

Weiterbildung für Sport- und Bewegungstherapeuten  
unter der Trägerschaft des Fortbildungsinstituts Waldenburg

Zusatzqualifikation „Psychiatrie-Psychosomatik-Sucht“  
400 Unterrichtseinheiten  
(davon 300 UE Präsenzzeit)

---

Die Weiterbildung „Psychiatrie- Psychosomatik-Sucht“ orientiert sich an den Leitlinien der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF) und findet in Kooperation mit dem Klinikum am Weissenhof / ZfP Weinsberg statt.

**Vorinformationen:**

Obwohl Sport- und Bewegungstherapien bereits flächendeckend in psychiatrischen Einrichtungen eingesetzt werden, wird diese Behandlungsmethode in spezifischen Weiterbildungen nur in sehr geringem Umfang vermittelt und in psychiatrischen Lehrbüchern kaum beschrieben.

Unter den Prämissen Qualitätssicherung und Kompetenzerweiterung wurde eine speziell auf das Berufsbild des Sport- und Bewegungstherapeuten zugeschnittene Fortbildung entwickelt.

**Struktur der Spezialisierung „Psychiatrie-Psychosomatik-Sucht“:**

**Grundkurs (GK):** 200 Unterrichtseinheiten (Präsenz und Selbststudium)

5 Module mit je 23 UE

1 Modul mit 32 UE: KursleiterIn für Entspannungsverfahren Teil I

**Aufbaukurs (AK):** 200 Unterrichtseinheiten (Präsenz und Selbststudium)

4 Module mit je 23 UE

1 Modul mit 32 UE: KursleiterIn für Entspannungsverfahren Teil II

1 Modul mit 23 UE: Lehrübung, Supervision, Abschluss und Ausblick

**Zielgruppen und Zulassungsvoraussetzungen:**

- Abgeschlossene Ausbildung in einem Bewegungsfachberuf
- Diplomsporthelehrer, Diplom- Sportwissenschaftler, Sport- und Gymnastiklehrer
- Physio-/ Ergo-/ Mototherapeuten
- weitere Berufsgruppen (v.a. aus dem therapeutischen oder pädagogischen Bereich) auf Anfrage

Eine mindestens sechsmonatige Berufs- bzw. Praktikumserfahrung im Bereich der Sport- und Bewegungstherapie sind von Vorteil.

Die Teilnehmeranzahl ist auf 18 Personen beschränkt.

### **Ziele der Weiterbildung:**

Die Fortbildung bietet den Teilnehmenden die Möglichkeiten:

- Patientinnen und Patienten in Gruppen oder auch individuell (stationär oder ambulant) in verschiedenen Rehabilitationsphasen *körper- und bewegungstherapeutisch* zu betreuen
- Sport und Bewegung als ein Medium der Verhaltenstherapie anzuwenden
- zur fachlichen Kompetenzerweiterung im Sinne einer ganzheitlichen, über das Funktionelle hinausgehenden sporttherapeutischen Arbeit
- der Prägung eines neuen Selbstverständnisses als Sporttherapeut
- zu neuer Kreativität und Motivation am Arbeitsplatz durch fachkompetente Darstellung der eigenen Tätigkeit im multiprofessionellen Team
- der verstärkten Anerkennung und Wertschätzung der sporttherapeutischen Arbeit
- der Konzipierung sowie der Evaluierung der Sport- und Bewegungstherapie
- der Entwicklung eines psychodynamischen Grundverständnisses der Therapie

Unterschiedliche Elemente aus Bewegung, Sport und Spiel sowie Entspannung werden genutzt, um im therapeutischen Rahmen Patienten und Patientinnen zu einer langfristigen Verhaltensänderung zu motivieren.

Die Teilnehmenden können innerhalb der Weiterbildung fakultativ den **Kursleiter für Entspannungsverfahren (§ 20 SGB V)** in zwei Modulen absolvieren. Dieser in sich geschlossene Lehrgang wird in zwei Lehrabschnitte unterteilt und umfasst 64, von den Kostenträgern vorgeschriebene Unterrichtseinheiten.

In die Qualifikation eingebundene Selbsterfahrungsangebote führen zu einem tieferen Verständnis des eigenen Selbst und der Wirksamkeit der in der Fortbildung vorgestellten Methoden.

### **Umfang und Abschluss:**

Diese Zusatzqualifikation orientiert sich vom Umfang am erfolgreichen Konzept der Waldenburger Schwerpunkt-Ausbildung „Sporttherapie I Psychiatrie-Psychosomatik-Sucht“.

Das Berufskolleg Waldenburg ist bundesweit eine der wenigen Ausbildungsstätten, die Sporttherapeuten in diesen Kernfächern ausbildet.

Sport- und Gymnastiklehrer, Diplomsportlehrer und Diplom- Sportwissenschaftler können nach Absolvieren aller Module, die Waldenburger Zusatzqualifikation „Sport- und Bewegungstherapeut/in“ erwerben.

In elf Modulen werden die praxisbezogenen Inhalte von erfahrenen Spezialisten vermittelt. Am Ende der Ausbildung, wird das vermittelte Wissen wie folgt überprüft:

1. Ausarbeitung eines Stundenbildes sowie Abhalten einer Lehrübung
2. Abschluss Zertifikat: „Zusatzqualifikation Sport- und Bewegungstherapie / Psychiatrie-Psychosomatik-Sucht“ (nur bei Teilnahme aller Module)
3. Innerhalb der Kursleiterausbildung für Entspannungsverfahren (GK5+AK2) wird eine separate Prüfung abgelegt (s. unter Struktur). Beide Teilabschnitte "Progressive Muskelrelaxation" und "Autogenes Training" sind von der ZPP als Präventionskonzept nach §20 SGB V anerkannt. Nach erfolgreichem Abschluss erhalten Sie:
  - Zertifikat: Autogenes Training (ZPP-Zertifizierung)
  - Zertifikat: Progressive Muskelrelaxation (ZPP-Zertifizierung)

Grundqualifikation vorausgesetzt – siehe Leitfaden Prävention nach § 20 Abs. 2 SGB V zur Umsetzung der §§ 20, 20a und 20b SGB V vom 21. Juni 2000 in der Fassung vom 14.12.2020

## **Curriculum Zusatzqualifizierung „Psychiatrie – Psychosomatik – Sucht“**

### **Grundkurs Modul 1:**

#### **Einführung, Grundlagen, geschichtliche Aspekte, Vorstellung verschiedener Psychotherapierichtungen, Praxiseinführung**

Referenten: Karen Bausch, Thomas Damisch  
Termin: 27.10.-29.10.2023  
Kurszeiten: Fr.: 10.00 - 18.00 Uhr, Sa.: 09.00 - 18.00 Uhr, So.: 09.00 - 14.00 Uhr  
Kursgebühr: Euro 285,00

#### Inhalte/ 23 UE Präsenz:

- Historischer Abriss: Von der körperlichen Ertüchtigung (Turnvater Jahn) zur ganzheitlich orientierten Sport- und Bewegungstherapie
- Methodisch - didaktische Grundlagen einer ganzheitlich orientierten Sport- und Bewegungstherapie, Struktur und Verlauf einer Therapieeinheit, idealtypischer Gruppenverlauf: Möglichkeiten und Grenzen
- Einführung in arbeitsrelevante Techniken: Vorstellung Konzentrierte Bewegungstherapie / Integrative Bewegungstherapie / Funktionelle Entspannung / Psychodrama
- Einführung in Grundlagen der Entwicklungspsychologie
- Vorstellung eines ganzheitlichen Menschenbilds
- Einführung in Grundlagen der Psychotherapie (Psychotherapeutische Verfahren, ambulante sowie stationäre Psychotherapie)
- Verhaltenstherapie trifft Körpertherapie

### **Grundkurs Modul 2:**

#### **Sport- und Bewegungstherapie bei Essstörungen und Suchterkrankungen**

Referenten: Karen Bausch, Markus Brunner  
Termin: 24.11.2023. – 26.11.2023  
Kurszeiten: Fr.: 10.00 - 18.00 Uhr, Sa.: 09.00 - 18.00 Uhr, So.: 09.00 - 14.00 Uhr  
Kursgebühr: Euro 285,00

#### Inhalte/23 UE Präsenz:

- Sport- und bewegungstherapeutisches Vorgehen bei Essstörungen und Suchterkrankungen
- Vorstellung, Definition und Psychodynamik von Anorexie, Bulimie, Binge-Eating-Störung, Adipositas und anderen Suchterkrankungen
  
- Bewegungstherapeutische Angebote zu Körperschema und Körperbild
- Grundlagen der Körperwahrnehmung
- Basale Körperarbeit
- Strukturierte Wahrnehmungs- und Spürangebote
- Freies Explorieren mit und ohne Medium

### **Grundkurs Modul 3:**

#### **Psychopathologie und Grundlagen Psychiatrie. Sport- und Bewegungstherapie bei Somatisierungsstörungen und chronischen Schmerzsyndromen**

Referenten: Horst Bertsch, Karen Bausch  
Termin: 09.02.2024 – 11.02.2024  
Kurszeiten: Fr.: 10.00 - 18.00 Uhr, Sa.: 09.00 - 18.00 Uhr, So.: 09.00 - 14.00 Uhr  
Kursgebühr: Euro 285,00

#### Inhalte / 23 UE Präsenz:

- Systematik psychischer Erkrankungen
  - Epidemiologie und Ursachen psychischer Erkrankungen
  - Psychiatrische Diagnostik: Psychiatrisches Erstgespräch und psychopathologischer Befund
  - Aktuelle Klassifikationssysteme (ICD 10/11 und DSM 5)
  - Allgemeine und spezielle Psychiatrie und Neurosenlehre
  - Psychosomatische Erkrankungen
  - Abhängigkeiten (Alkohol, Drogen)
  - Medikamentöse Therapie
  
- Sport- und bewegungstherapeutisches Vorgehen bei Somatisierungsstörungen, z.B. bei chronischem Schmerzsyndrom
  - Ressourcenorientierte Angebote
  - Vorstellung Skillstraining
  - Exemplarische Einheit: Konzentrierte Bewegungstherapie
  - Tiefenpsychologische Säulen einer ganzheitlichen Sport- und Bewegungstherapie (Gestaltkreis von Weizsäcker, Objektbeziehungstheorie von Kernberg, Säuglingsforschung, Entwicklungspsychologie)

### **Grundkurs Modul 4:**

#### **Sport- und Bewegungstherapie bei schizophrenen Psychosen sowie in der Gerontopsychiatrie**

Referent: Andreas Stammer & Team ZfP Weinsberg (Cornelia Winter)  
Termin: 07.06.2024 – 09.06.2024  
Kurszeiten: Fr.: 10.00 - 18.00 Uhr, Sa.: 09.00 - 18.00 Uhr, So.: 09.00 - 14.00 Uhr  
Kursgebühr: Euro 285,00

#### Inhalte / 23 UE Präsenz:

- Bewegungstherapie in der Behandlung schizophrener Psychosen
  - Epidemiologie, Klassifikation, Klinik und Diagnostik schizophrener Psychosen
  - Behandlungsmethoden
  - Konzept der Bewegungstherapie
  - Studienlage
  - Theorie und Praxis der Bewegungstherapie bei schizophrenen Psychosen
- Bewegungstherapie in der Gerontopsychiatrie

- Krankheitsbilder in der Gerontopsychiatrie
- Demenzerkrankungen; Depression im Alter; Suchterkrankungen
- Diagnostik und Behandlung gerontopsychiatrischer Erkrankungen
- Theorie und Praxis der Bewegungstherapie bei gerontopsychiatrischen Erkrankungen

### **Grundkurs Modul 5:**

#### **KursleiterIn für Entspannungsverfahren Teil 1 (als Präventionskonzept nach §20 SGB V anerkannt)**

Referentin: Karen Bausch  
Termin: 04.07.2024 – 07.07.2024  
Kurszeiten: Do. 11.00-19.00 Uhr, Fr. 09.00-18.00 Uhr, Sa. 09.00-17.00 Uhr,  
So. 09.00 - 13.00 Uhr  
Kursgebühr: Euro 385,00

#### Inhalte / 32 UE Präsenz:

- Entstehung, Grundlagen und Rahmenbedingungen der Progressiven Muskelrelaxation (PMR) nach E. Jacobson
- Didaktik und Methodik der PMR
- Indikationen und Kontraindikationen, Möglichkeiten und Grenzen der Methode
- Kurz- und Langform der PMR in der Praxis
- Stress: Entstehung, Auswirkungen, Stressmanagement
- Einweisung in das ZPP-Konzept
- Lehrübungen: selbständiges Anleiten in der Klein- und Großgruppe

### **Grundkurs Modul 6:**

#### **Sport- und Bewegungstherapie bei Depressionen, Burnout und chronischem Schmerzsyndrom. Einführung in die Verhaltenstherapie**

Referent: Thomas Damisch  
Termin: 20.09.2024 – 22.09.2024  
Kurszeiten: Fr.: 10.00 - 18.00 Uhr, Sa.: 09.00 - 18.00 Uhr, So.: 09.00 - 14.00 Uhr  
Kursgebühr: Euro 285,00

#### Inhalte/23 UE Präsenz:

- Psychoedukation: Depressionsbewältigung, Burnout-Prophylaxe, Stressmanagement
- Einführung in die Verhaltenstherapie: Methoden und Grundlagen, arbeitsrelevante Techniken und Konzepte
- Exemplarische Einheit: Medizinische Trainingstherapie bei depressiven Erkrankungen (MTT und Gruppentraining)
- Exemplarische Einheit: Medizinische Trainingstherapie bei chronischen Schmerzen (MTT und Gruppentraining)

## **Aufbaukurs Modul 1:**

### **Sport- und Bewegungstherapie bei psychosomatischen Erkrankungen**

Referenten: Karen Bausch  
Termin: 18.10.2024 – 20.10.2024  
Kurszeiten: Fr.: 10.00 - 18.00 Uhr, Sa.: 09.00 - 18.00 Uhr, So.: 09.00 - 14.00 Uhr  
Kursgebühr: Euro 285,00

#### Inhalte/23 UE Präsenz:

- Sport- und bewegungstherapeutisches Vorgehen bei psychosomatischen Erkrankungen
- Themenzentrierte Angebote (z.B. Distanzierungs- und Abgrenzungstechniken, Emotionsfokussiertes Arbeiten, Anleitung zur Selbstfürsorge etc.)
- Grundlagen therapeutischen Verhaltens
- Übertragungs- / Gegenübertragungsphänomene, Abwehrmechanismen und therapeutischer Umgang mit schwierigen Gruppensituationen
- Psychohygiene, Förderung der Resilienz des Therapeuten

## **Aufbaukurs Modul 2:**

### **KursleiterIn für Entspannungsverfahren Teil II (als Präventionskonzept nach §20 SGB V anerkannt)**

Referentin: Karen Bausch  
Termin: 21.11.2024 – 24.11.2024  
Kurszeiten: Do. 11.00-19.00 Uhr, Fr. 09.00-18.00 Uhr, Sa. 09.00-17.00 Uhr,  
So. 09.00 - 13.00 Uhr  
Kursgebühr: Euro 385,00

#### Inhalte/ 32 UE Präsenz:

- Entstehung, Grundlagen und Rahmenbedingungen des Autogenen Trainings (AT) nach Prof. J. H. Schultz
- Didaktik und Methodik des AT
- Indikationen und Kontraindikationen, Möglichkeiten und Grenzen der Methode
- Selbsterfahrung der Methode
- Einweisung in das ZPP-Konzept
- Lehrübungen: selbständiges Anleiten in der Klein- und Großgruppe
- Mündliche Prüfung im offenen Setting und Durchführung einer kurzen praktischen Kurseinheit (Entspannungsverfahren Teil I und II)
- Nach erfolgreichem Abschluss erhalten Sie:
  - Zertifikat: Autogenes Training
  - Zertifikat: Progressive Muskelrelaxationbeide sind von der ZPP als Präventionskonzept nach §20 SGB V anerkannt  
(Grundqualifikation vorausgesetzt – siehe Leitfaden Prävention nach § 20 Abs. 2 SGB V zur Umsetzung der §§ 20, 20a und 20b SGB V vom 21. Juni 2000 in der Fassung vom 14. Dezember 2020

### **Aufbaukurs Modul 3:**

#### **Achtsamkeitstraining und Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR).**

#### **Kommunikation und Grundlagen sozialer Kompetenzen**

Referent: Thomas Damisch  
Termin: 07.02.2025 – 09.02.2025  
Kurszeiten: Fr.: 10.00 - 18.00 Uhr, Sa.: 09.00 - 18.00 Uhr, So.: 09.00 - 14.00 Uhr  
Kursgebühr: Euro 285,00

#### Inhalte/ 23 UE Präsenz:

- Kommunikation im multiprofessionellen Team und interdisziplinärer Austausch
- Therapeutische Gesprächsführung
- Psychodynamischer Gruppenprozess, Gruppenplanung
- Grundlagen sozialer Kompetenz (Verbesserung der Konflikt- und Kritikfähigkeit, klientenzentrierte Kommunikation)
- Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR): Inhalte, Ziele, Vorgehensweise, Zielgruppen
- Praxis der Achtsamkeit und Wahrnehmungstraining
- Exemplarische Einheit zur Achtsamkeit im therapeutischen Setting

### **Aufbaukurs Modul 4:**

#### **Sport- und Bewegungstherapie bei Angsterkrankungen, Erlebnispädagogik in der Psychiatrie**

Referenten: Alexander Wörle, Delia Ilzhöfer, Ulrike Apel  
Termin: 28.03.2025 – 30.03.2025  
Kurszeiten: Fr.: 10.00 - 18.00 Uhr, Sa.: 09.00 - 18.00 Uhr, So.: 09.00 - 14.00 Uhr  
Kursgebühr: Euro 285,00

#### Inhalte/ 23 UE Präsenz:

- Klassifikation, Klinik und Diagnostik von Angststörungen
- Psychotherapeutische Behandlungsmethoden: Systematische Desensibilisierung / Konfrontations- bzw. Expositionstherapie
- Das sporttherapeutische Konzept des Angstbewältigungstrainings
- Exemplarische Einheiten: Sporttherapie bei Angsterkrankungen
- Erlebnispädagogik in der Psychiatrie
- Fünf-Phasen-Modell der Krisenintervention
- Suizidalität: Risikogruppen, Formen des Suizids, Präsuizidales Syndrom, Suizidprophylaxe
- Bewusstheit durch Bewegung- die Feldenkrais Methode in der Psychosomatik mit Schwerpunkt Angsterkrankungen

### **Aufbaukurs Modul 5:**

#### **Einführung in die Tanztherapie beispielhaft in der Behandlung von Traumafolgestörungen und psychischen Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter**

Referentin: Susanne Schlatter  
Termin: 23.05.2025 – 25.05.2025  
Kurszeiten: Fr.: 10.00 - 18.00 Uhr, Sa.: 09.00 - 18.00 Uhr, So.: 09.00 - 14.00 Uhr  
Kursgebühr: Euro 285,00

#### Inhalte/ 23 UE Präsenz:

- Einführung in die Tanztherapie: Geschichte, Inhalte, Ziele, Verlauf einer Therapieeinheit
- Borderline-Störung: Definition und Psychodynamik unter Berücksichtigung von Übertragungs- und Gegenübertragungsphänomenen
- Traumaadaptierte Tanztherapie (TATT) bei Traumafolgestörungen (PTBS) und Komplextraumatisierungen (Vorstellung, Definition, Psychodynamik von Posttraumatischer Belastungsstörung, Interventionen)
- Tanztherapie in der Kinder- und Jugendpsychiatrie: Definition, Vorstellung ausgewählter Krankheitsbilder, Besonderheiten in der tanztherapeutischen Arbeit

### **Aufbaukurs Modul 6:**

#### **Lehrübung, Fall Supervision, Lehrgangsabschluss und Ausblick**

Referenten: Karen Bausch, Thomas Damisch  
Termin: 04.07.2025 – 06.07.2025  
Kurszeiten: Fr.: 10.00 - 18.00 Uhr, Sa.: 09.00 - 17.00 Uhr, So.: 9.00 - 14.00 Uhr  
Kursgebühr: Euro 285,00

#### Inhalte:

- Ausarbeitung Stundenbild sowie Abhalten einer Lehrübung
- Zertifikat: „Zusatzqualifikation Sport- und Bewegungstherapie / Psychiatrie-Psychosomatik-Sucht“ (nur bei Teilnahme an allen Modulen- ohne PMR und AT)

**Referenten:**

Apel, Ulrike	Physiotherapeutin, Feldenkraispädagogin, international anerkannte Trainerin
Bausch, Karen	Sport- und Gymnastiklehrerin, Konzentrierte Bewegungstherapeutin und Fortbildungsbevollmächtigte (DAKBT), Heilpraktikerin Psychotherapie, Aschaffenburg
Bertsch, Horst	Psychologischer Psychotherapeut für Erwachsene, Kinder und Jugendliche, Neuenstein
Brunner, Markus	Diplom-Sportlehrer, Sporttherapeut, KBT Ausbildung, Reha Klinik in Blieskastel
Damisch, Thomas	Mag. (Österreich), Sportwissenschaftler & Trainingstherapeut (Trainingswissenschaften; Sport-Management-Medien), akad. geprüfter Absolvent der psychotherapeutischen Propädeutikums Universität Salzburg
Schlatter, Susanne	Dipl.-Tänzerin, Tanztherapeutin, Lehrtherapeutin BTB, Supervisorin und Heilpraktikerin Psychotherapie, Neu-Isenburg
Stammer, Andreas	Dipl.-Sportwissenschaftler Leiter der Bewegungstherapie im Zentrum für Psychiatrie Weinsberg
Wörle, Alexander	Sportpädagoge M.A., Sporttherapeut, Leiter der Sport- und Physioschule Waldenburg
Ilzhöfer, Delia	Sport- und Gymnastiklehrerin, Fitnessfachwirtin, Rope-Course-Trainerin, Weiterbildung Erlebnispädagogin