©2014

Zukunftsdialog 2020 – 30 Jahre Oberberg

Werte in der Psychosomatik und Psychotherapie

Oberberg

©2014

Zukunftsdialog 2020 – 30 Jahre Oberberg

Werte in der Psychosomatik und Psychotherapie

Oberberg

Individuelle, intensive und innovative Therapie

tägliche Einzel- und Gruppengespräche à 50 bzw. 100 min.

„doppelte Therapiedosis"

Ganzheitliche Behandlungsstruktur

Akutaufnahme sofort

Diagnostik und Therapie der körperlichen Erkrankungen

Entgiftung, qualifizierter Entzug und Entwöhnung en bloc

Emotionale Krankheitsakzeptanz

Arbeit am emotionalen Profil

„Zurück ins Leben"

Integration prä- und poststationärer Behandlung
Oberberg-City, Korrespondenztherapeuten, Oberbergselbsthilfegruppen

©2014

Curriculum für abhängige Ärzte

Gesamtbehandlungsdauer min. 1 Jahr

- Stationäre Entwöhnung (6-8 Wochen)
- Wöchentliche ambulante Psychotherapie
- Selbsthilfegruppe
- Monatliche Curriculumstermine in der Klinik zur Verlaufskontrolle und Dokumentation mit AAK, Labor, Urin
- Nach Abschluss Bescheinigung über Teilnahme für Ärztekammer

In Kooperation mit einzelnen Landesärztekammern

©2014

©2014

Seelische Gesundheit

Krankheit als Chance

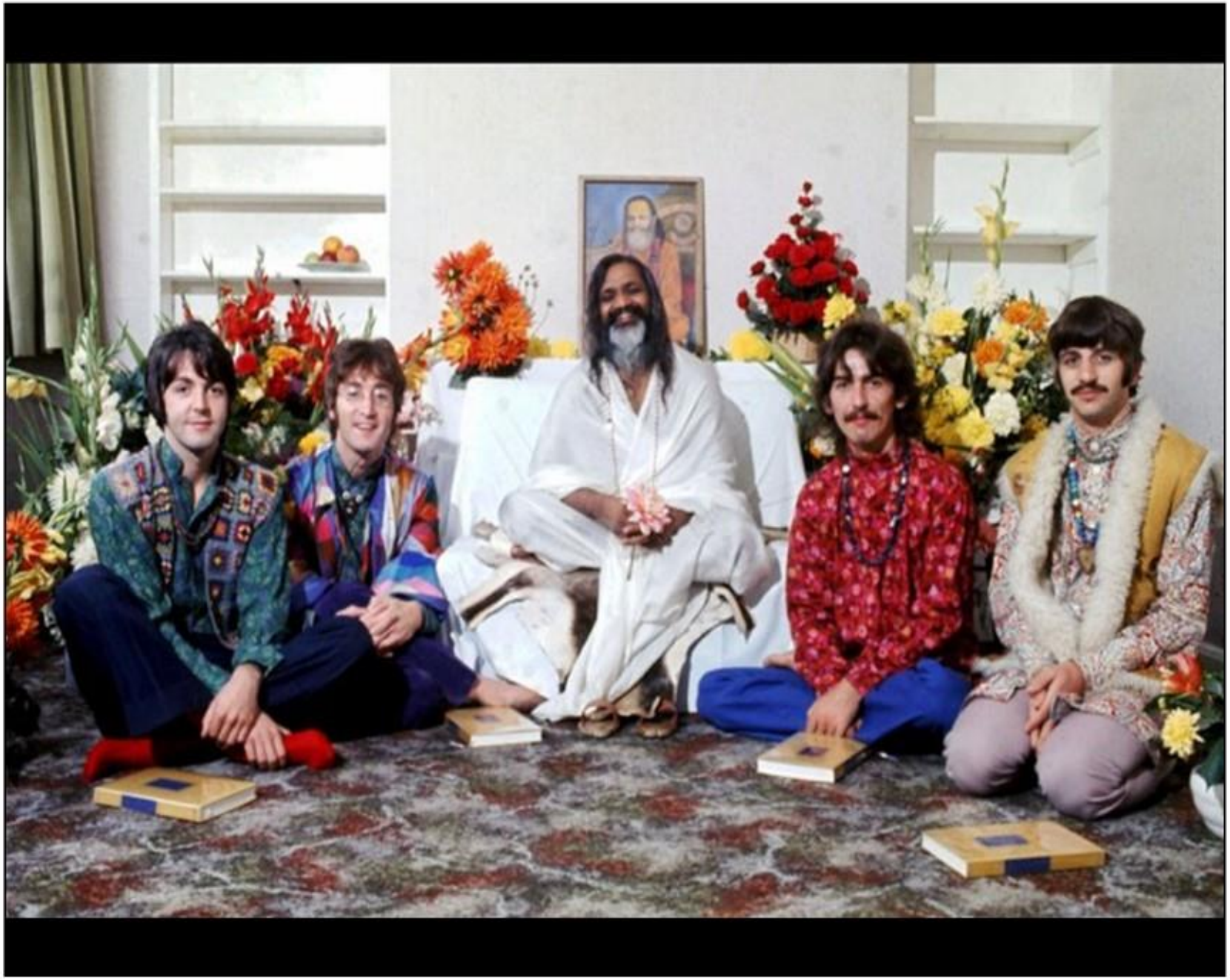
- Anstoß für individuellen Gesundungsprozess
- Entwicklung der Persönlichkeit
- Prinzip der Salutogenese
- „ansteckende" Gesundheit

Wertewandel von der Außensicht zur Innenschau

- Intuition, Inspiration, innere Werte
- Prinzipien der Achtsamkeit und Meditation
  - Übungen der Stille, Bodyscan nach Kabat-Zinn,
  - Raum der Stille in jeder Klinik

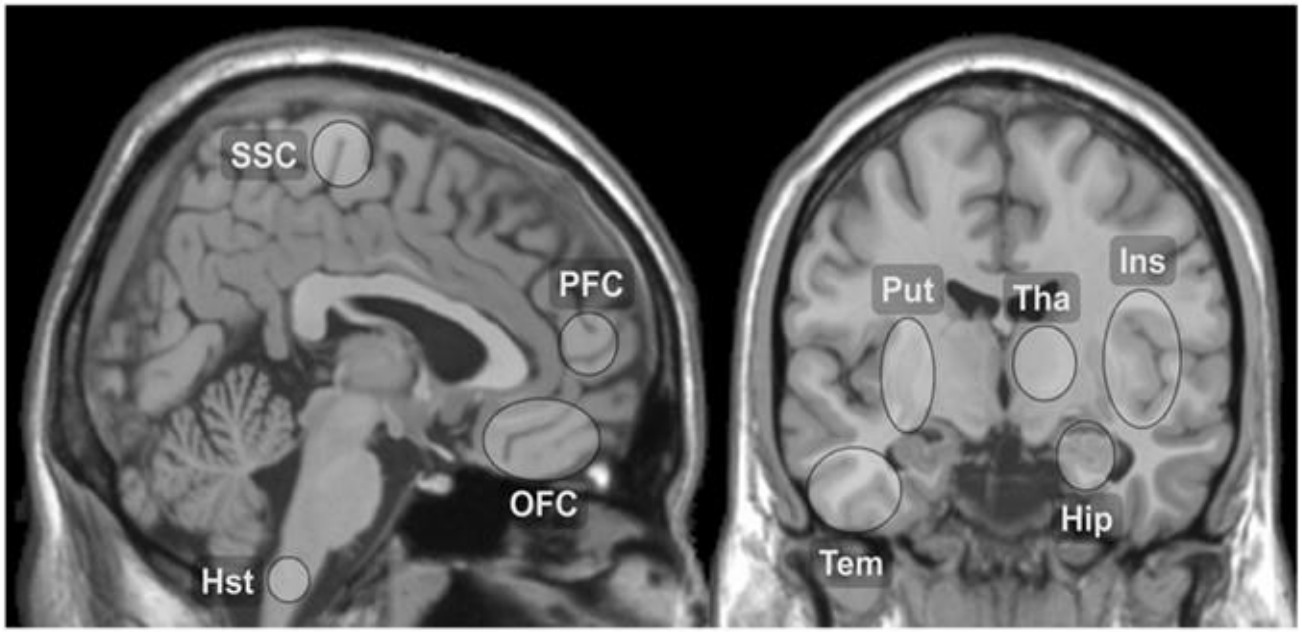
©2014

Massen-Yogaveranstaltung in New York: *Warum ist Entspannung etwas Asiatisches geworden?*



Meditierende vs. Kontrollpersonen

Mehr graue Substanz bei Meditierenden



SSC : somatosensorischer Cortex
PFC : präfrontaler Cortex
OFC : orbitofrontaler Cortex
Hst : Hirnstamm

Tem : Temporallappen
Put : Putamen
Tha : Thalamus
Hip : Hippocampus

Ins: Inselcortex

Quelle: Ott, 2010

MEDITATION &
WISSENSCHAFT
Interdisziplinärer Kongress
zur Meditations- und
Bewusstseinsforschung

MEDITATION &
WISSENSCHAFT
Interdisziplinärer Kongress
zur Meditations- und

Oberberg

Auf der Suche nach der verlorenen Zeit

24.–25. Oktober 2014 in Berlin

MEDITATION & WISSENSCHAFT 2014

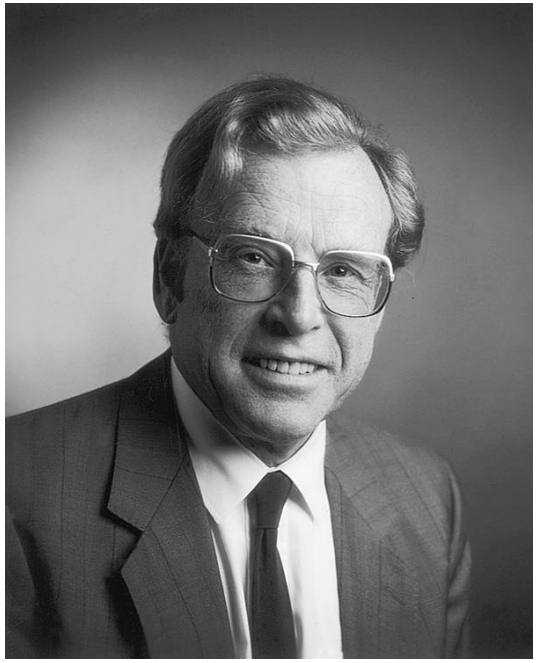
Interdisziplinärer Kongress
zur Meditations- und
Bewusstseinsforschung

Eine Veranstaltung von

IDENTITY≡FOUNDATION
Gemeinnützige Stiftung für Philosophie

Oberberg
Stiftung

©2014

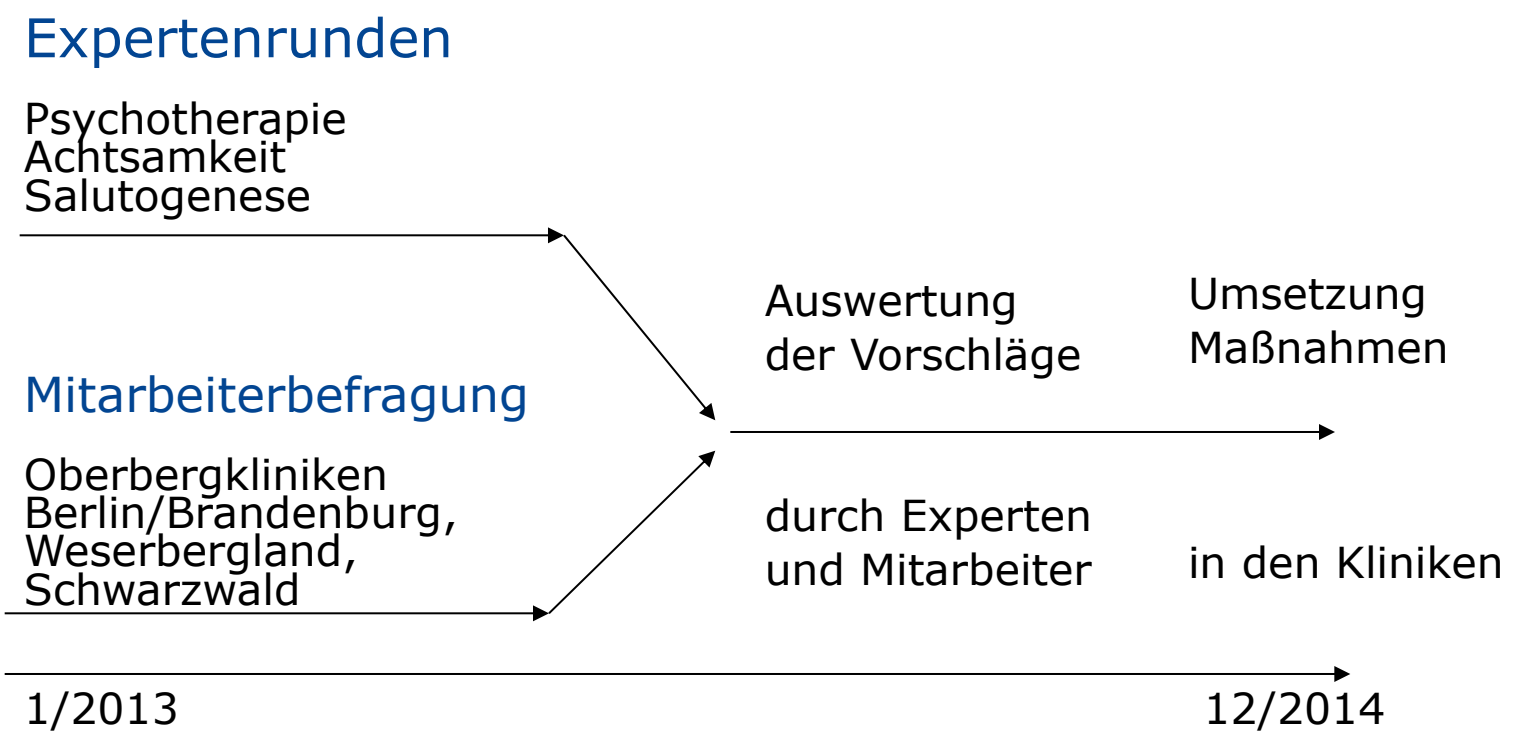


„Leitbild 2020"

©2014

Expertenrunde
Zukunftsdialog „Psychosomatik 2020“

Oberberg



©2014