

Sonntag

Sonntag 08:30-09:30 Großer Saal

Dr. Jennifer Schmidt ist Psychologin mit dem Forschungsschwerpunkt „Exzessives Verhalten“. Sie befasst sich seit 2016 mit Skin Picking. Ihre Forschungsschwerpunkte liegen in der Messung von Körper- und Gehirnreaktionen bei Skin Picking und der Entwicklung diagnostischer Instrumente. Der Vortrag befasst sich mit Skin Picking als Verhaltenssucht, beleuchtet kontroverse Debatten und zeigt Gemeinsamkeiten und Unterschiede von Skin Picking und Süchten auf.



Sonntag 08:30-09:30 Foyer

Heidemarie Glier, Coach und Supervisorin aus Köln, vermittelt in diesem Vortrag mit Workshop-Elementen einige Möglichkeiten, wie Betroffene zu mehr psychischer Widerstandskraft finden.

Sonntag 09:45-10:45

Großer Saal

Linda M. Mehrmann & Prof. Alexander L. Gerlach Christina Gallinat,



In diesem Panel werden zwei Internet-basierte Programme zur Selbsthilfe bei Skin Picking vorgestellt, die einen wichtigen Beitrag zur aktuell noch mangelhaften Versorgungslage leisten können.

Sonntag 09:45-10:45 Foyer

In ihrem Vortrag erläutert Psychotherapeutin **Barbara Schubert**, wie eng Trauma und Skin Picking zusammengehören. Sie zeigt auf, dass dieses selbstverletzende Verhalten der Stressbewältigung dient. Eines der wichtigsten Elemente in der Trauma-Therapie ist die Orientierung im Hier und Jetzt. Damit kann es Betroffenen gelingen, ihre Gefühle und ihre Grenzen wieder wahrzunehmen, ohne sich selbst verletzen zu müssen, indem sie lernen, mit dem inneren Druck oder Drang auf „gesündere“ Art und Weise umzugehen.



Sonntag 11:00-12:00 Großer Saal

Nancy J. Keuthen, PhD, is an Associate Professor of Psychology at Harvard Medical School and staff psychologist at Massachusetts General Hospital where she serves as the Director of the Trichotillomania Clinic and the Chief Psychologist in the OCD Clinic. Her workshop will discuss the relevance of emotion regulation for BFRBs and offer practical strategies for managing uncomfortable emotions.



Sponsored by TLC Foundation

Sonntag 11:00-12:00 Foyer

Yvonne Oertel, Leiterin der Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln, zeigt die Möglichkeiten von Selbsthilfe auf.



Jana Süberkrüb, Psychologiestudentin und selbst von Skin Picking betroffen, hat 2017 in Braunschweig eine Selbsthilfegruppe für Skin Picking gegründet. Sie wird den fachlichen Beitrag von Yvonne Oertel mit eigenen Erfahrungen untermalen.

Sonntag 13:15-14:15 Großer Saal

Dipl. Psych. Johanna Schriefer Die Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT) zählt zu den Verfahren der „dritten Welle“ der Verhaltenstherapie. Im Mittelpunkt steht die Förderung der psychischen Flexibilität, d.h. die Fähigkeit, das eigene Verhalten den aktuellen Kontextbedingungen anzupassen und nach persönlich bedeutsamen, frei gewählten Werten auszurichten.



Skin Picking & Trichotillomanie Tage 2018

13.10.-14.10. im Bürgerhaus Kalk in Köln



Eine Veranstaltung der Selbsthilfegruppe
Skin Picking Köln

Bürgerhaus Kalk

Kalk-Mülheimer Straße 58
51103 Köln



www.sptt-tage.de

Samstag, 13. Oktober 2018

08:30-09:30	Anmeldung/Registrierung im Foyer	
09:30-10:00	Eröffnung - Großer Saal	Foyer
10:15-11:15	Überblick Skin Picking und Trichotillomanie - Prof. Dr. Antje Hunger	Workshop Fidget Toys - Noa Schäfer
11:30-12:30	Überblick Trichotillomanie mit Blick auf Betroffene - Antonia Peters	Mein Blog: „Leben mit Skin Picking“ - Jaqueline Donat
12:30-13:30	Mittagspause	
13:45-14:45	Ein Beitrag der Hirnforschung zur Dermatillomanie Prof. Dr. Anne Schienle	Hypnotherapie bei Skin Picking - Ingrid Marondel
15:00-16:00	Kurzvortrag mit Haarteam Rieswick Währenddessen & danach: Postersession	Buchlesung: „In meiner Haut“ - Ingrid Bäumer
16:00-16:30	Kleine Pause	
16:45-17:45	Keynote Speech: Skin Picking: Art for Recovery - Liz Atkin	
18:00	Schluss	

Sonntag, 14. Oktober 2018

	Großer Saal	Foyer
08:30-09:30	Skin Picking und Verhaltenssüchte - Dr. Jennifer Schmidt	Resilienz & Achtsamkeit (Vortrag mit Workshop-Elementen) Heidemarie Glier
09:45-10:45	Panel: Internet-basierte Unterstützungsangebote für Skin Picking - L. Mehrmann & Prof. Dr. A. Gerlach, C. Gallinat	Skin Picking und Traumatherapie - Barbara Schubert
11:00-12:00	Emotion regulation and BFRBs - Nancy Keuthen, PhD	Selbsthilfegruppen und was sie leisten können - Yvonne Oertel, Jana Süberkrüb
12:00-13:00	Mittagspause	
13:15-14:15	Akzeptanz- und Commitmenttherapie - Johanna Schriefer	Workshop: Skin Picking: Art for Recovery - Liz Atkin
14:30-15:30	Abschlussrunde	
16:00	Schluss	

Samstag

Samstag 10:15-11:15 Foyer

Was sind Fidget Toys, welche Unterschiede gibt es und wozu sind sie überhaupt gut? Kleiner Helfer oder doch nur Ablenkung? **Noa Schäfer** bietet einen Workshop zum Kennenlernen, Ausprobieren und Informationen sammeln.

Samstag 10:15-11:15 Großer Saal

Prof. Dr. Antje Hunger,

Verhaltenstherapeutin, Autorin maßgeblicher Forschungsbeiträge zu Skin Picking und Trichotillomanie, Gründerin der Spezialambulanz Impulskontrollstörungen an der Psychotherapie-Ambulanz Uni Münster. In ihrem Auftakt-Vortrag gibt sie einen Überblick über die Krankheitsbilder und Therapiemöglichkeiten.



Samstag 11:30-12:30 Großer Saal

Antonia Peters, Vorsitzende der Deutschen Gesellschaft Zwangserkrankungen selbst Betroffene der Trichotillomanie, berichtet in ihrem Vortrag über Ursachen, das Erscheinungsbild, Wesensmerkmale der Betroffenen und die Bausteine der Therapie. In einem anschließenden Workshop gibt die Referentin darüber Auskunft, wie sie die Erkrankung bewältigt hat.



Samstag 11:30-12:30 Foyer

Die 21-jährige **Jaqueline Donat** ist Studentin und Bloggerin aus Norddeutschland. Sie betreibt seit 2014 einen Blog über ihr Leben mit dem Skin Picking, in dem sie persönliche Gefühle schildert, Fotos von ihrer Haut zeigt, aber auch verschiedenste Tipps vorstellt. In ihrem Vortrag wird Jacqueline über sich, ihren Blog und die Tätigkeit als Bloggerin erzählen.



Samstag 13:45-14:45 Foyer

Psychotherapeutin **Ingrid Marondel** ist selbst von Skin Picking betroffen und hat sich auf die Behandlung anderer Betroffener spezialisiert. Sie setzt vor allem Hypnotherapie ein, weil sie darin das effektivste Mittel sieht, zu einem inneren Gleichgewicht zu gelangen. Vortrag mit Workshop-Elementen.



Samstag 13:45-14:45 Großer Saal

Prof. Dr. Anne Schienle, Universität Graz

Ein Beitrag der Hirnforschung zur Dermatillomanie. Bisher liegen nur wenige Daten zu neurostrukturellen und -funktionellen Aspekten der Dermatillomanie vor. In einer Serie von MRT-Studien wurde deshalb untersucht, inwieweit betroffene Patienten anatomische Besonderheiten in spezifischen Hirnregionen aufweisen und ob deren neuronale Aktivierung während emotionaler visueller bzw. taktiler Stimulation von Personen ohne diese Störung abweicht.



Samstag 15:00-16:00 Großer Saal

Vera Rieswick, Friseurmeisterin in 5. Generation, Perückendesignerin, Privatdozentin im Bereich Cancer Hair Care. Ihr Thema: Haareratz in sämtlichen Krankheitsbildern, Genehmigungsgebahren der Krankenkassen. Unterschiede Echthaar - Kunsthaar - Kosten - Notwendigkeit. Hilfreiche Möglichkeiten bei Trichotillomanie.



Samstag 15:00-16:00 Foyer

Buchlesung mit **Ingrid Bäumer**, Herausgeberin von „In meiner Haut“



Samstag 16:45-17:45 Großer Saal / Sonntag 13:15- 14:15 Foyer

Liz Atkin is an internationally acclaimed visual artist based in London. She has Compulsive Skin Picking and confronts the condition through art. She reimagines the body-focused repetitive behaviour of skin picking into drawings, photographs, and performances. Liz is a mental health advocate and speaker, raising awareness for the disorder, and has exhibited her work in the UK, Australia, USA, Singapore and Japan.



© Jillian Clark