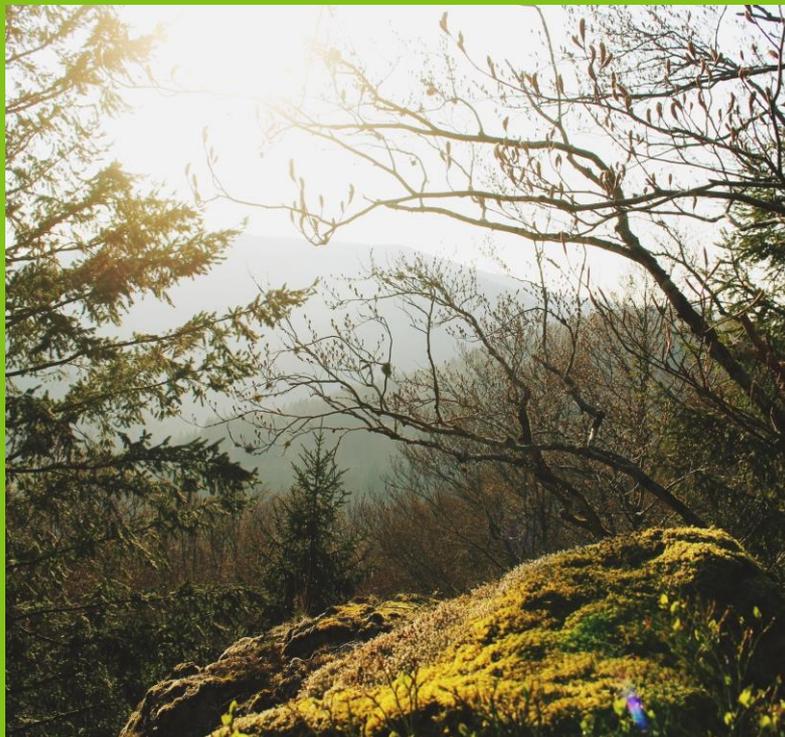


INTEGRIERTES BEGLEITSTUDIUM SPIRITUELLE UND ANTHROPOSOPHISCHE PSYCHOLOGIE

[WINTERSEMESTER 2020/21]



IBAP

KURSE UND VERANSTALTUNGEN

Liebe Leser*innen

Seien Sie recht herzlich willkommen im neuen Semester! In dieser Broschüre stellen wir das Begleitstudium, seine Entwicklung und Inhalte vor – das Kursprogramm, die Initiativen, Forschungsmöglichkeiten, Praktikumsstellen in Anthroposophischen Kliniken und weitere aktuelle Veranstaltungen. Wir hoffen, dass manche der Veranstaltungen auf Ihr Interesse stoßen – und sind zugleich auch stets an Ihren Ideen zur Weiterentwicklung interessiert – insbesondere im Rahmen der Vollversammlung und des IBAP-Forums (siehe Seite 5). Auch wenn verschiedene Kurse weiterhin online stattfinden werden, freuen wir uns ganz besonders, Ihnen in unterschiedlichen Kursen auch wieder persönlich begegnen zu dürfen; viele der Angebote im Begleitstudium leben von unmittelbarer Begegnung und konkreter Anschauung – und wir wünschen Ihnen viel Freude dabei, diese Möglichkeiten wieder neu zu erkunden.

Mit herzlichen Grüßen,
Marielena Plat, Sinja Jessberger, Simone Friedrich, Ulrich Weger, Terje Sparby, Diethard Tauschel, Friedrich Edelhäuser und Nicole Lampe



IBAP in Zeiten von Corona

Die Universität Witten/Herdecke bietet in diesem Semester voraussichtlich wieder ein Präsenzangebot an (Stand 10. September). Eine Reihe von Veranstaltungen wird aber weiterhin online angeboten – und sind in der folgenden Übersicht entsprechend gekennzeichnet. Darüber hinaus aktualisieren wir unsere Internetseiten regelmäßig – bitte bringen Sie sich dort auf den neuesten Stand.

<https://ibam.uni-wh.de/psychologie/>

INHALT

S. 5	Was ist das IBAP?
S. 6	IBAP im WS 2020
S. 7	Aufbau & Ablauf des Begleitstudiums
S. 8	Hinweise zur Kursanmeldung
S. 9	Kursprogramm
S. 12	Kursprogramm mit allen Informationen
S. 36	Arbeitskreise und Initiativen
S. 39	Forschungsangebote im IBAP
S. 41	Praktikumsangebote
S. 43	Stipendium
S. 44	Ankündigungen
S. 47	Erfahrungsberichte
S. 48	Mitwirkende im Begleitstudium
S. 50	FAQ

WAS IST DAS IBAP?

Ergänzend zum naturwissenschaftlich fundierten Studium, bietet das IBAP nicht nur die Möglichkeit, sich mit geisteswissenschaftlichen Aspekten der Psychologie zu beschäftigen, sondern eröffnet mit seinen vielfältigen Kursen (Selbst-)Erfahrungs- und Forschungsräume. Themen sind dabei unter anderem die Frage nach Seele und Geist in der Psychologie, der Zusammenhang von Gehirn und Bewusstsein, Körper und Psyche, aber auch verschiedenartige Therapieansätze kennenzulernen. Die Zusammenarbeit mit der Medizin, die Rolle des Körpers in der Heilung, die Bedeutung von Kultur und Kunst finden sich ebenfalls im IBAP-Studium wieder und wir versuchen einen übergreifenden Blick auf die Gesundheit zu werfen. Die Kursangebote wollen anregen, eine eigene Haltung zu finden und das Individuelle in jeder menschlichen Begegnung zu erkennen und zur Grundlage der Behandlung werden zu lassen.

Ganz herzlich lädt das IBAP auch dazu ein, eigene Fragen zu finden und zu stellen, und damit das eigene Studium und die Kurslandschaft des IBAP mitzugestalten. In den Fragen liegen die Keime für die Zukunft, und sie bereiten die Wege für deren Verwirklichung vor.

IBAP-Forum: Was bedeutet Spiritualität in der Psychologie?

Das IBAP trägt den Titel „*Integriertes Begleitstudium für spirituelle und anthroposophische Psychologie*“. Was bedeutet Spiritualität für uns persönlich, für das Studium der Psychologie und für die therapeutische Arbeit?

Das IBAP-Forum bietet zudem Möglichkeiten zum Austausch über Erfahrungen, Fragen und Projekte, sowie zur aktiven Mitgestaltung des Studiums. Aus Fragen und Anliegen, die sich im Leben und im Laufe des Studiums stellen, können Vorträge, Seminare und Workshops ins Leben gerufen werden.

Aktuell entsteht unter anderem eine Vortrags- und Workshopreihe zum Thema „Lebensfragen“: Liebe und Beziehungen, Sinn und Würde, Tod und Sterben.

Mitarbeit im IBAP

Studierende der Psychologie, die gerne im IBAP bei der Kursplanung und Organisation mitarbeiten wollen und ein Interesse an der Weiterentwicklung des Begleitstudiums haben, sind herzlich eingeladen! Kommt gerne zum IBAP-Forum, zur IBAM/IBAP-Vollversammlung, oder meldet euch unter ibap@uni-wh.de.

In diesem Semester laden wir zu folgenden Terminen ein:

Vollversammlung für IBAM & IBAP

Dienstag, 27.10.2020, 19.30-21.30 Uhr

In Raum 2.303

Die VV dient dem Austausch zu Vorgängen und Initiativen rund ums reguläre Studium und das Begleitstudium und Euren Anliegen. Anliegen der Vollversammlungen ist es, gemeinsam an der Weiterentwicklung des IBAM und IBAP zu arbeiten. Daher freuen wir uns auf Euer Kommen!



IBAP Forum zum Schwerpunktthema Spiritualität

(früher Curriculum-Committee)

Dienstag, 17.11.2020, 17:00-19:00 Uhr

In Raum: CE.007

- **Impulsvortrag** und Gespräch zum Thema „Die Beziehung von Geist und Psyche in der Heilung“ mit Jannis Keuerleber
- Einblicke in die aktuell entstehende Vortragsreihe „**Lebensfragen**“ mit Studierenden und Dozierenden des IBAP
- Rückblick und Vorblick

„Wir brauchen bewussten Dialog zwischen Körper, Geist und Seele“

Ernest L. Rossi

AUFBAU & ABLAUF

Das Begleitstudium gliedert sich in **drei Elemente, die für einen zertifizierten Abschluss besucht werden:** (gilt für Bachelor- und Masterstudierende gleichermaßen)

- 1) Einführungsveranstaltung „Einführung in die Grundlagen der Bewusstseinsforschung und der Anthroposophie“ inkl. Abschlusspräsentation (Details im Kurs). Diese Veranstaltung kann zugleich auch als Stufu-Veranstaltung besucht werden.
 - à Bei Teilnahme im Rahmen des Stufu: Anmeldung als Stufu-Veranstaltung über UWE
 - à Wer sich den Kurs zusätzlich im Rahmen des Stufu anrechnen lassen möchte, hält ebenfalls eine mündliche Präsentation zu einem Wahlthema am Ende des Kurses (Anmeldung zur Präsentation erfolgt während des Kurses über den Modulverantwortlichen Dr. Terje Sparby; Herr Sparby leitet die Liste über die erfolgreiche Präsentation an das Studiendekanat Psychologie weiter). Die Fristen werden im Kurs bekannt gegeben.
 - à Bei (gleichzeitiger) Teilnahme im Rahmen des IBAP: Melden Sie sich ebenfalls bei dem Modulverantwortlichen Dr. Terje Sparby zur Abschlusspräsentation an. Die Fristen werden im Kurs bekannt gegeben.

- 2) Mindestens vier Kurse aus dem Wahlangebot des Integrierten Medizinischen (IBAM) oder Psychologischen Begleitstudiums (IBAP), auch Blockkurse sind möglich.
 - à Anmeldung über UWE; Leistungsnachweise sind nicht erforderlich.
 - Alternativ für zwei Kurse kann ein betreutes Forschungsprojekt durchgeführt werden (zzgl. Abschlussbericht 8-12 Seiten; ein Abschlussbericht ist nur erforderlich, wenn man ein Forschungsprojekt anstelle der Kursbesuche wählt. Anmeldung per UWE für Forschungsprojekte nicht erforderlich; Suche eines Betreuenden nach individueller Absprache.)

- 3) Die mündliche Vorstellung eines frei gewählten Themas, das die Bachelor- oder Masterarbeit in eine erweiterte geisteswissenschaftliche Betrachtung stellt.
 - à Alle Studierenden führen im Rahmen ihres regulären Studiums ein **Bachelor- oder Masterprojekt** durch, das in Form einer schriftlichen Abschlussarbeit vorgelegt wird. Im Rahmen des erweiterten IBAP-Curriculums erarbeiten Sie sich dann (bei Bedarf gemeinsam mit einem/r BetreuerIn Ihrer Wahl) eine ergänzende geisteswissenschaftliche Vertiefung Ihres Bachelor- oder Masterarbeits-Themas. Alternativ kann ein anderes Schwerpunktthema nach individueller Interessenlage gewählt werden. Sprechen Sie am besten eine/n der DozentInnen des Begleitstudiums an, um das Thema abzustimmen.
 - à Das bearbeitete Thema wird im Rahmen einer abschließenden Gruppenprüfung in einem 10minütigen Kurzbeitrag präsentiert. Dazu melden sich die Studierenden über das Studiendekanat Psychologie an. Der Präsentationstermin liegt in der Regel in den Semesterferien (Ende März bzw. Ende September). Abweichungen sind möglich. Details finden sich jeweils auf der Terminseite des Prüfungssekretariats.

Ausstellung des Zertifikats:

Wenn Sie die o.g. Komponenten 1 – 3 abgeschlossen haben, so fordern Sie bei Prof. U. Weger den „Antrag auf Ausstellung des IBAP-Abschlusszertifikates“ an: ulrich.weger@uni-wh.de
In diesem Antrag listen Sie dann die Namen der Kurse, die Sie besucht haben, ebenso wie die Titel der Abschlusspräsentationen (siehe Komponenten 1 & 3). Dieses Antragsformular schicken Sie dann zurück an Prof. Weger mit der Bitte um Ausstellung des Zertifikats: ulrich.weger@uni-wh.de In Absprache mit dem Studiendekanat wird dann das Zertifikat ausgestellt.

HINWEIS ZUR KURSANMELDUNG:

Bitte melden Sie sich zu den Veranstaltungen in UWE an, damit Sie rechtzeitig über etwaige Änderungen und Raumangaben informiert werden.

Die in der Zeile „Anmeldung“ mit „IBAP“ gekennzeichneten Kurse finden Sie auf UWE unter den Lehrveranstaltungen Psychologie (oder IBAP ins Filtersuchfeld eingeben).

Die in der Zeile „Anmeldung“ mit „IBAM“ gekennzeichneten Kurse finden Sie auf UWE unter den Lehrveranstaltungen der Humanmedizin (oder IBAM ins Filtersuchfeld eingeben).

Anmeldebutton in einem – farblich gekennzeichneten – Kreis:

grün: Anmeldung möglich

orange: Anmeldung in Zukunft möglich

rot: Anmeldung nicht mehr möglich

grau: keine hinterlegten Informationen – Anmeldung nicht möglich

Durch Klicken auf ein grünes T können Sie sich anmelden!

Alternativ kann die Anmeldung in UWE auch direkt über die Beschreibungen der einzelnen Veranstaltungen auf der Homepage vorgenommen werden:

IBAP: <https://ibam.uni-wh.de/psychologie/veranstaltungen/>

IBAM: <https://ibam.uni-wh.de/events/>

Ganz wichtig! Wenn Sie an einer Kompakt-Veranstaltung des IBAP (Wochenend-Seminar, Exkursion etc.) *nicht* teilnehmen können und bereits angemeldet sind, melden Sie sich bitte schnellstmöglich wieder ab! Dies erleichtert uns die Planung sehr.

Das Abmelden funktioniert genauso wie das Anmelden.

Man klickt auf den Kreis und meldet sich ab.

Erstellen eines individuellen Kalenders ohne Anmeldungen:

Mit Hilfe von Bookmarks kann man sich einen übersichtlicheren Stundenplan zusammenstellen, ohne sich direkt bei der Lehrveranstaltung anmelden zu müssen. Die Anleitung zur Applikation von LV-Bookmarks und der Lehrveranstaltungsplanung findet sich unter:

<https://intranet.uni-wh.de/intern/uni-whde/einrichtungen/bereich-informationstechnologie-bit/uwe/dokumentationen/>

Anmeldung für Studierende anderer Hochschulen

Eine Teilnahme an den angebotenen Veranstaltungen ist auch für Studierende anderer Hochschulen möglich und kostenfrei. Anmeldungen erfolgen über die Anmeldemaske der Homepage <https://ibam.uni-wh.de/events/anmeldeformular-externe/>

oder direkt bei den jeweiligen Beschreibungen der Veranstaltungen:

IBAP: <https://ibam.uni-wh.de/psychologie/veranstaltungen/>

IBAM: <https://ibam.uni-wh.de/events/>

KURSPROGRAMM

*Die Kurse im Überblick.
Genauere Zeiten und Abhaltungsdetails sind in den anschließenden
Kursbeschreibungen zu finden.*

ANTROPOLOGIE:

Mo. 14:00-15:30

(Gruppe EFGH)

Di. 14:00-15:30

(Gruppe ABCD)

Beginn: Mo. 12.10.20

Anthropologie I

(J. Keuerleber)

Fr. 09:15-10:45

Beginn: Fr. 09.10.20

Anthropologie II

(J. Keuerleber)

Di. 11:00-12:30

Beginn: Di. 13.10.20

Anthropologie III - „Seminar Gehirn und Geist“

(D. Hornemann von Laer, R. Ebersbach und F. Edelhäuser)

Mo. 08:30-10:00

Beginn: Mo. 12.10.20

Anthropologie IV

(D. Hornemann von Laer)

WAHRNEHMUNGSSCHULUNG UND MEDITATION:

Anfänger: Di. 19:30-21:00

Fortgeschrittene:

Mi. 19:30-21:00

Beginn: 20.10.

Achtsamkeitsmeditation

(T. Sparby)

Do. 14:00-17:15

22.10., 12.11., 03.12.20, 21.01.21

Kompakttag Exkursion

Do. 14.01.21 (8:00-20:00)

Meditation und Übungen der Ich-Stärkung

(T. Sparby, D. Tauschel)

Di. 19:30-21:30

Beginn: Di. 08.09.20

Einmal monatlich

Meditativer ärztlicher Entwicklungsweg

(F. Edelhäuser)

Do. 19:00-21:30

Beginn: Do. 12.11.20

+ So. 14.12.20, ganztägig

**Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR) -
Stressbewältigung durch Achtsamkeit**

(J. Meibert)

Mi. 13:00-17:00

Beginn: Mi. 11.11.20

**Die Kunst der Patientenwahrnehmung
- Psychologie**

(M. Thye)

**Fr. 19:00 bis So. 13:00 Uhr,
22.01. - 24.01.21**

Hirnfunktion bei Meditation
(S.-M. Elsas)

KUNST- UND KÖRPERTHERAPIEN:

**Mo. 17:00-18:30 (oder 18:00-
19:30)
Beginn: Mo. 02.11.20**

**Heileurythmie - eine anthroposophische Bewe-
gungstherapie**
(A. Leuenberger)

**Di. 18:15-19:15
Beginn: Di. 20.10.20**

**Therapeutische Sprachgestaltung
Gruppenunterricht**
(E. Böttcher)

**Montags,
Beginn: 19.10.20
09:00-11:00, 11:00-13:00
14:00-16:00, 16:00-18:00**

Einzelunterricht (Viermal am Montag à fünf Ter-
mine)

**Sa. 09:00-18:30
Sa. 30.01.2021**

Die menschliche Wärme
(M. Bovelet und M. Bräuer)

**Fr. 14:00-17:00
30.10., 13.11., 27.11. und 11.12.20**

Die Emotionalkörper-Therapie – Ein Einführungs-
seminar mit viel Selbsterfahrung und Praxis
(M. Neumann)

**Do. 16:00 – So. 13:00
Do. 19.11. - So. 22.11.20**

Rhythmische Massage – Neuer Kurs Juniperus
(R. Göbels und R. Uhlenhoff)

**Fr. 17:00- So. 13:00
Fr. 08. - So. 10.01.21**

Berührung im therapeutischen Handeln
– Grundkurs
(A. Göbel-Wirth)

**Fr. 17:00- So. 13:00
Fr. 23. - So. 25.04.21**

Berührung im therapeutischen Handeln
– Aufbaukurs
(A. Göbel-Wirth)

ANTHROPOSOPHISCHE PSYCHOTHERAPIE:

**Sa. 9:00-17:00
Sa. 31.10.20**

Falltag Integrative Psychotherapie
(J. Beike und weitere)

**Mo. 16:00-18:15
Beginn: Mo. 19.10.20**

**Anschluss an Herzenskräfte finden? Gewalter-
fahrung, Mitgefühl und Selbstliebe**
(A. Mancini)

**Do. 16:30-18:00
Beginn: Do. 05.11.20**

**Übungen zur Gesprächsführung: Erkunden, ab-
wägen, entscheiden**
(J. Beike)

Mo. 18:00-19:30
Beginn: 26.10.20

Umgang mit brisanten Gesprächssituationen
(A. Weiser)

Mi. 13.01. und Mi. 20.01.21
Jeweils 18:00-19:30

Das Gewissen: Zwischen quälendem Antreiber und hilfreichen Ratgeber
(A. Weiser)

BIOGRAPHIEARBEIT:

Fr. 16.10.- Sa. 17.10. und
Fr. 30.10.- Fr. 31.10.20
Je Fr. 17:30-21:00 und Sa. 9:30-
16:30

Vertiefungskurs II, Anthroposophische Biographiearbeit
(C. Biessels, A. Körsgen)

Fr. 15.01.-Sa. 16.01.21
Fr. 17:30-21:00 und Sa. 9:30-16:30

Einführung in die anthroposophische Biographiearbeit
(C. Biessels, A. Körsgen)

WISSENSCHAFT IM DIALOG:

Do. 10:15 - 11:45
Beginn: 22.10.20

Einführung in die Grundlagen der Bewusstseinsforschung und Anthroposophie
(T. Sparby und U. Weger)

Mo. 14:15-15:45
Beginn: Mo. 02.11.20
(alle 2 Wochen)

Forschen mit Freude! Einzelberatung
(M. Neumann)

Fr. 14:00-17:00
Fr. 15.01.20

Schreiben und publizieren qualitativer Studien in wissenschaftlichen Zeitschriften – Ein Praxisworkshop für Studierende und DoktorandInnen
(M. Neumann)

WEITERE KURSE VON IBAP UND IBAM:

Sa. 07.11. und Sa. 21.11.20
Jeweils 9:30-13:30

Individualität und Begegnung – Ein Übungsseminar
(D. Richardoz)

Di. 17:00-18:30
Beginn: Di. 13.10.20

Heilpflanzenkurs
(D. Wagner und F. Edelhäuser)

Sa. 23.01.21
09:30-18:00

Zur Physiologie und Psychologie von Frau und Mann
(N. Fels, B. Maris)

Fr. 08.01. - Sa. 09.01.21

Ernährung - Ökologie - Medizin
Unsere Ernährung und Landwirtschaft als Schlüsselrolle
(S. Göbel)

ANTHROPOLOGIE

Die Anthropologiekurse bieten sich zum Anfang des Studiums an oder um einen ersten Einblick in das anthroposophische Welt- und Menschenbild zu gewinnen.

Anthropologie I – Was ist der Mensch? Die Frage nach Körper, Seele, Geist und zum Grundverständnis von Gesundheit, Krankheit und Heilung

Mensch sein. Wer oder was ist eigentlich der Mensch? Welches Menschenbild finden wir in der gegenwärtigen Medizin, und wie beeinflusst es unsere Forschung, Lehre und Therapie? Was ist das Menschenbild der Anthroposophischen Medizin?

Welche Rolle nimmt der menschliche Körper in der Gesamtkonstellation „Mensch“ ein? In welchem Verhältnis steht der Körper zu Seele und Geist? Gibt es Wege und Betrachtungsmöglichkeiten, die verschiedenen Aspekte des Seelischen und Geistigen präzise zu erfassen? Welche Bedeutung für unser medizinisches Denken und Handeln hat unser Verständnis des Mensch-Seins? Anhand von praktischen Übungen und Aufgaben, Gruppendiskussionen sowie Textbeispielen werden wir diese Themen aus der Perspektive von Naturwissenschaft, Philosophie und Anthroposophie bewegen.

Dozent*in: J. Keuerleber
Gruppe EFGH: Montag 14:00-15:30 Uhr
Gruppe ABCD: Dienstag, 14:00-15:30 Uhr
Termine: Erster Termin am Montag 12.10.20. Danach fortlaufend zu angegebener Zeit.
Ort: **ONLINE**
Anmeldung: UWE – LV Humanmedizin- IBAM

Anthropologie II - Wie kann der Mensch ganzheitlich erfasst und verstanden werden? Zur Bedeutung der Wesensglieder und ihrer wissenschaftlichen Grundlagen für eine erweiterte Diagnose und Therapie

Viele Patienten erwarten von ihren Ärzten und Therapeuten fachliche Expertise und ein ganzheitliches Verständnis des Menschen. Doch aus welchen Anteilen besteht diese Ganzheit?

Das Konzept der Wesensglieder in der Anthroposophischen Medizin und Gesundheitsversorgung bietet hierzu spannende Ansätze. Wie können materielle, lebendige, seelische und geistige Faktoren in ihren Wirkungen genauer erfasst und bis in ihre Wechselwirkungen verstanden werden? Mittels interaktiver Arbeit, Übungen, Dialog und Bezügen zu den POL-Fällen wollen wir die im Menschen zusammenwirkenden Entitäten prinzipiell erfassen und Wege zu ihrer Wahrnehmung beim Patienten erarbeiten.

Arbeitsmethode: Dialog, gestützt auf naturwissenschaftlichen Fakten sowie konsequentem Denken und eigenen Erfahrungen der Teilnehmer.

Dozent*in: J. Keuerleber
Zeit: Freitag 09:15-10:45 Uhr
Beginn: 09.10.2020
Ort: **ONLINE**
Anmeldung: UWE – LV Humanmedizin- IBAM

Anthropologie III – „Seminar Gehirn und Geist“ Zum Verhältnis von Bewusstsein, Geist und Gehirn

Wer denkt, wenn ich denke?

Bin ich es, oder ist es mein Gehirn, das mein Denken produziert? In diesem Seminar werden wir uns mit der Interaktion von Bewusstsein und Gehirn auseinandersetzen. Was sind geeignete Fragen, Blickwinkel und Ansatzpunkte, um das Verhältnis von beiden Ebenen besser verstehen zu können? Mit dem Verhältnis von Gehirn und Geist hängt auch die Frage zusammen, ob wir frei sind oder denken, fühlen und handeln wie das Gehirn es uns vorgibt. Dazu wird im Seminar u. A. „Die Philosophie der Freiheit“ von R. Steiner herangezogen und in den Kontext der zeitgenössischen Debatten gestellt. In Übungen, in denen das Bewusstsein und das Denken näher untersucht werden, kann deutlich werden, dass das Bewusstsein phänomenal am ganzen Körper erlebt wird. Dies kann mit dem Ansatz des Embodiment beschrieben werden, der durch die Anthroposophie weiter differenziert werden kann: Das Bewusstsein hat den ganzen Leib als Grundlage.

Dozent*innen: D. Hornemann von Laer, R. Ebersbach und F. Edelhäuser
Zeit: Dienstag 11:00-12:30
Beginn: 13.10.2020
Ort: **ONLINE**
Anmeldung: UWE – LV Humanmedizin- IBAM

Anthropologie IV – Wie kommt man zu vertieften Erfahrungen? Bewusstseinsstärkende Übungen (Konzentration/Meditation) und der anthroposophische Entwicklungsweg

Am 17. Februar 1906 schreibt die Künstlerin Paula Modersohn-Becker an Rainer Maria Rilke einen Brief und endet ihn mit den Worten: „Und nun weiß ich gar nicht, wie ich mich unterschreiben soll. Ich bin nicht Modersohn und ich bin auch nicht mehr Paula Becker. Ich bin Ich, und hoffe, es immer mehr zu werden. Das ist wohl das Endziel von allem unsern Ringen.“ Was uns im Kindesalter spielend gelingt, wird im Erwachsenenalter nicht selten zu einer Herausforderung: sich selbst zu folgen und unabhängig von gesellschaftlichen Erwartungen und Vorstellungen zu werden. Wie kann ich meinem Leben gegenüber eine Haltung entwickeln, die es mir erlaubt, frei von eigenen Vorurteilen, von Muss-Annahmen und von Fremdbestimmung zu werden? Eine Haltung, die mich in Freiheit mit dem Leben tanzen lässt? Im Seminar wollen wir uns Übungen anschauen, reflektieren und praktisch erproben, die Rudolf Steiner u.a. beschrieben haben. Was erlebe ich bei diesen Übungen? Wie verändert sich mein Bewusstsein und welche Auswirkungen haben sie auf meine Freiheit? Wie kann ein solch selbstgeführter Entwicklungsweg für mich aussehen?

Dozent*innen: D. Hornemann von Laer
Zeit: Montag 08:30-10:00
Beginn: 12.10.2020
Ort: **ONLINE**
Anmeldung: UWE – LV Humanmedizin- IBAM

WAHRNEHMUNGSSCHULUNG UND MEDITATION

Achtsamkeitsmeditation

Der Fokus dieses Kurses liegt auf der Entwicklung der Grundfähigkeiten der Meditation – der Aufmerksamkeit, des Gewahrseins, der Achtsamkeit und des Gleichmutes. Es wird gezeigt, wie der Prozess der Meditation angenehm gemacht werden kann, aber auch wie mit Hindernissen, die oft auftreten, effizient zu arbeiten ist, damit die zugrundeliegende Natur des Geistes zum Vorschein kommen kann. Der Aufbau einer täglichen Meditationspraxis wird angeleitet und unterstützt.

Es ist wissenschaftlich nachgewiesen, dass Meditation eine Reihe von positiven Wirkungen auf die physische und psychische Gesundheit haben kann; Meditation führt zu weniger Stress, stärkt die Selbstregulation; sie erhöht aber auch den Fokus und den Zugang zum Unterbewusstsein; dadurch kann die Meditation zu vertiefter Selbsterkenntnis führen. Traditionell ist das Ziel der Meditation die Verwandlung des ganzen Menschen; die Befreiung vom Leid, das Erzeugen von Glückseligkeit und Stille. Die Meditation sucht eine Erkenntnis davon, wie die Trennung von Geist und Welt ursprünglich entstanden ist und immer wieder entsteht; sie möchte die Trennung durch eine Erfahrung von Verbindung und Fülle ersetzen.

Dieser Art der Achtsamkeitsmeditation wird traditionell Shamatha-Vipasyana genannt und die meditative Versenkung wird in Stufen aufgeteilt. Auf jeder Stufe werden unterschiedliche Techniken eingesetzt, um Herausforderungen, wie zum Beispiel „Mind-wandering“, Dumpfheit oder Aufgeregtheit, zu beseitigen. Insofern wird eine sehr systematische Entwicklung der Meditation gefördert. Der Kurs eignet sich für Anfänger und Fortgeschrittene. Die ersten drei Wochen bestehen aus einer Einführung, bzw., für Fortgeschrittene, einer Wiederholung. Danach wird eine Vertiefung erzielt und einzelne Themen beleuchtet, wie zum Beispiel die Funktion des Geistes während der Meditation begriffen werden kann. Es wird auch Raum gegeben für kritische Reflexion über die Meditation und ihre Wirkungen.

Dozent*in: Dr. Terje Sparby ist Philosoph, hat über 20 Jahre Meditationserfahrung und ist als Meditationsforscher tätig. Sein Forschungsschwerpunkt ist vor allem die Phänomenologie der Meditationserfahrung und das Erkenntnispotenzial der Meditation.

Anfänger

Zeit: Dienstag, 19:30-21:00 Uhr

Beginn: 20.10.2020

Fortgeschrittene

Zeit: Mittwoch, 19:30-21:00 Uhr

Beginn: 21.10.2020

Anmeldung: UWE – Stufu

Meditation und Übungen der Ich-Stärkung

Meditation und seelenstärkende Übungen sind Kernbestandteile einer selbstgeführten, spirituellen Persönlichkeitsentwicklung. Im Seminar wollen wir die Fähigkeiten des Meditierens und des bewussten Handhabens von Denken, Fühlen und Wollen stärkend (weiter) entwickeln. Verständnis- und Üb-Ansätze ergeben sich hierbei aus der Anthroposophie, in welcher eine starke Auffassung vom Ich, Selbst- und Welterkenntnis sowie eine lebenspraktische Ausrichtung im Vordergrund steht. Am Semesterende unternehmen wir eine ganztägige Exkursion an einen Ort spiritueller Prägung.

Verständnis- und Üb-Ansätze dieses praktischen Seminars ergeben sich aus der Anthroposophie, deren spirituelle Methodik und Praxis als eine für die hiesigen sozio-kulturell-historischen Verhältnisse angemessene Weiterentwicklung früherer Meditationsformen und Entwicklungswege verstanden werden kann. Dieser Kurs gibt dazu eine theoretische und praktische Einführung. Meditationserfahrung wird nicht vorausgesetzt.

Dozent*innen: Diethard Tauschel & Terje Sparby
Termine: 22.10., 12.11., 3.12.20, 21.01.21 (14:00-17:15 Uhr)
+ Kompakttag mit Exkursion am 14.01.21 (8:00-20:00, incl. An- und Abreise)
Ort: siehe STUFU
Teilnehmerzahl: Max. 30
Anmeldung: UWE - IBAM und Kursmotivation an anthroposophische-medi-
zin@uni-wh.de

Meditativer ärztlicher Entwicklungsweg

Wie kann ich die eigene innere Entwicklung veranlassen, gestalten und weiterentwickeln, um eine gute Ärztin, ein helfender Arzt oder ein/e gute/r Therapeut*in zu werden?

Wie kann ich bei allen inneren und äußeren Anforderungen meinen Idealen näherkommen oder treu bleiben? Kann ich die Korruption meines Heilerwillens in der täglichen Routine durch eine meditative Praxis verhindern?

Rudolf Steiner hat in dem Kurs „Meditative Betrachtungen und Anleitungen zur Vertiefung der Heilkunst“, dem sog. „Jungmedizinerkurs“¹ einen inneren, meditativen ärztlichen Entwicklungsweg vorgeschlagen. Zu diesem Kurs hatten sich die Teilnehmer durch die sog. „Wärmemeditation“ („Wie finde ich das Gute?“) vorbereitet. Zum gesamten Kurs gehören sechs weitere mantrische Sprüche, die verschiedene innere Ziele fördern können. Diesen Zusammenhang wollen wir verfolgen. In dem Seminar beschäftigen wir uns ausgehend von der Wärmemeditation und den anderen Mantren mit den einzelnen Vorträgen des Jungmedizinerkurses. Alle dazu gehörigen Fragen sollen in dem Seminar ihren Raum finden. – Erfahrungen mit den Meditationen können einen Raum zum Austausch finden. Ergänzend zu dem monatlichen Seminar kann bei Interesse ein Wochenende mit Broder von Laue zum Thema stattfinden.

Neben dem Jungmedizinerkurs können folgende Texte zur Vorbereitung herangezogen werden:

Peter Selg: Die 'Wärme-Meditation': Geschichtlicher Hintergrund und ideelle Beziehungen. Verlag am Goetheanum, 3. Auflage 2012

Peter Selg: „Die Medizin muss Ernst machen mit dem geistigen Leben“ – Rudolf Steiners Hochschulkurse für die „Jungen Mediziner“. Verlag am Goetheanum 2006

Dozent*in: F. Edelhäuser
Termine: 08.09.20, 06.10.20, 03.11.20, 15.12.20, 19.01.21
Zeit: Di. 19:30-21:30 Uhr
Ort: **ONLINE**
Anmeldung: UWE – LV Humanmedizin- IBAM

¹ Rudolf Steiner: Meditative Betrachtungen und Anleitungen zur Vertiefung der Heilkunst. Rudolf Steiner Verlag Dornach, GA 216, 1.-8. Vortrag

Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR) - Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Der 9-Wochen MBSR-Kurs nach Prof. Jon Kabat-Zinn ist ein Trainingsprogramm zur Präsenz- und Geistesschulung. Mit einem ruhigen und wachen Geist ist es möglich, auch mit stressigen Situationen im privaten und beruflichen Alltag gut umzugehen. Für Studierende kann dies besonders im Hinblick auf Prüfungsstress hilfreich sein.

Das Programm beinhaltet eine intensive Praxis der Achtsamkeitsmeditation mit Übungen in Ruhe und Bewegung. Diese hilft, die bewusste Wahrnehmung von Gedanken, Gefühlen und Körperempfindungen zu vertiefen und somit Stressauslöser sowie die Stressreaktion besser zu erkennen und einen bewussten und heilsamen Umgang damit zu entwickeln.

MBSR ist eines der am besten wissenschaftlich untersuchten Achtsamkeitstrainings, das effektiv dazu beiträgt, Stress im beruflichen und privaten Alltag zu reduzieren, körperliche und psychische Symptome zu vermindern und leichter Zugang zu Entspannung, Selbstvertrauen, Akzeptanz, und Lebendigkeit zu finden und den gegenwärtigen Augenblick mit mehr geistiger Präsenz wahrzunehmen.

Dazu werden die verschiedenen Übungen des Programms, Body-Scan, Sitzmeditation sowie achtsame Bewegungsübungen (zum Beispiel Gehmeditation oder Yoga-Übungen) vermittelt und gemeinsam geübt.

Kurs ist kostenpflichtig.

Kosten: pro TN max. 200,00 Euro, für ein Vorgespräch, 9 Abende, ein Tages-Intensivseminar, Unterrichtsmaterialien und CDs zum Üben

Dozent*in:	Jörg Meibert, Dipl. Sozialpädagoge, MBSR- und MBCT-Lehrer
Termine:	12.11., 26.11., 03.12., 10.12., 17.12.20, 14.01., 21.01. und 28.01.21 + 1 Tag der Achtsamkeit am Samstag, den 19.12.20 (10:00-16:30 Uhr)
Zeit:	Donnerstag, 19:00-21:30 Uhr
Ort:	2.303/1.181
Kontakt und Anmeldung:	info.mbsr@uni-wh.de, Anmeldung über UWE! Nachrücken über die Warteliste ist möglich

Die Kunst der Patientenwahrnehmung - Psychologie

Neben theoretischem Wissen über psychologische Diagnostik und Therapiemethoden ist für eine tiefgehende Anamnese, Diagnostik, Therapieplanung und Behandlung des Patienten ein Kernaspekt wichtig: Die Wahrnehmung des Patienten. Diese bildet eine wichtige Grundlage therapeutischen und kommunikativen Handelns. Wie bekomme ich einen Eindruck davon, wie es meinem Gegenüber geht? Wie geht es mir dabei? Wie kann man in der psychologischen Ausbildung die Sinne und den Verstand so schärfen, dass durch die Wahrnehmung ein möglichst umfangreiches Bild vom Zustand des Patienten entsteht? Wie können darin wichtige Aspekte der Biographie des Gegenübers erfasst werden? Wie kann ich auch auf kleine Veränderungen im Gemütszustand des Patienten aufmerksam werden? Wie kann ich als Psychologe/in eine gesunde Selbstwahrnehmung und Lebensgestaltung entwickeln, um feinfühlig, aufmerksam und angemessen im Umgang mit meinen Patienten zu sein?

Diesen Fragen wollen wir uns im Seminar „Die Kunst der Patientenwahrnehmung“ widmen und uns ihnen insbesondere durch viele Übungen praktisch nähern. Das Erleben des Anderen und das Selbst-Erleben auf vielerlei Ebenen ist Kernbestandteil des Praktikums – bringen Sie deswegen gerne Offenheit und Neugierde gegenüber neuen Erfahrungen mit. Durch gezielte Wahrnehmungsübungen und in ausgesuchten Patientenkontakten auf unterschiedlichen Stationen

im Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke (Kinderklinik, Intensivstation, Geburtshilfe, Frührehabilitation u.a.) wollen wir die erforderlichen Fähigkeiten vertiefen. Die einzelnen Patientenkontakte und Übungen werden durch ein Seminar begleitet: Wir tragen die individuellen Beobachtungen zusammen, stellen Sie uns gegenseitig vor und gewinnen gemeinsam Gesichtspunkte zur Intensivierung der Patientenwahrnehmung.

Gut vorbereitet sollen Sie in den Patientenkontakt treten, deswegen ist die Teilnahme an den ersten drei Terminen Voraussetzung für die Patientenbegegnung.

Dozent*in: Miriam Thye
Zeit: Mi. 13:00-17:00
Beginn: 11.11.20 (bis 16.12.20)
Ort: Format noch offen
Anmeldung: UWE – LV Psychologie- IBAP



Hirnfunktion bei Meditation

Das Seminar ermöglicht Einblicke in Theorie & Praxis der meditativen Konzentration u. Entspannung aus verschiedenen Richtungen. Anhand von Ergebnissen der (neuro-)wissenschaftlichen Forschung werden Einsichten in die Wirkungen auf den Organismus erarbeitet und Fragen zum z.B. bewussten Denken und Willensfreiheit im Verhältnis zur Hirnfunktion diskutiert. In einem experimentellen Setting werden physiologische Wirkungen gemessen und live sichtbar gemacht. Schließlich werden therapeutische Anwendungsmöglichkeiten der erlernten Meditationstechniken und ihre Bedeutung in einer Therapie besprochen.

Persönliche Voraussetzungen: Interesse an wissenschaftlichen Grundlagen, Offenheit für verschiedene Zugangswege, Fragestellungen zum Verhältnis Gehirn – Geist und zur Willensfreiheit, Ernsthaftigkeit im Umgang mit dem Thema Meditation.

Dozent*in: Dr. med. Siegward Elsas
Termine: Fr. 22.01.21 - So. 24.01.21
Zeiten: Fr. 19.00-22.00, Sa. 09.15-19.00, So. 09.15-19.00 Uhr
Ort: Siehe UWE
Anmeldung: UWE - STUFU, es ist ein Motivationsschreiben erforderlich

KUNST- UND KÖRPERTHERAPIEN

Ergänzend zur theoretischen Lehre, können Berührungs- und Kunsttherapieerfahrungen zur eigenen Entwicklung und somit zu einer ganzheitlichen Haltung in der Behandlungstätigkeit beitragen.

Heileurythmie - eine anthroposophische Bewegungstherapie

Die Heileurythmie ist eine Bewegungstherapie, die Rudolf Steiner vor 100 Jahren ins Leben gerufen hat und die seitdem kontinuierlich weiterentwickelt worden ist. Im Mittelpunkt steht die achtsame Bewegung, die mit Hilfe der konzentrierten Selbstwahrnehmung ihre Heilwirkung entfalten kann. Die Bewegungsabläufe richten sich nach den Kräfteverhältnissen und Kräfteströmungen, die auch in der Sprache und der Musik zum Ausdruck kommen. Diese Strömungen zu spüren und bewusst damit umzugehen, wird Inhalt des Kurses sein. Der Kurs ist sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene geeignet.

Dozent*in:	Annette Leuenberger, Heileurythmistin am Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke und in freier Praxis
Beginn:	02.11.20
Zeit:	Montag 17:00 bis 18:30 Uhr (oder 18:00 bis 19:30 Uhr)
Ort:	Raum der Stille
Teilnehmerzahl:	max. 12-15
Anmeldung:	UWE – IBAM

Therapeutische Sprachgestaltung

Wie klingt die eigene Sprache? Werden Erleben, Freude und die eigene Zartheit oder Kraft hörbar?

Die Auseinandersetzung und der bewusste Umgang mit der Sprache führen zu höherer Selbstwahrnehmung, zu Präsenz und sicherem Auftreten, zu intentionaler und individueller Ausdruckskraft und zu einem Sprechen „aus der Mitte“, zu einer Herzenssprache. Die gestaltete Sprache wirkt über den Atem und die Wärme belebend und regulierend auf den ganzen Menschen zurück und kann so bis in die Konstitution und auf das Gleichgewicht zwischen Geist, Seele und Leib gesundend Einfluss nehmen.

Methodisch stehen in der Sprachgestaltung das bewusste und künstlerische Ergreifen der Sprache und der Bewegung im Zentrum. Es wird auf die Haltung, die Stimme und Artikulation, auf die Atmung, das Hören und die Präsenz geachtet. Dabei werden in differenzierter Weise Literatur aus Epik, Lyrik und Dramatik sowie Laute, Silben und Rhythmen eingesetzt.

Die Therapeutische Sprachgestaltung gehört zu den anthroposophischen Kunsttherapien und hat ihren Ursprung in der Sprachgestaltung: Die Kunst der Gestik und Worte. Diese Bühnenkunst entstand 1910 aus der Zusammenarbeit zwischen Dr. Rudolf Steiner und Marie Steiner-von Sivers.

Gruppenunterricht Therapeutische Sprachgestaltung

Im Kurs werden die TeilnehmerInnen durch Selbstwahrnehmung und praktisches Üben sich selbst und ihre Sprache kennenlernen. Ebenso können die TeilnehmerInnen einen leichteren Umgang mit Stress und Nervosität z.B. vor und in Prüfungssituationen oder mit der freien Rede entwickeln. Es soll darüber hinaus erlebbar werden, wie eine Brücke geschlagen werden kann, von der Selbstwahrnehmung zur differenzierten, empathischen Wahrnehmungsfähigkeit des Patienten und dessen Therapiebedarf.

Das Angebot kann im Rahmen des IBAP und IBAM im wöchentlich stattfindenden Gruppenkurs wahrgenommen werden. Zur Erlangung der notwendigen Fähigkeiten in der Selbst- und Fremdwahrnehmung, ist eine regelmäßige Teilnahme empfehlenswert.

Dozent*in:	Esther Böttcher
Zeit:	Dienstag, 18:15-19:15
Beginn:	20.10.20, insg. 8 Termine
Teilnehmerzahl:	Min. 10 und max. 24 TeilnehmerInnen
Ort:	Raum E.109
Anmeldung:	UWE - IBAM

Einzelunterricht Sprachgestaltung

In der sprachgestalterischen Einzelarbeit kann spezifisch auf Fragen und Herausforderungen beim Sprechen eingegangen werden. Diese können sich sowohl auf den individuellen, gesunden Umgang mit einzelnen Sprachelementen wie Haltung, Atmung, Stimme, Artikulation und Konzentration, wie auch auf selbstbewusstes, sicheres Auftreten und Präsentieren im Uni- oder im Berufsalltag beziehen. Angeboten werden bis zu 7 fortlaufende Einzeltermine. Zunächst kann ein Einzeltermin zum Ausprobieren stattfinden.

Die Arbeit ist ein Angebot von IBAP und IBAM. Insgesamt gibt es 8 Plätze für Einzelunterricht pro Semester.

! ACHTUNG: Bitte für weitere Informationen und Absprachen direkt nach Anmeldung in UWE eine E-Mail an Esther.Boettcher@uni-wh.de senden!

Terminliche Änderungen und individuelle Absprachen sind möglich.

Termine:	Mo. 09:00-11:00 Uhr, Beginn: Mo., 19.10.2020, insg. 5 Termine Mo. 11:00-13:00 Uhr, Beginn: Mo., 19.10.2020, insg. 5 Termine Mo. 14:00-16:00 Uhr, Beginn: Mo., 19.10.2020, insg. 5 Termine Mo. 16:00-18:00 Uhr, Beginn: Mo., 19.10.2020, insg. 5 Termine
Räume:	Christopherus Hof, Raum der Stille
Zielgruppe:	Studierende der Humanmedizin und Psychologie
Information und Kontakt:	info@esther-boettcher.com

Die menschliche Wärme

Die Wärme begegnet uns im medizinischen Alltag häufig. Bei Neugeborenen bedarf sie gezielter Aufmerksamkeit. Viele Patienten klagen über kalte Akren. In Form von Fieber und Auskühlungsgefahr bei großen Operationen ist die Wärme eine relevante Größe in der Akutmedizin.

In diesem Seminar wollen wir mit Euch theoretisch und praktisch erarbeiten, was die menschliche Wärme im Gesunden ausmacht und mit welchen Aspekten der Wärme wir als Ärzte und Therapeuten arbeiten können. Wir haben beide von 2004 bis 2010 an der Uni Witten/Herdecke und im IBAM Medizin studiert. Nun arbeiten wir im Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke (Dr. Miriam Bräuer, Oberärztin Gynäkologie und Geburtshilfe) und in einer Allgemeinärztlichen Praxis in Witten (Maxie Bovelet). Viele unserer Patienten berichten bereits ohne spezifische Frage über Wärme(miss)-empfindungen. Bei Krankheitsbildern wie beispielsweise Kopfschmerzen, unerfülltem Kinderwunsch und Schlafstörungen war uns oft die Einbeziehung der Wärme der Schlüssel zum therapeutischen Erfolg. Darüber hinaus sind die Patienten oft erstaunt und berührt, wenn wir sie nach ihrer Wärme fragen. Hier kann sich ein Raum für Begegnung, Wahrnehmung und Gesundungschancen bilden, diesen wollen wir gemeinsam mit Euch erkunden.

Programm:

09:00 – 10:00 Uhr	Wärme in der Geschichte der Medizin und heute
10:15 – 11:15 Uhr	Phänomenologie der menschlichen Wärme - mit Gruppenarbeit
11:30 – 13:00 Uhr	Physiologie des menschlichen Wärmeorganismus
13:00 – 14:00 Uhr	Pause mit Pizza
14:00 – 15:30 Uhr	Der menschliche Wärmesinn - mit praktischen Übungen
15:45 – 16:45 Uhr	Wie kann man Wärme therapeutisch anwenden / Therapeutisches Kolloquium
17:00 – 18:30 Uhr	Therapeutische Wärmeanwendungen in Gruppen

Dozent*innen:	Maxie Bovelet und Miriam Bräuer
Termin:	Samstag, 30.01.2021
Zeit:	9:00 – 18:30 Uhr
Ort:	Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke
Anmeldung:	UWE – IBAM

Die Emotionalkörper-Therapie – Ein Einführungsseminar mit viel Selbsterfahrung und Praxis

Die Emotionalkörper-Therapie (EKT) ist eine von Dr. Susanna Lübcke und Anne Söller vor 30 Jahren entwickelte körperorientierte Therapieform, die bei vielen psychischen und körperlichen Beschwerden als sehr wirksam sowohl von Erwachsenen als auch von Kindern und Jugendlichen wahrgenommen wird. Als sanfte Methode aktiviert die EKT Selbstheilungskräfte und emotionale Wachstumsprozesse indem man mit seiner Krankheit, seinem Gefühl oder seiner seelischen Blockade kommuniziert - allein als Selbstanwendung oder mit einem Begleiter an der Seite. Auf diese Weise kann es gelingen, wieder in Kontakt zu seinem inneren Wesen und Wissen zu kommen. Durch die EKT kannst Du in Dir selbst Antworten darauf finden, wie Du emotionale Schwierigkeiten, wie z.B. Hemmungen, Ängste, Stress oder Wut verwandeln kannst in ein positives Selbstwertgefühl, in Kraft und Lebensfreude. Du spürst und „weißt“ durch die Anwendung der EKT, was Deine Gesundheit fördert und was Dich glücklich und zufriedener macht.

Die EKT ist einfach zu erlernen und so angelegt, dass Du schon nach diesem Einführungsseminar nahe Angehörige oder Freunde mit der EKT begleiten und/oder diese Technik mit Dir selbst anwenden kannst.

Empfohlene Literatur zur Vorbereitung:

Lübcke S & Söller A (2019). Emotionalkörper-Therapie: Ganzheitliche Heilung durch das liebevolle Annehmen aller Gefühle. Kösel-Verlag
<https://www.emotionalkoerpertherapie.de/>

Dozent*in:	PD Dr. Melanie Neumann (Emotionalkörper-Therapeutin)
Termine:	30.10., 13.11., 27.11. und 11.12.2020
Zeit:	Freitag, 14:00 bis 17:00 Uhr
Ort:	D.476
Zielgruppe:	Psychologiestudierende im Bachelor und Master
Teilnehmerzahl:	min. 4 – max. 8
Anmeldung:	UWE – IBAM

Teilnahmevoraussetzungen: Interesse an Selbsterfahrung sowie die Bereitschaft zu zweit bzw. in der Gruppe, die Emotionalkörper-Therapie auszuprobieren

RHYTHMISCHE MASSAGE

nach Dr. med. Ita Wegman –
für alle Interessierten ab dem 2. Semester

Die Rhythmische Massage ist die Therapie der anthroposophischen Medizin, die den Menschen im wörtlichen Sinne unmittelbar berührt. Sie wurde von Dr. med. Ita Wegman, der ärztlichen Mitarbeiterin Dr. Rudolf Steiners, vor fast hundert Jahren aus der klassischen schwedischen Massage entwickelt und gemeinsam mit Dr. med. Margarethe Hauschka für das anthroposophisch-geisteswissenschaftlich erweiterte Verständnis von Gesundheits- und Krankheitsprozessen nutzbar gemacht.

Durch ihre besondere Griff- und Berührungsqualität spricht die Rhythmische Massage in dialogischer Weise den Menschen in allen seinen Daseinsebenen - körperlich, seelisch und geistig – an und ermöglicht vielfältige, gesundende Regulationsprozesse. Sie hilft, sich mit dem eigenen Leib in positiver Weise zu verbinden, ihn als Instrument der Seele für die eigenen Intentionen zu ergreifen und dadurch Krankheitsprozesse zu überwinden.

In differenzierter Weise können die rhythmischen Prozesse im Menschen als Ursprung jeden Heilungsgeschehens impulsiert werden. Die Rhythmische Massage wirkt regulierend auf die flüssigen, gasförmigen und wärmetragenden Prozesse im Organismus und ermöglicht den Wesensgliedern im Sinne der funktionellen Dreigliederung wieder ein gesünderes Ineinanderwirken. Durch die Rhythmische Massage wird ersichtlich, dass man es auch bei der Behandlung des Körpers mit einem lebendigen, beseelten und durchgeistigten Menschen zu tun hat.

In fünf aufeinander aufbauenden Modulen, die thematisch jeweils in sich abgeschlossen sind, möchten wir durch eigenes Erfahren und praktisches Üben die Wirkprinzipien der Rhythmischen Massage vermitteln. Die TeilnehmerInnen lernen die Besonderheiten der Berührungsqualität kennen und erüben die verschiedenen Griffqualitäten der Rhythmischen Massage. Im letzten Modul werden Behandlungsansätze in oben genanntem Sinne entwickelt.

1. Modul: Berührung
2. Modul: Der Flüssigkeitsorganismus
3. Modul: Rhythmus – Atmung – Luftorganismus
4. Modul: Wärmeorganismus
5. Modul: Entwicklung von Behandlungsansätzen gemäß der funktionellen Dreigliederung

Zur Erlangung der notwendigen Grundkenntnisse, die zur praktischen Anwendung der erlernten Griffe befähigen, ist eine Teilnahme an allen fünf Modulen empfehlenswert.



Neuer Kurs „Juniperus“ beginnt mit Modul 1 (Berührung) vom 19.11. bis 22.11.2020 im Wintersemester 2020:

Dozent*innen: Regine Göbels und Regine Uhlenhoff
Termin: Do, 19.11. bis So, 22.11.2020
Ort: GKH
Anmeldung: Erstanmeldung über UWE – IBAM

„Noch nie habe ich dermaßen differenziert über Berührung nachgedacht und gleichzeitig ein solches Feingespür für ebendiese entwickelt wie im Kurs zur Rhythmischen Massage - für mich eine grundlegende Erweiterung von Fähigkeiten, die im Patientenkontakt hilfreich ist!“

„Die prozesshaften Erfahrungen wirken weit über den Kurs hinaus.“

(von Kursteilnehmerinnen)



Berührung im therapeutischen Handeln

Wie Berührung in der Arzt-Patienten- und in der Therapeuten-Patienten-Begegnung ein Weg zur therapeutischen Be-Handlung im Sinne einer individuellen Therapie und Medizin werden kann.

In diesem Blockkurs möchte ich gerne meine eigene Erfahrung und Erkenntnis in Bezug auf die Rolle der direkten Berührung im therapeutischen Handeln teilen und versuchen, diese Herangehensweise praktisch als diagnostische Fähigkeit zur Therapiefindung zu vermitteln. Als IBAM-Absolventin und nach Abschluss der 3-jährigen Weiterbildung in Rhythmischer Massage in Graz, habe ich in meiner bisherigen ärztlichen Tätigkeit erfahren, dass Berührung im Arzt-Patienten-Kontakt gleichzeitig Diagnostik, Therapie und die Möglichkeit einer wirklichen Begegnung von Mensch zu Mensch ermöglicht. Daher ist sie für mich Weg zur individuellen und intuitiven Therapiefindung geworden, die es mir erlaubt, lauschend dem Patienten zu

begegnen, damit sich Heilbedarf und Therapiekonzept nicht an bewährter Indikation, sondern am Gegenüber entwickeln lassen.

Als Therapeut*innen und Ärztinnen und Ärzte sind wir es gewohnt, Kausalketten im Kopf ablaufen zu lassen, während das Gegenüber spricht. Damit ist aber unser Innenraum ständig gefüllt und lässt nur bereits angelegte Gedankenwege zu. Durch die Berührung kann es jedoch gelingen, einen Freiraum in sich aufzumachen, der nur auf das lauscht, was vom Gegenüber kommt und was im Nachklang in uns als Erkenntnis aufsteigt. Aus diesen Erfahrungen habe ich für mich eine Methode zur Therapiefindung entwickelt, von der ich überzeugt bin, dass sie auch vermittelbar und universell anwendbar ist. Sie öffnet eine ganz neue Qualität der Arzt-Patienten-Begegnung und der individuellen Therapie, die im Sinne einer Heilkunst schöpferische Therapiekonzepte ermöglicht. In den Blockkursen möchte ich diesen Berührungs-Weg zur Therapiefindung mit Euch erkunden und durch praktische Wahrnehmungs- und Berührungsübungen anlegen. Zudem sollen direkte Patientenerfahrungen das Entwickelte erproben und zu Reflexion und Austausch beitragen.

GRUNKURS

Dozent*in: Dr. med. Anne-Gritli Göbel-Wirth, Fachärztin für Frauenheilkunde
Ort: Gelber Saal im GKH Herdecke
Zielgruppe: Studierende und Absolventen der Medizin und der Psychologie mit Erfahrungen in der Rhythmischen Massage
Zeiten: **08.-10.01.2021**
(Fr.) 17:00-20:00, (Sa.) 9:30-13:00 Uhr und 14:30-18:30 Uhr,
(So.) 9:00-13:00

Voraussetzung für die Teilnahme sind Erfahrungen mit der Rhythmischen Massage (mind. 2 Module). Die Teilnehmerzahl ist auf 7 begrenzt. Wir bitten um eine verbindliche Anmeldung. Eine teilzeitige Teilnahme ist aufgrund des intensiven Gruppenprozesses leider nicht möglich.

Anmeldung: UWE - IBAM

VORANKÜNDIGUNG AUFBAUKURS

Dozent*in: Dr. med. Anne-Gritli Göbel-Wirth, Fachärztin für Frauenheilkunde
Ort: Lernwerkstatt im GKH Herdecke
Zielgruppe: Studierende und Absolventen der Medizin und der Psychologie mit Erfahrungen in der Rhythmischen Massage
Zeiten: **23.-25.04.2021**
(Fr.) 17:00-20:00, (Sa.) 9:30-13:00 Uhr und 14:30-18:30 Uhr,
(So.) 9:00-13:00

Voraussetzung ist die Teilnahme an einem der stattgefundenen Grundkurse. Die Teilnehmerzahl ist auf 7 begrenzt. Daher bitten wir um verbindliche Anmeldung. Eine teilzeitige Teilnahme ist aufgrund des intensiven Gruppenprozesses leider nicht möglich.

Anmeldung: UWE - IBAM

ANTHROPOSOPHISCHE PSYCHOTHERAPIE

Ebenso wie in der Psychologie im Allgemeinen geht es auch in der anthroposophisch erweiterten Psychotherapie um eine Integration von seelisch-geistigen Elementen – unter Berücksichtigung der individuellen Leiblichkeit – in das Menschenverständnis und in die psychotherapeutische Arbeit. Im konkreten Praxisalltag bedeutet dies z.B. eine Auseinandersetzung mit biographischen Erlebnissen und deren Zusammenhängen, eine Frage nach Sinn und Perspektiven von Krankheit und Gesundung, und eine Auseinandersetzung mit seelisch-geistigen Aspekten des eigenen Menschseins.



Alejandra Mancini

Arbeitsschwerpunkte:

Anthroposophische Psychotherapie (DtGAP)

Spezielle Psychotraumatheorie (DeGPT)

Tanztherapie, Schmerzpsychotherapie

Weiteres unter: www.alejandramancini.de



Joachim Beike

Mein Arbeitsschwerpunkt in der Psychotherapie sind Erwachsene und Kinder mit allen Formen der neurotischen und Persönlichkeitsstörungen. Anthroposophische Konzepte, verhaltenstherapeutische Übungen und analytische Grund-Konflikte kommen je nach Bedarf zur Anwendung. Ich mag sehr die konkrete Sinnesanalyse von Konflikten und dialogische Paararbeit und ich versuche immer, in Polaritäten zu arbeiten und spirituelle Dinge konkret zu fassen. Ich arbeite seit ca. 25 Jahren in der Psychotherapie.



Achim Weiser

Als Psychotherapeut geht es mir zunächst darum, dass der Klient das eigene Innenleben deutlicher wahrnimmt, Gefühle ertragen lernt, um sich nach außen hin besser einbringen zu können. Auch werden familiäre Verstrickungen beleuchtet, um die in der Kindheit vorhandene Lebendigkeit wie auch die damaligen Ideale wieder zu beleben. Ein neuer Lebenssinn kann so gefunden werden. Wie eine "Hebamme" versuche ich so, Unfertiges bzw. "Ungeborenes" in die Welt zu bringen.

Falltag Integrative Psychotherapie

Am "Falltag für integrative Psychotherapie" wird ein Patient mit belastenden frühkindlichen Erfahrungen vorgestellt und eine Einführung in die Behandlungsangebote verschiedener therapeutischer Professionen gegeben.

Die Studierenden erarbeiten zunächst eine Prognose, welche seelischen und ggf. auch körperlichen Störungen als Folge der Kindheitserfahrungen zu erwarten sind. Im zweiten Teil werden dann seine tatsächlichen Störungen vorgestellt. Anschließend wählen die Studierenden eines von drei verschiedenen Therapieverfahren zum vertiefenden Kennenlernen und Erarbeiten auf dieser Grundlage einen Therapieplan. Dieser wird anschließend mit dem realen Behandlungsverlauf verglichen. Hier wird erneut der Patient berichten, was ihm von welcher Therapieform geholfen und in welchen Schritten er dies erreicht hat. Abschließend erhält der Patient von Studenten eine Rückmeldung, was sie an seiner Entwicklung berührt oder beeindruckt hat.

Interessierte Mitdenker und Mitgestalter sind herzlich willkommen! Der Kurs kann im Rahmen des Begleitstudiums angerechnet werden.

Dozent*innen:	Joachim Beike, Dr. Volker Koch, Esther Böttcher
Termin:	Samstag 31.10.2020
Zeit:	09:00 bis 17:00 Uhr
Ort:	Audimax
Zielgruppe:	Studierende der Psychologie im Bachelor und Master
Leitung und Kontakt:	Joachim Beike, joachimbeike@gmx.com
Anmeldung:	UWE - LV Psychologie- IBAP

Anschluss an Herzenskräfte finden? Gewalterfahrung, Mitgefühl und Selbstliebe

Wir Menschen der Gegenwart werden immer wieder mit überwältigenden Eindrücken konfrontiert. Im Umgang mit digitaler Informationsvolumina, medialen Schreckensmeldungen oder im Zusammenhang mit entfesselten Naturkräften sowie mit gesellschaftlichen strukturellen Bedingungen der Machtausübung und Unterwerfung, kommen wir dabei an die Grenze dessen, was wir verarbeiten können; die Entfaltung einer individuellen Haltung zum Erlebten wird dabei extrem erschwert.

Das Muster des innerlichen Überwältigt-Seins bildet sich in näheren Beziehungen und im Umgang mit uns selber ab. Auf der Ebene des Bewusstseins können wir kaum fassen, geschweige denn verstehen, was sich in der Außenwelt als auch in unserer Innenwelt ereignet. Unser Erleben wird von Ohnmacht, Sinnlosigkeit und Resignation oder Angst und Verzweiflung geprägt. Handlungsimpulse werden blockiert oder ohne Selbststeuerung in Gang gesetzt.

Im ersten Teil des Seminars werden wir uns auf der Basis eigener Erlebnisse mit den Hauptmerkmalen einer Gewalterfahrung und deren Bewältigung beschäftigen. Die Frage nach Selbstschutz und innerer Distanzierung zum erfolgten Gewaltgeschehen wird das Einüben mancher Techniken aus der Traumatherapie leiten. Im zweiten Teil werden wir die Thematik des Mitgefühls behandeln. Übungen zum Perspektivenwechsel, Desidentifikation sowie kurze Meditationsbeispiele werden dabei angewandt. Im dritten Teil werden wir durch Gesprächsaustausch und meditative Übungen versuchen, ein Verständnis dessen zu erlangen, was mit Selbstliebe und der Erweckung von Herzenskräften gemeint sein kann.

Der Kurs wird Selbsterfahrungscharakter haben und gleichwohl Hilfe zur Selbstreflexion und zur Förderung der interpersonellen Fähigkeiten durch inhaltliche Beiträge, Übungen und Gespräche in der Gruppe anbieten.

Dozent*in:	Alejandra Mancini
Zeit:	Montag 16:00-18:15
Termine:	19.10., 26.10., 02.11., 09.11., 16.11. und 23.11.20
Ort:	Casino E.061
Zielgruppe:	Studierende der Psychologie im Master-Studiengang und Medizin-studierende ab dem 5. Semester, Max. 18 Teilnehmer_innen, Bitte um verbindliche Teilnahme
Kontakt:	Alejandra.Mancini@uni-wh.de
Anmeldung:	UWE- LV Psychologie- IBAP und bei Frau Mancini

Übungen zur Gesprächsführung: Erkunden, abwägen, entscheiden

In jeder Psychotherapie lassen sich 3 räumlich-symbolische Achsen erleben. Nehmen wir sie wahr, erkennen wir, was im Gesprächsverlauf jeweils „dran ist“: Erkundung, Abwägung oder Entscheidung. Zum Erkunden äußerer Trigger sollen wir vorsichtig und staunend das vor uns Liegende aufnehmen. Gelingt diese Hingabe nicht, weichen wir ängstlich zurück. Auf dieser *sagitalen* Ebene sollen wir solange „**Achtsamkeit**“ üben, bis wir ausreichende Erfahrungsvorstellungen haben, das Erlebte zu verstehen.

Wenn nun ausreichende Wahrnehmungen vorliegen, sollen wir lernen, „inne zu halten“, um konfligierende Mitgefühle und Erfahrungsurteile abzuwägen. Das soll möglichst ohne zu strenge Bewertungen beginnen - d.h. mit **Akzeptanz**. Dennoch liegen aber Vorerfahrungen und Werte vor. Nicht selten bewegen wir dann - beim Abwägen zwischen Urteilen und Mitgefühlen - die Hände oder den Kopf *horizontal* solange hin und her - bis wir die verschiedenen - Werte und Handlungs-Konsequenzen überschauen, ordnen können. Das stärkt die Handhabbarkeit.

Zur Sinnschaffung und Selbstverwirklichung schließlich benötigen wir so etwas wie **Commitment**. Das folgt eigenen Idealen und ist daher mehr als bloßes Handhaben. Individuelle höhere Gewissensmotive ahnen wir allerdings erst nur. Oft müssen wir sie erst prüfen und meditierend vertiefen, um stark genug zu werden, sie entschieden auf die Erde „herunterzutragen“. Die *Vertikale*, die Motivation erscheint.

Im obigen Text sind die zentralen Tugenden der **Akzeptanz und Commitment-Therapie** nach Hayes und die *Salutogeneseschritte* nach Antonovski sowie die *3 Raumrichtungen* angedeutet. Im Kurs sollen die Student_innen nach einer Einführung üben, vorgespelte Patient*innen innerhalb der 3 beschriebenen Bereiche so zu begleiten, dass Erkundung, Abwägung und Entscheidung möglich werden. Das geschieht 1. über staunende Wertschätzung ihrer Wahrnehmungen, 2. durch Empathie mit widerstreitenden Gefühlen und 3. durch die Arbeit an authentischen, individuellen Motiven. Die beobachtende Gruppe wird regelmäßig befragt, welche inneren Haltungen, Übungen oder Fragen jeweils angemessen scheinen.

Dozent*in:	Joachim Beike
Zeit:	Donnerstag 16.30 bis 18:00
Termine:	05.11., 12.11., 19.11., 26.11. und 03.12.2020
Ort:	1.181
Teilnehmerzahl:	Min. 5 und max. 12 Teilnehmer*innen (bei Online-Durchführung bis zu 20), verbindliche Teilnahme ab zweiter Sitzung
Kontakt:	joachimbeike@gmx.com
Anmeldung:	UWE - IBAP

Umgang mit brisanten Gesprächssituationen

Viele Gespräche laufen gut. Es kann aber auch passieren, dass die Stimmung überraschend umkippt: aus einem friedlichen Austausch kann sich eine gereizte, explosive Begegnung entwickeln. Was passiert da?

Auf dem Hintergrund des Modells der „inneren Familie“ werden wir in dem Kurs solche Momente anschauen. Welche Persönlichkeitsanteile machen sich da in den beteiligten Personen bemerkbar? Innere „Kinder“, ein Kritiker, ein aufwühlender „Derwisch“, ein ängstiger „Katastrophenspezialist“ u.a. können als „Teilpersönlichkeiten“ die „Bühne“ betreten, auf der der Kontakt stattfindet. Wichtig hierbei ist es, rechtzeitig „Frühwarnsignale“ ernst zu nehmen. Wie kann die Aufmerksamkeit flexibel zwischen einem selbst und dem Gesprächspartner hin und her pendeln, bevor eine „Überflutung“ oder Erstarrung eintritt? Es geht um die innere Präsenz und das schöpferische Potential, das auch in brisanten Situationen befähigt, eigene Ideen und Impulse einzubringen.-

Nach kurzen theoretischen Einführungen aus einem systemischen wie auch einem spirituellen Hintergrund werden konkrete Begegnungen angeschaut und – in der Regel – in Kleingruppen besprochen. Achtsamkeitsübungen werden helfen, die Selbsterfahrung zu vertiefen.

Dozent*in:	Achim Weiser
Zielgruppe:	Psychologie- und Medizinstudierende
Zeit:	Montag, 18:00 bis 19:30 Uhr
Termine:	26.10., 02.11., 09.11., 16.11., 23.11., 30.11. und 07.12.20
Ort:	D.476
Teilnehmerzahl:	Min. 5 und max. 12 Teilnehmer*innen
Kontakt:	Achim.Weiser@uni-wh.de
Anmeldung:	UWE – IBAP

Das Gewissen: Zwischen quälendem Antreiber und hilfreichem Ratgeber

Wie lebt diese moralische Instanz in uns? Hilfreich oder drangsalierend? Hierüber werden wir uns austauschen und die Polarität: „Sklaventreiber“ im Gegensatz zum Ratgeber betrachten. Durch Aufstellungen dieser beiden Seelenanteile wird die unterschiedliche Qualität sichtbar werden. Ziel soll es sein, sich freier in diesem Feld bewegen zu können und das Gespür für die eigene „Gewisshaftigkeit“, für das, was sich als stimmig anfühlt, zu vertiefen.

Dozent*in:	Achim Weiser
Ort:	CE.006
Zielgruppe:	Psychologie- und Medizinstudierende
Termin:	Mittwoch, 13.01. und 20.01.21, jeweils 18:00 – 19:30 Uhr
Teilnehmerzahl:	Min. 5 und max. 15 Teilnehmer*innen
Kontakt:	Achim.Weiser@uni-wh.de
Anmeldung:	UWE – IBAP

BIOGRAPHIEARBEIT

Anthroposophische Biographiearbeit

Im Rahmen des Begleitstudiums wird biographische Einzelarbeit angeboten, welche den Studierenden die Gelegenheit gibt, an aktuellen Fragen und Herausforderungen der eigenen Biographie zu arbeiten. Gerade ein Studium erfordert viele Umstellungen, birgt Herausforderungen und wirft entsprechende Fragen auf. Die Biographiearbeit kann hier individuelle Gesprächsmöglichkeiten, Unterstützung und Begleitung bei aktuellen Entscheidungen, Problemen und Lebensfragen bieten. Das Angebot kann in Form von biographischer Einzelarbeit oder im Rahmen eines Fortbildungskurses in Anspruch genommen werden:

A – Biographie Einzelarbeit

Studierende erhalten im Rahmen dieses Angebotes individuelle Unterstützung und Begleitung bei aktuellen Entscheidungen, Lebensfragen und Problemen. Dies kann nicht nur eine persönliche Suche nach dem „Roten Faden“ sein, sondern auch die Erfahrung und Einübung einer Methode, mit der man später selbst mit Patienten arbeiten möchte. Für mehr Information und Anmeldungen gerne an biographiearbeit@uni-wh.de - Anmeldung ist ab sofort möglich.

Dozent*innen: Carine Biessels, Andrea Körsgen
Zeit: nach Absprache
Ort: Christopherus Hof
Zielgruppe: alle
Kontakt: C. Biessels, A. Körsgen; biographiearbeit@uni-wh.de



B – Kurs: Einführung in die Anthroposophische Biographiearbeit

In der Auseinandersetzung mit der eigenen Biographie können die Teilnehmer einer festen Gruppe die Methode der Biographiearbeit erleben. Neben Gesprächen nutzen wir kreative Mittel, um biographische Gesetzmäßigkeiten, eigene Lebensthemen, individuelle Kraftquellen, Motive und Fähigkeiten zu entdecken. Ein weiterer Schwerpunkt liegt im Einüben einer unterstützenden und wertschätzenden Gesprächsführung. Der Kurs versteht sich als zusammenhängende Einheit und die Teilnahme sollte nach Möglichkeit an allen drei Wochenenden erfolgen. Nach Teilnahme an den drei Einführungs-Wochenenden können die Teilnehmer in weiterführenden Vertiefungskursen ihre Kenntnisse und Fähigkeiten weiterentwickeln, um Biographiearbeit als zusätzliche Methode später im eigenen Berufsfeld nutzen zu können.

Vertiefungskurs II: Fr.-Sa. 16.10.-17.10. und 30.10.-31.10.2020
Zeit: jeweils Fr. 17:30 bis 21:00 und Sa. 9:30 bis 16:30
Dozent*innen: Carine Biessels und Andrea Körsgen

Ort: Christopherus Hof
Einführungskurs: Fr.-Sa. 15.01.-16.01.2021
Zeit: Fr. 17:30 bis 21:00 und Sa. 9:30 bis 16:30
Ort: Christopherus Hof
Zielgruppe: alle

Der Aufbau des Programms entspricht den Richtlinien der BVBA (Berufsvereinigung Biographiarbeit auf Grundlage der Anthroposophie). Mit allen Modulen (ca. 8 Wochenenden) wird die Qualifikation "Grundlagen der Anthroposophischen Biographiarbeit & Gesprächsführung für Ärzte und Psychologen" erreicht.

Für mehr Information und Anmeldungen: biographiarbeit@uni-wh.de



WISSENSCHAFT IM DIALOG

Die Psychologie als Wissenschaft steht sowohl in philosophischer als auch in neurowissenschaftlicher Tradition. Dieses Spannungsfeld bewusst zu überblicken, und womöglich zu überbrücken, inspiriert zu diesen Kursen und zum Dialog.

Einführung in die Grundlagen der Bewusstseinsforschung und der Anthroposophie

Dieser Kurs gibt eine Einführung in die Grundlagen der Bewusstseinsforschung und der Anthroposophie. Begriffe wie Körper, Seele und Geist werden vor allem aus philosophischer und psychologischer Perspektive betrachtet, aber auch durch praktische Meditations- und Introspektionsübungen untersucht. Psychologische Phänomene und philosophische Themen werden also nicht nur theoretisch verstanden, sondern auch mit unterschiedlichen Erste-Person-Methoden erforscht und womöglich in einem spirituellen Kontext eingebettet.

Dozent*innen: Terje Sparby und Ulrich Weger
Termin: Donnerstag, 10:15 bis 11:45 Uhr
Beginn: 22.10.20, siehe STUFU
Anmeldung: UWE – IBAP oder STUFU

Forschen mit Freude! *ONLINE*

EINZEL-Beratung bei der Ideenentwicklung und wissenschaftlichen Umsetzung für eine Bachelor-, Master- oder Doktorarbeit, die Dir Freude macht.

Viele Studierende haben meist schon erste Vorstellungen zu ihrer Bachelor-, Master- oder Doktorarbeit, sind sich aber noch unsicher, ob ihre Idee wissenschaftlich umsetzbar und/oder wirklich das Richtige für sie ist. Anderen Studierenden fehlt dagegen eine Idee, obwohl sich viele leidenschaftliche Interessen, Hobbies, ver-rückte Ideen, Fragen oder auch aktuelle Probleme oftmals für eine Abschlussarbeit eignen. Wenn Du Dich angesprochen fühlst, unterstütze ich Dich gern im Rahmen einer individuellen Einzelberatung, um mit Dir eine Idee zu entwickeln, die DIR wirklich FREUDE macht. Falls Du schon eine klare Idee hast, berate Dich ich auch gern ausführlich zum Thema wissenschaftliche Umsetzbarkeit.

Zentrales Anliegen dieses Beratungsangebots ist es, ein wissenschaftlich umsetzbareres Thema zu finden, das Dir FREUDE macht und Dir für Dein Leben, für Dich selbst und/oder für Deinen zukünftigen Beruf einen echten Mehrwert bringt. Denn mit wirklicher Leidenschaft und Begeisterung geht alles viel leichter von der Hand und man macht nebenbei auch noch viele andere positive Erfahrungen!

Dozent*in: Melanie Neumann
Termine: Nach individueller Absprache möglich an folgenden Montagen:
02.11., 16.11., 30.11., 25.05., 14.12.20 und 18.01.21
Zeit: Mo. 14:15-15:45, außer am 02.11. von 8:15-9:00 Uhr
Zielgruppe: alle Semester, Psychologie- und Medizinstudierende
Kontakt: melanie.neumann@uni-wh.de
Anmeldung: über UWE – LV Psychologie- IBAP

Dies ist ein Einzelberatungsangebot und kein Seminar, d.h. es kann immer nur eine Person pro Termin beraten werden. Daher ist es wichtig, dass Du Dich rechtzeitig vor den o.g. Terminen per E-mail an melanie.neumann@uni-wh.de wendest, um Dein Beratungsanliegen anzumelden.

Zusätzlich kannst Du Dich gerne jederzeit **auch außerhalb** der o.g. Beratungstermine an melanie.neumann@uni-wh.de wenden, um ein Beratungsgespräch über Telefon/Skype/Zoom zu einem anderen Zeitpunkt zu vereinbaren.



Schreiben und publizieren qualitativer Studien in wissenschaftlichen Zeitschriften – Ein Praxis-Workshop für Studierende und Doktoranden *ONLINE*

Die Zahl qualitativer Studien und qualitativer Artikel nimmt immer mehr zu. Aufgrund dieser wachsenden Beliebtheit bieten wir diesen Publikationsworkshop zum einen für solche Bachelor- und Masterstudierende aus der Psychologie an, die Interesse daran haben einen qualitativen Artikel anstatt einer normalen BA-/MA-Arbeit zu schreiben. Dieser Workshop richtet sich zum anderen auch an Doktoranden der Humanmedizin, die auf Basis einer qualitativen Studie, eine kumulierte anstatt einer normalen Doktorarbeit schreiben wollen. Ziel dieses Workshops ist es daher, dass Du anhand einer Basisvorlage zum Erstellen qualitativer wissenschaftlicher Artikel, eine praxisorientierte Einführung in das Schreiben und Publizieren qualitativer Studien erhältst. Darüber hinaus bekommst Du Antworten auf Deine individuellen Fragen zu Deiner Studie bzw. zu Deinem Artikel.

Dozentin:	Melanie Neumann, melanie.neumann@uni-wh.de
Termin:	Freitag, 15.01.2021
Zeit:	14:00 bis 17:00 Uhr
Zielgruppe:	alle Semester, Psychologie- und Medizinstudierende
Teilnehmer:	min. 5 bis max. 20
Anmeldung:	über UWE – LV Psychologie- IBAP

WEITERE KURSE AUS IBAM UND IBAP

Individualität und Begegnung – Ein Übungsseminar

Was ermöglicht das Soziale an individueller Entwicklung? Wie hängen Begegnung und Selbstbildung zusammen?

Die Besinnung auf diese Fragen sowie auf konkrete Begegnungssituationen können auf unscheinbare Zusammenhänge hinweisen, bei denen die Berührung mit dem anderen Menschen Entwicklungsschritte ermöglicht. Diese Zusammenhänge bewusster zu erfassen, kann einen Bezug zur Wirksamkeit in Begegnungen herstellen, der sowohl für die Selbstentwicklung als auch für die therapeutische und medizinische Praxis bedeutsam werden kann.

Dieses Seminar ist eine Erkundung dessen, wie der Andere nicht nur als eine Art Spiegelbild erlebt werden kann, sondern wie wir uns im Anderen erleben und in der Begegnung wie von außen entgegentommen. In diesem Sinne zeigt sich eine neue Form von Zwischenmenschlichkeit, bei welcher die Grenze zwischen Ich und Du durchlässiger wird, ohne die eigene Individualität aufzugeben. Das Interesse für den Anderen, das individuell geübt werden kann, ermöglicht eine verfeinerte Empfindungsbildung, die das Zwischenmenschliche neu gestalten lässt.

Durch Texte, Übungen sowie Gespräche regen wir individuelle Prozesse an, die über das Seminar hinaus weiterverfolgt und in der eigenen Praxis integriert werden können.

Die zwei Seminareinheiten bauen aufeinander auf. Für den Fall, dass wir über Zoom arbeiten sollten, werden genug bildschirmfreie Zeiten gegeben.

Dozent*in: David Richardoz

Termine: Sa. 07.11. und Sa. 21.11.20

Zeit: 9:30 bis 13:30, mit Pausen

Ort: 2.273 (07.11.) und CE.007 (21.11.)

Zielgruppe: Psychologie- und Medizinstudierende

Kontakt: david.richardoz@uni-wh.de

Anmeldung: UWE - IBAM und bei David Richardoz:

Melden Sie sich bitte neben der Anmeldung über UWE mit ein paar Sätze zu den Anliegen und Fragen, die sie zum Seminar mitbringen, bei david.richardoz@uni-wh.de an.

Heilpflanzenkurs Einführung

Die Pflanzenheilkunde ist die älteste Medizin der Menschheit; sie lässt sich bis in die Urzeit zurückverfolgen und hat sich im Laufe von Jahrtausenden bis zum heutigen Tag zu einem großen Erfahrungsschatz weiterentwickelt.

Wer aber hat den Menschen auf dieser Erde das Heilen mit Kräutern beigebracht?

Obwohl unsere Urahnen wohl kaum gegen Stress zu kämpfen hatten, sich nicht mit denaturierten Nahrungsmitteln ernähren mussten und in einem natürlichen Umfeld lebten, wurden auch sie von Krankheiten heimgesucht. Relikte aus der Frühzeit beweisen, dass selbst unsere Vorfahren in der Stein-, Bronze- und Eisenzeit schon Kräutersammler gewesen sind.

Woher hatten Menschen die Kenntnisse, welche Heilpflanzen für welche Krankheiten verwendet werden?

Es ist vorstellbar, dass sich die Menschen früher dank ihres natürlichen Lebensrhythmus und ihrer Naturverbundenheit ein feines Gespür aneigneten, das sie intuitiv die Heilanzeigen von Kräutern erahnen ließ.^[1] Dieses Gespür hielt sie wohl ebenso vom Verzehr giftiger Wurzeln oder Beeren ab, wie ihre natürliche Ernährung sie lehrte, dass nach dem Genuss bestimmter Wurzeln, Beeren oder Blätter gesundheitliche Beschwerden gelindert wurden. So konnten sie

sich einen empirischen Wissensschatz aufbauen, der sich im Lauf der Zeit immer mehr verfeinerte und vervollständigte.

Auch heute noch werden Pflanzen in allen Kulturen der Welt zu Heilzwecken eingesetzt. Wichtig ist das Wissen um die Verwendung und die Dosierung. Die Inhaltsstoffe sind meistens so vielfältig, dass sie nur im Zusammenspiel miteinander ihre heilende Wirkung entfalten können.

Der Kurs ist ein innovatives Studienprojekt, das mehrere miteinander verwobene Wissenschaftszweige zusammenführt, um das bemerkenswerte therapeutische Potenzial von Pflanzen und die praktischen Anwendungen dieses Wissens deutlich zu machen.

Der Lehrgang wird folgende Sachgebiete theoretisch und praktisch behandeln: Pflanzenbetrachtungen und Phytologie, „Green Pharmacy“ und Pharmakologie, Gartenbau, Ethnomedizin und Kräuterökologie.

Der Kurs bietet jedoch auch Raum für neue Ideen und kreative Lösungen. Im gesteckten Rahmen besteht inhaltliche Offenheit und die Möglichkeit persönliche Themen einzubringen und eigene Projekte selbstorganisiert und selbstverantwortlich zu verwirklichen.

Dozent*innen:	D. Wagner und F. Edelhäuser
Zeit:	Dienstag, 17:00 bis 18:30 Uhr und nach Vereinbarung
Termine:	13.10., 15.10. (Donnerstag!), 20.10., 27.10., 01.12., 08.12., 15.12.2020, sowie 12.01., 19.01. und 26.01.2021
Ort:	UWH oder GKH - Der praktische Teil des Kurses wird im Sommersemester im Heilpflanzengarten des GKH in Herdecke stattfinden.
Zielgruppe:	Psychologie- und Medizinstudierende
Teilnehmerzahl:	max. 12 Teilnehmer*innen
Kontakt:	F. Edelhäuser
Anmeldung:	UWE – IBAM/IBAP



Zur Physiologie und Psychologie von Frau und Mann

Weibliche und männliche Konstitution - was bedeutet das in anatomischer, physiologischer, psychologischer und pathophysiologischer Betrachtung?

Welche Unterschiede prägen die Psychosomatik und das Verhältnis Leib-Seele-Geist bei Mann und Frau? Was zeigt die embryologische Entwicklung? Wie verhalten sich das Weibliche und das Männliche zum allgemein Menschlichen? Welche geschlechtsspezifischen Veränderungen ergeben sich im Lebenslauf (Kind, Pubertät, Erwachsenenzeit, Alter)?

Dozent*innen:	N. Fels, B. Maris
Termin:	23.01.21
Zeit:	9:30 bis 18:00 Uhr
Ort:	Therapeutikum Krefeld
Zielgruppe:	Psychologie- und Medizinstudierende
Kontakt:	F. Edelhäuser
Anmeldung:	UWE-IBAM

Ernährung - Ökologie - Medizin

Unsere Ernährung und Landwirtschaft als Schlüsselrolle

Was ist eine gesundende Ernährungsweise? Welchen Einfluss kann die Ernährung auf Gesundheit, (gesunde) Lebenserwartung und Krankheitsverlauf haben? Wie kann man sich einen Eindruck über die Rolle der Ernährung in der Prävention und Therapie verschaffen? Und vor allem: Wie kann ich sie in meinem Alltag und therapeutisch in meinem Beruf wirksam werden lassen?

Unsere Ernährung stellt heute unseren wichtigsten krank-machenden Lebensstil-Faktor dar - noch vor dem Rauchen und dem Bewegungsmangel. Eine gesunde Ernährungsweise kann wesentlich zu einer Verbesserung von z.B. Diabetes, Herzerkrankungen, Rheuma, manchen Krebsarten, Adipositas, erhöhten Blutfettwerten, Bluthochdruck oder auch Asthma beitragen oder diese prophylaktisch verhindern helfen, bevor man erkrankt... Bei der Behandlung von Herzerkrankungen oder Diabetes Typ 2 beispielsweise ist eine gesunde Ernährung sogar teilweise wirksamer als Medikamente und sollte die Therapie immer ergänzen.

Das Gebiet der Ernährung ist ein im Medizinstudium vernachlässigter Fachbereich. Es wird praktisch kaum gelehrt und von Ärzten im therapeutischen Alltag nicht ausgeschöpft. Aus Un-erfahrenheit, Frust - „der Patient tut ja doch nicht, was man sagt“ - oder abgetan als Ernäh-rungs-Moden, kommen die ungeahnten Möglichkeiten der Ernährungstherapie viel zu kurz. Dabei können bereits einfache Ernährungsveränderungen schwere Erkrankungen um Jahre verzögern und sogar gänzlich verhindern, dies zeigt sich in vielen neuen Studien der letzten Jahre, aus welchen ich einige vorstellen möchte.

Im Seminar wollen wir Aspekte einer gesunden Ernährungsweise diskutieren. Es sollen die verschiedenen Möglichkeiten der Ernährungsmedizin für die Prävention, aber auch für die Therapie bei bereits eingetretener Erkrankung verdeutlicht werden. Und wir wollen auch den Blick auf den ärztlich/therapeutischen Alltag werfen, wie die Ernährungstherapie umgesetzt werden kann.

Am Freitag-Abend finden Vorträge zur Einführung in die Ernährungsmedizin und die Auswirkungen unserer Ernährung auf unser Ökosystem durch die Lebensmittel-Erzeugung statt.

Dozent*innen: Sebastian Göbel, Severin Hoensbroech, Friedrich Edelhäuser
Termin: Fr. 08.01. bis Sa. 09.01.21
Zeiten: Freitag 18:00 - 21:00 Uhr, Vortrags-Abend, Online-Konferenz
Samstag 09:00 - 18:00 Uhr, Seminar, Online-Konferenz
Zielgruppe: Alle Interessierten, insb. Psychologie und Medizin 1. bis 12. Sem
Kontakt: Friedrich Edelhäuser
Anmeldung: UWE – IBAM



ARBEITSKREISE UND INITIATIVEN

Indem wir heute Fragen stellen, können wir in Antworten für Morgen hineinleben. So entstehen aus den eigenen Fragen und den Fragen der Zeit Initiativen, die einen Impuls weitertragen. Die bestehenden Arbeitsgruppen laden herzlich zur Mitarbeit ein und das IBAP unterstützt neu entstehende Initiativen gerne logistisch (Kontakt: barbara.pfrenge-laengler@uni-wh.de) und beratend im Prozess (Kontakt: melanie.neumann@uni-wh.de). Auch das Initiativlabor der UWH und der Raum der Stille sind als Ansprechpartner für Eure Ideen da.

Initiativlabor der UWH

Das Initiativlabor ist eine Kooperationsstelle für engagierte Studierende und bestehende Initiativen, dabei sind unsere Aufgaben vielseitig aufgestellt. Wir betreuen, beraten und vernetzen studentische Initiativen und sind für jegliche Fragen und Anregungen offen. Abgesehen davon sind wir auch das Nachhaltigkeitsbüro der Universität und begleiten Projekte an unserer Uni und für unsere Uni. Dabei bauen wir die Zusammenarbeit zwischen der Uni und der Stadt Witten weiter aus. Wir freuen uns von euch zu hören.



Initiativlabor

Engagement | Vernetzung | Nachhaltigkeit

Kontakt: initiativlabor@uni-wh.de

Raum der Stille

Seit Oktober 2015 steht der Raum der Stille Studierenden, Mitarbeitern der UW/H und Gästen für meditative Übungen zur Verfügung. Hier finden neben individuell zu gestaltenden Freiräumen regelmäßige Meditationskurse verschiedener Richtungen und meditative Bewegungskurse (Yoga, Eurythmie) für verschiedene Stufen (Anfänger, Fortgeschrittene) statt. Die Kurse sind in der Regel kostenfrei und werden ehrenamtlich durch die jeweiligen Dozent*innen begleitet. Manche Kurse arbeiten mit dem Prinzip des Energieausgleichs in Form einer freiwilligen Spende. Der Raum der Stille befindet sich im Raum 2.271 auf der zweiten Etage über dem Audimax und wird vom Verein Raum der Stille an der UW/H e.V. mit ca. 500 Mitgliedern getragen. Für die aktuelle Kursplanung sowie zur Vereinsarbeit sind Fragen, Anregungen und Ideen herzlich willkommen, ebenso wie aktive Mitgestaltung. Aktuelle Infos finden Sie unter www.facebook.com/raumderstilleUWH sowie auf der Pinnwand vor dem Raum der Stille und im Bereich der Cafeteria.

Kontakt: raumderstille@uni-wh.de

Arbeitskreis Ernährung

Ernährung ist in aller Munde - im wahrsten Sinne des Wortes. Es betrifft Jede und Jeden. Täglich. Viele Fragen eröffnen sich rund um das Thema Ernährung. In Verbindung mit Gesundheit stellt sich die Frage: Was macht uns krank? Wie können wir uns gesund halten und eine Genesung unterstützen? Welche Rolle sollte die Ernährung im Gesundheitssystem bekommen? Wie können wir dies erreichen? Natürlich stellen sich auch Fragen bezüglich der Umweltpolitik und Klimakrise: Wo kommt unser Essen her? Was ist in den verarbeiteten Produkten enthalten und welchen Einfluss nehmen sie auf uns und die Welt?

Fragen wie diese diskutieren wir in gemütlicher Runde oder auch mal bei einem gemeinsamen Kochabend. Es können eigenen Themen mitgebracht werden und Projekte angeregt und umgesetzt werden. Im Sommersemester 2019 widmeten wir uns beispielsweise verschiedenen Erkrankungen und Ernährungsweisen. Ebenso beleuchteten wir wie Darm und Psyche sich beeinflussen. Im Wintersemester 2019 wurden wir weitreichend praktisch aktiv, durch Vorträge auf Konferenzen sowie einer Lehrstunde für Medizinstudierenden im Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke. Dieses Semester sollen weitere Projekte, darunter eine Filmreihe zu Ernährung und Planetary Health, realisiert werden. Deine Anregungen und das Mitwirken darin, sowie einfach Lust auf Austausch zum Thema Ernährung, sind wärmstens willkommen!

Kontakt: arbeitskreis.ernaehrung@uni-wh.de
Zeit: Sonntag 18.10., 22.11., 13.12., und 17.01.2021
Jeweils 18:00 bis 20:00 Uhr
Ort: Initiativenraum im Unikat oder Zoom



Initiative Weltgesundheit

Die Initiative Weltgesundheit ist aus einer Kooperation zwischen dem Integrierten Begleitstudium Anthroposophische Medizin (IBAM) und dem gemeinnützigen Verein L'appel Deutschland e.V. entstanden. Sie ist eine Initiative von Studierenden der Fakultät für Gesundheit, die sich mit unterschiedlichen Erfahrungen und Ideen aus dem Impuls heraus treffen, Gesundheit aus einer globalen Perspektive verstehen zu wollen. Sie möchten der oft empfundenen Hilflosigkeit, in Anbetracht der meist sehr undurchsichtigen weltweiten Problemfelder durch das Aufzeigen von Handlungsmöglichkeiten begegnen und diese für Menschen in heilenden Berufen greifbarer machen. Die Initiative eröffnet über das Organisieren von Vorlesungen, Workshops und einer Vortragsreihe einen Raum für Fragen, die unsere globalisierte Zeit bestimmen.

Weitere Informationen auf: <https://de-de.facebook.com/Weltgesundheit/> oder über weltgesundheit@gmail.com

AG Psycho-Neuro-Immunologie

Die Psychoneuroimmunologie (PNI) ist ein neuer Fachbereich, der sich wissenschaftlich mit den Wechselwirkungen von Psyche, Immun- und Nervensystem beschäftigt. In unserem Arbeitskreis beschäftigen wir uns mit Erkenntnissen der PNI und den Implikationen davon für unser Verständnis von Gesundheit und Heilung.

Wir möchten in der Erforschung dieses Feldes eine Balance von Theorie und Praxis schaffen und uns sowohl mit Studien und Vorträgen beschäftigen als auch die PNI Interaktionen selber anhand praktischer Workshops erleben. Unser jetziges Ziel ist die Organisation einer Vortragsreihe und längerfristig eines Wittener PNI Kongresses. Interessierte sind herzlich eingeladen.

Kontakt: mira.leass@uni-wh.de

Termine und Zeiten der nächsten Treffen:

Erstes Treffen am 19.10.20 um 19:00 Uhr

Dann jeden 2. und 4. Montag im Monat von 19:00 bis 20:30 Uhr

Ort: variabel, bitte melden bei mira.leass@uni-wh.de

FORSCHUNGSANGEBOTE IM IBAP

In der zeitgenössischen Theoriebildung werden psychologische Prozesse heute in der Regel aus biologischen Vorgängen erklärt. Damit wird das seelisch-geistige Leben des Menschen als Anhang physiologischer Prozesse verstanden. Demgegenüber bemüht sich Forschung im Sinne eines ganzheitlichen Menschenbildes, leibliche, seelische und geistige Prozesse gleichwertig ernst zu nehmen. Damit stellt sich die Frage, wie Forschung auf diesen Ebenen stattfinden und unser psychologisches Verständnis bereichern kann.

Unten finden sich einige aktuelle Projekte in diesem Zusammenhang.

Sprechen Sie die einzelnen Vertreter gerne auf diese oder weitere Schwerpunkte an - oder bringen Sie eigene Fragen/Interessen mit, an denen Sie selbst arbeiten möchten und für die Sie einen Ansprechpartner suchen.

PRAXISPROJEKT - Projekt als Thema einer Bachelor- oder Masterarbeit in der Psychologie:

Psychosoziale Situation der Angehörigen, Partner und Freunde von chronisch traumatisierten Erwachsenen, die in der Kindheit/Jugend sexuelle, körperliche, emotionale Gewalt oder schwere Vernachlässigung erfahren haben.

Anhand von persönlichen oder digitalen Interviews werden Angehörige, Partner und Freunde von schwertraumatisierten Menschen befragt. Während letztere sich in psychotraumatheapeutischer Behandlung befinden, mangelt es oft an Begleitungsmöglichkeiten ihrer Bezugspersonen und der diesbezügliche Bedarf ist kaum bekannt. Zentrale Forschungsfrage ist, welchen Informations-, Beratungs- und Begleitungsbedarf diese Personen haben. Die Projektergebnisse werden zur empirischen Grundlage eines Ratgebers für diese Zielgruppe.

Die Studierenden werden in die Vorbereitungsphase des Projektes miteinbezogen und die Interviewfragen mit der Betreuerin entwickelt. Im Anschluss werden sie die Befragungen selbstständig durchführen, transkribieren und zuletzt qualitativ analysieren.

Projektbetreuer*in: Alejandra Mancini, Dipl.-Psych.Psychotherapeutische Praxis Mancini

Kontakt: Alejandra.Mancini@uni-wh.de

Ort: Psychotherapeutische Praxis Mancini, Alte Straße 4 in 58452 Witten

Termine: Nach Absprache. Ein Termin zum Kennenlernen und Besprechen mit Interessenten ist für Oktober geplant.

PROJEKT: Mikrophänomenologie als Erste-Person-Methode

Die Mikrophänomenologie ist eine Methode, die die erlebte Erfahrung mit Gründlichkeit und Präzision untersucht. Die Methode wurde schon in vielen unterschiedlichen Forschungsbereichen eingesetzt: Klinische Forschung, Ästhetik, Kognitionswissenschaft und Meditationsforschung. Bisher wurde aber die Mikrophänomenologie hauptsächlich als Zweite-Person-Methode aufgefasst. In diesem Projekt geht es darum, die Erste-Person-Variante der Methode zu entwickeln und zu validieren.

Ansprechpartner*in: Dr. phil. Terje Sparby – terje.sparby@uni-wh.de

PROJEKT: Anthroposophische Meditationserfahrungen

Dieses Forschungsvorhaben untersucht Meditationserfahrungen bei anthroposophisch meditierenden Menschen. Das Projekt wird in Kooperation mit einer Forschungsgruppe (geleitet von Dr. Ullrich Ott) am Bender Institute of Neuroimaging an der Justus-Liebig-Universität Gießen durchgeführt. Alle Aspekte der anthroposophischen Meditationspraxis werden untersucht, und bis jetzt hat die qualitative Analyse über 50 Erfahrungskategorien erschlossen. Darüber hinaus werden die Werke von Rudolf Steiner, die sich auf Meditation beziehen, untersucht; eine ausführliche Darstellung der anthroposophischen Meditation ist im Entstehen. Die ersten Publikationen sind im Erscheinen. Studentische Mitarbeit ist durchaus erwünscht, wenn sich jemand für ein bestimmtes Thema interessiert, beispielsweise: Schwellenerfahrungen, Wesensbegegnungen oder die Wirkung von Meditation im Alltag.

Ansprechpartner*in: Dr. phil. Terje Sparby – terje.sparby@uni-wh.de

F2-MODUL (Masterstudium): Glück, Leiden, Schwierigkeiten und Durchbrüche in der Meditation

Dieses Projektseminar beschäftigt sich mit der Verbindung von Glück, Leiden, Schwierigkeiten und Durchbrüche in der meditativen Praxis. In den traditionellen Texten der kontemplativen Traditionen, wie „Die Dunkle Nacht“ von Johannes vom Kreuz, sind Fortschritte in der Praxis mit gewissen inneren Schwierigkeiten verbunden. Heute sind unterschiedliche positive Wirkungen der Meditation mehrfach bestätigt worden, wobei die kausalen Zusammenhänge kaum erforscht worden sind. Gibt es einen Zusammenhang zwischen Schwierigkeiten und Erfolg in der Meditation? Welche positiven Wirkungen sind mit welchen Schwierigkeiten verbunden? Unter welchen Umständen entstehen Durchbrüche? Wie verstehen wir überhaupt Glück und Erfolg in der Meditation?

Ansprechpartner*in: Dr. phil. Terje Sparby – terje.sparby@uni-wh.de

PRAKTIKUMSANGEBOTE

im Bereich anthroposophische Psychotherapie/Psychiatrie/Psychosomatik

CHRISTIANI e.V.

Das Reha-Zentrum *CHRISTIANI* ist eine medizinisch-berufliche Rehabilitationseinrichtung für psychisch erkrankte Menschen (RPK-Modell). In der bis zu zwei Jahre dauernden Maßnahme werden schwerpunktmäßig junge Menschen mit Psychosen oder Persönlichkeitsstörungen in einem multiprofessionellen Team (Psychiatrie, Psychologie, Ergo-, Kunst-, Physiotherapie, Heileurythmie, Sozialpädagogik, Krankenpflege, Arbeitserzieher etc.) behandelt.

Inhalt: anthroposophisch-sozialtherapeutische Sozialpsychiatrie und Rehabilitation, Testdiagnostik, Arbeitserprobung, Teambesprechungen, Reha-Planungen, Einzel-, Gruppentherapie. Unterkunft und der schöne Südschwarzwald mit Nähe zu Zürich, Basel, Dornach inklusive. Gerne stehen wir für weitere Informationen oder einen Rundgang zur Verfügung.

Ansprechpartner*in:

Silvan Bittner Tel. 07753-921123 bittner@christiani-ev.de
<https://www.christiani-ev.de/>

Klinikum Heidenheim

Angebot von Praktika im Bereich Allgemeinpsychiatrie, Tagesklinik, Psychotherapie und Psychosomatik, Dauer 4-6 Wochen.

Was bieten wir unseren Praktikant*innen: Teilnahme an Visiten, Teambesprechungen, Gruppenangeboten, internen Fortbildungen, Teilnahme an Einzelgesprächen bzw. Therapien soweit möglich; Kennenlernen des gesamten Therapieangebots der Klinik (Kunst-, Ergo-, Musik-, Bewegungstherapie); Teilnahme am Home-Treatment, im Einzelfall, supervidierte Durchführung von Testdiagnostik.

Ansprechpartner*in:

Dr. Silvia Streitl-Proske Silvia.Streitl-proske@kliniken-heidenheim.de
<https://www.kliniken-heidenheim.de/>

Filderklinik in Filderstadt bei Stuttgart

Anthroposophische integrativmedizinische Klinik mit zwei psychosomatischen Stationen (sowohl für Erwachsene als auch für Kinder). Patient*innen mit Angststörungen, Depressionen, Erschöpfungszuständen, Traumafolgestörungen, somatoformen Störungen werden in multiprofessionellen Teams behandelt.

Ansprechpartner*in:

Frau Eva Knies e.knies@filderklinik.de

Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke

Psychosomatische Medizin & Psychotherapie, stationärer Bereich der Abteilung für psychosomatische Medizin und Psychotherapie: 16 Betten-Station mit allgemein-psychosomatischer Versorgung; Schwerpunkte: Traumatherapie, Ressourcen-Orientierung, anthroposophische Medizin, tiefenpsychologischer Ansatz mit Methodenvielfalt.

Was bieten wir unseren Praktikant*innen: Erfahrungen mit Patient*innen aus einem breit gefächerten Krankheitsspektrum; beobachtende Teilnahme an Einzel-, Gruppen- Therapien, an künstlerischen Therapien (Malen, Plastizieren, Musik, Sprache, Theater), an der Heileurythmie – kurzfristig und im longitudinalen Vollzug; Übernahme therapeutischer Maßnahmen wie Imaginationsgruppen, Freudebiographie), Teilnahme an Fallbesprechungen, Fortbildungen, Übergeben, Supervisionen; Erstellen biographischer Anamnesen und begleitetes Erstellen eines Fallberichts.

Ansprechpartner*in:

Herr Heinemann j.heinemann@gemeinschaftskrankenhaus.de

Frau Dr. med. G. Lutz g.lutz@gemeinschaftskrankenhaus.de

<https://www.gemeinschaftskrankenhaus.de>

STIPENDIUM

NEU: Paul von der Heide-Förderstipendium für Psychologiestudierende

Seit über 10 Jahren fördern wir Medizinstudierende in ihrer Ausbildung in Anthroposophischer Medizin. Mit diesem neuen Stipendium unterstützen wir Studierende für die Dauer ihres Studiums in ihrer Ausbildung in Anthroposophischer Psychotherapie. Es gibt verschiedenste Möglichkeiten, sein Menschenbild und seine Ansätze in Richtung der Anthroposophischen Psychotherapie zu erweitern und zu vertiefen, wie z.B. Weiterbildungen, Ausbildungen, Seminare, Tagungen, Kongresse und regionale Arbeitskreise. Wir haben selbst schon einige dieser Möglichkeiten erlebt und freuen uns, Dich ideell und finanziell auf Deinem Weg mit der Anthroposophischen Psychotherapie unterstützen zu können.

Wir...

- bieten Orientierung über verschiedener Ausbildungswege,
- fördern die persönliche Begegnung von jungen Menschen untereinander sowie den Austausch mit erfahrenen Psychotherapeut*innen, Ärztinnen und Ärzten, u.a. während unserer Stipendiaten-Treffen,
- bieten finanzielle Förderung für Veranstaltungen zu Anthroposophischer Psychotherapie und Anthroposophischer Medizin,
- vermitteln bei Bedarf Mentor*innen
- bieten Unterstützung bei Forschungsprojekten zur Anthroposophischen Psychotherapie/Menschenkunde, sowie Unterstützung für Master Arbeiten in diesem Bereich
- und mehr.

Stipendium beantragen: Einen Antrag können Psychologiestudierende stellen, die sich für Anthroposophische Psychotherapie interessieren oder bereits wissen, dass sie sich in Anthroposophischer Psychotherapie ausbilden wollen.

Weitere Infos: www.ifaam.org E-Mail: info@ifaam.org



ANKÜNDIGUNGEN

One Health: Landwirtschaft, Ernährung, Gesundheit

Ringvorlesung im Rahmen des Studium Fundamentale UW/H WiSe 2020/21

Klimawandel, Artensterben, Mangelernährung, Corona-Pandemie, Überernährung und ein damit verbundener rasanter Anstieg ernährungsbedingter Krankheiten wie Herz-Kreislauf-Probleme, Diabetes, Bluthochdruck: die Gesundheit von Mensch und Planet ist massiv bedroht.

Einer der größten Hebel für gesundende Veränderungen ist das Ernährungssystem. Patentrezepte gibt es nicht, aber viele Suchbewegungen für zukunftsfähige Lösungen. In dieser öffentlichen Ringvorlesung beschäftigen sich BiologInnen, Agrar- und ErnährungswissenschaftlerInnen, Tier- und HumanmedizinerInnen sowie ÖkonomInnen in einem interdisziplinären Ansatz mit den systemischen Zusammenhängen und den Interdependenzen von Landwirtschaft, Ernährung und Gesundheit. Mit Lösungsansätzen und Best-Practice Beispielen wird diskutiert wie man dieser Bedrohung entgegenwirken und unter Berücksichtigung der Gesundheit für Mensch und Planet Lebensmittel zukunftsfähig und klimafreundlich anbauen, verarbeiten und verzehren kann.

Beispielhafte Themen, die in mehreren Impulsvorträgen vorgestellt und dann in Gesprächen zwischen Referenten und Teilnehmenden vertieft werden, sind u.a.: One Health, die planetengerechte Ernährung, integrative Gesundheitsmodelle, die Farm-to-Fork Strategie der EU, Tierwohl und die Auswirkungen der Mensch-Tierbeziehung auf das Klima, Lebensqualitätsökonomie, bildungssolidarische Landwirtschaft, der Mensch und seine Rolle im Anthropozän. Suchen und diskutieren Sie mit!

Termin: Donnerstag, Beginn 15.10.2020
Zeit: 15:45 bis 17:15 Uhr
Ort: siehe UWE - STUFU



Students in Healthcare – Virtual Conference

The aim of the conference is to explore the various ways students can contribute as autonomous members of the healthcare team with important roles. Our program offers a wide range of topics from the field of medical education. In oral presentations, workshops, small group sessions and plenary discussions we will present and discuss existing models, approaches and requirements and consider best practices to advance both: education and patient care.

On the first day (Wednesday) our prominent speakers will highlight the various aspects of the teachers and students - envisioning a new role for students.

On the second day (Thursday) we will focus on the question: what we learn from the Corona Pandemic for medical teaching. For this part of the program we were able to attract excellent scientists from several countries, who will present their current research results.

Termin: Mittwoch 04.11. bis Donnerstag 05.11.2021
Kontakt: students-in-healthcare@uni-wh.de
Info: <https://students-in-healthcare.uni-wh.de/>

Körperlich – Themenwoche

Die Körperlich-Themenwoche bietet die Möglichkeit, ganzheitliche Therapieverfahren der Psychologie, die den Körper und künstlerische Ansätze einbeziehen, zu erleben. Es wird ein Raum geschaffen für wertschätzende Begegnung und interdisziplinären Austausch. Die Woche wird von einem studentischen Team vorbereitet.

Die Woche bietet Gelegenheit, ...

... **integrative Therapiemethoden** kennen zu lernen: Erfahrene Therapeuten stellen den Teilnehmenden ihr Konzept bzw. ihre Arbeitsweise theoretisch vor, regen die Teilnehmenden zur kritischen Auseinandersetzung an und lassen diese durch ein praktisches Erleben die integrative Therapiemethode entdecken.

... **den Körper neu zu erfahren:** In den Workshops sollen Verfahren, welche bewusst den Körper in den Fokus rücken, vorgestellt werden. Ziel ist es, den Teilnehmenden die Möglichkeit zu geben, aktiv mit ihrem Körper zu arbeiten und diesen dadurch neu und umfassender zu erleben.

... **sich zu vernetzen:** Durch das gemeinsame Interesse am Thema möchten wir Teilnehmende und Workshop-Leitende aus diversen Fachrichtungen zusammenbringen, um Begegnungen, Austausch und Diskussionen zu fördern. Hierzu können die Teilnehmenden auch den OpenSpace nutzen, indem sie eigene Ideen und Beiträge einbringen

Termin: Samstag 06.03. bis Samstag 13.03.2021
Kontakt: info.koerperlich@uni-wh.de
Info: <https://de-de.facebook.com/KoerperlichThemenwoche/>

Veranstaltungen im Rahmen des dreijährigen Curriculums Ärztliche Bewusstseinsbildung und Ethik

*Jahr 2: Die Freigabe der "Vernichtung lebensunwerten Lebens".
Das negierte Lebensrecht des Anders-Seienden.*

Vorbereitungstag auf die Exkursion nach Hadamar

Termin: Freitag, 16.10.2020
Zeit: 13:30-18:30 Uhr Online

Exkursionstag in der ehemaligen Tötungsanstalt Hadamar, Hessen

Termin: Samstag 17.10.2020
Info: Diethard.tauschel@uni-wh.de

Nachbereitungstag

Termin: Sonntag, 18.10.2020
Zeit: 09:30-13:00 Uhr Online

Öffentlicher Präsentations- und Diskussionstag

Termin: Samstag, 05.12.2020
Zeit: 14:00 -21:00 Uhr

*Jahr 3 (Neueinstieg möglich): Politisch-soziale Diskriminierung und
Verfolgung. Das entstellte Bild des Menschen.*

Einführungsvortrag (P. Selg)

Termin: 28.01.2021
Zeit: 19:00-20:30 Uhr
Anschließend Gespräch mit Teilnehmenden

*Exkursion Gedenkstätte ehem. KZ Buchenwald, das Weimar des Idealismus &
Erinnerungsort Topf & Söhne - die Ofenbauer von Auschwitz - in Erfurt*

Termin: Do. 15.04. - So. 18.04.21

Anthroposophie und Rassismuskritik

Vortrag von Peter Selg

Termin: Donnerstag, 26.11.2020
Zeit: 19:00 Uhr

ERFAHRUNGSBERICHTE VON TEILNEHMER*INNEN

Integrativer Falltag

Nun liegt es schon etwas zurück und doch war ich in zu Beginn im Team dabei den integrativen Falltag von der Idee zur Umsetzung zu begleiten. Immer war mir dabei im Hinterkopf das Streben von Prof. Dr. Peter F. Matthiessen für den Pluralismus in der Medizin. Es war für mich so glasklar, so einleuchtend, dass es auch in der Psychologie und Psychotherapie über eine patientenorientierende Gesundheitsversorgung hinaus eine zielgerichtete, begründete und lebendig durchdachte Synthese der pluralistischen psychotherapeutischen Therapieausrichtungen geben müsste. So haben wir als Team uns zur Aufgabe gemacht, eine Brücke schlagen zu wollen zwischen den traditionell separierten psychotherapeutischen Schulen und komplementären, integrativen und anthroposophischen Psychotherapieschulen und dafür zum Dialog einzuladen. Durch einen kritischen, aber ebenso unvoreingenommenen Dialog soll eine absolute Trennung dieser Schulen überwunden werden zugunsten einer Integrativen Psychologie. Gemeint ist kein beliebiger Pluralismus, sondern ein rational begründeter Pluralismus – also eine Pluralität unterschiedlicher Denk- und Praxisansätze, die wechselseitig zu einem sinnvollen Ganzen zusammengefügt werden und sich an den vielfältigen, individuellen Bedürfnissen der Patienten orientieren.

Wozu das Ganze? Überwindung zugunsten einer optimalen Gesundheitsversorgung, die den Menschen noch umfassender als Individuum im Gesamtzusammenhang seiner biologischen, seelischen, geistigen, sozialen, ökologischen, kulturellen und spirituellen Dimension versteht.

Als angehende, wachsende PsychologInnen, MedizinerInnen, PsychotherapeutInnen, ÄrztInnen oder auch aus der Sicht der PatientInnen – Wie wollen wir behandeln – wie wollen wir behandelt werden? Müssen wir uns so behandeln lassen, wie es der/die Therapeut In vorgibt? Sollen wir es dem Patienten/der Patientin so vorgeben, wie wir es in unserer Ausbildung gelernt haben? Was ist mit unserem eigenen Gestaltungswillen? Welche Vorstellungen und Wünsche sind unsere Handlungsbasis?

Wie können wir unsere Behandlung aus eigener, kritischer Einsichtsfähigkeit und Bewusstheit gestalten? Wie könnte eine personalisierte Psychotherapie konkret aussehen und Umsetzung finden?

*Ohne diese Vorworte und Vorüberlegungen würde dem Falltag einiges fehlen. Der integrative Falltag selbst war jedoch auch ein Erlebnis. Der erste war deutlich besser besucht als der zweite, aber dessen ungeachtet, waren es intensive Runden, die die Möglichkeit zum kritischen Austausch und Erfahren einzelner Therapieausrichtungen boten. Was sonst eher theoretisch in Vorlesungen besprochen wurde, zeigte sich durch die reale Anwesenheit eines Patienten deutlich lebendiger, respektvoller und warf viel mehr noch innere Fragen auf, die dann gemeinschaftlich kritisch bewegt werden konnten. Die TeilnehmerInnen hatten Raum Fragen an den Patienten und Therapeuten zu stellen und sich kritisch auszutauschen. Auch die eingeladenen Therapeuten konnten die vorgesehenen Zeiträume nutzen, um in den Dialog über Therapie und komplementäre Verfahren zu kommen. An vielen Stellen gibt es sicherlich noch Ausbau- und Weiterentwicklungsmöglichkeiten – auch was den Einbezug von Ärzt*innen und Medizinstudierenden anbelangt, aber das kommt mit den Ideen der Studierenden und Teammitgliedern. Ich fühle mich sehr bereichert durch die Planung und Real-Werdung dieses Tages und hoffe, dass es weitergeht!*

Danke dem IBAP und IBAM, dass dieser Tag stattfinden durfte!

Laura S.

Achtsamkeitsmeditation

„Der Kurs wurde ein wichtiger Bestandteil meiner Woche. Auch wenn die Kurse immer abends waren, hatte ich danach meist mehr Energie und fühlte mich gelassener und entspannter. Ich hatte das Gefühl, dass die Übungen sehr nachhaltig für die gesamte Woche waren.“

Johanna W.

MITWIRKENDE IM BEGLEITSTUDIUM



Prof. Ulrich Weger, PhD

Seit 2012 am Department für Psychologie und Psychotherapie verantwortlich für die Sozialpsychologie und die Grundlagen der Psychologie. Forschungen zur Erste-Personen-Qualität psychologischer Phänomene als Tor zur Erforschung des Seelisch-Geistigen.



Prof. Dr. med. Friedrich Edelhäuser

Neurologe, Leiter Abteilung für Frührehabilitation am Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke. Kollegiale Leitung des Integrierten Begleitstudiums Anthroposophische Medizin mit vielen studentisch impulsierten und mitgestalteten Projekten. Thematische Schwerpunkte sind der Zusammenhang von Wahrnehmen und Bewegen, Introspektionsforschung (Erste-Person-Perspektive), moderne aktivitäts- und teambasierte Unterrichtsdidaktik, Teambildungs-, Aus- und Weiterbildungsfragen.



Diethard Tauschel

Arzt, Mitglied des Leitungsteams IBAM und IBAP sowie wissenschaftlicher Mitarbeiter im Studiendekanat Humanmedizin. Seine Arbeitsschwerpunkte sind Anthropologie, spirituelle Entwicklungsfragen und die Gestaltung der klinischen Ausbildung in der Humanmedizin - insbesondere die Frage, wie Studierenden- und Patientenzentrierte Lernumgebungen mit realen Patienten geschaffen werden können.



Dr. med. Christian Scheffer, MME

Fakultät für Gesundheit (Department für Humanmedizin)
Lehrstuhl für Medizinthorie, Integrative und Anthroposophische Medizin
Integriertes Begleitstudium Anthroposophische Medizin (IBAM)
Leitung



Dr. phil. Terje Sparby

Dr. Terje Sparby: Philosoph und Meditationslehrer. Forschungsbereiche: Deutscher Idealismus, Anthroposophie, Meditation und Bewusstsein. Seit 2017 als wissenschaftlicher Mitarbeiter am IBAP und am Department für Psychologie und Psychotherapie tätig.

Dr. rer. medic. Melanie Neumann

ist Heilpraktikerin (Psychotherapie) und tätig im Bereich Stressbewältigung, Coaching und Psychotherapie nach dem Heilpraktikergesetz. Sie ist Angehörige der Fakultät für Gesundheit an der Privaten Universität Witten/ Herdecke (UW/H) und Mitglied des Instituts für Integrative Medizin (IfIM). Zudem ist sie an der UW/H als Lehrbeauftragte im Department Psychologie und Psychotherapie für den Bereich „Qualitative Forschungsmethoden“ tätig. Für das IBAP führt sie Kurse im StuFu und in der Präventionswoche durch.



Miriam Thye, M. Sc. Cultural Psychology

Wissenschaftliche Mitarbeiterin im Dept. Psychologie und Psychotherapie sowie im IBAM. Doktorandin zum Thema „Meditation und Prokrastination“ mit der Frage nach gesundem, intrinsisch motiviertem und nachhaltigem Lernen.

Psychologin, Meditationslehrerin, Yogalehrerin (i.A.) und Heilpraktikerin (Psychotherapie) mit einem praktischen Stellenanteil in der Diagnostik von Kindern mit Entwicklungsförderbedarf und die Beratung derer Familien. Vorstandsmitglied im Verein „Raum der Stille an der UWH“.



Marielena Plat

Studierende der Psychologie (M.Sc.) und Mitarbeiterin am Lehrstuhl für Grundlagen der Psychologie und im Integrierten Begleitstudium Anthroposophische und Spirituelle Psychologie.



Sinja Jessberger

Studierende der Psychologie (M.Sc.) und Mitarbeiterin am Lehrstuhl für Grundlagen der Psychologie und im Integrierten Begleitstudium Anthroposophische und Spirituelle Psychologie.



Simone Friedrich

Studierende der Psychologie (M.Sc.) und Mitarbeiterin am Lehrstuhl für Grundlagen der Psychologie und im Integrierten Begleitstudium Anthroposophische und Spirituelle Psychologie.



FREQUENTLY ASKED QUESTIONS

Was ist das IBAP? Muss ich mich bewerben?

Das Integrierte Begleitstudium Anthroposophische Psychologie (IBAP) ist ein Begleitangebot für Studierende der Universität Witten/Herdecke, welches eine Auseinandersetzung mit geisteswissenschaftlichen Aspekten der Psychologie ermöglichen will. Eine gesonderte Anmeldung für das Begleitstudium als Ganzes ist nicht nötig; Studierende lassen sich die erfolgreiche Teilnahme an den einzelnen Elementen des Curriculums über UWE oder durch den Veranstalter bescheinigen und reichen diese Bescheinigungen im Studiendekanat für Psychologie ein.

Das Begleitstudium kann zu jedem Semester gestartet und der Verlauf kann individuell gestaltet werden.

Wer kann teilnehmen?

Das IBAP richtet sich vornehmlich an die Psychologie- und Medizinstudierenden der Fakultät für Gesundheit; es kann jedoch auch von anderen Studierenden besucht werden.

Wie hoch ist der Zeitaufwand?

Studierende belegen mindestens vier Veranstaltungen im Umfang von je 2 SWS inkl. Vor- und Nachbereitung; eine dieser Veranstaltungen wird mit einem (unbenoteten) Referat abgeschlossen. Alternativ können auch vier Kolloquien (Wochenendseminare) freier Wahl im Umfang von je mindestens 8h belegt werden. Schließlich beleuchten die Studierenden ihre Bachelor- oder Masterarbeit im Sinne einer geisteswissenschaftlich erweiterten Psychologie und erarbeiten sich ein entsprechendes Verständnis in der Abschlussphase ihres Studiums.

Erhalte ich einen Abschluss?

Nach erfolgreicher Teilnahme am Begleitstudium erhalten die Studierenden ein Abschlusszertifikat, das als sog. „Supplement“ dem Bachelor- bzw. Masterzeugnis beigelegt wird.

Besteht die Möglichkeit, im Rahmen des Begleitstudiums zu forschen?

Studierende können sich z.B. im Rahmen des Empirischen Praktikums/Curriculum Longitudinale an Forschungsprojekten beteiligen und dies auch curricular angerechnet bekommen. Projektanbieter können individuell angesprochen werden. Darüber hinaus findet sich eine Liste mit Projektanbietern auf der IBAP-website: <https://www.uni-wh.de/studium/studien-gaenge/ibap-begleitstudium-psychologie/>

Kostet die IBAP-Teilnahme etwas?

Der Besuch der IBAP-Veranstaltungen ist für Studierende der Universität Witten/Herdecke kostenlos (Ausnahmen bilden Sonderveranstaltungen, die entsprechend ausgewiesen werden). Für Teilnehmer anderer Hochschulen wird im Bedarfsfall ein veranstaltungsbezogener Beitrag erhoben. Wir sind den Alumni des Begleitstudiums ebenso wie der Software AG-Stiftung und der Dr. Wolfgang-Raeschke Stiftung dankbar für ihre Unterstützung, damit die Veranstaltungen auch weiterhin angeboten werden können.



Titelbild: Marielena Plat

Kontakt:

Prof. Ulrich Weger, PhD, Raum E72, Department für Psychologie und Psychotherapie, Universität
Witten/Herdecke, Alfred-Herrhausen Str. 50, 58448 Witten, Tel. 02302-926-776,
e-mail: ibap@uni-wh.de

Weiterführende Informationen erhalten Sie auch unter:

<https://ibam.uni-wh.de/psychologie/>