

ORGANISATION

Die Tagung wird mit folgenden Kooperationspartnern der SKJP Akademie durchgeführt: der Universität Basel, der Universität Zürich und der Erziehungsberatung Bern. Die Tagung ist ein wichtiger Beitrag zur Vernetzung, Positionierung und Stärkung der Kinder- und Jugendpsychologie Schweiz.

Ina Blanc (Uni BS), Irina Kammerer (Uni ZH), Daniela Bleisch (EB Bern), Claudia Kippele, Martin Uhr und Peter Sonderegger (SKJP).

ZIELPUBLIKUM

Der Kongress richtet sich an:

- Kinder- und Jugendpsycholog:innen, Schulpsycholog:innen
(Anrechenbarkeit für den Fachtitel Kinder- und Jugendpsychologie FSP: 4 Einheiten)
- Fachpersonen aus Beratung und Therapie
- schulische Fachpersonen
- weitere Interessierte

Die Keynote und ein Workshop werden in englischer, die übrigen Workshops in deutscher Sprache abgehalten. Es werden keine Übersetzungen angeboten.

ANMELDUNG

Online über www.skjp.ch. Die Zahl der Teilnehmenden ist begrenzt. Die Einteilungswünsche für die Parallelworkshops werden nach Möglichkeit berücksichtigt.

Die Anmeldungen gelten als definitiv, eine Versicherung gegen den Krankheitsfall ist Sache der Teilnehmenden. Die Begleichung der Tagungskosten erfolgt nach Rechnungstellung.

Kontakt: admin@skjp.ch

PROGRAMM

ab 13.15	Eintreffen
13.45	Begrüssung und Einleitung
14.00	Beginn Keynote: Prof. Dr. Susan Bögels
15.00	Pause
15.30 – 16.15	Parallelworkshops A
16.30 – 17.15	Parallelworkshops B
17.15	Plenum: Abschluss
17.30	Apéro

PREIS

Mitglieder: CHF 130 | Nicht-Mitglieder: CHF 150

1.KOOPERATIONSTAGUNG DER SCHWEIZER KINDER UND JUGENDPSYCHOLOGIE

am Donnerstag, 22. Juni 2023 an der Universität Basel

WIE BAMBUS IM STURM

Mindfulness im Kontext der kinder- und jugendpsychologischen Arbeit



THEMA

Das Thema der Selbstfürsorge ist hochaktuell. Was können wir als Psycholog:innen und Fachpersonen für uns selber tun und was können wir andererseits für unsere Klient:innen und andere tun?

KEYNOTE

Mindfulness in the life cycle of families: An intergenerational, developmental, and (psycho)pathology perspective, Prof. Susan Bögels, University of Amsterdam

Families, and their members, are constantly evolving and going through different life phases: from desire for a partner/co-parent to all phases of partnership/co-parenting, including the relationship with ex-partners and the empty nest. From desire for a baby to pregnancy, childbirth, baby, toddler, child, adolescent, young adult, adult child, their partner, grandchild. Families are faced with opportunities and threats along the way: school/work-related, social/relational, physical and mental health-related, and environmental. For parents, their family of origin can be a source of support and strength, but also a source of trauma and suffering. Experience is passed on to next generations, both the strengths and learnings, as trauma and suffering when there is no space to heal.

This is where mindfulness can play an important role, helping parents to slow down, become aware of what is being triggered by their child, and heal their inner child, thereby relating to their external child in a new way. Mindfulness can thus influence the relationship with the child within us, and with our own parents and how we have internalized them, and ancestors. Mindfulness, practiced in a systemic context, therefore not only has a positive effect on (the relationship to) our own complaints, such as anxiety or depression or ADHD, but also on the relationship with family members, such as with children and partner/co-parent, and their complaints.

I will demonstrate this system perspective using data from trials on mindfulness for families, on mindful parenting, on mindfulness for mothers with their baby or infant, and finally on mindfulness for pregnant couples.

Prof. Dr. Susan Bögels

Prof. Dr. Susan Bögels is a psychologist, psychotherapist, and mindfulness trainer, clinically specialized in Cognitive Behaviour Therapy and Mindfulness for children and parents. She is a professor in Family Mental Health, with a particular role for Mindfulness, at the University of Amsterdam. She provides advanced teacher training in mindfulness for parents and children with psychopathology around the world and provides retreats on the topic of “parenting ourselves”. She developed the mindful parenting training more than 20 years ago which is now used worldwide, and a mindfulness training for children and adolescents with executive function problems such as ADHD and autism, with a parallel mindful parenting training for their parents, called MYmind.

PARALLELWORKSHOP 1

MYmind: Mindfulness for children and adolescents with ADHD, autism and/or behavior problems and their parents, Prof. Susan Bögels, University of Amsterdam

This workshop offers an introduction to the theory and practice of using mindfulness training to help children with ADHD, autism spectrum disorder (ASD), and behaviour disorders (BD). MYmind is a mindfulness-based 9 session parent and child training program that aims to improve focus and concentration, and decreases impulsivity, hyperactivity, and aggression in youth (9-18 years) with ADHD, ASD, and BD. The parallel mindful parenting training helps parents to deal with the problems of their children in a mindful, non-reactive way. In addition, parents learn how they can support and reward their child's mindfulness training. By means of meditation practices, in which participants place themselves in the role of youth, typical MYmind exercises are experienced. Video examples will be shown. The workshop will have an interactive character.

PARALLELWORKSHOP 2

Wie können aussergewöhnliche Stressereignisse gut bewältigt werden? lic. phil. Irène Koch
Der Wechselwirkung von Traumata und anderen schweren Belastungserfahrungen, dem Kind respektive Jugendlichen und seiner Umwelt kommt eine zentrale Rolle in der Bewältigung potentiell traumatischer Ereignisse zu. Neben individuellen protektiven Faktoren wirken insbesondere auch viele Umweltfaktoren, welche das Kind respektive den Jugendlichen in der Bewertung und Bewältigung solcher Stressereignisse unterstützen und einen funktionalen Umgang mit diesen Belastungserfahrungen fördern. Die Familie und die Schule stellen zentrale Lebenswelten für das Kind respektive den Jugendlichen dar und können die Betroffenen in der Wiedererlangung der Selbstbemächtigung wirksam unterstützen und begleiten.

Lic. phil. Irène Koch

Lic. phil. Irène Koch, Fachpsychologin für Psychotherapie mit Zusatzqualifikation in Psychotraumatologie und für Kinder- und Jugendpsychologie FSP. Selbständig in eigener Praxis in Zürich als psychologische Psychotherapeutin und Supervisorin. Langjährige klinische Tätigkeit in der (teil-)stationären Kinder- und Jugendpsychiatrie in Bern und Winterthur mit Führungsverantwortung.

PARALLELWORKSHOP 3

MindMatters, Simone Walker

MindMatters ist ein wissenschaftlich evaluiertes und in der Praxis erprobtes Programm zur Förderung der psychischen Gesundheit in allen Zyklen. Das Präventionsprogramm leistet einen Beitrag zur Entwicklung einer Schulkultur, in der sich alle Schulmitglieder sicher, wertgeschätzt und eingebunden fühlen.

Simone Walker

MSc, RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung

PARALLELWORKSHOP 4

SEEL-Strategien – mitgeföhlsbasierte Haltung und Handlung, Dr. phil. Karma Lobsang

Im Workshop werden aus dem SEEL-Bildungsprogramm Techniken für die Aktivierungen der Aufmerksamkeit, Selbstwahrnehmung und Selbstregulation vorgestellt und angeleitet. Die Techniken können Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit einfachen Aktivitäten dabei unterstützen, die Aufmerksamkeit auf Empfindungen zu lenken und den Körper umgehend beruhigen. Diese Resilienzstärkenden Übungen basieren auf einer Ethik des Mitgeföhls.

Dr. phil. Karma Lobsang

Dr. phil. Karma Lobsang ist an der Pädagogischen Hochschule Bern als Dozentin, Beraterin und in der Kaderentwicklung tätig. Zudem ist sie Mediatorin SDM, MBSR-Lehrerin und SEEL-Multiplikatorin. Zu Beginn ihres beruflichen Werdegangs war sie als Lehrerin und später als Schulleiterin tätig. Des Weiteren ist sie Stiftungsratspräsidentin des Tibet-Instituts Rikon.