

6. Reflexion des Gesundheitsgesprächs (11:20 Uhr)

Bewegen – Beschweren – Bedeuten -Besinnen

Die Lebensparabel, in der Symptom, Ereignisse, Krankheiten, Stimmungen festgehalten werden:

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

Beschweren: **Dres. S. Hewel-Hildebrandt** (Marburg),
T. Tosic (Kassel)

Bedeuten: **Dipl.-Psych. M. Bodenbenner,**
Dr. med. A. See

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

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

7. Der Nächste Kleine Schritt (NKS)

Dr. M. Utech: Den Nächsten Kleinen Schritt (NKS) entwickeln und gehen

8. Mittagspause (12.50)

Vorsitz: Dr. Regina Adam (Kassel), **Dr. Tim Fiernkranz** (Gießen; Frankfurt)

9. Fachvortrag (13.50 - 14.10)

Dr. Ludwig Janus (Heidelberg): Geburt des Kindes – Geburt der Familie

Bewegen und Diskutieren

10. Reflexion in den Kleingruppen I-IV (14.30)

Impulse aus dem Gesundheitsgespräch und den Fachvorträgen.

interaktiv

Gruppe I **Kohärenzsinn:** Dr. L. Janus (Leitung), Dr. A. See, cand.med. M. Langer, Dr. S. Hewel-Hildebrandt (R.P.), Dipl.-Psych. J. Walter

Bin ICH zufrieden mit meinem Leben?

Gruppe II **Vorhersehbarkeit:** Dr. G. Ehrhardt (Leitung), G. Fleck-Delnavaz (R.P.), Dr. E. Fiernkranz, Dr. I. Kolb

Verstehe ICH, was gerade passiert?

Gruppe III **Handhabbarkeit:** Dr. S. Splettsen, Dr. G. Müller (Leitung); Dr. M. Utech (R.P.); P. Schmidt (R.P.) (Leiter Sozialamt Stadt Marburg);

Habe ICH die richtigen Ressourcen?

Gruppe IV **Sinnhaftigkeit:** Dr. R. Adam, Prof. Dr. theol. M. Martin (Leitung), J. Springob (R.P.), Dr. R. Koch (R.P.), Dr. T. Fiernkranz (R.P.)

Was brauche ICH in meinem Leben?

11. Resümee und Ausblick – Gedanken zur Tagung (16.20)

Berichte aus den Kleingruppen: 4 Sprecher*innen!

12. Verabschiedung aus der Virtualität (17.00)

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); Näheres: homepage www.schueffel.eu

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

bm_kraemer@web.de



7. Marburger Gesundheitsgespräch

„Sicher zur Welt kommen“
Marburg 2020/21 und Essen 2021;
Covid-19



**Anregung für ein gesundes Leben
- in einer Zeit des Übergangs -**

Samstag, 08. Mai 2021

09:00 – 17:00 Uhr

digital; nähere Angaben zum Einwählen ab 29. April 2021 unter
www.schueffel.eu/informationen

Was ist das Marburger Gesundheitsgespräch?

Das Marburger Gesundheitsgespräch ist ein Forum zum Austausch von Erfahrungen, das Leben gesund zu gestalten. Es findet halbjährlich statt und richtet sich an jede*n, der/die im JETZT (hier) für sich selbst und im Austausch mit anderen für die eigene Gesundheit eintritt – die es ohne den/die anderen nicht gibt. Wahrgenommen wird die eigene Gesundheit immer wieder vereint mit anderen im Bewegen und im Atmen, im wahrsten Sinne der Worte erlebt als bewegend und atmend.

„Sicher zur Welt kommen“

Wir sind heute auf dem Wege, Elternschaft, Schwangerschaft in einer ganz neuen Weise wahrzunehmen und zu entwickeln. Geburt ist ein zu tiefst psychosomatisches Ereignis und es ist damit kein Zufall, dass eine psychosomatische Tagung den Rahmen bildet für eine erweiterte Wahrnehmung unseres „Zur-Welt-Kommens“. Was über lange Zeit ein biologisch-medizinisches Geschehen war, das im Krankenhaus stattzufinden hatte, ist nun dabei, in die kulturelle und gesellschaftliche Mitte zu kommen, die seiner Bedeutung zukommt. Und damit gewinnt das „Stirb-und-Werde“ menschlichen Seins die Bedeutung, die ihm schon Goethe in seinem Geburtsgedicht „Wiederfinden“ gegeben hat, in dem er seine Geburt als ein kosmisches Geschehen gestaltet hat, das es eben für das Kind und ebenso auch für die Eltern vom Gefühl her auch wirklich ist. Die amerikanische Vereinigung der Geburtshelfer stellte vor einiger Zeit fest „Die Geburt ist das erschütterteste Ereignis im Leben eines jeden Menschen“. Für uns alle ist sie der Übergang von einer Welt, in der wir entstanden sind, uns verkörpert haben und genährt und versorgt waren, in eine Welt, in der wir uns aus uns selbst erhalten müssen. Sie ist die elementare Transformation von uns selbst und unseren Lebensbezügen und damit ein "Stirb und Werde", das wir alle auf einer existenziellen Ebene erfahren haben. Diese Erfahrung ist in Empfindungen, Gefühlen und Bildern in unse-

rer rechten Hemisphäre im Mittelhirn und Stammhirn gespeichert. Diese Ur-Erfahrung ist uns von unserer im linken Hemisphäre des Neokortex gelegenen Sprach-Ich nicht zugänglich, aber sie ist in den Mythen und Märchen, in religiösen Vorstellungen und in unseren Körperabläufen in einer intuitiven Weise lebendig, die wir heute reflektieren können. Was in dem zurückliegenden rationalistischen Zeitalter als Aberglaube verworfen war, wird uns heute als traumartige Ur-Erfahrung in einer neuen Weise zugänglich. Hatte die rationalistische Einstellung die Geburt zu einem rein biologischen Geschehen verkümmern lassen, so sind wir heute über die Psychologie von Schwangerschaft und Geburt dabei, wieder einen inneren und existenziellen Zugang zur Dramatik der Geburt als unserer Ankunft in dieser Welt zu gewinnen, um die wir aus den Bildern der Fahrten der Heldinnen und Helden in einer traumartigen Weise immer schon gewusst haben. Wenn die Hebammen sagen, „die Geburtshilfe gehört in die Mitte der Gesellschaft“, dann gilt das noch umfassender für die Geburt selbst. In ihr haben wir uns in einer elementaren Weise selbst erschaffen, nachdem uns die Liebe unserer Eltern auf den Weg gebracht hat und unsere Mutter uns einen ersten Lebens- und Entwicklungsraum zur Verfügung gestellt hat.

Sven Hildebrandt als Vertreter einer beziehungsorientierten Geburtshilfe und Ludwig Janus als ein geburtspsychologisch orientierter ärztlicher Psychotherapeut werden diese Thematik als Hintergrund für diesen Tag in ihren Vorträgen entfalten und im Gesundheitsgespräch mit Jana Springob erläutern.

Schirmherr Dr. med. Thomas Spies

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

Begrüßung (09:00 Uhr)

Dr. Thomas Spies

Oberbürgermeister der Universitätsstadt Marburg und Schirmherr der Veranstaltung:

Marburg - Progressive Provinz und Marburg800

Vorsitz: cand. med. Martha Langer; Dr. med. Andreas See

1. Überblick zum Tagungsprogramm (09:20 Uhr)

interaktiv

Dr. Michael Utech

Bewegen: Ankommen und Einstimmen

Prof. em. Dr. Wolfram Schüffel: Überblick zum Ablauf der Veranstaltung; Was ist PUZ?

2. Fachvortrag (09:30)

Prof. Dr. med. Sven Hildebrandt (Dresden; Fulda):

Sicher zur Welt kommen

3. Diskussion (09.50)

Schon vor dem Ende des Vortrages bewegen sich die Anwesenden

interaktiv

4. Gesundheitsgespräch im virtuellen Raum (10.20)

Prof. Dr. med. Sven Hildebrandt und cand.med. Jana Springob (Essen) aus dem virtuellen Plenum von Marburg

5. Pause (11.00 Uhr)