



Medizinisches Seminar Bad Boll

Einladung zur
medizinischen Tagung
4. bis 6. November 2011
Mit Rhythmen heilen –
Chronische Erschöpfung
und Burn-out

Medizinisches Seminar Bad Boll
Seminar für Naturkunde,
Menschenkunde und Therapie.
In Zusammenarbeit mit der
Medizinischen Sektion der Freien
Hochschule für Geisteswissenschaft
am Goetheanum, Dornach/Schweiz.



Medizinisches Seminar Bad Boll

Liebe Freunde, liebe Kolleginnen und Kollegen,

Das Gefühl chronischer Erschöpfung kulminiert in dem Gefühl einer Sackgasse und erinnert an eine Kerze, deren Wachs schließlich verbraucht ist und deren Flamme erlischt. Eine Entwicklungslinie, die mit idealistischer Begeisterung begann, führt über frustrierende Erlebnisse zu Apathie und Desillusionierung und bereitet den Boden für psychosomatische Erkrankungen, Aggressivität, Depression oder schließlich erhöhter Suizidgefahr. Interessanterweise wurden die typischen Symptome eines Burn-out-Syndroms in den siebziger Jahren des letzten Jahrhunderts zunächst bei helfenden Berufen beschrieben. Übermäßige emotionale und physische Anstrengung resultieren in chronischer Erschöpfung, ursprünglich Helfende fühlen sich auf einmal selber kraftlos, schwach, matt und müde, leiden unter Antriebschwäche und sind reizbar. Um sich vor der eigenen Überlastung schützen zu können, wird schließlich eine Distanz zwischen den Mitmenschen (Patienten, Pflegebedürftigen, Schülern oder Kunden) und sich selbst hergestellt, was sich u. a. in zunehmender Gleichgültigkeit oder sogar einer zynischen Einstellung gegenüber den Mitmenschen äußern kann. Die ursprünglich beseelte Arbeit wird zur reinen unpersönlichen Routine. Johannes Siegrist beschreibt als ein Frühsymptom chronischer Erschöpfung das Ungleichgewicht zwischen Anforderungen und Ressourcen, kurz ERI genannt (effort-reward imbalance). Begleitet wird dieses Ungleichgewicht durch eine ausgeprägte Selbstverpflichtung, bei der sich Betroffene regelrecht aufopfern. Schon beim Aufwachen an die Probleme zu denken, die einen tagsüber erwarten, sind ein Wetterleuchten am Horizont, das auf ein seelisches Teufdruckgebiet schließen lässt. Persönliche Aspekte wie Neurotizismus, Perfektionsstreben oder auch ein übermäßiges Helfersyndrom vermindern die Belastbarkeit, ebenso soziale organisationspsychologische Ursachen wie häufige Wechsel der Arbeitssituation, zunehmend als bürokratisch empfundene Kontrollsysteme oder Situationen, in denen Ziele der Arbeit nicht klar definiert sind. Auch gesellschaftliche Ursachen wie ein Zerfall

familiärer und kommunitärer Bindungen schwächen die Ressourcen, womöglich besonders die reduzierte Pflege einer im wahrsten Sinne des Wortes gelebten Wieder-Anbindung (Re-ligio).

Howard Gardner stellt in seiner Burn-out-Forschung mit dem Blick auf eine neu zu erringende Selbststeuerung schließlich die drei Fragen: Wer bin ich?, was will ich? und wie erreiche ich effizient meine Ziele?

In der anthroposophisch erweiterten Menschenkunde ist es vor allem die Wärme, deren sich die Ich-Kräfte im Menschen bedienen, um die drei Fragen von Howard Gardner täglich neu beantworten zu können. Somit erscheint das Ich des Menschen wie die anfangs erwähnte Kerzenflamme. Bleibt die Frage, aus welchen Kräften das Wachs generiert wird, das täglich neu dem Ich als Lebenskraft zur Verfügung gestellt wird? Der Quell aller Lebenskräfte ist der Rhythmus. „Rhythmus trägt Leben“ – war die Äußerung Rudolf Steiners an Rudolf Hauschka, der an einer Belebung von Pflanzensäften interessiert war, nachdem die Pflanzen geerntet worden waren.

Wir freuen uns, Sie zu einem Seminar einladen zu können, in dem die Kraft der Rhythmen im Vordergrund stehen wird mit Blick auf chronische Erschöpfung, Burn-out und einem Verlust der Ich-gesteuerten Selbstregulation. Dass der dritte Tag des Seminars auf den 110. Geburtstag Rudolf Hauschkas fällt, ist kein Zufall. Wenigen Menschen verdanken wir so viel Engagement für die Verlebendigung heilender Substanzen wie Rudolf Hauschka. Der richtige Rhythmus zwischen Wärme-Asche und Licht-Asche ermöglicht eine Umwandlung von Er-Schöpfung in Neu-Schöpfung.

In diesem Sinne laden wir Sie herzlich ein und freuen uns auf einen lebendigen Austausch,

Ihr Jan Vagedes



Medizinisches Seminar Bad Boll

Mit Rhythmen heilen – Chronische Erschöpfung und Burn-out

Änderungen vorbehalten. Die Veranstaltung ist zur Zertifizierung mit 20 Punkten bei der LÄK und Apothekerkammer angemeldet. (Für Einzelvorträge gibt es keine Punkte.)

Freitag, 4. November 2011

15.00 – 15.15 *Dr. Jan Vagedes, Filderstadt/Tübingen*
Einführung in das Tagungsthema

15.15 – 16.30 *Dr. Christian Schopper, Ärztlicher Direktor der Kliniken Sonneneck*
Chronische Erschöpfung und Burn-out – Eine psychosomatische Phänomenologie
Vortrag

16.30 – 17.15 Pause

17.15 – 17.45 *Birgit Schopper, Ausbilderin für Rhythmische Einreibungen nach Wegman/Hauschka, Zürich*
Rhythmische Einreibungen nach Wegman/Hauschka
Vortrag

17.45 – 18.15 *Anja Weidtko, Rhythmische Masseurin, Schulleitung der Margarete Hauschka Schule Bad Boll*
Rhythmische Massage nach Dr. Ita Wegman
Vortrag

18.15 – 19.00 Gemeinsame Aussprache zu den beiden Vorträgen

19.00 – 20.00 Abendpause

20.00 – 21.30 *Dr. Friedwart Husemann, Internist, München*
Über den Alkohol mit Blick auf die Bleiwirkung
Vortrag

Weitere Termine: 13.–15.1.2012, Individuelle Pädiatrie
15.–17.6.2012, Mittleres Lebensalter
9.–11.11.2012, Zeit der Reife

Kontakt: Verena Hernandez
Tel. 0711 / 47 70 36 90, Fax 0711 / 47 70 36 80
post@medseminar-bad-boll.de
www.medseminar-bad-boll.de

Tagungsort: WALA, Bad Boll/Eckwälden, Bosslerweg 2
im Saal des Stammgebäudes am Heilpflanzengarten

Bankverbindung: Volksbank Göppingen, BLZ 610 605 00
Konto-Nr. 483 503 002, BIC: GENODES1VGP
IBAN: DE69 6106 0500 0483 5030 02

Samstag, 5. November 2011

08.00 – 08.45 *Pirkko Ollilainen, Heileurythmistin, Filderstadt*
Morgeneurythmie zum Thema

09.00 – 10.00 *Dr. Angela Kuck, Leitende Ärztin der gynäkologischen Abteilung, Paracelsus-Spital Richterswil*
„... aus dem Rhythmus gefallen“ – Zyklusprobleme und Erschöpfungssyndrom in Gynäkologie und Geburtshilfe mit Kasuistiken
Vortrag

10.00 – 10.50 *Dr. Christian Schopper*
Zum Behandlungskonzept Burn-out und Chronische Erschöpfung (mit Fallbeispielen)
Vortrag

10.50 – 11.30 Pause

11.30 – 13.00 Arbeitsgruppen I

13.00 – 14.45 Mittagspause

14.45 – 16.15 Arbeitsgruppen II

16.15 – 17.00 Pause

17.00 – 17.30 *Reinhold Schön, Medizinischer Bademeister, Berater der Jungebad KG*
Anregung der Regenerationskräfte durch Öldispersionsbäder
Vortrag

17.30 – 18.15 *Anne Sommer-Solheim, Kunsttherapeutin, München*
Wie wächst meine Kraft? Vortrag mit Fallbeispielen – Zum Therapeutischen Plastizieren bei Erschöpfung

18.15 – 19.00 Gemeinsame Aussprache

19.00 – 20.15 Abendpause

20.15 *Cristina Popa van Grootel am Flügel*
Franz Schubert, Sonate Op. 120 A-Dur
George Enescu, Sonate Op. 24 Nr. 1 fis-moll

08.00 – 08.45

09.00 – 10.30

10.30 – 11.00

11.00 – 12.15

12.15 – 12.30

Arbeitsgruppen:

Sonntag, 6. November 2011

Pirkko Ollilainen, Heileurythmistin, Filderstadt
Morgeneurythmie zum Thema

Dr. med. Franziska Roemer, prakt. Ärztin, Bad Boll
Thorsten Schletterer, Apotheker, Leit. Herstellung, WALA
Rudolf Hauschka und das rhythmische WA-LA-Verfahren – Die Prunus-Präparate
Vortrag mit Aussprache

10.30 – 11.00 Pause

11.00 – 12.15 *Markus Sommer, Arzt, München, Georg Soldner, Kinderarzt, München*
Anthroposophische Arzneimittel bei Erschöpfungszuständen
Vortrag mit Aussprache

12.15 – 12.30 *Georg Soldner, Schlusswort*

A *Pirkko Ollilainen:* Therapeutische Eurythmie

B *NN,* Die Praxis des WA-LA-Verfahrens

C *Dr. Christian Schopper:* Sprechstunde Burn-out und Chronische Erschöpfung – Praktische Gesichtspunkte (vormittags) Zur Prophylaxe und Prävention (mit Übungen) (nachmittags)

D *Ursi Soldner, München; Birgit Schopper, Zürich; Marco Roknic, Badenweiler, Ausbilder/Innen für Rhythmische Einreibungen nach Wegman/Hauschka:* Praktische Selbsterfahrung in den Rhythmischen Einreibungen

E *Anja Weidtko:* Rhythmische Massage, Behandlungsansätze bei chronischer Erschöpfung und Burn-out

F *Carolin Kubacki, Musiktherapeutin, Kliniken Sonneneck, Badenweiler:* Gesang und Musiktherapie

G *Anita Kapfhammer, Kunsttherapeutin, Göppingen:* Das Ringen um Gleichgewicht – Therapeutisches Malen mit Pflanzenfarben

H *Anne Sommer-Solheim, München:* Kraftquellen erschließen. Arbeitsgruppe zum Therapeutischen Plastizieren

I *Reinhold Schön:* Praktische Anwendung von Öldispersionsbädern

J *Dr. Reiner Sollfrank, Allgemeinarzt, Landsbut:* Labordiagnostik bei chronischem Stress und Burn-out

Anmeldung

Anmeldeschluss 25. Oktober 2011

- Tagungsort: WALA Stammgebäude am Ortsende von Eckwälden, Bosslerweg 2, 73087 Bad Boll/Eckwälden
- Bitte senden Sie uns den Anmeldungsabschnitt per Post, Fax oder E-Mail. Nutzen Sie auch das Online-Anmeldeformular unter www.medseminar-bad-boll.de
- Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Verena Hernandez, Tel.: 071 1 / 47 70 36 90, oder E-Mail: post@medseminar-bad-boll.de

Beiträge (Zutreffendes bitte ankreuzen.)

- Tagungsbeitrag € 200,-
- Studenten (bitte Bescheinigung beifügen) € 35,-
- Am vegetarischen Abendessen (Fr, Sa) und am Mittagessen (Sa) nehme ich teil € 35,-
- Bei Anmeldungen, die nach Anmeldeschluss eingehen, erhöht sich der Tagungsbeitrag von € 200,- auf € 230,- bzw. von € 35,- auf € 50,-

Zahlungsart

Der Betrag von €

- Geht per Überweisung an:
Medizinisches Seminar Bad Boll, Stichwort: November 2011
Konto-Nr. 483 503 002, Volksbank Göppingen, BLZ 610 605 00
BIC: GENODES1VGP, IBAN: DE69 6106 0500 0483 5030 02
- Liegt als Scheck der Anmeldung bei.
- *Wichtig:* Der Eingang Ihrer Zahlung ist zugleich das Datum Ihrer Anmeldung.
- *Stornierungen:* Für Abmeldungen nach dem Anmeldeschluss erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von € 40,-. Wir bitten um Verständnis, dass bei einer Stornierung unmittelbar in der Woche vor der Tagung der Tagungsbeitrag nicht mehr ausbezahlt werden kann.

Teilnehmer

Vorname/Name:

Beruf:

Straße:

PLZ/Ort:

Tel.-Nr.:

E-Mail:

Datum/Unterschrift:



Per Fax 0711 / 47 70 36 80 oder per Post senden. Danke!