemaufstellungen, insbesondere mit Familienaufstellungen zu haben. Eine Aufstellung von Themen kann sich durch einen unbewusst eingeleiteten Bedeutungswechsel zur Aufstellung von familiären Konfliktfeldern wandeln. Der Aufstellungsleiter sollte das erkennen und Instrumente der Stärkung und der Stabilisierung zur Verfügung haben. Mit den nachfolgend aufgeführten Aufstellungen von Unterstützungssystemen können die Systemaufstellungen sehr segensreich sein und den therapeutischen Fortschritt beschleunigen. Durch die stärkenden Impulse kann ein zunächst selbstunsicherer Aufstellender seine Aufmerksamkeitsfokussierung weg von Bedenken, Zweifeln und inneren Vorgängen (Hinsch & Pflingsten, 2007, S. 28 f.) hin zu seinen Zielen in der Auseinandersetzung mit dem Konfliktpartner lenken und dabei erste Erfolgserlebnisse verzeichnen. Auf dieser Grundlage können dysfunktionale Glaubenssätze sehr effektiv durch stärkende Glaubenssätze ersetzt werden.

Schlüsselwörter: Aktivierung von Ressourcen, Aufstellung eines Themas, Aufstellung des inneren Kindes, Aufstellung eines Unterstützersystems, Aufstellung eines Konfliktsystems, Bedeutungswechsel in Systemaufstellungen, konstruktivistischer und phänomenologischer Erkenntniszugang, Lösungsorientierung, repräsentierende Wahrnehmung, Stärkung des Klienten, Veränderung von Glaubenssätzen, wissenschaftliche Untersuchungen zu Systemaufstellungen, zieloffene verhaltenstherapeutische Gruppen

SOPHROLOGIE: EIN INTEGRATIVES VERFAHREN ZUR SPANNUNGSREGULATION

MICHÈLE PISANI & GILLES MICHAUX

Die Sophrologie wurde in den 1960-er Jahren von dem kolumbianischen Neuropsychiater Alfonso Caycedo als ganzheitliche Entspannungslehre entwickelt. Sie kombiniert dabei Techniken und Prinzipien aus verschiedenen Entspannungs-, meditativen und imaginativen Verfahren zu einer körperorientierten, dynamischen Entspannungsmethode. In diesem Kurzüberblick werden die Grundprinzipien der Sophrologie, ihre Bezüge zu anderen im französischsprachigen Raum weit weniger verbreiteten Entspannungsverfahren und ausgewählten Stress-Bewältigungsprogrammen skizziert.

Schlüsselwörter: Achtsamkeit, Entspannungsverfahren, Sophrologie, Stressbewältigung

1 Definition

Der Begriff „Sophrologie“ setzt sich aus den griechischen Wortstämmen „sos“ (Gleichgewicht), „phren“ (Bewusstsein) und „logos“ (Lehre) zusammen und bedeutet demnach die Wissenschaft von der Harmonie des Geistes. Ihr Begründer Caycedo hat die *Sophrologie* als Methode zur Selbst- und Stressregulation während seiner klinischen und akademischen Tätigkeit in Spanien über Jahrzehnte weiterentwickelt. Als *Sophrologie Caycédienne*[®] registriert, ist sie vereinheitlicht und wird von seiner Tochter traditionsbewahrt.¹ Daneben

wird die Sophrologie jedoch auch in hiervon unabhängigen (extra-)universitären Fortbildungsinstituten, wie beispielsweise am *Institut Européen de Sophrologie du Travail*, vermittelt und dort konstant und undogmatisch optimiert. Die Ausbildungen in Sophrologie richten sich vornehmlich an Psychologen, Krankenpfleger und (Alternativ-)Mediziner als Methode der Komplementärmedizin sowie an Beschäftigte im Personalwesen zwecks betrieblicher Gesundheitsförderung. Nach derzeitigem Wissensstand ist die Sophrologie in keinem Land offiziell als psychologische Behandlungsmethode anerkannt, auch

¹ <http://www.sofrocay.com>



DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR
ENTSPANNUNGSVERFAHREN

Autogenes Training | Progressive Relaxation | Hypnose | Yoga
und weitere wissenschaftlich fundierte Entspannungsverfahren (DG-E e.V.)

MITTEILUNGEN AUS DER DG-E

Vorstand der Deutschen Gesellschaft für Entspannungsverfahren (DG-E e.V.)

Tätigkeitsbericht Mai 2015 bis Mai 2016

1 Mitgliederentwicklung

[DP/PP Björn Husmann (auf Basis der Zahlen der Geschäftsstelle, DP/PP Dr. Claudia China)]: siehe DG-E-Datenreport in diesem Heft (S. 110).

2 Finanzielle Entwicklung

[DP/KJP Oliver Nass] In diesem Jahr konnten auf der Mitgliederversammlung während der 30. ETW auf Sylt durch eine finale Satzungsanpassung die Weichen für die Beantragung der Gemeinnützigkeit gestellt werden. In einem kurzen Antwortschreiben erhielten wir denn auch die Rückmeldung, dass zur Erlangung der Gemeinnützigkeit keine weiteren Einwände von Seiten der Behörde mehr bestünden. Somit war der lange Weg



zu dem auf der MV 2013 verabschiedeten Ziel beendet.

In einem weiteren Schritt wurde mit großem Aufwand die SEPA-Umstellung des Einzuges der Mitgliedsbeiträge begonnen und konnte Ende 2015 abgeschlossen werden.

Neben diesen formalen Prozessen konnte durch gutes Wirtschaften und die erfolgreiche Tagungsorganisation auf Sylt weiterhin eine finanzielle Absicherung erfolgen. Somit konnte für die DG-E e.V. eine solide Finanzlage erreicht bzw. beibehalten werden.

3 Schriftleitung

[DP Dr. Andrea Fuchshuber] Als Schriftführerin der DG-E habe ich seit meiner Amtszeit kontinuierlich Protokolle der Telefonkonferenzen und ein ausführliches Protokoll zur Vorstandstagung in Bad Kissingen (20.-22.11.2015) verfasst. Aufzuführen sind die Protokolle zu den Telefonkonferenzen am 03.11.2015; 10.03.2016 und 01.03.2016. Die Telefonkonferenzen dauerten in der Regel ca. 2-2,5 Stunden. Beteiligt waren die Vorstandsmitglieder und je nach Themenstellung der erweiterte Vorstand und aktive Mitglieder. Die Protokolle wurden nach ihrer Erstfassung von zwei Mitgliedern des Vorstands den Beteiligten gegengelesen und zwecks Transparenz auf der Homepage der DG-E in ihrer Endversion veröffentlicht.

4 Geschäftsstelle

[DP/PP Dr. Claudia China] Die Geschäftsstelle in Lübeck steht sowohl Mitgliedern und sonstigen KollegInnen als auch der Presse und der Allgemeinbevölkerung als erste Kontaktadresse der DG-E e.V. durch ehrenamtliches Engagement zur Verfügung. Öffentlichkeitsarbeit vor allem des 1. Vorsitzenden sowie die Rezeption von Entspannungsverfahren und der DG-E in der Presse lösten großes Interesse in der Bevölkerung aus, so dass die Geschäftsstelle viele Anfragen beantworten und Informationsmaterial herausgeben konnte.

Die Geschäftsstelle sorgt ferner für die Betreuung der Mitglieder und verwaltet deren Daten vertraulich. Sie stellt Informationen zu Entspannungsverfahren bereit, unterstützt die fachliche Vernetzung und berät in Fragen der Fortbildung und Zertifizierung. Qualifikationsanträge werden von der Geschäftsstelle auf formale Vollständigkeit geprüft und dann an die Anerkennungskommissionen weitergeleitet, die die Zertifikate dann wiederum über die Geschäftsstelle an die zu zertifizierenden KollegInnen weiterleiten. Die Geschäftsstelle aktualisiert die TrainerInnen- und AusbilderInnenlisten und veröffentlicht sie auf der Homepage zur allgemeinen Verfügung. Auch verwaltungsrechtlich relevante Aktivitäten, wie die Aktualisierungen der Daten für das Vereinsgericht, werden von der Geschäftsstelle gewährleistet. Seit 2007 wird auch die Entspannungstherapie-

woche auf Sylt maßgeblich ebenfalls von hier aus organisiert.

Die Führung der Geschäftsstelle bietet die Chance, im Zentrum der DG-E mitzuarbeiten und eine wichtige Schnittstelle sowohl der Mitglieder untereinander als auch nach außen mit Leben zu füllen. Etwas Organisationstalent ist hilfreich, der Zeitaufwand kann selbst gewählt werden, und auf die Unterstützung der weiteren Vorstandsmitglieder ist bisher immer Verlass gewesen.

5 Zeitschrift

[DP/KJP Oliver Nass] Nach der ETW auf Sylt im Mai 2015 konnten in tatkräftiger Zusammenarbeit in z.T. neuer Besetzung die Vorbereitungen und redaktionellen Tätigkeiten angegangen werden. Begrüßen konnten wir DP Prof. Dr. Wolf Polenz als neues Mitglied im Peer Review. Unser geschätzter Kollege Prof. Dr. Günter Krampen hatte ja nach langjähriger Tätigkeit seine Mitarbeit im Peer Review abgegeben. 2015 erschien die Fachzeitschrift als Schwerpunktheft zur inhaltlichen Auseinandersetzung mit der Vergangenheit. Eine sehr umfangreiche Arbeit von DP/PP Björn Husmann stand im Fokus dieser 32. Ausgabe, welche sich mit dem Wirken von Johannes H. Schultz im frühen bis mittleren 20. Jahrhundert beschäftigt (s. auch 6.5).

6 Vorstandsarbeit

6.1 Vorstandswochenende (20.-22.11.2015)

[DP Dr. Andrea Fuchshuber] Es sollte ein neuer Ort für das Treffen des Vorstands sein, möglichst in der Mitte von Deutschland, gut per Bahn oder PKW erreichbar und günstige Übernachtungsmöglichkeiten bieten. So kamen aus ganz Deutschland angereist: Wolf Polenz aus Hamburg, Claudia China aus Lübeck, Björn Husmann aus Bremen, Oliver Nass aus Fulda, Andrea Fuchshuber aus Nürnberg und Eva Merotto aus Magdeburg.

Die Wahl der Location fiel auf Bad Kissingen, ein Kurort in Unterfranken. Bekannt ist Bad Kissingen gleichermaßen wegen des wohlduftenden Rakotzi-Wassers, auf das die Kurgäste schwören, als auch wegen der Klinik und der Akademie Heiligenfeld, die einen ganzheitlichen Lehr- und Heilansatz verwirklichen. Hier finden fachübergreifende und praxisorientierte Kongresse zur Psychosomatik und Psychotherapie statt. Auch deshalb war Bad Kissingen ein attraktiver Treffpunkt für uns. Wir waren neugierig, „Heiligenfeld“ und deren Leiterin kennenzulernen.

Trotz verzögerter Anreise und kleinem Abendessen mit anschließender Übernachtung direkt am berühmten Rosengarten (leider zu dieser Jahreszeit ohne Rosen) konnten wir am Folgetag in unseren kleinen Tagungsraum, ganz oben im 8. Stock über den Dächern von Bad Kissingen mit

Panoramaaussicht frisch motiviert an die Arbeit gehen. Zu besprechen gab es ja einiges:

wird DP/PP Silka Ringer eingearbeitet, s. 6.4.2.), wie die Layout-Tätigkeiten usw.

6.1.1 Personelle Zuständigkeiten

Zunächst gab es zu klären, wer für welche Aufgabengebiete im Verein zuständig ist bzw. zuständig bleibt. DP/KJP Oliver Nass hatte bisher sehr gut sowohl die Finanzen verwaltet als auch die Reaktionsleitung unserer Fachzeitschrift übernommen. DP/PP Dr. Claudia China wird die nächste Tagung auf Sylt 2017 zum letzten Mal organisieren und dann auch die Geschäftsstellenleitung abgeben. Cand. Psych. Eva Merotto ist bereit, sich in Zukunft noch stärker für die DG-E zu engagieren und kann bei der Tagungsorganisation unterstützen bzw. soll darin eingearbeitet werden. DP Dr. Andrea Fuchshuber übernimmt weiterhin die Schriftführung und möchte sich mit DP Prof. Dr. Wolf Polenz für die Öffnung der DG-E für weitere akademische Gesundheitsabschlüsse einsetzen (s. 7.1.). DP/PP Björn Husmann kümmert sich um allgemeine Koordination und die allgemeinen Belange der DG-E als eingetragener Verein, die (internationale) Kooperation, die Öffentlichkeitsarbeit und die integrative Theoriebildung für Entspannungs- und achtsamkeitsbasierte Verfahren. Außerdem bleibt er in der redaktionellen Mitarbeit der Fachzeitschrift tätig. Die Administratoren-Tätigkeit für die Homepage wird er in Zukunft ebenso deutlich reduzieren müssen (hier wurde und

6.1.2 Konsequenzen der Gemeinnützigkeit

Seit 2015 ist die DG-E nun als gemeinnütziger Verein eingetragen. DP/KJP Oliver Nass gab eine Einführung sowie einen interessanten Einblick in die Merkmale und Rechte eines Vereins. Wir erfuhren, dass die Buchführung nun nach vier Tätigkeitsbereichen zu gliedern ist. Neben dem steuerfreien ideellen Bereich und der Vermögensverwaltung können nun im Zweckbetrieb und wirtschaftlichen Betrieb bis zu einer bestimmten Grenze auch umsatzsteuerfreie Einnahmen generiert werden. Als gemeinnütziger Verein kann die DG-E e.V. jetzt auch Spendenbescheinigungen ausstellen, darf aber keinen bzw. nur sehr geringen Gewinn erzielen. Neben den Vorteilen der Gemeinnützigkeit entstehen auch Pflichten. Dazu gehört eine erhöhte Aufzeichnungs- und Nachweispflicht, um dem Finanzamt Rechenschaft abzulegen. Der bisher schon freiwillig veröffentlichte Tätigkeitsbericht der DG-E ist durch die Gemeinnützigkeit gegenüber dem Finanzamt nun Pflicht geworden. Ein herzliches Dankeschön an DP/KJP Oliver Nass, der den langen Weg einer eingehenden Beratung und Abstimmung mit dem zuständigen Finanzamt mit langem Atem durchgestanden hat.

6.1.3 Entspannungstherapie- tage 2016

Die Anwesenden haben ausführlich über die Planung und Durchführung der Entspannungstherapie- tage in Burkheim beraten. Gerade für einen gemeinnützigen Verein ist die Transparenz in der Buchhaltung wichtig. Deshalb wurde abgestimmt, dass vom Burkheimer Organisationsteam DP/PP Nicole von Arx Wörth und DP/PP Daniel Wilk die für die Sylt-Tagungen bereits angeschaffte WinCongress-Software einzusetzen sei. Um die Tagung weiter zu unterstützen, beschloss der Vorstand, die finanziellen Ressourcen für den Programmdruck, Versand und die Buchungssoftware zur Verfügung zu stellen. Die Tagung wird besonders befürwortet in ihrem laut Votum der letzten MV explorativen Charakter: Eine neues Tagungskonzept wird erprobt, ein neuer Ort gewählt. Es soll damit aber nicht präjudiziert werden, dass die Entspannungstherapie- tage ab jetzt immer in Burkheim stattfinden werden; das weitere diesbzgl. Vorgehen soll von den Erfahrungen mit der jetzigen Tagungsorganisation und mit dem neuen Tagungsort abhängig gemacht werden.

6.1.4 Verhaltensgrundsätze für ReferentInnen und Workshop-LeiterInnen usw. (s. auch 6.3)

Im Sinne einer präventiven Ausrichtung soll ein Verhaltenskodex für

KursleiterInnen hinsichtlich (Berufs-) Ethik erarbeitet werden. Ein Vorschlag für die Verhaltensgrundsätze, die bereits als Teil des aktuellen Referentenvertrags für die Tagung 2016 gelten sollen, wird auf der MV 2016 in seiner Endfassung mit den Mitgliedern für die Zukunft abgestimmt. Auf der MV sollen zudem 2-3 Beauftragte für unabhängiges Beschwerdemanagement und (berufs-)ethische Fragen gewählt werden. Ebenfalls wurde besprochen, für AutorInnen der Zeitschrift eine schriftliche Originalitätsversicherung einzuführen, in der korrekte Zitation, eigene Erstellung von Beiträgen usw. erklärt wird. In der Diskussion um den Verhaltenskodex wurde deutlich, dass Transparenz für einen gemeinnützigen Verein nicht in der Buchhaltung endet, sondern in einer offenen und klaren Kommunikation von Werten auch gelebt werden muss.

6.1.5 Flyer zur Akquise junger Zielgruppen (s. auch 7.2)

Cand. Psych. Eva Merotto stellte ihren Entwurf für einen DG-E-Flyer vor, der besonders StudentInnen ansprechen soll. Sie schilderte die Unsicherheit der StudentInnen gegenüber der Auswahl und der Qualität von Fortbildungen. Ziel war es als Aufhänger die Suche nach einer beruflichen Perspektive und die Neugier an Gesundheitspsychologie in den Flyer miteinzuarbeiten. Neben einem allgemeinen Teil zum Fortbildungsangebot der DG-E (Weshalb ist eine

Fortbildung bei der DG-E sinnvoll? Qualifikationsnachweise als Voraussetzung für präventive, von den Krankenkassen bezuschusste Angebote) sollen die einzelnen Verfahren vorgestellt werden.

6.1.6 Qualifikationsnachweise und Prävention (s. auch 7.1)

Hintergrund der Idee, die einige DG-E-Qualifikationsnachweise evtl. für PhysiotherapeutInnen, ErgotherapeutInnen, ErzieherInnen, HeilpädagogInnen, SportlehrerInnen sowie GesundheitswissenschaftlerInnen zu öffnen, ist, dass für diese Zielgruppen z.T. Fortbildungen angeboten werden, deren inhaltliche Gestaltung oder deren zeitlicher Umfang eine echte fachliche Befähigung zur Kursleitung nicht erwarten lassen; insofern wäre es sinnvoll, hier qualitative hochwertige Fortbildungsangebote zu machen. Durch die Erweiterung der Fortbildungszielgruppe wird außerdem ein höherer Bekanntheitsgrad der DG-E erwartet sowie ein Anstieg von außerordentlichen Mitgliedern und eine (sinnvolle) berufsübergreifende Qualitätssicherung der PR im Präventions- bzw. Reha-Bereich. Die methodische und inhaltliche Ausrichtung dieser Fortbildung wird mit der Anerkennungskommission PR abgestimmt und auf der MV 2017 in Sylt auf der Mitgliederversammlung vorgebracht. Als Idee wurde angeregt, die Bedeutung der Prävention für die DG-E in einer langfristigen, ständigen Arbeitsgruppe zu vertreten.

6.1.7 Zentrale Prüfstelle Prävention

DP Prof. Dr. Wolf Polenz berichtete, dass alle gesetzlichen Kranken- und Ersatzkassen ab 30.6.2016 die Zertifizierung von Präventionskursen der Zentralen Prüfstelle Prävention übergeben (ZPP). Statt eigener Präventionskurse bieten die KK ihren Mitgliedern dann zwei Gutscheine pro Jahr für Präventionskurse an. Die Prüfung durch die ZPP wird in Zukunft kein Anbieter von Präventionskursen mehr umgehen können. Gefordert sind von der ZPP neben der geeigneten Grundqualifikation eine Zusatzqualifikation für das jeweilige Verfahren sowie detaillierte Stundenbilder, Teilnehmerunterlagen und Arbeitsblätter. Bereits zertifizierte KursleiterInnen berichten, dass die Erfüllung der geforderten ZPP-Standards und die Kommunikation mit der ZPP sehr zeitaufwendig seien. Deshalb plant die DG-E als Serviceleistung für ihre Mitglieder bei der ZPP ein Kurskonzept für PR, AT und MMSK sowie perspektivisch für Yoga zu hinterlegen (s. auch 7.2). Für die DG-E-zertifizierten Kursleiter in diesen Verfahren fällt dann das aufwendige ZPP-Zertifizierungsverfahren z.T. weg. Um neben den vorwiegend administrativen Aufgaben der Konzeptverwaltung auch mögliche inhaltliche Fragestellungen seitens der ZPP oder von Kursleitern zu beantworten, wurde vorgeschlagen, DG-E-KursleiterInnen für PR und AT als Konzeptverwalter einzusetzen. (Nachtrag: Im Juli 2016 wurde DP Dr. Renate Mathesius zunächst bis Mai

2017 als DG-E-Administratorin und -Ansprechpartnerin für die ZPP hinsichtlich Multimodaler Stresskompetenz beauftragt.)

6.1.8 Akademie Heiligenfeld

Direkt am Tagungsort konnte ein Gespräch mit Frau Anita Schmitt, der Leiterin der Akademie Heiligenfeld vereinbart werden. Ziel war eine erste Kontaktaufnahme mit persönlichem Kennenlernen. Frau Schmitt könne sich eine Zusammenarbeit mit der DG-E vorstellen. Konkret fasste sie folgende Möglichkeiten einer Kooperation zusammen:

- ▶ Unterstützung bei der Entwicklung eines Fortbildungscurriculums „Entspannungsmethoden“ mit Referenteneinsatz der DG-E,
- ▶ Referentenempfehlung und „-austausch“ bei Tagungen,
- ▶ Unterstützendes Marketing für die Sylt-Tagung 2017,
- ▶ Kooperation in Marketing und vergünstigte Tagungsbedingungen, falls die DG-E-Entspannungstherapie tage einmal in Bad Kissingen stattfinden sollten.

Wir konnten Frau Schmitt auch die DG-E ausführlich vorstellen, so dass sie einen guten Überblick über die Kompetenzen usw. bekommen konnte. Es wurde ein weiterer Ideen-Austausch usw. vereinbart, konkrete Vereinbarungen wurden nicht getroffen.

6.1.9 Training salutogener Ressourcen (TSFR)

DP Dr. Andrea Fuchshuber stellte das Training zur Förderung salutogener Ressourcen vor, das von DP Prof. Dr. Ralph Viehhauser (FH Landshut) 2001 konzipiert und evaluiert wurde und von Andrea Fuchshuber und Kollegin Renate Süß 2009 modifiziert worden ist. Ziel des Trainings ist – wie der Name schon sagt – die Förderung salutogener Ressourcen. Im Unterschied zum Training in multimodaler Stresskompetenz geht es hier weniger um die Wahrnehmung, Analyse und Bewältigung von Belastungen, sondern um den konsequenten Aufbau von Schutzfaktoren wie Selbstfürsorge, Sinnhaftigkeit, euthymes Erleben, Humor, Perspektivenwechsel, psychophysische Abwehrkräfte und Fähigkeit zur Spannungsregulation. Das Training wurde bereits 2009 von allen gesetzlichen Krankenkassen nicht nur akzeptiert, sondern sogar willkommen geheißen. Es liegen für die ZPP Stundenpläne und Unterrichtsmaterialien bereit, die allerdings erneut rezertifiziert werden müssen. Es wurde übereinstimmend vorgeschlagen, DP Prof. Dr. Ralph Viehhauser einzuladen, einen Artikel zum TSFR in der Zeitschrift zu veröffentlichen, evtl. einen Vortrag in Sylt zu dem Thema zu halten und einen Workshop in Sylt zum TSFR gemeinsam mit Andrea anzubieten.

Die Vorstandstagung wird am 22.11.2015 um 11.45 Uhr mit herzlichem Dank an alle TeilnehmerInnen beendet.

6.2 ETT-Werbung und -Absage

[DP/PP Oliver Nass] Als erweiterter Vorstand und mit tatkräftiger Unterstützung von DG-E-Mitgliedern begannen wir bereits auf der Entspannungstherapiewoche auf Sylt (ETW) mit den Vorbereitungen einer möglichen Tagung im jeweils anderen, geraden Jahr (die ETW findet ja immer alle zwei Jahre in ungeraden Jahren statt). Zuletzt konnte zwar eine kombinierte Tagung mit der DGÄHAT e.V. stattfinden, aber nun war es erneut daran, eine eigene Tagung ganz in der Tradition der Entspannungstherapie (ETT) anzugehen. Auf der Suche nach einem Veranstaltungsort erklärten sich Nicole von Arx und Daniel Wilk bereit, ihr gerade eröffnetes Fortbildungshaus zur Verfügung zu stellen, was wir dankend annahmen. Somit entstand eine erweiterte Kooperation mit den o.g. Kollegen und wir begannen mit den ersten Überlegungen für ein Motto und eine Struktur. Das Projekt fand unter dem ETT-Motto „Entspannung & Selbstfürsorge“ einen sehr guten Start im erweiterten Vorstand. Als Grundlage für die Berechnungen für eine ausreichende Teilnehmerzahl und das Workshop-Angebot konnten wir auf die bereits bei der gemeinsamen Tagung zusammen mit der DGÄHAT 2014 sehr erfolgreich eingesetzte Berechnungstabelle zurückgreifen. Auf mehreren Telefonkonferenzen und in diversen E-Mails sowie auf dem Vorstandswochenende im November 2015 bearbeiteten wir das

Thema konzentriert und in enger Abstimmung mit den parallel engagierten Kollegen Nicole von Arx und Daniel Wilk. Als Unterstützung übernahmen wir sowohl den Druck und den Versand des Programms und sahen vom Beschluss zur verbindlichen Nutzung der Tagungssoftware (Win-Congress) ab, um die Organisatoren zu entlasten. (Die o.g. Software war speziell zur Tagungsorganisation und nach Rücksprache mit der MV auf Sylt gekauft worden, die TagungsorganisatorInnen wollten sie aber letztlich nicht verwenden.)

Neben mehreren Rundschreiben und Newslettern wurde in einem sehr aufwendigen Prozess ein gedrucktes Programm gemeinsam erstellt, durch dessen postalischen Versand an Mitglieder, Institutionen usw. wir TeilnehmerInnen für die Tagung zu gewinnen versuchten. Nach anfänglichen Erfolgen und raschen Anmeldungen stagnierte die Nachfrage zu unserem großen Bedauern soweit, dass wir uns Anfang/Mitte März als Vorstand gezwungen sahen, die Tagung offiziell abzusagen. Ein Lichtblick für uns alle war das Angebot der o.g. Kollegen des Fortbildungshauses, eine kleine Workshop-Tagung anzubieten und die Räumlichkeiten für unsere Mitgliederversammlung zu stellen, die wir dankend annahmen. Als Fazit kann ein großes Bedauern konstatiert werden, dass wir es nicht geschafft haben, genug Kolleginnen und Kollegen für diese Tagung und dieses Tagungskonzept an diesem Tagungsort begeistert zu haben.

6.3 Diskussion um (berufs-)ethische Leitlinie für die DG-E

[DP/PP Björn Husmann] Schon in der Vergangenheit ist es leider zu unerfreulichen bis grenzwertigen Situationen hinsichtlich (berufs-)ethischen Standards gekommen, die glücklicherweise aber zu keinen öffentlichen Konflikten o.Ä. führten (z.B. Abschreiben aus ETW-Handouts ohne Zitationsangabe). Auf dem Vorstandswochenende 2015 in Bad Kissingen wurde erneut ein solcher Fall Thema. Daraufhin wurde der Vorschlag entwickelt

1. als „Sofortmaßnahme“, (berufs-)ethische Standards in unsere Honorarverträge für ETT/ETW aufzunehmen, die die gültigen (berufs-)ethischen Verpflichtungen noch einmal explizit als Vertragsbedingungen formulieren und
2. als mittel-/langfristige Maßnahme, 2-3 Beauftragte für Berufsethik und Beschwerdemanagement innerhalb der DG-E zu wählen.

Vor dem Hintergrund vieler, nicht nur im sozialen Bereich geführten Debat-

ten um (Berufs-)Ethik und die Prävention von (Macht-)Missbrauch spielte bei diesem (Vorstands-)Beschluss auch eine Rolle, einerseits den evtl. Vorwurf gar nicht erst aufkommen lassen zu wollen, nach Kenntnis „grenzwertiger“ Vorkommnisse untätig geblieben zu sein, und andererseits nicht nur DG-E-Mitglieder, TeilnehmerInnen von ETWs oder ETTs usw., sondern auch die DG-E als nunmehr gemeinnützigen Verein vor solcherlei Konflikten und ihren evtl. Folgen präventiv schützen zu wollen. Dieser Vorstandsbeschluss wird nun der MV mit der Empfehlung vorgelegt, ihn zu übernehmen.

Ad 1.: Zur Konkretisierung wurde zunächst zusammengetragen, wie andere Gesellschaften, Firmen, Institutionen usw. solche (berufs-)ethischen Aspekte aufgreifen und regeln¹. Daraus wurde ein erster Vorschlag entwickelt, der dann parallel zur ETT-Tagungsorganisation im Vorstand und innerhalb der beratend und unterstützend tätigen Mitglieder zur Diskussion gestellt wurde. Diese Diskussion bekam teilw. stark kontroverse Züge und offenbarte große Unterschiede

¹ z.B. http://www2.pk-hb.de/uploads/2015_01_14_abl_nr_0007_berufsordnung_psychotherapeuten_signed.pdf (Präambel und § 3); <http://psychotherapeutenwiki.de/Handlungsfeld/Berufsethik/>; http://www.bdp-verband.org/bdp/verband/clips/efpa_metacode_de.pdf; http://ra-gerlach.de/publikationen/Berufsrecht_fuer_Psychotherapeuten.pdf; <http://www.ethikverein.de/leitlinien.html>; <http://www.oe-s-g.at/userfiles/file/berufsethik.pdf>; http://www.jochen-fahrenberg.de/uploads/media/Geschichte_Wissenschaftstheorie_Berufsethik_01.pdf (68ff); <http://dgpt.de/die-gesellschaft/vertrauensleute-ethik-leitlinien/>; https://www.kein-raum-fuer-missbrauch.de/fileadmin/Content/pdf/Anregungen/Gesundheit/AG_KiM_Leitfaden_zur_Pr_vention_von_SKM_in_Kinderkliniken-2014.pdf; http://www.praevention-kirche.de/fileadmin/redaktion/paevention/portalseite/Downloads/Der%20Paritaetische%20-%20Broschuere_sex-Missbrauch.pdf; http://www.zartbitter.de/0/Eltern_und_Fachleute/6020_praevention_von_sexuellem_missbrauch_in_institutionen.pdf

im Herangehen sowie in den Auffassungen, wie mit der Gefahr z.B. von Grenzüberschreitungen umzugehen sei (von eher restriktiver, z.B. vertraglicher Regelung bis zur Auffassung, das wäre Sache der Beteiligten, oder die o.g. schriftliche Regelung würde i.S.e. sich selbst erfüllenden Prophezeiung Misstrauen erst säen). Unter großer Mühe gelang es trotzdem einen Kompromiss zu organisieren und eine Formulierung weitgehend zu konsertieren (vgl. Antrag an die MV 2016, zu finden unter Protokolle im Mitgliederbereich der Homepage):

„Mitarbeitende der DG-E (d.h. WorkshopleiterInnen, ReferentInnen, ehrenamtliche DG-E-Beauftragte/-Tätige usw.) beachten die geltenden (berufs-)ethischen Verpflichtungen und gesetzlichen Vorschriften. In diesem Zusammenhang wahren sie u.a. die Schweigepflicht (§ 203 StGB) und beachten den Datenschutz (§ 5 BDSG), die AutorInnen-Rechte (§ 13 UrhG usw.) sowie die Zitationsrichtlinien der Deutschen Gesellschaft für Psychologie. Ferner achten sie die persönliche Autonomie ebenso, wie sie die individuelle (Intims-)Sphäre respektieren, wahren und schützen. Von Mitarbeitenden evtl. eingebundene Dritte werden von den Mitarbeitenden ebenfalls bzgl. der Einhaltung dieser (berufs-)ethischen und gesetzlichen Vorschriften verbindlich verpflichtet.“

(Anmerkung: „Eingebundene Dritte“ ist ein juristischer Terminus und bezeichnet z.B. Co-Leitungen bei Workshops, externe Mithilfe bei Datenerfassung, KollegInnen, die zur

Beratung herangezogen werden o.Ä.)

Ad 2.: Weil ein schriftlicher Hinweis z.B. in Honorarverträgen zwar in der Hinsicht wirksam ist, für die (berufs-)ethische Problematik zu sensibilisieren und den – sowieso gültigen – rechtlichen Rahmen ins Gedächtnis zu rufen, nicht aber um hinter dem Thema (Macht-)Missbrauch usw. stehende Probleme und Muster zu verändern, wird als mittelfristige Maßnahme beantragt, eine/n Beauftragte/n für (Berufs-)Ethik und Beschwerdemanagement inkl. 1-2 StellvertreterInnen zu wählen. Dieses neue „DG-E-Amt“ soll drei wichtige Funktionen erfüllen:

- ▶ Es braucht Vertrauensfrauen/-männer, die Betroffene ansprechen können, von denen sie Unterstützung erfahren und die sie neutral über die Möglichkeiten informieren, welche Schritte jetzt gegangen werden könnten. Wir gehen davon aus, dass ein jährlicher Bericht über diese Tätigkeit ein wichtiger Beitrag wäre, das Bewusstsein für (berufs-)ethische Fragen in der DG-E wach zu halten und weiter zu schärfen.
- ▶ Es braucht KollegInnen, die ggf. klären, ob und wenn ja welche Übertretung (berufs-)ethischer Leitlinien stattgefunden hat. Dazu muss sowohl die Position des/der BeschwerdeführerIn als auch die Position des/der Beschuldigten gehört werden. Wenn nötig und möglich sollte danach ein Schiedsspruch gefällt und ein

Vorschlag gemacht werden, wie der entstandene Konflikt aufgelöst oder zumindest in seinen Folgen gelindert werden kann (z.B. eine Beschwerde muss als gegenstandslos abgewiesen werden oder, wenn sie nicht gegenstandslos ist, dem/der Beschuldigten wird etwas aufgegeben, einen entsprechenden Beitrag zur Wiedergutmachung zu leisten usw.). Sollte eine justiziable Übertretung vorliegen, wäre zu benennen, welche Schritte als nächstes eingeleitet werden sollten oder müssten. Dieser Schiedsspruch oder diese Empfehlung wird dann dem Vorstand (z.B. jemanden zukünftig nicht mehr mit der Leitung von Workshops zu betrauen) oder der MV vorgeschlagen (z.B. Vereinsausschluss). Die Beauftragten für (Berufs-)Ethik und Beschwerdemanagement sollte selbst aber nicht Teil des Vorstandes, sondern unabhängig sein. Ansonsten wären Rollenkonflikten vorprogrammiert z.B. zwischen Schweigepflicht, der Notwendigkeit Sachverhalte aufzuklären, und der Verpflichtung, evtl. Sanktionen umzusetzen (solche mehr oder weniger kritischen Situationen hat es in der Vergangenheit leider auch schon gegeben, aber sie sind – glücklicherweise – bisher ebenfalls weitgehend folgenlos geblieben).

- ▶ Weil die hier vorgeschlagenen Maßnahmen hinsichtlich (berufs-) ethischer Standards sicherlich ausbaufähig sind, würde den Be-

auftragten für Berufsethik und Beschwerdemanagement auch die Aufgabe zufallen, weitere, konkrete Vorschläge zur Verbesserung oder Präzisierung zu machen usw.

Vor dem Hintergrund dieser verschiedenen Aufgabenbereiche wäre es sicher sinnvoll, wenn dieses „Amt“ von 2 bis 3 Personen übernommen würde.

6.4 Öffentlichkeitsarbeit

6.4.1 Artikel, Presseanfragen und Interviews

[DP/PP Björn Husmann] Zwischen Mai 2015 und April 2016 konnten folgende Artikel veröffentlicht bzw. Presseanfragen beantwortet werden, um die DG-E in einem angemessenen Kontext öffentlichkeitswirksam darzustellen:

- ▶ Husmann, B. (2016): Burnout-Diagnostik in der Praxis. In: DPTV (Hrsg.): Psychotherapie Aktuell, 8. Jg., H 1/2016, 26-32 [unter Einbeziehung DG-E (Hrsg. 2014): Praxis-Empfehlungen zur Diagnostik, Behandlung und Prävention bei Burnout; s.u.]
- ▶ „Es macht nicht plötzlich klick“, Interview zum Themenschwerpunkt „Abschalten“ in Welt der Frau 1/16 (Österreich), 53
- ▶ „ASMR: Das Kribbeln im Kopf“ mit Interviewauszügen (Radio Bremen 1 am 04.06.15)
- ▶ „Tief durchatmen! Die Fähigkeit, sich zu entspannen, ist eine der wichtigsten Strategien gegen die

Folgen von Stress und Überlastung“ mit Interviewauszügen in Forum Gesundheit Ausgabe 22 vom 22.05.15 (Sonderheft), 30-31.

6.4.2 Homepage, Xing und facebook

[DP/PP Björn Husmann] Die Homepage-Aufrufe haben sich insgesamt kontinuierlich gesteigert, wie die nachfolgende Grafik des Datenreports zeigt; Hintergrund ist auch, dass die DG-E immer mehr als wichtiges nationales Kompetenz-Netzwerk „rund um das Thema Entspannungsverfahren“ wahrgenommen wird (s.u.). Jeweils „um die ETW herum“ fanden erhöhte Zugriffe statt, vermutlich da Mitglieder sich die jeweiligen Tagungsdokumentationen und die Bilder angesehen haben. Die regelmäßige Aktualisierung und das Einpflegen von „News“ wurde in diesem Berichtsabschnitt häufig von DP/PP Silka Ringer durchgeführt, die sich dankenswerter Weise mehr und mehr in die „Homepage-Technik“ eingearbeitet hat.

Auch die DG-E-Seiten bei facebook und Xing wurden weiter gepflegt. Hier zeigt sich allerdings keine nennenswerte Weiterentwicklung (u.a. weil die Mitglieder der DG-E, die in diesen Netzwerken vertreten sind, oft nur sehr schwer zu bewegen sind, sich mit der DG-E-Seite zu „befreunden“, entsprechende Einträge wie Tagungshinweise, Zeitschriften-Erscheinung usw. zu „liken“ und mit

ihren KollegInnen zu teilen – schade eigentlich).

[DP/PP Silka Ringer] Seit der 31. Entspannungstherapiewoche werde ich in die Betreuung der DG-E-Homepage eingearbeitet. Dies geschieht mit maßgeblicher Unterstützung durch DP/PP Björn und Ole Husmann – sie stellen mir Anleitungen zur Verfügung, die ich umsetzen kann. Neben dem Kennenlernen des Content-Management-Systems „TYPO3“ habe ich mich bisher schwerpunktmäßig mit dem Einpflegen von Berichten befasst.

6.5 Vernetzung

[DP/PP Björn Husmann] Sehr erfreuliche Ergebnisse erbrachten unsere Vernetzungsbemühungen. Viele Kontakte aus den Vorjahren konnten in persönlichen Gesprächen oder per E-Mail fortgeführt und vertieft werden, so dass die DG-E im Kreise der FachkollegInnen immer mehr als eines der größten nationalen Kompetenz-Netzwerke „rund um das Thema Entspannungsverfahren“ wahrgenommen wird (s. Homepage-Entwicklung). Besonders die letzte Zeitschriften-Ausgabe mit dem „historischen Schwerpunkt“ (s.o.) zur beruflichen Biografie von J. H. Schultz u.a. im Kontext der NS-Zeit hatte ein großes Echo und wurde in Fachkreisen gut wahrgenommen. Sie stieß z.B. auf Interesse bei Österreichischen KollegInnen, KollegInnen aus der – mittlerweile leider aufgelösten – Schweizer Gesellschaft für AT oder Mitgliedern

der – sich im Gründungsprozess befindlichen – International Society for Autogenic Training & Psychotherapie (isatapsy.com). Ebenfalls gelang es über diesen Weg, einen Kontakt zur British Autogenic Society (BAS) zu vertiefen, die uns nun zu einem ersten gemeinsamen Treffen im Mai in London einlud (Dr. DP/PP C. China wird die DG-E dort repräsentieren und nach dem Treffen Genaueres berichten, s. Bericht zum Vernetzungstreffen in diesem Heft, S. 108). Ebenso konnte die „J. H. Schultz-Recherche“ auf der diesjährigen Jahrestagung der MEG in Bad Kissingen referiert werden. In diesem Zusammenhang ergab sich ein guter wechselseitiger Kontakt, dessen Ergebnis u.a. ein „Anzeigentausch“ ist (s. Editorial).

Weil seinerzeit die Ergebnisse der DG-E-Arbeitsgruppe „Burnout“ über einen kleinen Sonderdruck einem größeren (Fach-)Publikum zugänglich gemacht wurden, als wir es normalerweise mit unserer Zeitschrift erreichen, fragte Ende 2015 die Deutsche Psychotherapeuten-Vereinigung we-

gen einem entsprechenden Artikel an und druckte ihn dann passend zur MEG-Jahrestagung ab, deren Motto ja auch „Erschöpfung, Depression, Burnout“ war (s.o.).

7 Weitere Tätigkeiten

7.1 AG Berufliche Eingangsvoraussetzungen für DG-E-QNs

[DP Prof. Dr. Wolf Polenz/DP Dr. Andrea Fuchshuber] Die Qualifikationsnachweise der DG-E für PR und AT sind hochwertig und von der Kassenärztlichen Bundesvereinigung (KBV) anerkannt. Bisher sind folgende Berufsgruppen berechtigt diese Qualifikationsnachweise (QN) zu erwerben: Ärzte/Ärztinnen, Zahnärzte/Zahnärztinnen, Psychologinnen/Psychologen (Bachelor/Master) und Kinder- und Jugendpsychotherapeuten. Voraussetzung für den Erwerb eines QN ist neben einer ordentlichen Mitgliedschaft in der DG-E ein psychodiagnostisches Wissen und die kompetente Handhabung krisenhafter Verläufe.

In den Berufsfeldern Prävention und Rehabilitation werden bereits flächendeckend von anderen Berufsgruppen wie PhysiotherapeutInnen, ErgotherapeutInnen, GesundheitswissenschaftlerInnen etc. die beiden Entspannungsverfahren vermittelt. Laut dem aktuellen GKV-Leitfaden Prävention ist es erlaubt, dass Personen mit einer Grundqualifikation aus dem Bereich der psychosozia-

Aufruf zur Mitarbeit:

Dabei sein, mitgestalten, engagieren, diskutieren, kreativ sein, die Welt ein bisschen besser machen.

NachfolgerInnen gesucht für die Leitung der Geschäftsstelle und die Organisation der Entspannungstherapiewoche auf Sylt nach 2017 und für weitere (Vorstands-) Tätigkeiten.

Meldet Euch/Melden Sie sich jetzt, so dass eine Einarbeitung organisiert werden kann!

len Gesundheit (neben den o.g. auch PhysiotherapeutInnen, ErgotherapeutInnen, ErzieherInnen, HeilpädagogInnen, SportlehrerInnen, GesundheitswissenschaftlerInnen) und einer Zusatzqualifikation von 32 UE sowohl PR als auch AT im präventiven Bereich erstattungsfähig für GKV-Versicherte anbieten dürfen, wenn sie für dieses Angebot die Zulassung durch die ZPP erhalten haben.

Diese Entwicklungen stellen uns vor die Frage, ob wir die DG-E einer erweiterten Zielgruppe von Anbietern aus anderen Berufsgruppen öffnen möchten und wenn ja, in welcher Weise, in welchem Tempo usw.

Im Hinblick auf diese gegebene Realität wurde vorgeschlagen einen DG-E-Qualifikationsnachweis ausschließlich zur Anwendung in Prävention/Rehabilitation (aber nicht in Therapie) zunächst für PR auszuarbeiten, der sich im Sinne eines Pilotprojektes an Physio- und Ergotherapeuten richtet, sofern diese außerordentliche Mitglieder der DG-E sind.

7.2 AG „Studie-Flyer“/Nachwuchswerbung und AG ZPP

[Cand. stud. psy. Eva Merotto] In 2015 habe ich begonnen, mich mit der Vorstandsarbeit der DG-E vertraut zu machen, indem ich an den Telefonkonferenzen teilgenommen habe. Im Herbst 2015 hat mich der Vorstand auch zum Tagungswochenende nach Bad Kissingen eingeladen. Dort habe ich folgende Aufgaben aus der Vorstandsarbeit übernommen:

- ▶ Erstellung eines DG-E-Flyers zur Information von Studenten und Berufsanfängern zu DG-E-Fortbildungen und Mitgliedschaft. Der Flyer liegt dem Vorstand zur Bearbeitung vor.
- ▶ Um den Mitgliedern der DG-E die Zulassung von Präventionskursen bei der ZPP zu erleichtern, werden nach den ZPP-Vorgaben perspektivisch Konzepte für AT, PR, MMSK erstellt, die von Mitgliedern genutzt werden können. Aufgrund zahlreicher, arbeitsintensiver Aufgaben musste dieses Projekt für einige Zeit zurückstehen, wird aber Juni 2016 weiterverfolgt.

8 Anstehender Wechsel im Vorstand (Mai 2017)

[DP/PP Dr. Claudia China] Nach 10 Jahren Leitung der Geschäftsstelle und Organisation der Entspannungstherapiewoche auf Sylt möchte ich mit der nächsten Mitgliederversammlung auf Sylt meine bisherigen Ämter gern zur Verfügung stellen. Die ETW kann dann sicher etwas frischen Wind und neue Ideen gebrauchen. Sie ist ein ideales Betätigungsfeld für Menschen, die gern kreativ gestalten, und hat mir viel Freude bereitet. Nach Anschaffung einer gut funktionierenden Buchungssoftware 2014 ist der Organisationsaufwand für die Sylt-Tagung deutlich geringer geworden. Gerne gebe ich meinen NachfolgerInnen – es kann auch gern ein Team sein – die notwendigen Informationen.

Bericht von der Mitglieder- versammlung der DG-E e.V. vom 6. Mai 2016

Im malerisch gelegenen und sehr schönen Burkheim trafen sich die Mitglieder der DG-E e. V. dieses Jahr zur Mitgliederversammlung (MV) in konzentrierter Runde. Mit einem guten Dutzend Teilnehmer inklusive zwei Vorstandsmitgliedern wurde am 6. Mai 2016 – wie rechtzeitig eingeladen – getagt. Die Räumlichkeiten und die Verpflegung wurden dankenswerterweise von unseren Mitgliedern Nicole von Arx und Daniel Wilk in ihrem Fortbildungshaus zur Verfügung gestellt. Trotz der schmerzlichen Absage der Entspannungstherapie (ETT) konnte eine Workshop-Tagung in o.g. Räumen parallel zur MV stattfinden.

Aufgrund der guten technischen Ausstattung der DG-E e.V. konnte das Equipment schnell und problemlos aufgebaut und die MV gestartet werden. Nach Vorstellung des Kassenberichtes und Stellungnahme der anwesenden Kassenprüfer wurde der Vorstand bei einer Enthaltung entlastet. Es folgte der Tätigkeitsbericht (siehe Beitrag in dieser Zeitschrift) mit Aussprache, wobei eine sehr kontroverse Diskussion gerade zum Thema ETT geführt wurde. Einig waren sich alle Beteiligten jedoch darüber, dass die geringe Anmeldezahl sehr bedauerlich und gründlich aufzuarbeiten sei. Neben der ausführlichen Stellungnahme der Mitglieder und des

Vorstandes entstand aber auch eine konstruktive und von Wertschätzung geprägte Atmosphäre, die Anerkennung für die viel geleistete Arbeit aller Aktiven in der DG-E einschloss. Zufrieden zeigten sich die Mitglieder mit dem Angebot des Workshop-Treffens und dem Wunsch der OrganisatorInnen nach ggf. mehr freier Handhabe in der Zukunft.

Neben anderen Weiterentwicklungsthemen, wie der Vorgaben der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) und einer möglichen Öffnung der DG-E Qualifikationsangebote für andere Berufsgruppen, wurden auch Neuerungen bei der Autorenschaft im Rahmen einer Originalitätsversicherung und im weiteren Aspekt bzgl. der Berufsethik vorgestellt. Auch hier wurde sehr kontrovers diskutiert und das Thema auch aufgrund der geringen Teilnehmerzahl zur weiteren Bearbeitung verschoben.

Insgesamt konnte die MV positiv verlaufen trotz der nachvollziehbaren Enttäuschung der Absage der ETT, die im Vorfeld von vielen Aktiven tatkräftig mitorganisiert wurde. Auch wurden die anstehenden Wechsel im Vorstand und die neue Vergabe der Geschäftsstelle 2017 diskutiert und festgestellt, dass die DG-E e.V. vor einigen Veränderungen steht, die aber von den Mitgliedern in Angriff genommen werden.

gez.

Andrea Fuchshuber & Oliver Nass

Vernetzungstreffen mit der British Autogenic Society (BAS)

Am 21.5.2016 fanden in London/UK das Annual General Meeting und der Professional Development Day der BAS statt. Vorträge zu physiologischen und historischen Aspekten des AT sowie ein detaillierter Vergleich zwischen AT und PR und Möglichkeiten der Verknüpfung von AT und Hypnotherapie bildeten die inhaltlichen Schwerpunkte.

Die BAS wurde 1984 von SchülerInnen des Arztes Dr. Wolfgang Luthe gegründet. Luthe war Student bei J. H. Schulz, emigrierte nach Kanada und entwickelte AT weiter zur Autogenen Therapie. Neben dem AT als Grundfertigkeit liegt der Schwerpunkt auf der Autogenen Meditation und der Autogenen Neutralisation. Luthe sah einen Widerspruch zwischen sozialer Konditionierung und dessen, was Körper und Geist natürlicherweise im Stress tun. Sein Beitrag zum AT sind dementsprechend vor allem die „off-loading exercises“, die Entladungsübungen sowie die Kreativitätsmobilisierungstechnik des „mess paintings“. Seine Absicht war, einen rechts-hemisphärisch basierten, sprachfreien Zugang zum kreativen Potenzial der TeilnehmerInnen zu entwickeln und emotionale Erleichterung sicher und konstruktiv zu ermöglichen. Anfang der 1980er Jahre fand Luthes Ansatz auch in Großbritannien AnhängerInnen. Die BAS hat sich die Verbreitung des Autogenen

Trainings und der Autogenen Therapie zur Aufgabe gemacht und fördert Forschung, Aus- und Weiterbildung von TrainerInnen und TherapeutInnen (vgl. www.autogenic-therapy.org.uk).

Die BAS verfolgt seit einiger Zeit mit ihrer Beauftragten für internationale Zusammenarbeit Edith Rom das Ziel, sich international mit Gesellschaften zu vernetzen und zu kooperieren, die sich ebenfalls mit Autogenem Training befassen. Insbesondere eine BBC-Produktion zu Verstrickungen J. H. Schulz mit dem NS-Regime und die Arbeit Björn Husmanns zu diesem Thema hatten zu großem Interesse an einer Zusammenarbeit unserer Gesellschaften geführt. Auf diesem Hintergrund erfolgte eine Einladung an den DG-E-Vorstand zur Teilnahme an der diesjährigen Konferenz. Ich wurde als DG-E-Beauftragte sehr herzlich und interessiert aufgenommen und konnte die DG-E in einer kurzen Präsentation vorstellen. Für die Förderung der Vernetzung unserer Gesellschaften bekam ich die Ehrenmitgliedschaft in der BAS.

Während der Konferenz ist die Idee entstanden, in der BAS Aktive an der nächsten Entspannungstherapiewoche zu beteiligen, die vom 29.4. bis 6.5.2017 auf Sylt stattfinden wird. Neben Expertise in den o.a. von Luthe entwickelten Verfahren sind historische Aspekte und die Rolle von AT im Gesundheitssystem Großbritanniens sicher auch für unsere Mitglieder interessant.

DP Dr. Claudia China

KURZ BERICHTET...

... aus Luxemburg

Seit dem letzten Sommer sind auch in Luxemburg die Ausübung von Psychotherapie und das Tragen des Psychotherapeutentitels gesetzlich geregelt (s. Loi du 14 juillet 2015 portant création de la profession de psychothérapeute). Vergleichbar mit der Gesetzeslage in Deutschland ist dies seitdem ausschließlich autorisierten Ärzten und Psychologen mit einer anerkannten Ausbildung in Psychotherapie vorbehalten.

Die Anerkennung psychotherapeutischer Verfahren obliegt einem wissenschaftlichen Beirat, der sich aus psychiatrischen, psychotherapeutischen und universitären Experten zusammensetzt. Unser DG-E-Mitglied, Dr. rer. nat. Gilles Michaux, ist in den ersten wissenschaftlichen

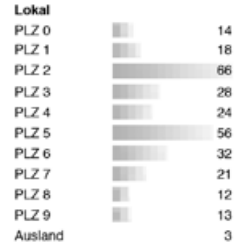
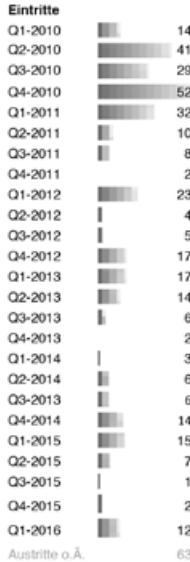
Beirat für die Implementierungsphase gewählt worden.

Dieses Gesetz wird sicherlich auch Auswirkungen auf den Einsatz von Entspannungsverfahren in Luxemburg haben. Bis zum Inkrafttreten des Gesetzes konnte eine kostenerstattungsrechtliche Entspannungstherapie nur von Psychiatern („Relaxation spécifique“; Gesundheitskassentarif für die ersten fünf Sitzungen zu 65 € pro Behandlung von mindestens 30 Minuten bzw. 53 € ab der sechsten Sitzung) oder Physiotherapeuten („Relaxation psychomotrice“; Gesundheitskassentarif zu ca. 39 € pro Einzelbehandlung von mindestens 45 Minuten inklusive Vorbereitung) angeboten werden. Eine mögliche Öffnung ergibt sich demnach nun auch für psychologische und medizinische Psychotherapeuten.

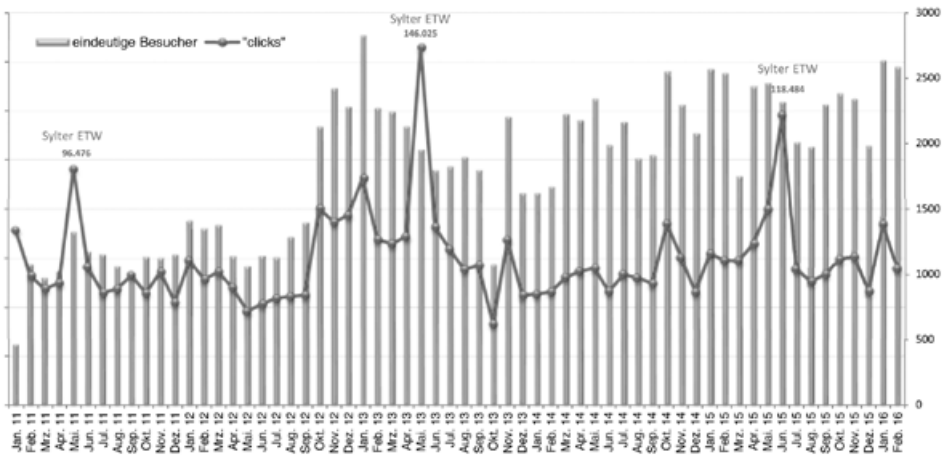


DG-E-DATENREPORT

Gründung 05.12.2009
 Datenstand 19.03.2016
aktueller Mitgliederstand 282



Homepage: Aufrufe von www.dg-e.de (seit Online-Stellung)



Summe eindeutige Besucher seit Jan. 2011: 111.628
 Monatsdurchschnitt eindeutige Besucher: 1.600
 Mittelw. "Clicks" (Aufrufe v. Unterseiten, PDFs, Bildern usw.) pro Besucher: 33,2

© 2016 bei DG-E e.V. Alle Rechte vorbehalten!



DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR
ENTSPANNUNGSVERFAHREN

Autogenes Training | Progressive Relaxation | Hypnose | Yoga
und weitere wissenschaftlich fundierte Entspannungsverfahren (DG-E e.V.)

FORTBILDUNGSKALENDER DER DG-E E.V. 2016/2017

DP = Diplom-Psychologin/-Psychologe
PP = Psychologische/r Psychotherapeutin/Psychotherapeut
n.V. = nach Vereinbarung
– Bitte beachten Sie die Hinweise am Ende –

Autogenes Training – Fortbildungsreihen

DP/PP Helmut Brenner in Bad Salzuflen

04.+05.03.17 AT-Grundstufe Selbsterfahrung und Didaktik (16 UE)
01.+02.04.17 AT-Fortgeschrittenenstufe Selbsterfahrung und Didaktik
(16 UE)
09.+10.09.17 AT-Oberstufe Selbsterfahrung und Supervision (16 UE)
Info + Anmeldung: mail@helmutbrenner.de; www.entspannungsliteratur.de

DP/PP Björn Husmann in Bremen

13.01.17, 22.01.17, 10.02.17, 24.+25.02.17,
04.+05.08.17 AT-Grundstufe: Selbsterfahrung inkl. Theorie, Methodik
und Didaktik entsprechend den AT-Richt-/Leitlinien der
DG-E bzw. der ärztl. WBO (32 UE)
16.+17.06.17 AT-Fortgeschrittenenstufe: Theorie, Methodik und Di-
daktik mit Selbsterfahrungsanteilen entsprechend den
AT-Richt-/Leitlinien der DG-E (20 UE)
n.V. AT-Supervision (5 UE)
Info + Anmeldung: praxis@bjoern-husmann.de; www.bjoern-husmann.de

DP/PP Wolf-Ulrich Scholz in Frankfurt

- n.V. AT-Fortgeschrittenenstufe Selbsterfahrung und Didaktik (16 UE)
n.V. AT-Oberstufe Selbsterfahrung und Supervision (16 UE)
n.V. AT-Supervision (5 UE)
Info + Anmeldung: info@first-institut.de; www.first-institut.de

Progressive Relaxation – Fortbildungsreihen

DP/PP Helmut Brenner in Bad Salzufen

- 25.+26.02.17 PR-Selbsterfahrung (16 UE)
25.+26.03.17 PR-Methodik und Didaktik (16 UE)
02.+03.09.17 PR-Fortgeschrittenenstufe und Supervision (16 UE)
Info + Anmeldung: mail@helmutbrenner.de; www.Entspannungsliteratur.de

DP/PP Dr. Dietmar Ohm in Lübeck

- 05.11.16 PR-Aufbaukurs unter verhaltenstherapeutischen Aspekten, Teil 1 (8 UE)
03.12.16 PR-Aufbaukurs unter verhaltenstherapeutischen Aspekten, Teil 2 (8 UE)
Info + Anmeldung: akademie@aeksh.de

DP Dr. Renate Mathesius in Leipzig

- 2016 Termine auf Anfrage
21.+22.01.17 Kurs I : PR-Selbsterfahrung und Didaktik (16 UE)
04.+05.02.17 Kurs II: PR-Methodik und Didaktik (16 UE)
20.+21.05.17 Kurs III: PR-Methodik und Didaktik (16 UE)
Info + Anmeldung: r.mathesius@online.de

Klinische Hypnose – Fortbildungsreihen

DP/PP Wolf-Ulrich Scholz in Frankfurt

- 18.+19.01.17 Kurs I (16 UE)
n.V. Kurs II
Info + Anmeldung: info@first-institut.de; www.first-institut.de

DP Daniel Wilk in Burkheim

- 25.+26.11.16 Anwendungskurs 1 und 2
n.V. Supervision
Info + Anmeldung: daniel.wilk@das-fotbildungshaus.de

Multimodale Stresskompetenz (MMSK) – Fortbildungsreihen

DP Dr. Renate Mathesius in Leipzig

- 19.+20.11.16 Kurs I: Multimodale Stresskompetenz Basiskompetenzen (20 UE)
26.+27.11.16 Kurs II: Multimodale Stresskompetenz Methodik/Didaktik (20 UE)
18.+19.11.17 Kurs I: Multimodale Stresskompetenz Basiskompetenzen (20 UE)
25.+26.11.17 Kurs II: Multimodale Stresskompetenz Methodik/Didaktik (20 UE)
Info + Anmeldung: r.mathesius@online.de

DP Dr. Renate Mathesius in Leipzig

- 05.+06.11.16 Mentales Training/Grundkurs: Grundlagen, Methodik und Selbsterfahrung (16 UE)
28.+29.10.17 Mentales Training/Grundkurs: Grundlagen, Methodik und Selbsterfahrung (16 UE)
(mögliche konzeptionskonforme Ergänzung zu MMSK)
Info + Anmeldung: r.mathesius@online.de

DP/PP Wolf-Ulrich Scholz in Frankfurt

- n.V. Kurs I: Grundlagen und Basiskompetenzen (16 UE)
n.V. Kurs II: Didaktik und Methodik (16 UE)
Info + Anmeldung: info@first-institut.de; www.first-institut.de

Einzelveranstaltungen

DP/PP Wolf-Ulrich Scholz in Frankfurt

- 17.+18.12.16 Psychosomatisches Entspannungstraining/PSE – Selbsterfahrung und Didaktik (18 UE; mögliche konzeptionskonforme Ergänzung zu MMSK)
n.V. Supervision zum Psychosomatischen Entspannungstraining/PSE (6UE)
Info + Anmeldung: info@first-institut.de; www.first-institut.de

DP Dr. Claus Derra in Berlin

- 31.03.+01.04.17 Progressive Relaxation bei chronischem Schmerz II (16 UE)
Info + Anmeldung: derra@gmx.de, Fax 07931 923558, Telefon 07931 477833

DP Dr. Claus Derra in Ravensburg

12.+13.11.16 Autogenes Training und Imagination bei chronischem Schmerz (16 UE)

Info + Anmeldung: derra@gmx.de, Fax 07931 923558, Telefon 07931 477833

DP Dr. Renate Mathesius in Leipzig

05.+06.11.16 Mentales Training/Grundkurs: Grundlagen, Methodik und Selbsterfahrung (16 UE)

28.+29.10.17 Mentales Training/Grundkurs: Grundlagen, Methodik und Selbsterfahrung (16 UE)

(mögliche konzeptionskonforme Ergänzung zu MMSK)

Info + Anmeldung: r.mathesius@online.de

DP/PP Dietmar Mitzinger, Joachim Pfahl in München

22.+23.10.16 Einführungsmodul in Yogatherapie, Schwerpunkt Yoga bei Trauma, Theorie und Praxis (16 UE)

Info + Anmeldung: TSYingradual@gmail.com

DP/PP Dietmar Mitzinger in Saarbrücken

14.+15.01.17 Einführungsmodul in Yogatherapie, Schwerpunkt Yoga bei Trauma, Theorie und Praxis (16 UE)

Info + Anmeldung: TSYingradual@gmail.com

Hinweise

- ▶ Die Fortbildungsreihen sind nach den Richt- und Leitlinien der Deutschen Gesellschaft für Entspannungsverfahren e.V. anerkannt.
- ▶ Die Deutsche Gesellschaft für Entspannungsverfahren organisiert weder die o.g. Kurse noch erhebt sie Kursgebühren; die Verantwortlichkeit liegt alleine bei den jeweiligen Anbietern.
- ▶ Die Module der Fortbildungsreihen können z.T. auch einzeln belegt werden, bitte beim Anbieter erfragen.
- ▶ Für niedergelassene Psychotherapeuten und -therapeutinnen ist die Anerkennung der Fortbildung in AT und PR zur Abrechnung der Ziffern „Übende Verfahren“ bei den KVen möglich.

Weitere Fortbildungsangebote

Nach den Kriterien der Deutschen Gesellschaft für Entspannungsverfahren sind weitere Fortbildungsangebote anerkannt:

- ▶ Ärztlicher Arbeitskreis für Progressive Relaxation: Neumarkter Straße 80, 81673 München, Telefon 089 43669522.
- ▶ Deutsche Gesellschaft für ärztliche Hypnose und autogenes Training (DGÄHAT): Postfach 1365, 41436 Neuss, Telefon 02131 463370, Fax 02131 463371.
- ▶ Milton Erickson Gesellschaft (M.E.G.): Konradstraße 16, 80801 München, Telefon 089 336256.
- ▶ Österreichische Gesellschaft für Autogenes Training und Autogene Psychotherapie (ÖGATAP): Süßgasse 22/10, A-1150 Wien.

Bitte vormerken

Die **32. Entspannungstherapiewoche** findet vom **29. April bis 06. Mai 2017** in der Akademie am Meer (Klappholtal/Sylt) statt. Programm und Anmeldung sind voraussichtlich Ende 2016/Anfang 2017 unter www.dg-e.de abzurufen oder können in der Geschäftsstelle angefordert werden:

Geschäftsstelle der DG-E e.V.
c/o DP Dr. C. China
Blanckstraße 3
D-23564 Lübeck
E-Mail: geschaeftsstelle@dg-e.de



DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR ENTSPANNUNGSVERFAHREN

Autogenes Training | Progressive Relaxation | Hypnose | Yoga
und weitere wissenschaftlich fundierte Verfahren (DG-E e.V.)

Besuchen Sie uns im Internet!



Sie finden auf unserer Homepage frei zugänglich und kostenlos

- ▶ kompakte, fundierte und gut verständliche Informationen zu vielen wichtigen Entspannungs- und achtsamkeitsbasierten Verfahren, nützliche Links und die Recherche-Möglichkeit in unserer Artikel-Datenbank oder unserer Veröffentlichungsliste,
- ▶ Merkblätter z.B. zum Umgang mit Angst-, Schlaf- und Schmerzstörungen oder Burnout,
- ▶ Listen mit Adressen unserer KursleiterInnen bzw. DozentInnen für Autogenes Training, Progressive Relaxation, Klinische Hypnose, Yoga und Multimodale Stresskompetenz, die in Ihrer Nähe nach den anerkannten Richt- und Leitlinien der DG-E qualifiziert sind und praktizieren bzw. fortbilden
- ▶ und alle wichtigen Informationen über die Deutsche Gesellschaft für Entspannungsverfahren und ihre Aktivitäten, Angebote, Veröffentlichungen oder Tagungen.



WWW.DG-E.DE

