

Fach- Fortbildungsangebote Anke Schreiner

Allgemeine Konditionen

Gruppengröße: es empfiehlt sich eine Gruppengröße von 8 bis 14 Teilnehmer:innen. Auf Anfrage bei homogenen Gruppen und ausreichend großem Raum kann die Teilnehmerzahl auf 20 Personen ausgeweitet werden.

Materialien/ Raum: Meine Fortbildungen bestehen aus einem Mix von Theorie und Praxis/ Selbsterfahrung. Wünschenswert wären ein großer Raum und ausreichend Möglichkeiten für Kleingruppenarbeit. An Basismaterialien für alle Fortbildungen benötige ich

- Beamer
- Flipchart
- Pinnwand
- Moderationskoffer mit Moderationskarten und -Stiften
- Lautsprecher:
- Papier/ Stifte
- Zeichenpapier, Jaxonkreiden

Handout: Handouts werden ca. 2 bis 3 Wochen vor dem Kurs an die Veranstalter per Mail zugesendet mit der bitte, entsprechend Teilnehmerzahl diese ausdrucken.

Reisekosten: Je nach Ort und Anreisekosten berechne ich zusätzliche eine Pauschale für die Reisekosten. Hierbei orientiere ich mich an die Ortsüblichen Übernachtungskosten (ca. 160 €) und der Bahnkosten 2. Klasse Normalfahrt, sofern eine Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln zumutbar ist. Bei mehr als 2 Stunden Anreise berechne ich eine Vortagübernachtung. Sollte am letzten Veranstaltungstag keine Möglichkeit der Rückfahrt mit der Bahn sein berechne ich eine zusätzliche Übernachtung.

Absage des Kurses: die Referentin behält sich vor, bei Absage des Kurses eine Ausfallgebühr zu erheben. Preis: auf Anfrage.

1

Kosten: Für Fachfortbildungen bin ich Umsatzsteuerbefreit!

Zweitätiges Seminar Präsenz bis : 2.400,- €

Tagespreis 1.500,- €

Dreitätige Seminare 3500,- €

Zuzüglich Übernachtungs- und Fahrtkosten

Onlinefortbildung, incl. Zoom und Mural

Zweitätiges Seminar bis:  2.500,- €

Ab 14 TN eine Fachperson für Technik VB

Serie: Handlungsbasierte Alltagsbewältigung bei psychischen Traumafolgen

Trauma1 Kurs 1: Basiskurs Handlungsbasierte Ergotherapie bei Traumafolgen: Neurophysiologie, Beziehungsgestaltung und Alltagsbewältigung



Abstract:

Der Basiskurs vermittelt grundlegende Kenntnisse und praktische Ansätze für die ergotherapeutische Arbeit mit traumatisierten Klient:innen. Im Fokus stehen dabei die neurophysiologischen Grundlagen von Trauma und Schocktrauma sowie deren Auswirkungen auf Körper, Psyche und Alltagsbewältigung. Die Teilnehmenden lernen, traumabedingte Reaktionen besser zu verstehen und daraus therapeutisch relevante Handlungsansätze abzuleiten.

Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der traumasensiblen Gestaltung des therapeutischen Rahmens, dem Aufbau einer stabilen Beziehung sowie einer achtsamen, ressourcenorientierten Gesprächsführung. Ziel ist es, Klient:innen in ihrem Anliegen ernst zu nehmen, gemeinsam therapeutische Ziele zu entwickeln und diese in konkrete, handlungsbasierte ergotherapeutische Maßnahmen zu übersetzen. Der Kurs bietet praxisnahe, betätigungsorientierte Tools, die direkt in der ergotherapeutischen Arbeit anwendbar sind.

Inhalt:

- Grundlagen von Trauma und Schocktrauma: Begriffsklärung und Auswirkungen
- Neurophysiologie des Traumas: Verständnis der körperlichen und neurologischen Reaktionen als Grundlage für ergotherapeutische Interventionen
- Folgen eines Traumas auf Körper und Psyche und deren Bedeutung für den Alltag
- Ergotherapeutische Basisarbeit mit traumatisierten Klient:innen:
 - Traumasensible Rahmengestaltung und Beziehungsaufbau
 - Therapeutische Haltung und Gesprächsführung in der ergotherapeutischen Praxis
 - Zielentwicklung: Vom Anliegen der Klient:innen zum ergotherapeutischen Auftrag
 - Handlungsbasierte, betätigungsorientierte Tools für die Praxis

2

2 Tage, 16 FP (Fortbildungspunkte)

Arikel: Schreiner, A. (2011): Das Trauma nicht zum Thema machen. ergopraxis 6, S. 24 - 27. Thieme [Download](#)

DVE - Presseinformation (März 2016): Ergotherapeuten stabilisieren Menschen mit Trauma [Download](#)

Trauma2 Kurs 2: Dissoziationen verstehen und begleiten: Ergotherapeutische Arbeit mit strukturellen Dissoziationen und DIS**Abstract:**

Dieser Aufbaukurs richtet sich an Ergotherapeut:innen, die bereits den Basiskurs „Handlungsbasierte Ergotherapie bei Traumafolgen“ absolviert haben (oder einen vergleichbaren Grundlagenkurs) und ihr Wissen vertiefen möchten. Im Zentrum steht das Verständnis von Dissoziationen in ihren unterschiedlichen Ausprägungen sowie deren Bedeutung für die ergotherapeutische Praxis.

Die Teilnehmenden setzen sich mit den Grundlagen der Dissoziation, ihrer Entstehung und den Auswirkungen auf Wahrnehmung, Körperbild und Alltagsbewältigung auseinander. Ein Schwerpunkt liegt auf dem Konzept der strukturellen Dissoziation, deren Erkennungsmerkmalen sowie dem professionellen Umgang mit dissoziativen Zuständen in einer traumasensiblen Haltung.

Darüber hinaus wird das komplexe Thema der Täterintrojekte beleuchtet, ebenso wie die dissoziative Identitätsstörung (DIS). Neben einer fundierten theoretischen Einführung werden aktuelle Forschungsergebnisse vorgestellt und praxisnahe, betätigungsorientierte Strategien für die ergotherapeutische Arbeit mit DIS-Klient:innen vermittelt.

Ziel des Kurses ist es, Sicherheit im Umgang mit komplex traumatisierten Klient:innen zu gewinnen und das eigene ergotherapeutische Handeln fachlich zu erweitern und zu vertiefen.

Inhalt

- Grundlagen der Dissoziation: Formen, Entstehung und Auswirkungen
- Traumasensible Haltung und Umgang mit dissoziativen Zuständen in der ergotherapeutischen Praxis
- Strukturelle Dissoziation: Konzept, Erkennungsmerkmale und Bedeutung für die Ergotherapie
- Täterintrojekte in der Ergotherapie: Verständnis und therapeutischer Umgang
- Dissoziative Identitätsstörung (DIS): Begriffsklärung, Forschungsergebnisse und therapeutische Ansätze
- Betätigungsorientierte Strategien für die Arbeit mit DIS-Klient:innen

2 Tage, 16 FP

3

Artikel: Schreiner, A. (2016): Aus der Ohnmacht zur Handlung - Wege zur unterstützenden Heilung von komplex traumatisierten Patientinnen in der Ergotherapie. Fachzeitschrift von Ergotherapie Austria, Ausgabe 1; S. 20 - 26 [Download](#)

Trauma3	Kurs 3: "Ergotherapie bei komplexen Traumata: Alltagsbewältigung, Beziehungsaufbau und Umgang mit Sekundärtrauma"
---------	---

Abstract:

Dieser Aufbaukurs richtet sich an Ergotherapeut:innen, die den Basiskurs „*Handlungsbasierte Ergotherapie bei Traumafolgen*“ absolviert haben (oder einen vergleichbaren Grundlagenkurs) und ihre Kompetenzen in der Arbeit mit komplex traumatisierten Klient:innen weiter vertiefen möchten.

Im Mittelpunkt stehen die ergotherapeutischen Herausforderungen im Umgang mit komplexen Traumafolgestörungen, insbesondere Entwicklungs trauma und komplexer posttraumatischer Belastungsstörung (KPTBS). Die Teilnehmenden erhalten fundierte Einblicke in begleitende psychische Diagnosen sowie spezifische Symptome und Dynamiken, die den Alltag und die therapeutische Beziehung prägen.

Praxisnahe Strategien werden für unterschiedliche Altersgruppen vermittelt – von traumatisierten Kindern bis hin zu älteren Menschen mit Traumafolgen. Der Kurs thematisiert den Aufbau tragfähiger therapeutischer Beziehungen, den ergotherapeutischen Prozess über verschiedene Therapiephasen hinweg sowie den Umgang mit schwierigen Gefühlen wie Scham, Schuld und Ohnmacht.

Ein weiterer zentraler Schwerpunkt ist der professionelle Umgang mit Suizidalität als Bewältigungsstrategie bei Trauma sowie der reflektierte Umgang mit Sekundärtraumatisierung im therapeutischen Alltag. Dazu gehören präventive Maßnahmen, Selbstfürsorge und nachhaltige Schutzstrategien für Therapeut:innen.

Ziel des Kurses ist es, Fachpersonen in ihrer traumasensiblen Haltung zu stärken, sie auf komplexe Prozesse in der ergotherapeutischen Arbeit vorzubereiten und ihre Handlungssicherheit im Umgang mit herausfordernden Situationen zu erweitern.

Inhalt:

- Psychische Traumata und begleitende psychische Diagnosen
- Entwicklungs trauma und komplexe Posttraumatische Belastungsstörung (KPTBS): Begriffsklärung und Auswirkungen
- Trauma bei Kindern: Ergotherapeutische Ansätze zur Unterstützung und Stabilisierung
- Trauma im höheren Lebensalter: Spezifische Herausforderungen und ergotherapeutische Strategien für ältere Menschen
- Beziehungsaufbau und Therapieprozess: Betätigungsorientierte Ergotherapie von der ersten Sitzung bis zum Abschluss
- Umgang mit belastenden Emotionen: Scham, Schuld und Ohnmacht in der ergotherapeutischen Arbeit
- Suizidalität als Bewältigungsstrategie: Erkennen, Verstehen und therapeutische Handlungsoptionen
- Sekundärtrauma in der Ergotherapie: Definition, Risiken und Präventionsstrategien
- Selbstfürsorge für Therapeut:innen: Prophylaxe und Schutz vor Sekundärtraumatisierung

2 Tage, 16 FP

**Abstract**

In der psychiatrischen Ergotherapie begegnen uns immer wieder Klient:innen, deren eingeschränkte Handlungsfähigkeit nicht nur das zentrale Therapieziel, sondern zugleich eine große Herausforderung im therapeutischen Alltag darstellt. Diskussionen über Verordnungen, endlose Monologe, kritisches Verhalten oder völlige Passivität – solche Situationen fordern nicht nur unsere fachliche, sondern auch unsere persönliche Kompetenz.

Dieses Seminar beleuchtet mit fachlicher Tiefe, einer Prise Humor und Raum für Selbsterfahrung den Umgang mit Klient:innen, die uns emotional fordern – insbesondere im Kontext von Persönlichkeitsstörungen. Auf Grundlage des Modells der doppelten Handlungsregulation (Sachse & Sachse) entwickeln wir ein besseres Verständnis für das Verhalten handlungsgestörter Klient:innen und reflektieren dabei bewusst auch unsere eigene therapeutische Haltung.

Ein zentrales Element des Seminars ist die Selbsterfahrung: Wir setzen uns mit unseren persönlichen Reaktionen, Mustern und Grenzen auseinander – wertschätzend, geschützt und praxisnah. Ziel ist es, mit mehr Sicherheit, Klarheit und innerer Stabilität in die therapeutische Beziehung zu gehen.

Inhalte:

- Theoretische Grundlagen zu Persönlichkeitsstörungen und deren Schemata (ICD-11)
- Kommunikationsstrategien im Umgang mit herausfordernden Klient:innen
- Beziehungsgestaltung in der ergotherapeutischen Arbeit
- Praxisnahe Fallbeispiele und Übungen
- Selbsterfahrung zur Reflexion der eigenen Haltung und Reaktion

3-4 Tage je nach Intensität des Kurses, 24-32 FP

Angst Aus der Angst in die Handlung – ergotherapeutisch begleiten und stärken**Abstract**

Angst gehört zum Leben – doch was, wenn sie den Alltag dominiert?
Angststörungen zählen zu den häufigsten psychischen Erkrankungen und treten oft in Kombination mit Depressionen, Suchterkrankungen oder traumatischen Erfahrungen auf. Im ergotherapeutischen Alltag begegnen wir daher immer wieder Klient:innen, bei denen Ängste die Handlungsfähigkeit beeinträchtigen und die gemeinsame Arbeit an alltagsrelevanten Zielen erschweren.

Dieses Seminar bietet einen praxisorientierten Zugang zum Verständnis und zur therapeutischen Begleitung von Menschen mit Angst- und Panikstörungen. Neben fundiertem medizinisch-psychologischem Wissen legt die Fortbildung besonderen Wert auf Selbsterfahrung und Selbstreflexion: Wie wirken Ängste auf Körper, Denken und Handeln? Welche eigenen Strategien nutzen wir im Umgang mit Angst? Und wie können wir Klient:innen empathisch und wirkungsvoll in der ergotherapeutischen Praxis begleiten?

Die Referentin verbindet Theorie, Wahrnehmungsübungen und ergotherapeutische Methoden zu einem ganzheitlichen Konzept, das sowohl Sicherheit in der therapeutischen Planung als auch Handlungskompetenz in herausfordernden Situationen vermittelt.

Inhalte:

- Medizinisch-psychologisches Grundlagenwissen zu Angststörungen, Panik und Agoraphobie
- Kognitive, physiologische und motorische Auswirkungen von Angst
- Das Modell der Panik: Theorie und praktische Anwendung
- Ergotherapeutische Interventionen und Methoden im Umgang mit Angst und Panik
- Kommunikation und Verhalten in akuten Angst- oder Paniksituationen
- Selbstreflexion: Eigene Ängste und persönliche Bewältigungsstrategien
- Supervision und Austausch

Ziel des Seminars ist es, Ängste besser zu verstehen – bei unseren Klient:innen und bei uns selbst – und mit gezielten Strategien die Handlungskompetenz in der ergotherapeutischen Arbeit zu stärken.

2 Tage, 16 FP

**Ziel Ziele finden, die wirklich zählen –
Klientenzentrierte Strategien für Menschen mit instabilem Selbstbild**

In der ergotherapeutischen Arbeit mit psychisch erkrankten Menschen stellt die Zielfindung oft eine besondere Herausforderung dar. Viele Klient:innen haben aufgrund eines instabilen Selbstbildes Schwierigkeiten, eigene Wünsche und Bedürfnisse wahrzunehmen oder als legitim zu erleben. Zielvorstellungen bleiben vage („Ich will stabil sein“) oder orientieren sich stark an äußeren Erwartungen, wodurch der Bezug zur eigenen Lebenswirklichkeit verloren geht.

Diese Fortbildung zeigt praxisnahe und alltagsorientierte Wege auf, wie therapeutische Ziele entwickelt werden können, die wirklich zählen – also bedeutsam für die Klient:innen sind, ihre Teilhabe stärken und gleichzeitig den ergotherapeutischen Fokus auf Betätigung bewahren.

Anhand von Fallbeispielen, kreativen Methoden und kleinen Interventionen lernen die Teilnehmer:innen:

- wie Selbstbild und Zielentwicklung zusammenhängen,
- wie man auch hinter vagen oder symptomorientierten Wünschen bedeutungsvolle Betätigungsziele erkennen kann,
- und wie man gemeinsam mit Klient:innen Ziele formuliert, die motivierend, machbar und therapeutisch relevant sind.

Inhalt:

- Theoretische Grundlagen zum Zusammenhang von Selbstbild, Selbstwirksamkeit und Zielfindung
- Reflexion typischer Zielmuster: Vage Aussagen, symptomorientierte Wünsche und Fremdbestimmung
- Erkennen und Herausarbeiten alltagsrelevanter Betätigungsziele auch hinter unscharfen Zielvorstellungen
- Kreative und praxisnahe Methoden zur Zielfindung in der ergotherapeutischen Beziehung
- Fallbeispiele und Kleingruppenarbeit zur Anwendung und Vertiefung
- Reflexion der eigenen therapeutischen Haltung im Prozess der Zielentwicklung

7

2 Tage, 16 FP

Artikel Schreiner A., Jungwirth L. (2016): Systemische Tools zur ergotherapeutischen SMART - Zielfindung, Praxis Ergotherapie, Ausgabe 4 [Download](#)

**Übertragung Emotionale Resonanz –
professionell handeln in komplexen Beziehungssituationen**

In der ergotherapeutischen Arbeit, insbesondere im psychosozialen und psychisch-funktionellen Bereich, ist die therapeutische Beziehung oft intensiv und emotional geprägt. Phänomene wie Übertragung und Gegenübertragung sind dabei keine Ausnahmen, sondern ein natürlicher Teil jeder therapeutischen Interaktion. Sie wirken meist unbewusst – und können die Behandlung entweder bereichern oder erschweren. Verstrickungen, Irritationen oder diffuse emotionale Reaktionen können entstehen, wenn wir diese Dynamiken nicht erkennen oder unreflektiert lassen.

Gerade weil es für die Ergotherapie bisher kaum spezifische Konzepte im Umgang mit Übertragungsphänomenen gibt, ist es umso wichtiger, eigene Wahrnehmungen und Reaktionen bewusst zu reflektieren – sowohl im Einzelkontakt als auch im therapeutischen Team. Ziel dieser Fortbildung ist es, Raum für genau diese Auseinandersetzung zu schaffen: fundiert, praxisnah und mit einer wertschätzenden Offenheit für Selbsterfahrung.

Neben theoretischem Wissen zu klassischen und traumatischen Übertragungen werden Übungen zur Selbstwahrnehmung, Reflexion und Fallarbeit angeboten. So können die Teilnehmer:innen eigene Beziehungserfahrungen besser einordnen, typische Dynamiken erkennen und den ergotherapeutischen Auftrag wieder klarer verfolgen.

Inhalte:

- Grundlagenwissen zu Übertragung, Gegenübertragung und traumatischer Übertragung
- Bedeutung dieser Dynamiken in der ergotherapeutischen Beziehung
- Selbstreflexion: Eigene Reaktionen, Haltungen und Beziehungsmuster
- Methoden zur bewussten Wahrnehmung und Bearbeitung von Übertragungsprozessen
- Arbeit mit eigenen Fallbeispielen in geschütztem Rahmen
- Reflexion im Team: Umgang mit Übertragung in multiprofessionellen Kontexten

Ziel:

Diese Fortbildung richtet sich an Ergotherapeut:innen, die ihre Beziehungskompetenz vertiefen, therapeutische Prozesse bewusster gestalten und ihre eigene Rolle im Spannungsfeld von Nähe, Distanz und professioneller Präsenz reflektieren möchten.

8

2 Tage, 16 FP

**Abstract:**

„Wir können nicht nicht kommunizieren.“ – Dieser berühmte Satz von Paul Watzlawick trifft auch im ergotherapeutischen Alltag immer wieder zu. Kommunikation ist unaufhörlich und unbewusst, und manchmal entsteht gerade durch das Nicht-Handeln oder die Weigerung, an der Therapie teilzunehmen, eine ganz besondere Form der Kommunikation. Wie können wir in solchen Momenten reagieren, um unsere Klient:innen aus der Komfortzone herauszuholen und wieder Handlungsfähigkeit zu fördern?

In diesem Kurs geht es nicht nur um Theorie, sondern vor allem um praktische Anwendung und Selbsterfahrung. Sie lernen, wie Sie systemische Fragestellungen gezielt einsetzen, um Veränderung und Motivation zu aktivieren. Methoden aus der lösungsorientierten Gesprächsführung und der Motivierenden Gesprächsführung helfen dabei, mit Klient:innen in schwierigen Momenten in einen konstruktiven Dialog zu treten. Humor und provokative Elemente in der Gesprächsführung runden das Repertoire ab und bieten kreative Ansätze, um die Therapie zu bereichern und die Motivation zu fördern.

Neben einem kurzen theoretischen Input bieten wir Ihnen ausreichend Gelegenheit zum Ausprobieren und Üben: Kommunikationsspiele, Rollenspiele und praktische Übungen ermöglichen es, Ihre Fähigkeiten in der Gesprächsführung weiterzuentwickeln und neue Perspektiven zu gewinnen.

Inhalte:

- Theoretische Grundlagen und Methoden: Systemische Fragestellungen (Fritz B. Simon), lösungsorientierte Gesprächsführung (Steve de Shazer & Insoo Kim Berg) und Motivierende Gesprächsführung (William Miller & Stephen Rollnick)
- Humor als Kommunikationsmittel in der Ergotherapie
- Nonverbale Kommunikation und deren Einfluss auf den Dialog
- Provokative Gesprächsführung zur Aktivierung von Veränderungsprozessen
- Praxisorientierte Übungen: Rollenspiele, Selbsterfahrung und Kommunikationsspiele

Ziel:

Sie erweitern Ihre Kommunikationstechniken und lernen, wie Sie schwierige Gespräche motivierend und zielorientiert führen können. Der Kurs bietet Ihnen nicht nur fundiertes Wissen, sondern vor allem Raum für praktisches Üben, Reflexion und Spaß – für eine noch effektivere und einfühlsamere therapeutische Arbeit.

2 Tage, 16 FP

**Abstract:**

Resilienz ist derzeit ein viel diskutiertes Thema – und wer sich fragt, ob es sich nur um eine Modeerscheinung handelt, wird überrascht feststellen, dass die Auseinandersetzung mit dieser Fähigkeit bereits in der Salutogenese ihren Ursprung hatte. Es stellt sich die Frage, warum manche Menschen widrige Lebensbedingungen scheinbar unbeschadet überstehen und sogar gestärkt aus ihnen hervorgehen. Was unterscheidet sie von denen, die an Belastungen zerbrechen?

Dieses Seminar geht der Frage nach, was Resilienz ausmacht und wie wir diese Widerstandskraft in unserem Alltag und in der therapeutischen Arbeit gezielt fördern können. Anhand der Resilienzfaktoren entdecken die Teilnehmer:innen ihre eigenen Bewältigungsstrategien, stärken ihre persönliche Widerstandskraft und lernen, diese Erkenntnisse auf die Arbeit mit Klient:innen zu übertragen.

Besonderer Fokus liegt dabei auf der betätigungszentrierten Ergotherapie: Wie können wir als Ergotherapeut:innen durch gezielte Handlungsanregungen und individuell zugeschnittene Aktivitäten die Resilienz unserer Klient:innen fördern und dabei ihre Handlungsfähigkeit im Alltag langfristig stärken?

Das Seminar bietet einen praxisorientierten Ansatz, um Resilienz nicht nur als theoretisches Konzept, sondern als ganz konkretes Handlungsfeld in der Ergotherapie zu begreifen. Es wird Raum für Reflexion und praktische Übungen geben, die helfen, das Wissen direkt in den ergotherapeutischen Alltag zu integrieren und anzuwenden.

Inhalte:

- Grundlagen der Resilienz und deren Bedeutung in der Salutogenese
- Resilienzfaktoren und ihre Rolle im Umgang mit belastenden Lebensereignissen
- Entwicklung und Stärkung persönlicher Bewältigungsstrategien
- Transfer des Resilienz-Konzepts in die betätigungszentrierte Ergotherapie
- Praktische Übungen zur Förderung von Resilienz bei Klient:innen

10**Ziel**

Die Teilnehmer:innen gewinnen ein tiefgehendes Verständnis für das Konzept der Resilienz und erhalten konkrete Werkzeuge, um die Widerstandskraft von Klient:innen durch betätigungszentrierte Ansätze zu stärken und deren Handlungsfähigkeit im Alltag zu fördern.

2 Tage, 16 FP



Abstract

Ergotherapeut:innen sind in ihrem Berufsalltag einer Vielzahl von Stressfaktoren ausgesetzt, die sich aus Zeitdruck, umfangreichen Dokumentationspflichten, Anforderungen des Qualitätsmanagements und dem wirtschaftlichen Druck in Kliniken ergeben. Zusätzlich stellt die Arbeit in helfenden Berufen, bei der die Bedürfnisse der Klient:innen an erster Stelle stehen, eine hohe Belastung dar – die eigenen Bedürfnisse geraten oft in den Hintergrund. Diese ständige Selbstaufopferung und der Wunsch, immer alles perfekt zu machen, können langfristig zu einer Überlastung und sogar zu einem Burnout führen. Besonders ausgeprägte Merkmale wie Idealismus, Perfektionismus und Überengagement, die in der Ergotherapie häufig zu finden sind, begünstigen diese Entwicklung (Spurgeon 2003).

In dieser Fortbildung setzen sich Ergotherapeut:innen mit den Stressfaktoren ihres Berufs auseinander und erarbeiten Wege, wie sie stark und präventiv gegen Burnout vorgehen können. Neben einem theoretischen Input zu den Ursachen von Stress und Burnout werden die Teilnehmer:innen durch Selbsterfahrung und Reflexion ihres eigenen beruflichen Verhaltens für ihre persönlichen Stressoren sensibilisiert. Durch Gruppenarbeit, Wahrnehmungsübungen und Fallbesprechungen werden konkrete Strategien entwickelt, um das berufliche Verhalten nachhaltig zu reflektieren und eine gesunde Balance zwischen der Arbeit mit Klient:innen und der eigenen Selbstfürsorge zu finden.

Das Ziel dieser Fortbildung ist es, den Ergotherapeut:innen Werkzeuge an die Hand zu geben, mit denen sie sich selbst besser schützen und langfristig gesund und motiviert im Beruf arbeiten können.

Inhalte:

- Theoretischer Input zu Stress, Burnout und Selbstschutz in der Ergotherapie
- Selbsterfahrung und Reflexion des eigenen beruflichen Verhaltens
- Gruppenarbeit und Wahrnehmungsübungen zur Stressbewältigung und Abgrenzung
- Fallbesprechungen und Lösungsansätze für individuelle Herausforderungen in der ergotherapeutischen Praxis

Ziel der Fortbildung:

Die Teilnehmer:innen entwickeln ein besseres Bewusstsein für die eigenen Stressoren und lernen, wie sie durch gezielte Selbstreflexion und praktische Methoden ihre Abgrenzungsfähigkeit stärken und sich vor den Gefahren von Burnout schützen können. Sie gehen mit einem erweiterten Methodenkoffer in ihren ergotherapeutischen Alltag, um langfristig gesund und effektiv arbeiten zu können.

2 Tage, 16 FP

Artikel Selbstfürsorge

**Abstract**

In den letzten Jahren verzeichnen ergotherapeutische Praxen einen deutlichen Anstieg von Klient*innen mit dem Krankheitsbild des Burnout-Syndroms. Ein wesentlicher Grund hierfür liegt in der vergleichsweise niedrighschwelligen Zugänglichkeit zur Ergotherapie im Vergleich zur Psychotherapie. Mit der geplanten Aufnahme von Burnout in die ICD wird die ergotherapeutische Behandlung nach Abschluss der Studienlage nun auch diagnostisch legitimiert. Vor diesem Hintergrund wird ein spezifisches ergotherapeutisches Konzept vorgestellt, das auf die besonderen Bedürfnisse von Menschen mit Burnout eingeht.

Zentrale Inhalte des Konzepts sind: die theoretische Einordnung des Burnout-Syndroms und seine Abgrenzung zu Depression und dem Erschöpfungssyndrom, das Stress-Balance-Modell als Analyse- und Interventionsinstrument, sowie der gezielte Umgang mit persönlichen Antreibern und hinderlichen Glaubenssätzen. Ergänzt wird das Konzept durch alltagsnahe Tools zur Neugestaltung von Routinen und zur nachhaltigen Förderung von Selbstfürsorge und Lebensqualität. Ziel ist es, Klient*innen in ihrer Handlungsfähigkeit zu stärken und sie in einem ressourcenorientierten Prozess zurück zu einem selbstbestimmten Alltag zu begleiten.

Inhalt

Das Konzept beleuchtet die Historie, Definition und Diagnostik des Burnout-Syndroms sowie dessen Abgrenzung zu Depression und Erschöpfung. Es werden Entstehungsfaktoren, biologische Stressreaktionen, juristische und gesundheitspolitische Hintergründe dargestellt. Ein Schwerpunkt liegt auf ergotherapeutischen Interventionsmöglichkeiten: Modelle wie die Lebensbalance, das Stress-Balance-Modell, Zeitmanagement-Tools, Ressourcenarbeit sowie der Umgang mit Glaubenssätzen und inneren Antreibern. Ergänzt wird das Konzept durch praxisnahe Übungen zur Entspannung sowie Ansätze zur Prävention im Unternehmenskontext. Abschließend wird der Maslach Burnout Inventory-Test vorgestellt.

Ziel:

Ziel dieses Konzepts ist es, ergotherapeutische Handlungskompetenz im Umgang mit dem Burnout-Syndrom zu stärken und ein praxisnahes, wirksames Vorgehen zu etablieren. Klient*innen sollen in ihrer Selbstwahrnehmung, Selbstfürsorge und Alltagsbewältigung unterstützt werden. Die ergotherapeutische Intervention zielt darauf ab, nachhaltige Veränderungen im Lebensstil anzustoßen, um Überlastung vorzubeugen, Ressourcen zu aktivieren und langfristig zu einem selbstbestimmten, gesunden Alltag zurückzufinden.

2 Tage, 16 FP

Artikel Burnout

Vom Selbstbewusstsein zur Selbstwirksamkeit – Mit Handlungen zu mehr Stärke in der Ergotherapie**Abstract:**

Selbstwert, Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit sind fundamentale Elemente für die Handlungsfähigkeit und das Wohlbefinden im Alltag. In der ergotherapeutischen Praxis sind diese Konzepte nicht nur von theoretischem Interesse, sondern auch entscheidend für den therapeutischen Erfolg. Doch was verstehen wir genau unter diesen Begriffen und wie können wir sie in der betätigungsorientierten Ergotherapie gezielt fördern?

In dieser Fortbildung setzen wir uns zunächst mit den theoretischen Grundlagen zu Selbstwert, Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit auseinander und betrachten deren Bedeutung aus psychologischer und ergotherapeutischer Perspektive. Besonders wichtig ist hierbei die Frage, wie diese Aspekte mit verschiedenen Erkrankungsbildern zusammenhängen und welche Auswirkungen sie auf die Handlungsfähigkeit der Klient:innen haben. Wir stellen Modelle vor, die in der Ergotherapie Anwendung finden und dabei helfen, den Fokus auf die Förderung der Selbstwirksamkeit durch konkrete, alltagsrelevante Handlungen zu legen.

Der Schwerpunkt der Fortbildung liegt jedoch auf der praktischen Anwendung in der betätigungszentrierten Ergotherapie. Sie lernen Methoden und Tools kennen, die speziell für die Arbeit mit Jugendlichen und Erwachsenen entwickelt wurden und durch gezielte Betätigungen das Selbstbewusstsein und das Vertrauen in die eigene Handlungsfähigkeit stärken. Darüber hinaus wird Raum für persönliche Reflexion geboten, um den eigenen Umgang mit den Themen Selbstwert und Selbstwirksamkeit zu vertiefen und einen Bezug zu den eigenen praktischen Erfahrungen zu schaffen.

Inhalt:

- Theoretische Auseinandersetzung mit den Begriffen Selbstwert, Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit aus psychologischer und ergotherapeutischer Sicht
- Modelle und Konzepte zur Förderung von Selbstwert und Selbstwirksamkeit in der Ergotherapie
- Verbindung der Konzepte zu verschiedenen Erkrankungsbildern und deren Einfluss auf die Handlungsfähigkeit
- Praktische Methoden der betätigungszentrierten Ergotherapie zur Förderung von Selbstwert, Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit bei Jugendlichen und Erwachsenen
- Reflexion der eigenen Haltung und Praxis im Umgang mit diesen Themen

13**Ziel der Fortbildung:**

Die Teilnehmer:innen erweitern ihren Methodenkoffer um spezifische betätigungszentrierte Ansätze, die den Selbstwert, das Selbstvertrauen und die Selbstwirksamkeit der Klient:innen fördern. Sie lernen, wie diese Konzepte konkret in die therapeutische Arbeit integriert werden können und erhalten Impulse für ihre eigene berufliche Praxis und persönliche Weiterentwicklung.

2 Tage, 16 FP