

Achtsamkeit: Grundlagen und klinische Anwendungen 3. Tagung des Forschungsnetzwerks Achtsamkeit

Universitätsklinik und Poliklinik für Psychiatrie Bern, Bolligenstrasse 111, Bern, Schweiz

Programm

Das gesamte Tagungsprogramm, die Abstracts der einzelnen Vorträge und Posterpräsentationen sowie Informationen über die ReferentInnen finden Sie

[hier](#)

Donnerstag, 9. Juni 2011 09:30 - 10:00 Begrüßungskaffee 10:00 - 10:30 Eröffnung und Begrüßung durch Regula Mader, Vorsitzende der Geschäftsleitung Universitäre Psychiatrische Dienste Bern (UPD) und Prof. Dr. med. Werner K. Strik, Direktor Universitätsklinik und Poliklinik für Psychiatrie Bern

10:30 - 12:00 Kurzreferate: Erfassung von Achtsamkeit

Unterschiedliche Motivationsfaktoren für das Ausüben von Meditation - Ergebnisse einer Online-Studie zur Fragebogenkonstruktion B. Netz, S. Schmidt, Freiburg, D

Die Erfassung von Achtsamkeit mittels Fragebogen: Der „Comprehensive Inventory of Mindfulness Experiences“ (CHIME) C. Bergomi, Z. Kupper, W. Tschacher, Bern, CH

Der Freiburger Fragebogen zur Achtsamkeit im Kognitiven Interview. Analyse der Beantwortungsprozesse in Abhängigkeit von Achtsamkeits-Erfahrung F. Belzer, S. Schmidt, G. Lucius-Hoehne, Freiburg, D

15:30 - 16:00 Kaffeepause

16:00 - 18:15 Kurzreferate: Wirkungen achtsamkeitsbasierter Interventionen und von Achtsamkeitspraxis

Veränderung von Selbst-Mitgefühl und Achtsamkeit nach 8-wöchigem Achtsamkeitsmeditationstraining (MBSR). Multizentrische, kontrollierte, nicht randomisierte Beobachtungsstudie E. Krüger, Bad Steben, D

Warum gerade Achtsamkeitsmeditation? Die Besonderheiten von Achtsamkeitsmeditation hinsichtlich ihrer Wirkung auf psychologische Variablen J. Eberth, P. Sedlmeier, Chemnitz, D

Achtsamkeitsbasierte kognitive Therapie der Depression (MBCT) - Eine Prozessstudie Z. Kupper, E. Aschwanden, C. Bergomi, W. Tschacher, Bern, CH

Perception changes through mind-cultivation? G. Full, Frankfurt/Oder

Freitag, 10. Juni 2011

09:00 - 09:45 Hauptreferat: Neurowissenschaftliche Erkenntnisse der Achtsamkeitsforschung U. Ott, Giessen, D

09:45 - 10:45 Kurzreferate: Neurowissenschaftliche und allgemeinpsychologische Zugänge

Achtsamkeitsmeditation führt zu Veränderungen in der Dichte der grauen Substanz des Gehirns B. Hölzel, J. Carmody, T. Gard, S. Lazar, Giessen, D

EEG-Korrelate chronischer Schmerzen - Beobachtungsstudie zu MBSR bei Rückenschmerzen S. Schmidt, J.R. Naranjo, S. Gmeiner, C. Brenneisen, J. Gundlach, C. Schultz, H. Hinterberger, H. Kaube, D. Jeanmonod, Freiburg, D

11:15 - 12:45 Kurzreferate: Konzepte und theoretische Annäherungen

Wie wichtig ist die psychische Ich-Grenze für das Achtsamkeitstraining? K. Blaser, Basel, CH

Achtsamkeit und die Auflösung innerer Konflikte: die Methode Introvision. Grundlagen, Vorgehensweise, Ergebnisse A.C. Wagner, Hamburg, D

Ein Rahmenmodell zur Integration von achtsamkeitsbasierten Interventionen in das psychologische Training im Sport D. Birrer, P. Röhlin, Magglingen, CH

14:30 - 16:45 Kurzreferate: Wirkungen und Korrelate von Achtsamkeit

Erhöhung der Achtsamkeit durch Taiji-Training – Ergebnisse aus einer randomisierten wartelistekontrollierten Studie mit gesunden Versuchspersonen M. Nedeljkovic, P. H. Wirtz, B. Ausfeld-Hafter, Bern, CH

Meditation im Fokus: Wie beeinflussen unterschiedliche Meditationstechniken das Aufmerksamkeitssystem? S. Schmidt, M. Markowiak, E. Inacker, T. Hinterberger, Freiburg, D

Achtsamkeit und problematischer Konsum von Alkohol in der Allgemeinbevölkerung F. Moggi, C. Bergomi, C. Meierhans, W. Tschacher, Z. Kupper, Bern, CH

Achtsamkeit als Ressource im Beanspruchungs- Erholungszyklus? Ergebnisse zweier Querschnittstudien G. Blasche, R. Cervinka, Wien, A

Postersitzungen

Donnerstag , 9. Juni 2011

Nr. 1 Wirkfaktoren von Achtsamkeit in der Behandlung chronischer Schmerzen: Ergebnisse einer laborexperimentellen Untersuchung zum Einfluss von Achtsamkeit auf die affektive Reaktivität bei CPT-induziertem Schmerz K. Lange, Darmstadt, D

Nr. 2 Auf welche Weise wirken Achtsamkeitsinterventionen bei Schmerzerkrankungen? - Ein integratives Modell postulierter Wirkmechanismen K. Simshäuser, S. Schmidt , Freiburg, D

Nr. 3 MBCT in der klinischen Routineversorgung: Die Entscheidung zum vorzeitigen Ausstieg fällt früh J. Herdt, K. Bader, C. Hänny, Basel, CH

Nr. 4 Fünf Jahre „Bliib gsund bim Schaffe mit MBSR, Stressreduktion durch Achtsamkeit“, 8 Wochen Kurs für Mitarbeitende am Unispital Qualitätssicherung und Erfahrungsbericht, eine kritische Betrachtung K. Flückiger, Bern, CH

Nr. 5 Zusammenhänge zwischen Achtsamkeit, Unbeschwertheit und innerer Kongruenz bei Yoga-Praktizierenden A.Büssing, A.Hedstück, S. Sauer, A. Michalsen, P.Heusser, Herdecke, D

Nr. 6 Achtsamkeit, Stressabbau und das Dreisekunden-Fenster der Gegenwart - Eine Interventionsstudie bei Schülern in der 5. Klasse S. Sauer, V. Kaltwasser, Bad Tölz, D

Freitag , 10. Juni 2011

Nr. 7 Achtsamkeit, Stressachsenaktivität und Schlaf bei Kurz- und Langzeitmeditierenden S. Brand, E. Holsboer-Trachsler, J. R. Naranjo, S. Schmidt, Basel, CH

Nr. 8 Untersuchung der Ruhebedingung bei Meditation. Zur Analyse von EEG-Dynamik mittels globaler Deskriptoren M. Braeunig, Freiburg, D

Nr. 9 Self-Compassion: Zusammenhang mit Schuld, Scham und Erziehungsverhalten Thomas Dyllick, Dagmar Stahlberg, Mannheim, D

Nr. 10 „Mit Achtsamkeit zurück in den Beruf“ - MBSR bei (dauer)- kranken Lehrkräften M. Assmann, Hamburg, D

Nr. 11 Mindfulness Training in a Primary School in Frankfurt (Oder) S. Herrnleben-Kurz, C. Zenner, G. Full, H. Walach, Frankfurt (Oder), D

Nr. 12 Die Integration von Achtsamkeit in das Schulsystem – Ein vielversprechender Ansatz? C. Zenner, S. Herrnleben-Kurz, G. Full und H. Walach, Frankfurt (Oder), D