

Anforderungen der DRV Bund an die Entspannungstherapie

Dr. Ulrike Worringen

Abteilung Prävention und Rehabilitation
Bereich Interdisziplinäre Zusammenarbeit
in Dez 8023

1. Stand der Entspannungstherapie
2. Qualitätsanforderungen der DRV Bund
3. Umsetzung der Entspannungstherapie
4. Ausblick

- seit den 70iger Jahren Bestandteil der Therapie in der medizinischen Rehabilitation
- Bedarf bei Rehabilitand*innen in allen Indikationen
- früher nur Progressive Relaxation, Autogenes Training und Biofeedbacktraining durch DRV zugelassen
- neue Entwicklungen: achtsamkeitsbasierte Verfahren
- fernöstliche Verfahren wie Yoga, Meditation, Qi Gong und Tai Chi mittlerweile auch in der Rehabilitation etabliert

Evidenzbasierte Intervention

Wirksamkeit ist belegt



Gute Evidenz,
wenig reha-
spezifische
Forschung

Petermann (Hrsg.)

6. Auflage

Entspannungs- verfahren

Praxishandbuch

E-BOOK INSIDE

BELTZ

Günter Krampen

Entspannungsverfahren in Therapie und Prävention

3., überarbeitete und erweiterte Auflage

HOGREFE

Originalarbeit 337

Verbesserung des Transfers von Progressiver Relaxation in den Alltag der Patienten nach stationärer psychosomatischer Rehabilitation

The Improvement of the Transfer into Daily Life of Progressive Relaxation after an Inpatient Psychosomatic Rehabilitation

Autoren: S. Knebelhofer¹, K. Weich², N. Beiler³, D. Graf⁴, V. Köllner⁵

Institute: ¹Medizinisches Klinikum, Fachklinik für Psychosomatische Medizin, Bielefeld; ²Differentielle Psychologie und psychologische Diagnostik, Universität des Saarlandes, Saarbrücken; ³Institut für Psychosomatische Psychotherapeutische Medizin und Psychotherapie, Universitätsklinik des Saarlandes, Homburg/Saar; ⁴Schmerzambulanz der Klinik für Anästhesiologie, Intensivmedizin und Schmerztherapie, Homburg/Saar; ⁵Klinische Psychologie und Psychotherapeutisches Institut, Leibniz-Forschungsinstitut für Psychologie, Universität Trier

Schlüsselwörter

- progressive Relaxation
- professionelle Rehabilitation
- Alltagsanwendung
- verändertes Entspannungserleben
- Übungsadhärenz

Key words

- progressive relaxation
- psychosomatic rehabilitation
- transfer into daily life
- change of experience of relaxation
- frequency of practice

Zusammenfassung

Ziel der Studie: Ziel der vorliegenden Studie war es, Prädiktoren eines erfolgreichen Transfers von Progressiver Relaxation (PR) aus den Kursstunden in den Alltag der Rehabilitanden zu identifizieren und die Entwicklung anspannungsbezogener Beschwerden sowie deren Zusammenhang mit der Übungsadhärenz außerhalb des Kurses zu erforschen.

Methodik: 411 Patienten einer psychosomatischen Rehabilitationsklinik nahmen an einem 5 Übertagestunden umfassenden PR-Kurs teil und wurden mittels eines modifizierten Versions des „diagnostischen und evaluativen Instrumentariums für Entspannungstraining und Entspannungstherapie (ET-EWA)“ zu Beginn der Rehabilitation (T1), bei Abreise (T2) und nach 3 Monaten postalisch (T3) befragt. Zu T3 (78,3%) schickten 274 Patienten die Fragebogen zurück. Ihre Übungsadhärenz von mindestens einmal pro Woche wurde als erfolgreich definiert. Mittels bivariate Korrelationen und linearer Regressionsanalyse wurden Prädiktoren der Übungsadhärenz im Alltag ermittelt.

Ergebnisse: 69,4% der Rehabilitanden übten während des Klinikaufenthalts häufiger als einmal pro Woche, zu T3 waren dies noch 50,4%. Eigen-

Abstract

Aim of the study: The aim of the current study was the identification of predictors for a successful transfer of progressive relaxation (PR) into clinical and daily life. Furthermore, the development of tension-related symptoms depending on the frequency of consecutive practice was detected.

Methods: 411 patients of a psychosomatic rehabilitation clinic attended a 4- to 6-hour course of progressive relaxation and were interviewed at 3 different times by a modified version of the „diagnostic and evaluative Instrumentarium für Entspannungstraining und Entspannungstherapie (ET-EWA)“ at the beginning of therapy (T1), at discharge (T2) and 3 months after discharge by postal service (T3). After 3 months 274 patients (78.3%) sent the completed questionnaires back. The frequency of exercising by at least once a week was defined as successful. To detect the extent of symptom improvement, difference values between the different measuring times and effect sizes were calculated. To identify predictors of the frequency of daily practice, bivariate correlations and linear regression were used.

Results: 69.4% of the patients continued the exercises successfully beyond the course. The im-

Bibliografie
DOI: <http://dx.doi.org/>

Entspannungstherapie in der KTL – Kapitel F

Einzelintervention

F601 Autogenes Training einzeln

F602 Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson einzeln

F609 Sonstige Entspannungsverfahren einzeln



Gruppenintervention

F611 Autogenes Training in der Gruppe

F612 Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson in der Gruppe

F619 Sonstige Entspannungsverfahren in der Gruppe

Reha-Therapiestandards Chronischer Rückenschmerz Evidenzbasierte Therapiemodule (ETM) KTL 2015

ETM 08

Entspannungsverfahren

Therapeutische Inhalte

Vermittlung und Einüben einer Entspannungstechnik; Erarbeiten individueller Nutzungsmöglichkeiten und Transfer in den Alltag.

Formale Ausgestaltung

Minstdauer pro Woche: mind. 60 Minuten

KTL-Leistungseinheiten

- F590 Biofeedback einzeln
- F601 Autogenes Training einzeln
- F602 Progressive Muskelrelaxation nach Jacobsen einzeln
- F609 Sonstige Entspannungsverfahren einzeln
- F611 Autogenes Training in der Gruppe
- F612 Progressive Muskelrelaxation nach Jacobsen in der Gruppe
- F619 Sonstige Entspannungsverfahren in der Gruppe

Mindestanteil entsprechend zu behandelnder Rehabilitanden

mind. 50 %

Weitere Hinweise

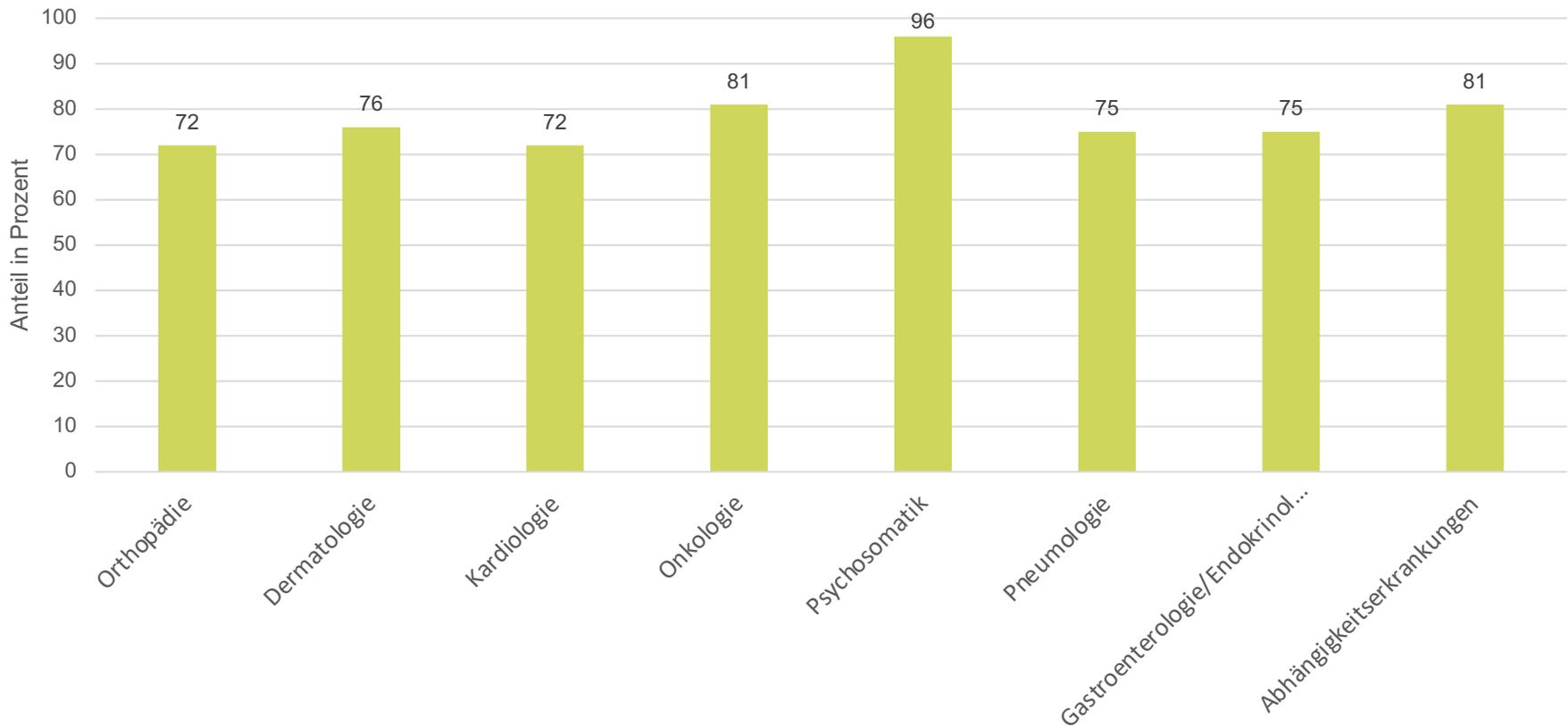
QiGong, Tai Chi, Yoga u.a. können unter dem KTL-Code A630 im ETM „Bewegungstherapie“ dokumentiert werden.

Mindestanforderung im ETM Entspannungsverfahren in den RTS

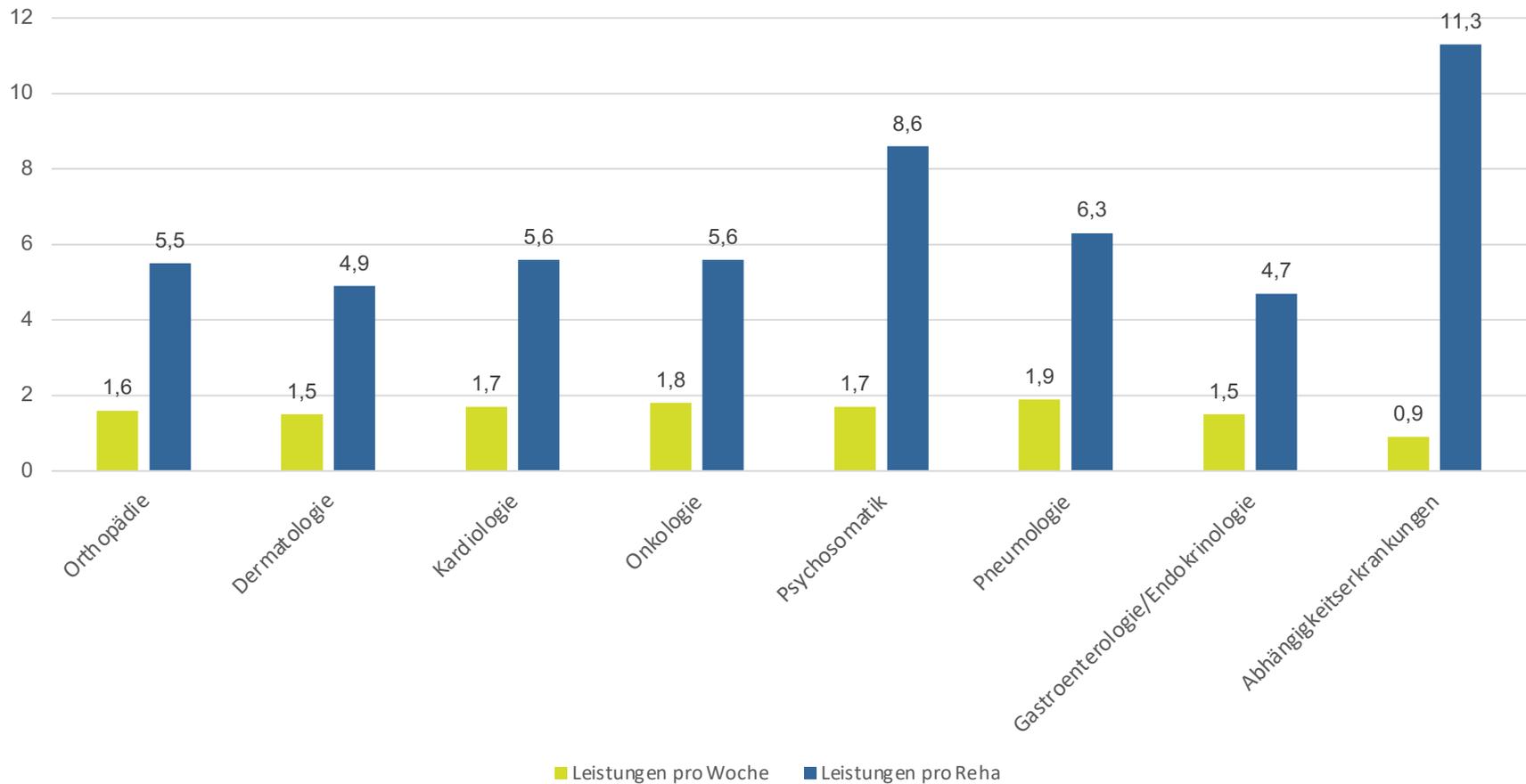
RTS	Mindestanteil an Rehabilitand*innen	Mindestdauer pro Woche
Chronischer Rückenschmerz	50%	60 Minuten
Brustkrebs	50%	60 Minuten
Diabetes mellitus Typ 2	20%	60 Minuten
Hüft- und Knie-TEP	10%	60 Minuten
Koronare Herzkrankheit	30%	60 Minuten
Schlaganfall – Phase D	20%	60 Minuten
Depressive Störungen	60%	30 Minuten
Alkoholabhängigkeit	40%	30 Minuten
Kinder und Jugendliche – Neurodermitis	25% bzw. 50%*	20 Minuten
Kinder und Jugendliche – Adipositas	Kein ETM Entspannungsverfahren	
Kinder und Jugendliche – Asthma bronchiale	Kein ETM Entspannungsverfahren	

*altersabhängig

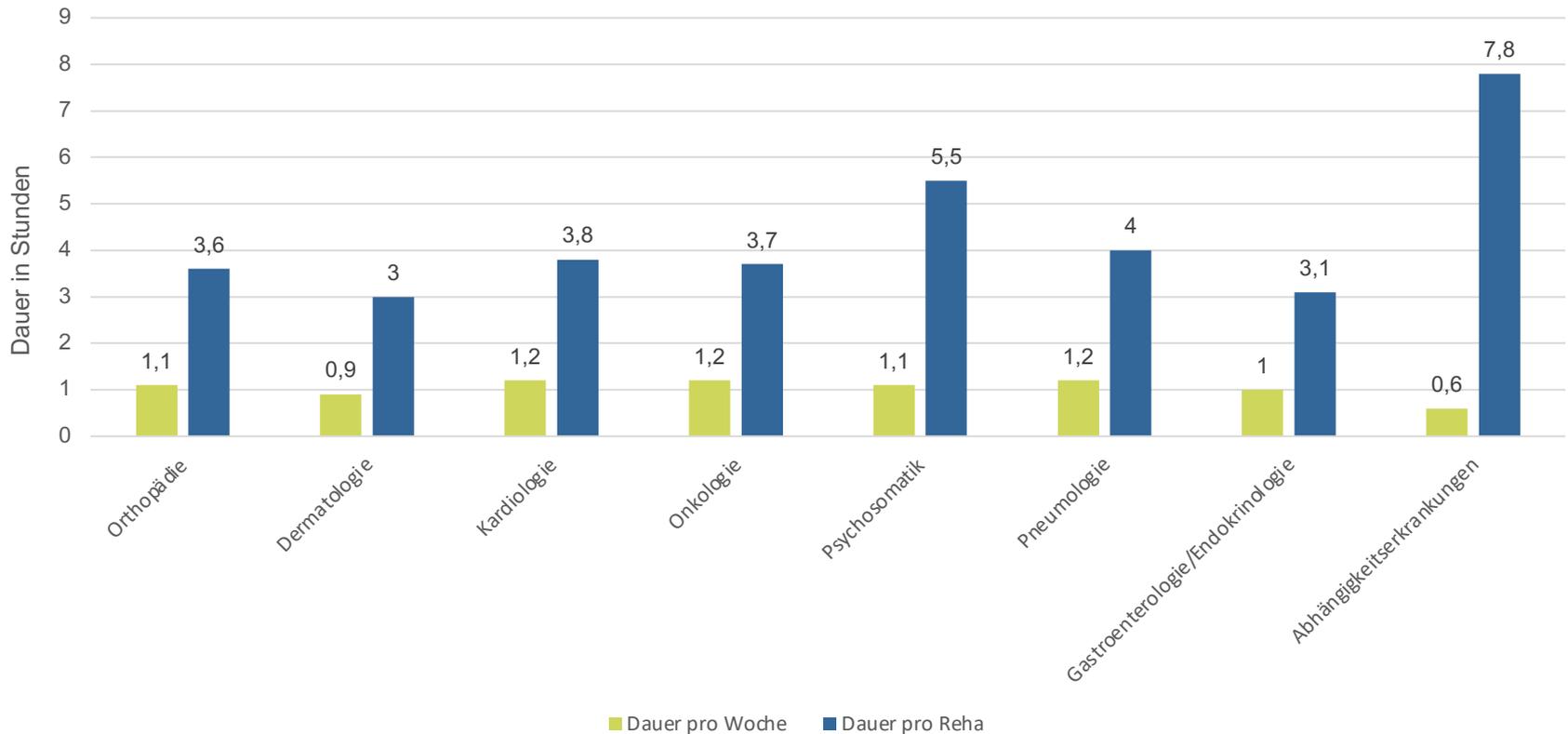
Anteil Rehabilitand*innen mit mind. einer Leistung aus KTL-Kapitel, Reha 2021 „Entspannungstraining“ (F59, F60, F61)



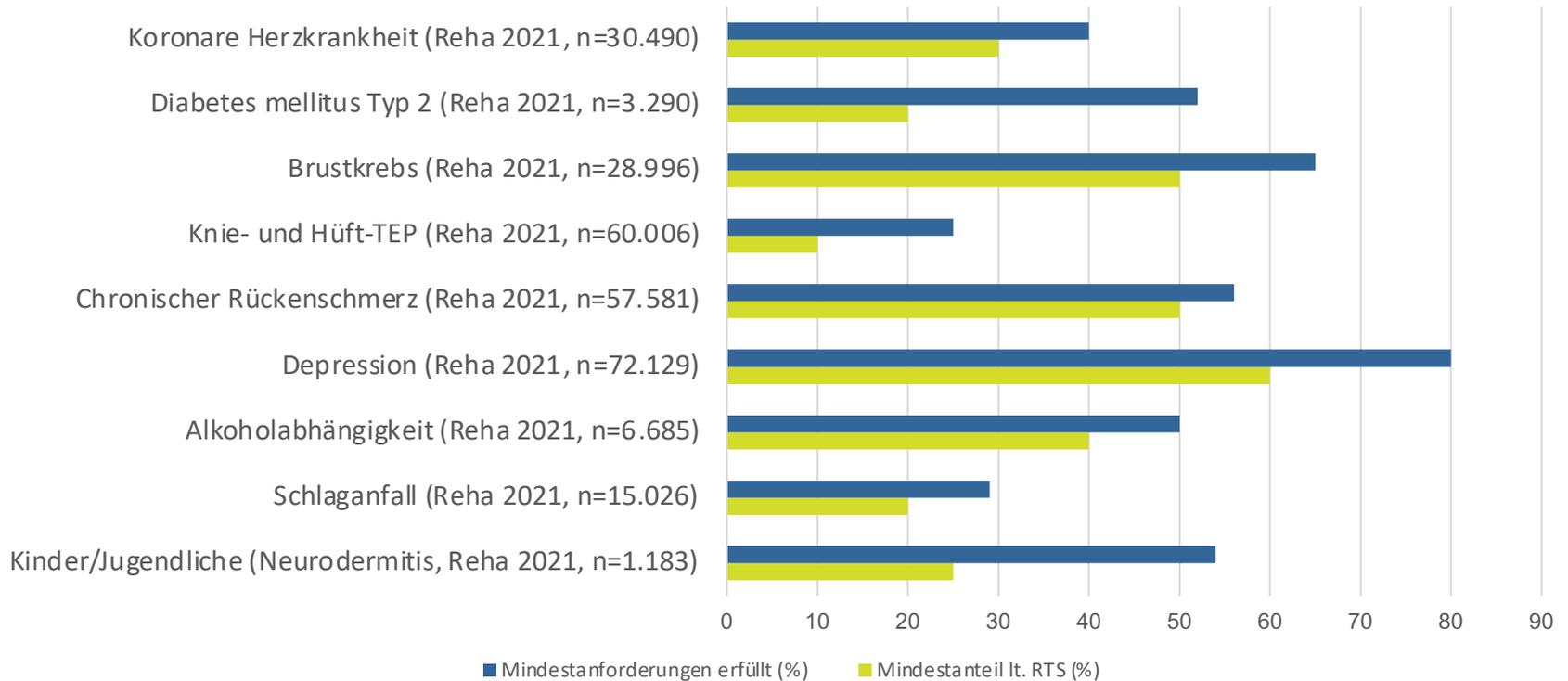
Anzahl der Leistungen pro Rehabilitand*in KTL, Reha 2021



Dauer der Leistungen pro Rehabilitand*in KTL, Reha 2021

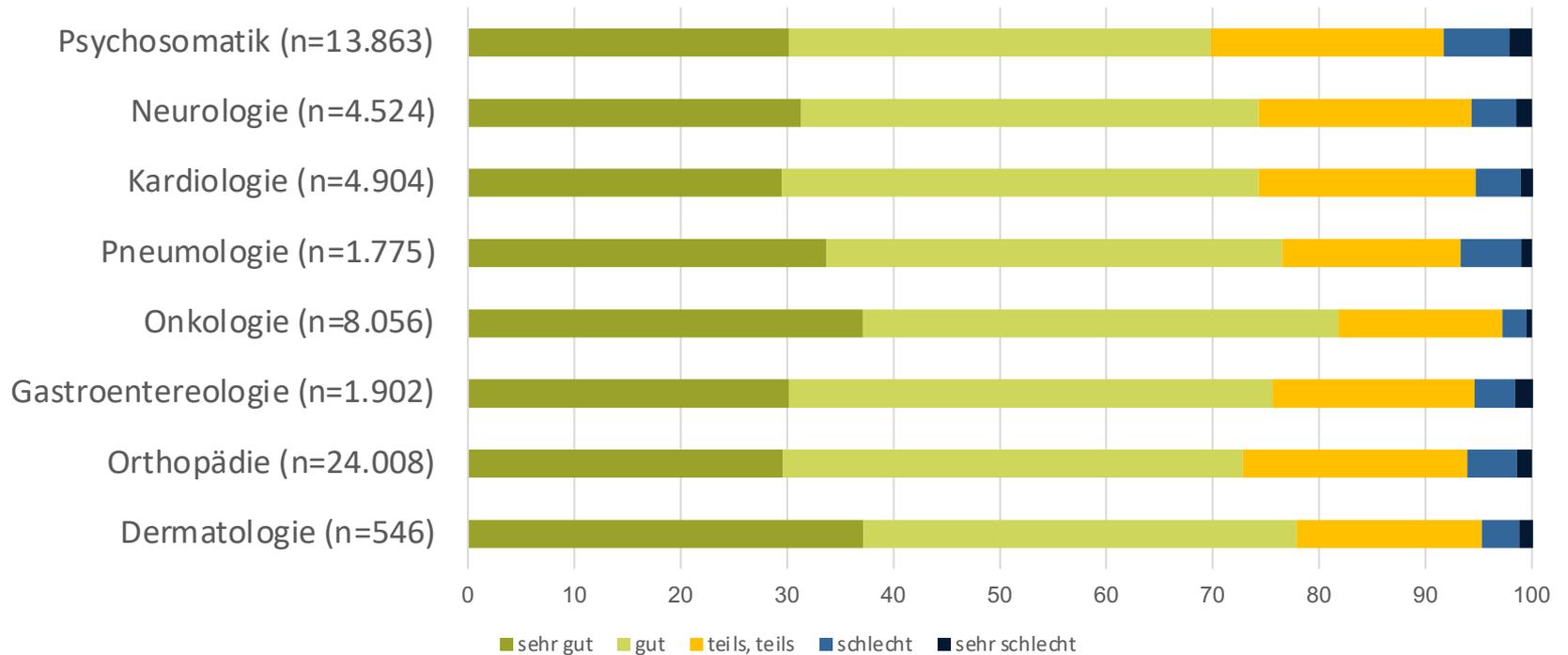


Erfüllung ETM „Entspannungsverfahren“



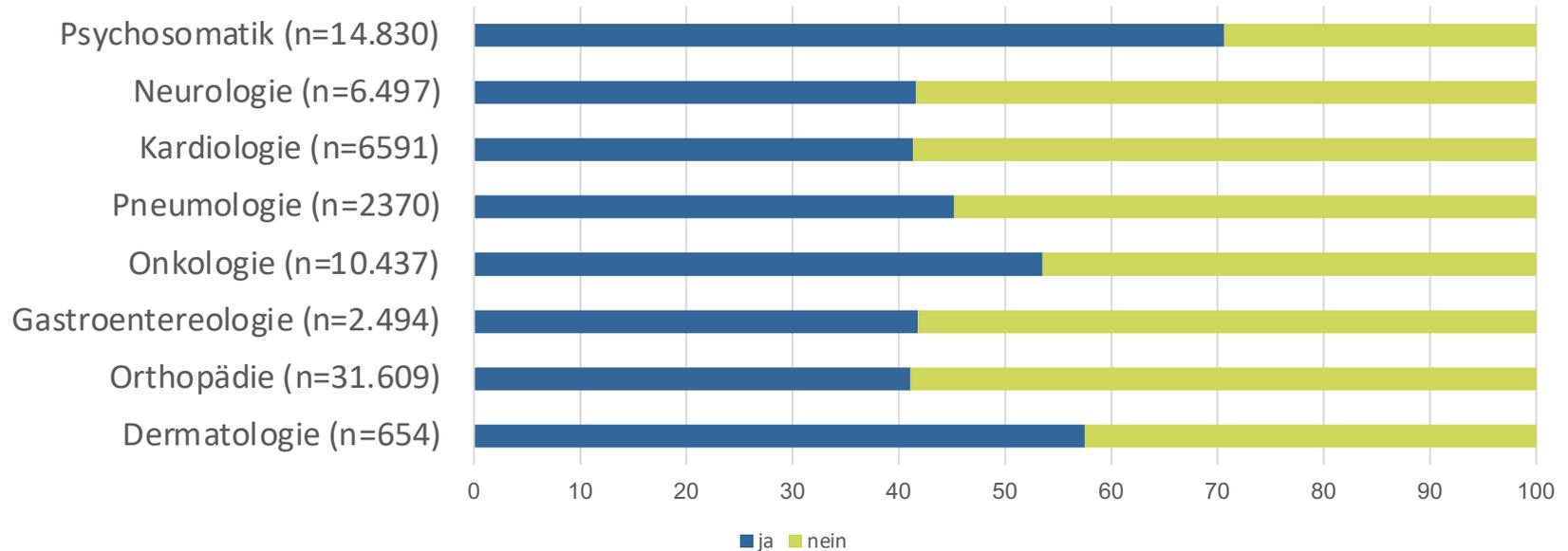
Bewertung der Entspannungstherapie

Rehabilitand*innenbefragung (Reha 2020/21)



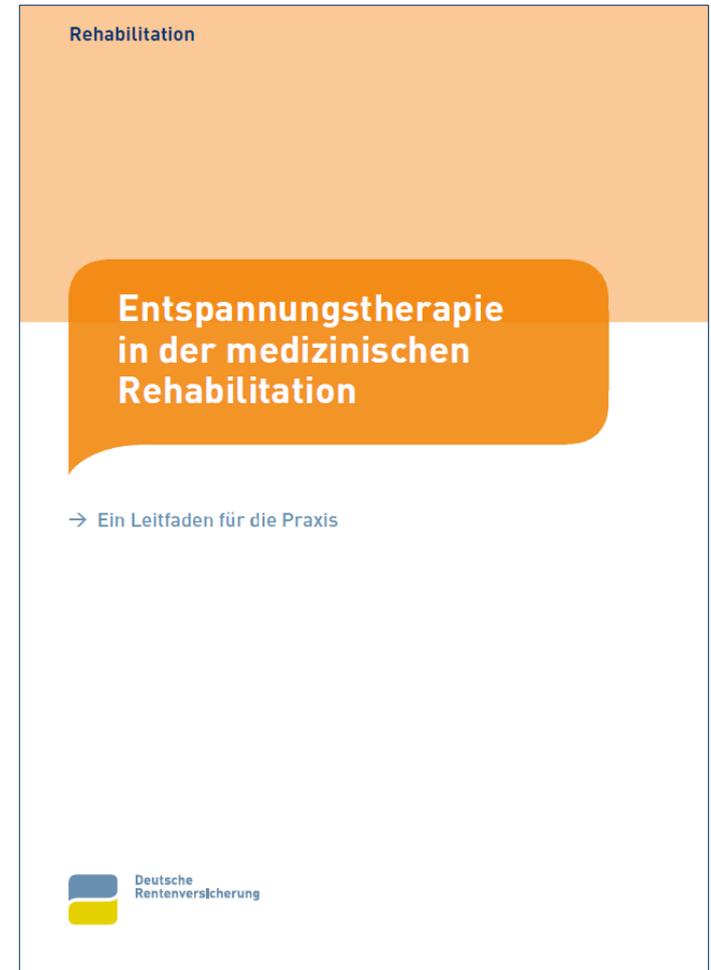
Hat Sie die Reha dazu angeregt, etwas neues zu beginnen oder eine bisherige Aktivität fortzusetzen, um Ihre Gesundheit zu bessern oder zu erhalten? Entspannungsübungen

Merkmal „Gesundheitsförderliches Verhalten“ (S078, Entspannungsübungen)



Qualitätsanforderungen

1. Qualifikationsanforderungen
2. Durchführung
3. Dokumentation
und Qualitätssicherung
4. Literatur-, Internet-
und Fortbildungshinweise



Einbezogene Fachgesellschaften und Berufsverbände



Berufsverband Deutscher
Psychologinnen
und Psychologen



Sektion Klinische Psychologie



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

Zentrum Patientenschulung und Gesundheitsförderung e.V. - Würzburg



Deutscher Verband für Gesundheitssport und Sporttherapie e. V.

und Praktiker*innen aus der medizinischen Rehabilitation

4	Literatur-, Internet- und Fortbildungshinweise	42
4.1	Rahmenvorgaben und Empfehlungen der Rentenversicherung	44
4.2	Qualitätssicherungsinstrumente der Rentenversicherung	46
4.3	Sozialmedizin	48
4.4	Fortbildungen der DRV	48
4.5	Berufs- und Fachverbände	49
4.5.1	Deutsche Gesellschaft für Entspannungsverfahren (DG-E e.V.)	49
4.5.2	Deutsche Gesellschaft für ärztliche Entspannungsmethoden, Hypnose und Autogenes Training und Therapie (DGAEHAT)	49
4.5.3	Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V. (BDP)	49
4.5.4	Biofeedback	50
4.5.5	Klinische Hypnose und Hypnotherapie	50
4.5.6	Deutscher Verband für Gesundheitssport und Sporttherapie e.V. (DVGS)	51
4.5.7	Tai Chi und Qi Gong	51
4.5.8	Yoga	52

→ in allen Indikationen der medizinischen Rehabilitation

- Förderung der Körperwahrnehmung
- Erlernen der körperlichen und psychischen Entspannungsreaktion als Selbstmanagementstrategie
- Nutzung der Entspannungsreaktion in Alltagssituationen

Wer kann wie Entspannungstherapie durchführen?

→ Verfahrensübergreifende und verfahrensspezifische Kompetenzen

→ Psycholog*innen und Ärzte

→ Sport- und Bewegungstherapeut*innen

→ Andere Berufsgruppen

→ Fortbildungsumfänge

→ Supervision

	Einleitung	5
1	Qualifikationsanforderungen	7
1.1	Progressive (Muskel)Relaxation und Autogenes Training	11
1.2	Yoga, Qi Gong, Tai Chi	13
1.3	Biofeedback	14
1.4	Weitere psychologische und psychotherapeutische Verfahren	15
1.4.1	Achtsamkeitsbasierte Verfahren, Meditation	15
1.4.2	Imaginationsverfahren	16
1.4.3	Klinische Hypnose / Hypnotherapie	16
1.4.4	Exkurs Stressbewältigung	18

- wertschätzende und strukturierende Präsenz und Moderation
- Vermittlung plausibler und überzeugender psycho-physiologischer Modellvorstellungen
- Etablierung einer positiven Arbeitsbeziehung
- Anleitung des Übungsablaufs
- Aufforderung zur Körperwahrnehmung
- Fokussierung der Wahrnehmung auf positive entspannungsfördernde Erlebnisse
- Betonen der Eigenständigkeit bei der Durchführung der Übungen
- Motivieren zum regelmäßigen Üben (*auch schon während der Rehabilitation*)
- offen sein für individuelle Rückmeldungen und Probleme

Therapeutische Versorgung (KTL) Leistungsdokumentation

- Klassifikation therapeutischer Leistungen
- Transparenz, welche Leistungen die Rehabilitand:innen erhalten haben

Kapitelstruktur:

→	A	Sport- und Bewegungstherapie
	B	Physiotherapie
	C	Information, Motivation, Schulung
	D	Klinische Sozialarbeit, Sozialtherapie
	E	Ergo-, Arbeits- u. andere funktionelle Therapie
→	F	Klinische Psychologie, Neuropsychologie
	G	Psychotherapie
	H	Reha-Pflege und Pädagogik
	K	Physikalische Therapie
	L	Rekreationstherapie
	M	Ernährungsmedizinische Leistungen



KTL: F61 Entspannungsverfahren in der Gruppe

Berufsgruppe:	Psychologe (BA, MA, Diplom), Psychologischer Psychotherapeut, Arzt mit entsprechender Weiterbildung (z. B. psychosomatische Grundversorgung), andere qualifizierte Berufsgruppen*
Zusatzqualifikation:	*mit Zusatzqualifikation in Entspannungstraining
Fachgebiet:	fachgebietsübergreifend
Indikation:	Verspannungszustände, Nervosität, Unruhe
Therapieziel:	Erlernen von Entspannungsfähigkeit, Erarbeiten individueller Nutzungsmöglichkeiten im Alltag
Minstdauer:	30 Minuten
Frequenz:	mindestens 2 mal pro Woche
Anzahl der Rehabilitanden:	max. 15 Rehabilitand*innen
Weitere Hinweise:	Einführungsveranstaltung muss von einem Psychologen (BA, MA, Diplom), Psychologischen Psychotherapeuten oder Arzt mit entsprechender Weiterbildung (z. B. psychosomatische Grundversorgung) durchgeführt werden; ausgenommen Qi Gong, Thai Chi, Yoga (A630)

KTL: A63 Achtsamkeits- und wahrnehmungsorientierte Sport- und Bewegungstherapie in der Gruppe

Berufsgruppe:	Sportlehrer (BA, MA, Diplom), Sportwissenschaftler (BA, MA, Diplom), Sport- und Gymnastiklehrer, Physiotherapeut, Psychologe (BA, MA, Diplom)
Zusatzqualifikation:	mit Zusatzqualifikation in achtsamkeits- und wahrnehmungsorientierten Verfahren
Fachgebiet:	fachgebietsübergreifend
Indikation:	indikationsübergreifend
Therapieziel:	Verbesserung der Körper- und Selbstwahrnehmung, Erarbeitung eines achtsamen Umgangs mit dem eigenen Körper, Verbesserung der Körperkoordination, Verbesserung der Entspannungsfähigkeit
Mindestdauer:	30 Minuten
Frequenz:	mindestens 1 mal pro Woche
Anzahl der Rehabilitanden:	maximal 15 Rehabilitand*innen
Weitere Hinweise:	z. B. Qi Gong, Thai Chi, Yoga



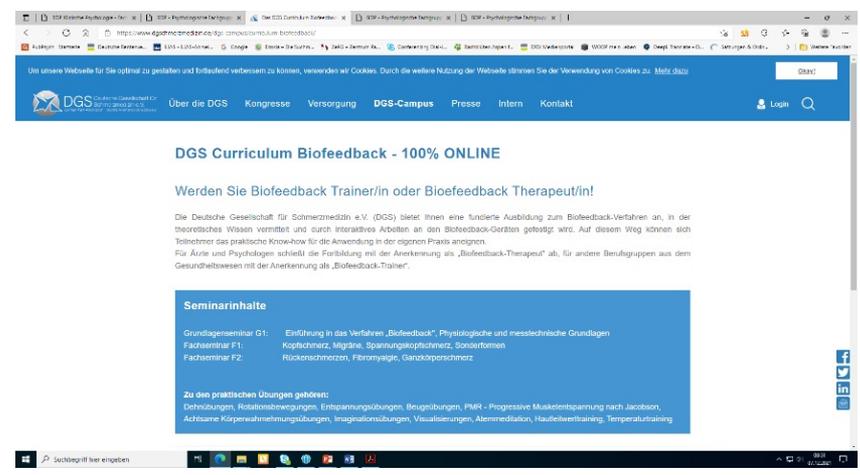
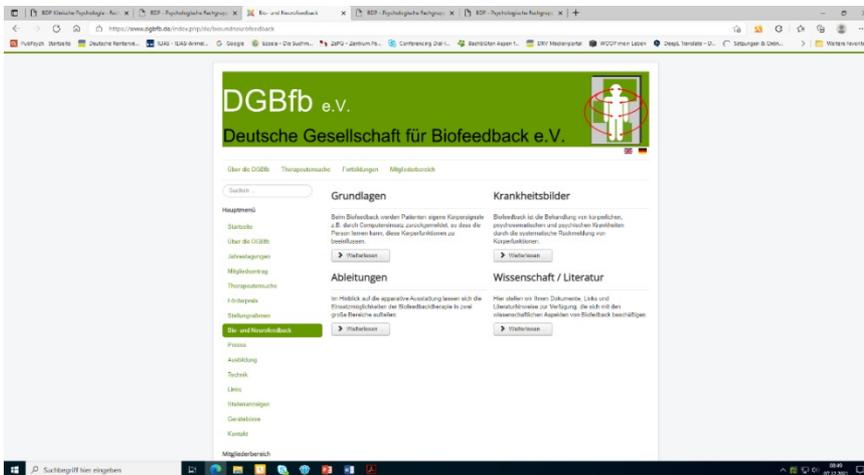
Psychologische Verfahren (AT und PR)

- **Psycholog*innen:** mindestens 64 Unterrichtsstunden (2 ECTS)
- **Ärzt*innen** psychotherapeutische Grundkenntnisse (Umfang entsprechend der psychosomatischen Grundversorgung, 80 Stunden), mind. 20 Stunden Einführung und Selbsterfahrung, 12 Stunden Supervision (4 ECTS)
- **Andere therapeutische Berufsgruppen:** 3 ECTS

Fernöstliche Verfahren

- Psycholog*innen (BDP): Yoga oder Qi Gong: jeweils 16 ECTS
- Sport- und Bewegungstherapeut*innen (DVGS): Yoga: 9 ECTS; Tai Chi und Qi Gong jeweils 6 ECTS

- **Biofeedback- oder Neurofeedback-Therapeut*in:** ärztliche oder psychotherapeutische Approbation in begründeten Ausnahmefällen können auf Antrag auch Diplom- oder Master Psycholog*innen mit klinischem Schwerpunkt einen Abschluss erhalten
- **Biofeedback- oder Neurofeedback-Trainer:** andere Gesundheitsberufe



Fortbildungsnachweise AT / PR für andere therapeutische Berufsgruppen

90 Stunden (3 ECTS) Fachpraktische Kompetenz für AT / PR, davon

- 60 Stunden für das Verfahren inkl. Selbsterfahrung
- 30 Stunden durch Nachweis wie Supervision und Beratung (Coaching in der Klinik)



Kriterien zur Zertifizierung von Kursangeboten in der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 Abs. 4 Nr. 1 SGB V (Stand 23.11.2020)
Erfordernisse der Umsetzung der Anforderungen und des einheitlichen Verfahrens für die Zertifizierung von Leistungsangeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 Abs. 4 Nr. 1 SGB V (vgl. GKV-Lastheft Prävention Kapitel 5.3)

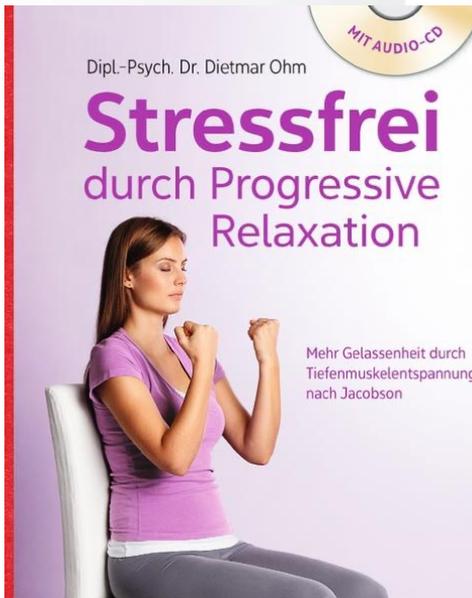
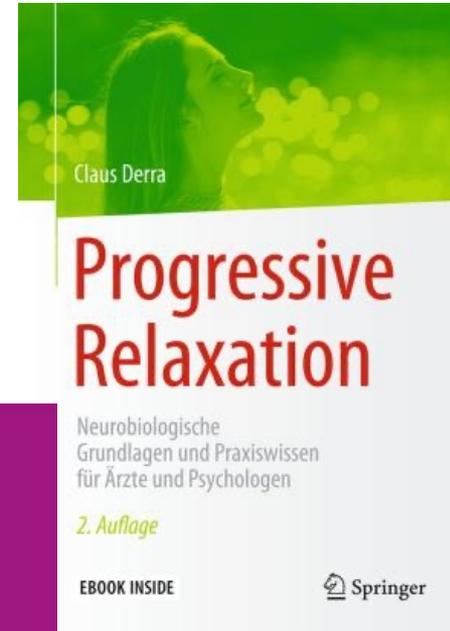
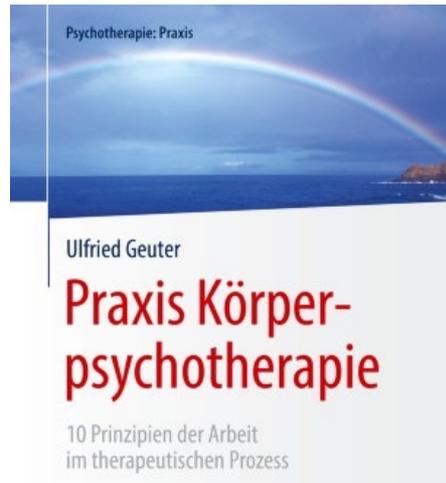
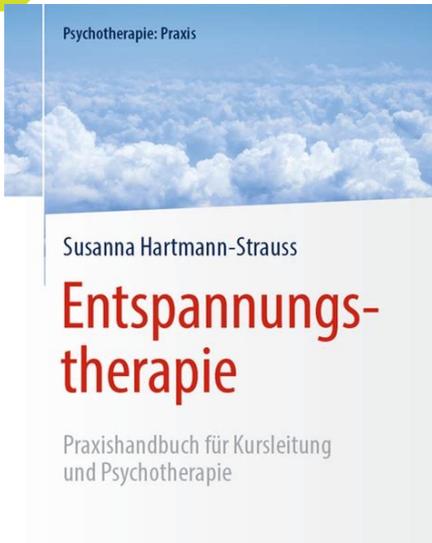
INHALT	
1. Kurstitel	2
1.1. Generelle Anforderungen	2
1.2. Handlungsfelderübergreifend: Anforderungen an Informations- und Kommunikationsebene (MTC-nutzen Selbstlernprogramme)	4
1.3. Zum Handlungsfeld Bewegungseinheiten: Einsatz von Geräten im Kurskonzept	5
1.4. Zum Handlungsfeld Ernährung: Anforderungen von den Diät- und Ernährungsrichtlinien von den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) bei Kursen im Präventionszweck: „Jernmeldung und Reduktion von Übergewicht“	6
2. Qualifikation der Kursleitung	7
2.1. Handlungsfelder übergreifende Kriterien	7
2.1.1. Erfahrungen zu den bis zum 30.09.2020 geltenden Kriterien	7
2.1.2. Erfahrungen zu den ab dem 01.10.2020 geltenden Kriterien	9
2.2. Mindeststandards für die Handlungsfelder und Präventionsangebote	11
2.2.1. Handlungsfeld Bewegungseinheiten	11
Präventionsprinzip „Reduzierung von Bewegungsarmut durch gesundheitspolitische Aktivität“	11
Präventionsprinzip „Vorbeugung und Reduzierung spezieller gesundheitlicher Risiken durch bewegungswissenschaftlich- und gesundheitswissenschaftlich fundierte Bewegungsangebote“	12
2.2.2. Handlungsfeld Ernährung	14
Präventionsprinzip „Zielsetzung von Mengen- und Fehlernährung“ sowie „Jernmeldung und Reduktion von Übergewicht“	14
2.2.3. Handlungsfeld Stressmanagement	17
Präventionsprinzip „Förderung von Stressbewältigungskompetenzen (Multimodales Stressmanagement)“	17
Präventionsprinzip „Förderung von Entspannung (Phytotherapeutisches Stressmanagement)“ - Progressive Relaxation und Autogenes Training	19
Präventionsprinzip „Förderung von Entspannung (Phytotherapeutisches Stressmanagement)“ - Atemübungen	19
Präventionsprinzip „Förderung von Entspannung (Phytotherapeutisches Stressmanagement)“ - Atemübungen	19
2.2.4. Handlungsfeld Suchtmittelmissbrauch	17
Präventionsprinzip „Förderung des Nichtrauchens“ und „Gesundheitsgerechter Umgang mit Alkohol / Reduzierung des Alkoholkonsums“	17



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

angelehnt an GKV, 2020
Qualifikation Kursleiter

Beispiele



- **Idealvorstellung:** 8-10 Personen in einer geschlossenen Gruppe mit zwei Terminen à 45 Minuten wöchentlich
- **Realität:** offene Gruppe? Gruppengröße? Dauer?
- **Üben in der Reha** mit digitaler Anleitung? Mit Musik?
- **Alltagstransfer**

- Indikationsstellung
- Einführung in die Entspannungstherapie
- Kurze Übungen
- Feedbackrunden
- Anleitung zum Eigentraining
- Offene oder geschlossene Gruppen
- Gruppengröße
- digitale Angebote

2	Durchführung von Entspannungstherapie	19
2.1	Indikationsstellung und Verordnung	21
2.2	Einzelsetting	23
2.3	Gruppensetting	23
2.3.1	Einführung in die Entspannungstherapie	23
2.3.2	Gruppengröße	25
2.3.3	Offene oder geschlossene Gruppe	25
2.3.4	Erwartungen und Vorerfahrungen der Rehabilitand*innen	26
2.4	Therapieräume	29
2.5	Mediennutzung und digitale Formate	30
2.6	Alltagstransfer und Nachsorge	31
2.7	Fortbildung	32

Einführung durch Psycholog*innen und Ärzt*innen

- Was ist Anspannung und Entspannung auf körperlicher und auf psychischer Ebene?
- Was ist eine Entspannungsreaktion?
- Wie erlange ich eine Entspannungsreaktion?
- Was nutzt mir die Entspannungsreaktion im Alltag, im Beruf?
- Was sind die Unterschiede zwischen den Entspannungsmethoden in dieser Reha-Einrichtung?
- Welches ist das richtige Entspannungsverfahren für mich? Kann ich die Methode noch wechseln?
- Welche Vorerfahrungen bringe ich mit?
- Welche Wünsche oder Ziele habe ich persönlich?
- Welche Befürchtungen habe ich?
- Wie läuft mein Entspannungstraining in der Rehabilitation ab?
- Was muss ich selbst tun? Täglich üben?
- Und nach der Reha? Wie geht es da weiter?

Elemente der Entspannungstherapie

Informationen zu Entspannungstechniken
und zum kurz- und langfristigen Nutzen
der Entspannungsreaktion

Informationen zu Selbstmanagementstrategien
(Zielsetzung, Handlungsplanung, Barrierema-
nagement, (Selbst)Verstärkung)

angeleitete Übung einer Entspannungs-
technik und verstärkende Selbstreflektion der
Entspannungseffekte

eigenständiges Üben einer Entspannungs-
technik, Selbstreflektion und Planung des
Alltagstransfers

Konsequenz-
erwartungen

Selbstwirksamkeits-
erwartung

Handlungs-
planung

Selbstkontrolle

unerfahrene Rehabilitanden

Übende

selbständig Praktizierende

Supervision durch Psycholog*innen / Psychotherapeut*innen

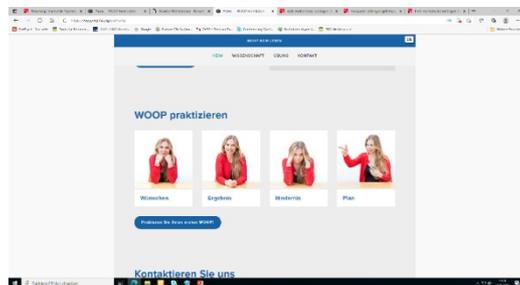


- Auswahl geeigneter Übungen
- Anleitung einzelner Übungen
- Variation von Übungen
- Motivationslage und Zielklärung
- Umgang mit „unmotivierten“ Teilnehmenden
- Besonderheiten im Erleben oder im Verhalten der Teilnehmenden
- Strukturierung der Feedbackgespräche
- ...

- Alle bekommen die gleiche Entspannungstherapie (PR)
- Auswahl zwischen verschiedenen Methoden
- Selbstwahl der Methode nach einführendem Vortrag
- ein Entspannungsverfahren wird beigebracht
- verschiedene Entspannungsmethoden werden kennengelernt
- Erwartungen und Vorerfahrungen der Rehabilitand*innen
- digital und analog

Alltagstransfer

- Einübung von Kurzübungen
- Üben in der Rehabilitation
- Vermittlung von Selbstmanagementstrategien der Verhaltensänderung, z. B. Handlungs- und Bewältigungsplanung mit SelMa oder woop



Gesundheitstraining in der medizinischen Rehabilitation

**Curriculum
Generische Selbstmanagementmodule (SelMa)**

→ Standardisiertes Gruppenprogramm

Deutsche Rentenversicherung Bund

gesundheitsziele.de

- Entspannungstherapie evidenzbasierter und wichtiger Therapiebausteine in der medizinischen Rehabilitation
- Wenig reha-spezifische Forschung
- Kontinuierliche Weiterentwicklung der Konzepte
- transprofessionelle Aufgabe: abgestimmte Konzepte
- **Einführung, Rückmeldung, Anleitung zum Eigentaining und wenige, kurze Übungen von zentraler Bedeutung für Alltagstransfer**

Jährliches Fortbildungsangebot der DRV

**DRV Fachaustausch
Entspannungstherapie
mit Praxisbeispiel**

**1,5 Tage in Erkner
Nächster Termin:
07./08.11.2024**



Infos und Anmeldungen im Internet und per Newsletter

The screenshot shows a web browser window displaying the website of Deutsche Rentenversicherung Bund. The page title is 'Fortbildungen zu therapeutischen Themen in der Rehabilitation'. The navigation menu includes 'Prävention', 'Reha', 'Rente', 'Beratung & Kontakt', 'Experten', 'Über uns & Presse', and 'Online-Services'. A search bar is present with the text 'Suchbegriff eingeben' and a 'Suchen' button. The breadcrumb trail reads: 'Startseite > Experten > Infos für Ärzte > Fortbildung- und Weiterbildung > Fortbildungen zu therapeutischen Themen in der Rehabilitation'. The main content area features a large green banner with the title 'Fortbildungen zu therapeutischen Themen in der Rehabilitation'. Below the banner, there is a paragraph of text: 'Die Fortbildungen für das Reha-Team möchten den fachlichen Austausch innerhalb der therapeutischen Berufsgruppen sowie der Reha-Teams in der medizinischen Rehabilitation unterstützen und fördern. Zielgruppe sind alle therapeutischen Berufsgruppen, die in der medizinischen Rehabilitation tätig sind. Es werden mehrtägige Fortbildungen zum Beispiel zu Patientenschulungen und berufsbezogenen Gruppenangeboten sowie zu therapeutischen Interventionen angeboten.' At the bottom of the page, there are two sections: 'Termine und Themen' and 'Termine 2024'. The Windows taskbar is visible at the bottom of the screen, showing the time as 10:17 on 06.02.2024.

Deutsche Rentenversicherung

Mein Kundenportal

Prävention Reha Rente Beratung & Kontakt Experten Über uns & Presse Online-Services

Suchbegriff eingeben **Suchen**

Startseite > Experten > Infos für Ärzte > Fortbildung- und Weiterbildung > Fortbildungen zu therapeutischen Themen in der Rehabilitation

Fortbildungen zu therapeutischen Themen in der Rehabilitation

Die Fortbildungen für das Reha-Team möchten den fachlichen Austausch innerhalb der therapeutischen Berufsgruppen sowie der Reha-Teams in der medizinischen Rehabilitation unterstützen und fördern. Zielgruppe sind alle therapeutischen Berufsgruppen, die in der medizinischen Rehabilitation tätig sind. Es werden mehrtägige Fortbildungen zum Beispiel zu Patientenschulungen und berufsbezogenen Gruppenangeboten sowie zu therapeutischen Interventionen angeboten.

Termine und Themen **Termine 2024**

10:17
06.02.2024

Beratung und Fortbildung



Berufsverband Deutscher
Psychologinnen
und Psychologen



Sektion Klinische Psychologie



Deutsche Gesellschaft für
ENTSPANNUNGSVERFAHREN

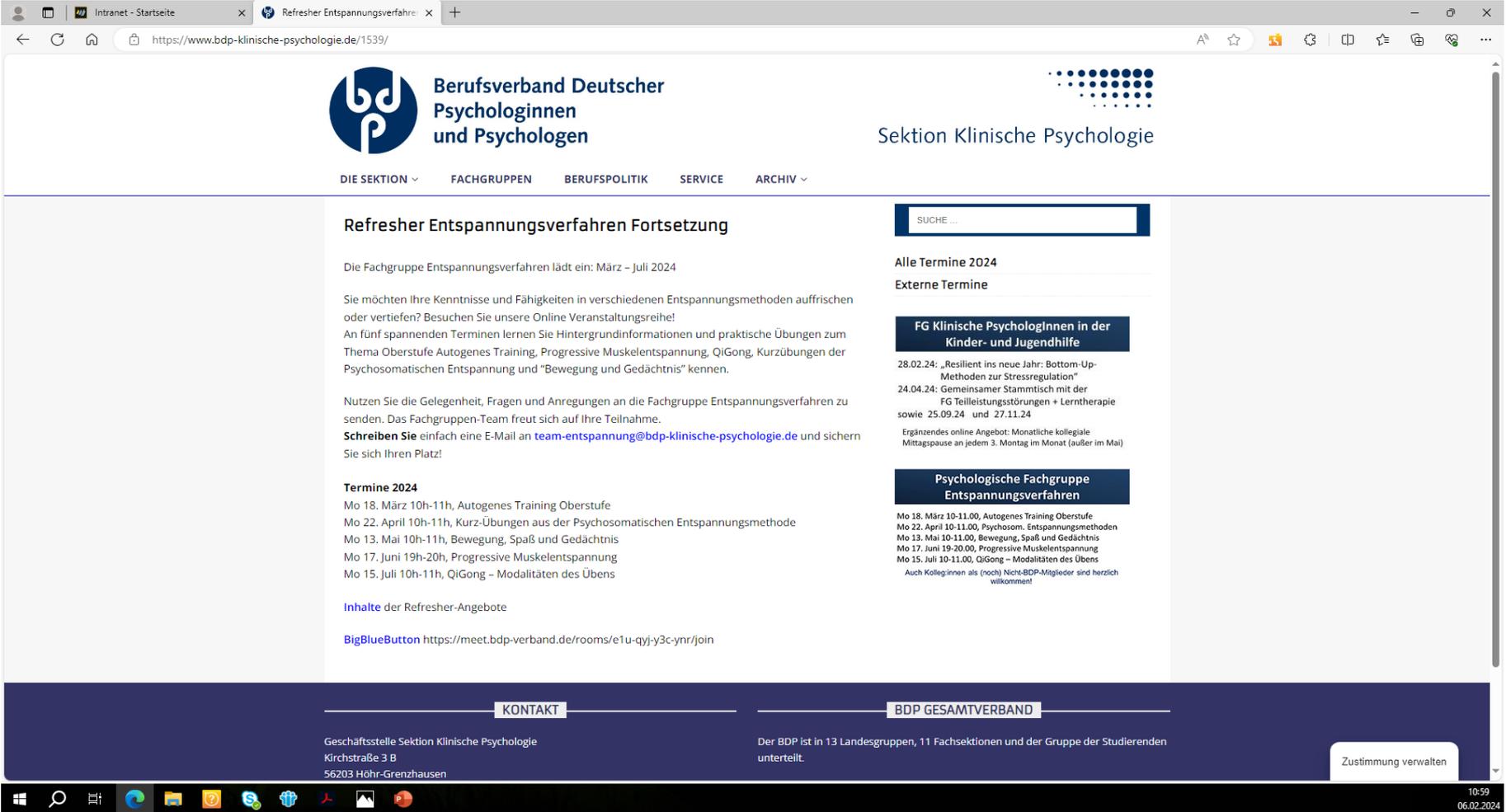
Autogenes Training | Progressive Relaxation | Hypnose | Yoga
und weitere wissenschaftlich fundierte Verfahren (DG-E e.V.)

Zentrum Patientenschulung und Gesundheitsförderung e.V. - Würzburg



Deutscher Verband für Gesundheitssport und Sporttherapie e.
V.

4	Literatur-, Internet- und Fortbildungshinweise	42
4.1	Rahmervorgaben und Empfehlungen der Rentenversicherung	44
4.2	Qualitätssicherungsinstrumente der Rentenversicherung	46
4.3	Sozialmedizin	48
4.4	Fachverbände der DRV	48
4.5	Berufs- und Fachverbände	49
4.5.1	Deutsche Gesellschaft für Entspannungsverfahren (DG-E e.V.)	49
4.5.2	Deutsche Gesellschaft für ärztliche Entspannungsmethoden, Hypnose und Autogenes Training und Therapie (DGAEHAT)	49
4.5.3	Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V. (BDP)	49
4.5.4	Biofeedback	50
4.5.5	Klinische Hypnose und Hypnotherapie	50
4.5.6	Deutscher Verband für Gesundheitssport und Sporttherapie e.V. (DVGS)	51
4.5.7	Tai Chi und Qi Gong	51
4.5.8	Yoga	52



The screenshot shows a web browser window with the URL <https://www.bdp-klinische-psychologie.de/1539/>. The page header features the logo of the Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen (BDP) and the text 'Sektion Klinische Psychologie'. A navigation menu includes 'DIE SEKTION', 'FACHGRUPPEN', 'BERUFSPOLITIK', 'SERVICE', and 'ARCHIV'. The main content area is titled 'Refresher Entspannungsverfahren Fortsetzung'. It describes a course for March to July 2024, aimed at refreshing knowledge and skills in various relaxation methods. The text mentions that participants will learn about autogenic training, progressive muscle relaxation, Qigong, and movement and memory exercises. It encourages participants to contact the course team via email at team-entspannung@bdp-klinische-psychologie.de. A 'Termine 2024' section lists dates and times for the course. A 'BigBlueButton' link is provided for joining the sessions. On the right side, there is a search bar and a section for 'Alle Termine 2024' with 'Externe Termine'. A specific event is highlighted: 'FG Klinische PsychologInnen in der Kinder- und Jugendhilfe' on 28.02.24 and 24.04.24. Below this, there is a section for 'Psychologische Fachgruppe Entspannungsverfahren' with a list of dates and times for the course. The footer contains contact information for the 'KONTAKT' section and the 'BDP GESAMTVERBAND'. A 'Zustimmung verwalten' button is visible in the bottom right corner.

Refresher Entspannungsverfahren Fortsetzung

Die Fachgruppe Entspannungsverfahren lädt ein: März – Juli 2024

Sie möchten Ihre Kenntnisse und Fähigkeiten in verschiedenen Entspannungsmethoden auffrischen oder vertiefen? Besuchen Sie unsere Online Veranstaltungsreihe! An fünf spannenden Terminen lernen Sie Hintergrundinformationen und praktische Übungen zum Thema Oberstufe Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, QIGong, Kurzübungen der Psychosomatischen Entspannung und "Bewegung und Gedächtnis" kennen.

Nutzen Sie die Gelegenheit, Fragen und Anregungen an die Fachgruppe Entspannungsverfahren zu senden. Das Fachgruppen-Team freut sich auf Ihre Teilnahme.

Schreiben Sie einfach eine E-Mail an team-entspannung@bdp-klinische-psychologie.de und sichern Sie sich Ihren Platz!

Termine 2024

- Mo 18. März 10h-11h, Autogenes Training Oberstufe
- Mo 22. April 10h-11h, Kurz-Übungen aus der Psychosomatischen Entspannungsmethode
- Mo 13. Mai 10h-11h, Bewegung, Spaß und Gedächtnis
- Mo 17. Juni 19h-20h, Progressive Muskelentspannung
- Mo 15. Juli 10h-11h, QIGong – Modalitäten des Übens

[Inhalte](#) der Refresher-Angebote

BigBlueButton <https://meet.bdp-verband.de/rooms/e1u-qyj-y3c-ynr/join>

SUCHE

Alle Termine 2024

Externe Termine

FG Klinische PsychologInnen in der Kinder- und Jugendhilfe

- 28.02.24: „Resilient ins neue Jahr: Bottom-Up-Methoden zur Stressregulation“
- 24.04.24: Gemeinsamer Stammtisch mit der FG Teilleistungsstörungen + Lerntherapie sowie 25.09.24 und 27.11.24

Ergänzendes online Angebot: Monatliche kollegiale Mittagspause an jedem 3. Montag im Monat (außer im Mai)

Psychologische Fachgruppe Entspannungsverfahren

- Mo 18. März 10-11.00, Autogenes Training Oberstufe
- Mo 22. April 10-11.00, Psychosom. Entspannungsmethoden
- Mo 13. Mai 10-11.00, Bewegung, Spaß und Gedächtnis
- Mo 17. Juni 19-20.00, Progressive Muskelentspannung
- Mo 15. Juli 10-11.00, QIGong – Modalitäten des Übens

Auch KollegInnen als (noch) Nicht-BDP-Mitglieder sind herzlich willkommen!

KONTAKT

Geschäftsstelle Sektion Klinische Psychologie
Kirchstraße 3 B
56203 Höhr-Grenzhausen

BDP GESAMTVERBAND

Der BDP ist in 13 Landesgruppen, 11 Fachsektionen und der Gruppe der Studierenden unterteilt.

Zustimmung verwalten

10:59
06.02.2024

Angebot für Sport- und Bewegungstherapie

Entwicklung eines
Fortbildungsangebots
für die medizinische Rehabilitation



Neben den funktionalen Aspekten sollen auch pädagogische und psychologische Aspekte der Entspannungstherapie vermittelt werden

Modulinhalte des Curriculums Sport-/Bewegungstherapie DVGS:

Lehrinhalte aus den **Entspannungsverfahren** verknüpfen mit Modulen der **Bewegungsbezogenen Gesundheitskompetenz** bzw. **Kommunikation/Gesprächsführung**

www.zepg.de



Programme & Schulungsmaterialien

Hier finden Sie unser Verzeichnis und Schulungsmaterialien für Gruppenprogramme zur Patientenschulung und Gesundheitsförderung.



Theorie & Wissenschaftlicher Hintergrund

Hier finden Sie eine Einführung und unseren theoretischen Ansatz.



Forschung & Ergebnisse

Hier finden Sie Ergebnisse und Materialien aus Forschungsprojekten des ZePG und seiner Partner.



Fortbildungen, Veranstaltungen & Termine

Das ZePG bietet Tagungen und Fortbildungen für Personen in Gesundheitsberufen der Medizin, Psychologie, Bewegungs- und Ernährungstherapie ...



Der Verein & seine Ziele

Das ZePG vernetzt Wissenschaft, Praxis, Lehre und Leistungsträger.



Kooperationspartner

Das ZePG pflegt zahlreiche Partnerschaften mit Fachverbänden, Vereinen, Forschungsinstitutionen, Berufsverbänden und Patientenvertretungen.

Vertiefende Fortbildungen

- meist 8 Zeitstunden
- 1-2 Tage Präsenz in Würzburg
- 4 x 2 Stunden Online
- **nach Bedarf Inhouse**

- übergreifende Workshops
- berufsgruppenspezifische Fortbildungen
- schulungsspezifische Train-the-Trainer



ZePG-Fortbildungstermine 2024

Online	09., 16., 23., 30.04.2024	Schulungen patientenorientiert gestalten, Küffner
Würzburg	26.-27.04.2024	Iss mit Gefühl - emotionales Essen, Macht & Reusch
Würzburg	17.-18.05.2024	Moderation und Gruppenarbeit, Reusch
Online	28.5., 04., 11., 18.06.2024	Bewegungstherapie-Fortbildung, Küffner
Würzburg	07.-08.06.2024	Seminarbausteine gesunde Ernährung, Küffner
Würzburg	28.-29.06.2024	„Ja, aber ...“ - Strategien zur Motivierung, Reusch
Würzburg	13.-14.09.2024	Schulungen patientenorientiert gestalten, Küffner
Würzburg	20.-21.09.2024	Bewegungstherapie-Fortbildung BeFo, Reusch
Online	01.- 08., 15., 22.10.2024	Bewegungstherapie-Fortbildung BeFo, Küffner
Würzburg	11.-12.10.2024	Souverän in schwierigen Gruppensituationen, Küffner
Würzburg	25.-26.10.2024	„Und zu Hause...?“ - Selbstmanagementstrategien, Reusch
Online	05., 12., 19., 26.11.2024	Digitale Schulungen leiten, Küffner
Würzburg	08.-09.11.2024	Souverän in schwierigen Gruppensituationen, Reusch
Würzburg	22.-23.11.2024	Moderation und Gruppenarbeit, Küffner
Würzburg	06.-07.12.2024	Ja, aber... und zu Hause, Strategien zu Motivierung und Selbstmanagement, Reusch
Würzburg	13.-14.12.2024	Umgang mit schwierigen Gruppensituationen, Küffner

**Wir wünschen viel
Erfolg!**

Kontakt

dr.ulrike.worringen@drv-bund.de