

8. Mittagspause (12:50 Uhr)

Vorsitz:

Dr. Regina Adam, Dr. Tim Fiernkranz

9. Fachvortrag (13:50 Uhr)

Prof. em. Dr. Wolfram Schüffel (Marburg); interaktiv

Dr. L. Janus (eingeladen):

Vom Bewegen zum Besinnen: Um
Vertrauen werben – in Zeiten von Corona

10. Reflexion in den Kleingruppen I – IV (14:30 Uhr)

Impulse aus dem Gesundheitsgespräch und den
Fachvorträgen. interaktiv

Gruppe I **Kohärenzsinn:** Dr. F. Heidler
(Leitung), Dr. A. See, M. Langer, Dr. S. Hewel-
Hildebrandt, J. Walter, M. A., Dr. L. Janus
(eingeladen)

Bin ICH zufrieden mit meinem Leben?

Gruppe II **Vorhersehbarkeit:** Dr. G. Ehrhardt
(Leitung), G. Fleck-Delnavaz, Dr. E. Fiernkranz,
B. Beisenherz, Dipl.-Psych., P. Fleck, Dr. I. Kolb
Verstehe ICH, was gerade passiert?

Gruppe III **Handhabbarkeit:** Dr. S. Splettsen
(Leitung), Dr. M. Utech; S. Baker, J. Grolla;
ressource persons: S. Schmerberg
(Gemeineschwester), P. Schmidt (Leiter Sozialamt
Stadt Marburg);
Habe ICH die richtigen Ressourcen?

Gruppe IV **Sinnhaftigkeit:** Dr. R. Adam (Leitung),
Prof. Dr. theol. M. Martin; J. Springob, E. Kolb, I. FE
Witzel, Dr. T. Fiernkranz, Dr. R. Koch
Was brauche ICH in meinem Leben?

11. Resümee und Ausblick – Gedanken zur Tagung (16:20 Uhr)

Berichte aus den Kleingruppen

12. Verabschiedung aus der Virtualität (17Uhr)

Anmeldung

Zu empfehlen ist eine vorherige Anmeldung bei
Frau Martha Langer unter:

martha.langer@online.de

Jedoch sind auch spontan Entschlossene herzlich
willkommen. - Für bescheidene Verpflegung in
der Mittagspause ist gesorgt. Die Veranstaltung
ist mit den Linien 7 und 9 erreichbar.

Veranstalter

Die Veranstalter sind die Entwickler der
Wartburggespräche von 1992 bis 2017
(Schüffel et al.: Handbuch der Salutogenese,
Wiesbaden, 1998; Schüffel: Medizin IST
Bewegung und Atmen; Halle, 2009;
Schüffel/Hrsg.: Wartburgphänomen Gesundheit;
Halle, 2012).

Teilnahme

Die Teilnahme an der Gesamtveranstaltung ist
kostenlos. Lediglich im Falle einer Zertifizierung
durch die Hessische Landesärztekammer (LÄKH)
muss eine Bearbeitungsgebühr von € 30 bezahlt
werden:

**DE46513400130220559900 (Commerzbank);
Psychotherapie Aus- und Weiterbildungsstätte
Marburg-Kassel-Gießen**

Ihr **Prof. em. Dr. med. Wolfram Schüffel**

ehem. Leiter der Klinik und Poliklinik für Psychosomatik im
Zentrum Innere Medizin
Fachbereich Humanmedizin
Philipps-Universität Marburg

Kontaktdaten

martha.langer@online.de



5. Marburger Gesundheitsgespräch

Von der Wiege zur Bahre:

**Corona – das unter die Haut geht;
die Haut, die mich umhüllt**



**Anregung für ein gesundes Leben
- in einer turbulenten Zeit -**

Samstag, 09. Mai 2020

digital; nähere Angaben zum
Einwählen ab 25. April 2020 unter
www.schueffel.eu/informationen

Was ist das Marburger Gesundheitsgespräch?

Das Marburger Gesundheitsgespräch ist ein Tag für Studenten, Ärzte und alle, die sich für ein gesundes Leben interessieren: derzeit angesichts Corona. Als zentraler Punkt des Programms gibt es ein tiefgreifendes Gespräch eines Arztes mit einer freiwilligen Person aus dem virtuellen (!) Plenum über Gesundheit und deren persönliche Balance zwischen eigenverantwortlichem und professionellem Handeln. Sie als virtuell Teilnehmende können einfach zuhören, sich mit ihrer eigenen Definition von Gesundheit auseinandersetzen oder sich sogar dazu hinreißen lassen, Ihre Überzeugungen zu überdenken. In den virtuellen Kleingruppen, die frei gewählt werden können, wird das Gesundheitsgespräch und die *Reflexion* des Gesundheitsgespräches unter den Hauptpunkten der Salutogenese von Antonovsky (Gruppennamen der Kleingruppen) und unter Einbeziehung prä-/perinataler Entwicklung *diskutiert*.

Funktionelle Entspannung (FE)

Das Thema „Zuhören. Mitmachen. Diskutieren. Mitnehmen“ spannt sich als inhaltliches Netz über den gesamten Tag. Dabei hilft die zwischengeschaltete virtuell angebotene Funktionelle Entspannung (FE), die eine körpertherapeutisch orientierte Methode ist, zuvor Gehörtes oder Diskutiertes nachzuempfinden und sich ganz auf die Signale des eigenen Körpers zu konzentrieren. Es ist Ihnen überlassen, ob Sie sich im Stillen spüren wollen oder ihren Impulsen mit Bewegungen und Worten Ausdruck verleihen wollen. Im Anschluss an die Bewegungs- und Spürangebote wird die

Aufmerksamkeit für das Empfundene wieder nach außen gerichtet. Die eigenen Bilder/Gedanken werden in die Diskussion getragen und im virtuellen Plenum geteilt. Die FE wird angeboten durch Silvia Rost (Weimar) bewegungstherapeutisch mitgetragen durch Dr. Michael Utech (Hannover).

Programm: Die Inhalte der Fortbildungsmaßnahmen sind Produkt- und/oder dienstleistungsneutral gestaltet. – Potenzielle Interessenskonflikte des Veranstalters, der wissenschaftlichen Leitung und der Referenten werden in einer Selbstauskunft gegenüber den Teilnehmenden offengelegt. Die Höhe der Gesamtaufwendung beträgt 500€.

Schirmherr Dr. med. Thomas Spies

Dr. Thomas Spies ist Schirmherr der Veranstaltung und Promotor des *Aktionsprogrammes* „Marburg - Gesunde Stadt“.



Dr. Thomas Spies

Oberbürgermeister der Universitätsstadt Marburg

Frau Cordula Schulz-Asche, MdB,

Die Grünen/90, Berlin

Dr. med. Hartmut Hesse

Vorsitzender der PriMa

Vorsitz:

Stud. med. Jana Springob,

Dr. med. Andreas See

1. Überblick zum Tagungsprogramm (09:20 Uhr)



Ankommen und Einstimmen

Silvia Rost, Dr. Michael Utech

2. Fachvortrag (09:30 Uhr)

Prof. Dr. med. Uwe Gieler

Die Haut in der ich stecke – meine Haut in der ich bin; alles zur Corona-Zeit und danach



3. Diskussion (09.50 Uhr)

Schon vor dem Ende des Vortrages bewegen sich FEler, Motologen, Ergotherapeuten alle



interaktiv

4. Gesundheitsgespräch – im virtuellen Plenum (10:20 Uhr)

Dr. med. Roland Koch und eine freiwillige Person aus dem virtuellen Plenum

5. Pause (11.00 Uhr)

6. Reflexion des Gesundheitsgespräches (11.20 Uhr)

Bewegen – Beschwerden – Bedeuten – Besinnen

Die Lebensparabel, in der Symptome, Krankheiten und lebensgeschichtliche Daten festgehalten werden

Bewegen: **Martha Langer, Dr. E. Fiernkranz**

Beschwerden: **Dr. med. Felicita Heidler,**

Bedeuten: **Jana Springob, Dr. med. Andreas See**

Besinnen: **Dr. med. Regina Adam,**

Prof. Dr. med. Uwe Gieler

Lebensparabel: **Dr. med. Sigrid Splettsen**

7. Der Nächste Kleine Schritt NKS



den nächsten kleinen Schritt unter Anleitung der FE entwickeln und gehen