



## „Psychosomatik– Wenn Seele und Körper aus dem Gleichgewicht geraten“

Psychosomatik ist ein interdisziplinärer Denk- und Handlungsansatz. Er beschäftigt sich mit der Wechselwirkung zwischen biologischen, psychischen und sozialen Faktoren, die bei der Entstehung, Auslösung und Aufrechterhaltung von Krankheiten eine Rolle spielen.

Bei gesunden Menschen ist dieses Wechselspiel üblicherweise im Gleichgewicht. Bei psychosomatischen Erkrankungen kommt dieses Gleichgewicht außer Kontrolle.

Im Sozialbereich ist man in der Betreuung von Menschen immer wieder damit konfrontiert, das aus dem Lot geratene Gleichgewicht zu stabilisieren bzw. Menschen im Umgang mit dieser Thematik zu unterstützen.

In diesem Seminar soll ein Überblick über Krankheiten mit psychosomatischen Mechanismen, den Umgang mit Betroffenen und dem eigenen Zugang geliefert werden.

Die Vermittlung erfolgt durch

- Theoretische Inputs
- Fallbeispiele
- Demonstrationen
- Kleingruppenübungen

Und beinhaltet folgende Ziele

- Sensibilisierung für die Erkennung von psychosomatischen Mechanismen
- Reflexion des eigenen Umgangs
- Sicherheit im Umgang mit den KlientInnen
- 

Inhalte

- Geschichte und Begriffsdefinition der Psychosomatik
- Indikationsbereiche (Krankheiten) mit psychosomatischen Mechanismen besonders Schmerzstörungen, Essstörungen und somatoforme Erkrankungen („ohne ausreichenden Befund“)
- Bedeutung von Stress in der Psychosomatik
- Biopsychosoziales Gesundheits- und Krankheitsmodell anhand von Fallbeispielen und auch Situationen aus dem Arbeitsalltag der TeilnehmerInnen



# COACHING WERKSTATT

Hypno/systemische Beratung, Coaching,  
betriebliches Gesundheitsmanagement

Dauer:

2 Tage von 9.00 – 17.00 Uhr, 16 Einheiten

Trainer:

Coachingwerkstatt