Uniklinikum Erlangen

Fachtreffen zum therapeutischen Klettern

27.06.-29.06.2025

Uniklinikum Erlangen

Freitag, 27.06.2025

Programm

13:00 Uhr **Einlass**

Bitte spätestens um 13:15 Uhr vor Ort einfinden

14:00 Uhr **Alexander Heimbeck:**
Grußworte

14:15 Uhr **Katharina Luttenberger:**
Eröffnungsvortrag & Organisatorisches

15:00 Uhr **Silas Dech:**
Spezifisches Muskeltraining in der Klettertherapie

Die Bewegungsform Klettern als Therapie birgt Potentiale die biopsychosoziale Gesundheit zu verbessern. In der orthopädisch-neurologischen Rehabilitation ist die Bewegungstherapie ein zentraler Baustein. Über ein Training spezifischer Muskeln müssen adäquate Belastungsreize auf die betroffene Struktur gesetzt werden, um die Therapieziele zu erreichen. Doch wie lässt sich ein solches Training an einem Kletterwand umsetzen? Der Vortrag thematisiert einen möglichen Lösungsansatz – das Potsdamer Modell der Klettertherapie. Dessen Entwicklung, wissenschaftliche Evaluationen und Implementation in die Praxis werden vorgestellt und zur Diskussion gegeben

15:45 Uhr **Pause**

16:00 Uhr **Pascal Bsdurek:**
Therapeutisches Klettern bei Essstörungen

Die Teilnehmenden des Workshops sollen bezüglich Essstörungen im Klettersport sensibilisiert werden und bekommen einen allgemeinen Überblick zu Essstörungen und dem im Leistungssport oft diskutiertem RED-S Syndrom (Relative Energy Deficiency in Sport). Gleichzeitig hat der Workshop das Ziel, Möglichkeiten aufzuzeigen, wie therapeutisches Klettern in der Behandlung von Essstörungen eingesetzt werden kann.Im Fokus stehen dabei Themen wie die Verbesserung der Körperwahrnehmung, der Umgang mit einem übertriebenen Leistungsanspruch, die Fähigkeit Kontrolle abzugeben und die Förderung von Genusserleben. Anhand praxisnaher Übungen und Fallbeispielen werden konkrete Methoden vorgestellt, wie Klettern dazu beitragen kann essstörungstypische Verhaltensmuster zu durchbrechen und die psychische Gesundheit zu fördern.

17:00 Uhr **Pause**

Uniklinikum Erlangen

Freitag, 27.06.2025

Programm

17:30 Uhr Beat Baggenstos:
Klettern für den Frieden: Filmvorführung und Präsentation mit ClimbAID

Mit der Mission „Klettern für den Frieden“ unterstützt die Schweizer Organisation ClimbAID Jugendliche und junge Erwachsene, die von Krieg, Armut und Vertreibung betroffen sind. Ihr Film „SAMA“ zeigt eindrucksvoll, wie das Klettern als verbindendes Element wirkt und erzählt die inspirierende Geschichte von Hiba und Sabine. Nach der Vorführung von „SAMA“ wird Beat Baggenstos, der Gründer von ClimbAID, über die Projekte der Organisation im Libanon und in der Schweiz sprechen. Er wird die positiven Auswirkungen des Kletterns auf die Gemeinschaft und das mentale Wohlbefinden hervorheben und insbesondere auf die wissenschaftliche Studie eingehen, die in Zusammenarbeit mit Prof. Katharina Luttenberger im Jahr 2022 durchgeführt und 2024 veröffentlicht wurde. Den Abschluss des Anlasses bildet eine offene Fragerunde, bei der Beat Baggenstos und Katharina Luttenberger, die ebenfalls im Vorstand von ClimbAID tätig ist, für Fragen zur Verfügung stehen.

Uniklinikum Erlangen

Samstag, 28.06.2025

Programm

09:00 Uhr **Carina Bichler:**
Wie Angstpatient*innen von therapeutischem Klettern profitieren: eine qualitative Analyse

Insgesamt nahmen 16 ambulante Patient*innen (9 Frauen, Durchschnittsalter: 45,2 ± 15,7) an einem therapeutischen Kletterprogramm teil. Davon wiesen 14 Patient*innen eine Angststörungen und zwei eine komorbide Angststörungen und posttraumatische Belastungsstörung auf. Die Therapie umfasste acht Einheiten von jeweils 90 Minuten, in denen Bouldern und Klettern von zwei Therapeut*innen angeleitet wurde. Um die individuellen Erfahrungen der Patient*innen zu erfassen, wurden halbstrukturierte Interviews von insgesamt vier Interviewer:innen durchgeführt und anschließend von zwei unabhängigen Rater:innen anhand der thematischen Inhaltsanalyse ausgewertet.

09:45 Uhr **Lisa Thaller:**
Klettern für die Psyche – wie therapeutisches Klettern bei psychosomatischen Patient*innen wirkt

Vortrag über Therapeutisches Klettern im stationären Bereich zu halten, in dem ich die Ergebnisse einer Studie zu den Faktoren der Klettertherapie aus Sicht der Patient*innen präsentieren könnte. Die qualitative Studie eruierte anhand von leitfadengestützten Interviews die Erfahrungen und mögliche Wirkfaktoren von stationären Patient*innen einer psychosomatischen Klinik, die an einer standardisierten Klettertherapiegruppe teilnahmen. Die Stichprobe bestand aus Patient*innen mit den Hauptdiagnosen Depression, Angst- oder Zwangsstörung (n=17; 12 weiblich, 5 männlich).

10:30 Uhr **Pause**

11:00 Uhr **Martin Hirte:**
Qualitative Studie zu Wirkfaktoren der Klettertherapie bei Jugendlichen (Depression, Neurodivergenz und Anpassungsschwierigkeiten)

In diesem Vortrag möchten wir die klinischen Erfahrungen aus der Entwicklung und Umsetzung der Klettertherapie an der Klinik für Kinder und Jugendpsychiatrie in Südnorwegen teilen und vorläufige Forschungsergebnisse von zwei qualitativen phänomenologischen Studien und einer Pilotstudie vorstellen. Die eine qualitative phänomenologische Studie erforscht die Erfahrungen von jugendlichen Patient*innen die an der Klettertherapie teilgenommen haben. Es wird untersucht, wie die Teilnehmer die Behandlung insgesamt erlebt haben, einschließlich des Therapieprozesses und seiner Auswirkung auf ihr Leben. Die andere Studie erforscht die körperliche Mobilisierung und die psychische Veränderung in der Klettertherapie. Als Methode wurden semistrukturierte phänomenologische Interviews genutzt. In der Pilotstudie wird mit Hilfe von mehreren Basismessungen (multiple baselines design) untersucht in wieweit sich die Klettertherapie auf Lebensqualität, Selbstwertgefühl, Bewältigungsstrategien und exekutive Funktionen auswirkt.

Uniklinikum Erlangen

Samstag, 28.06.2025

Programm

11:45 Uhr **Emmanuelle Jasmin:**
Therapeutic climbing for children with developmental coordination disorder: A promising intervention

Unlike their peers with typical development, children with developmental coordination disorder (DCD) are less likely to participate in physical activities on a regular basis. To encourage their participation, it is recommended to propose them physical activities with few or no competition. Climbing is a good example, and it may improve significantly motor skills and self-esteem of children with DCD. By integrating the Cognitive orientation to daily occupational performance (CO-OP) approach, the therapeutic potential of climbing could be optimized. Moreover, being at greater risk of rejection or isolation, small group interventions may help these children to create positive relationships with peers. So, this pilot study aims to analyze the therapeutic use of climbing, combined with the CO-OP approach, with a small group of children presenting DCD, in order to propose a logical model of this intervention.

12:30 Uhr **Mittagspause**

14:00 Uhr **Workshops (siehe nächste Seiten)**

15:30 Uhr **Pause**

16:00 Uhr **Workshops (siehe nächste Seiten)**

17:30 Uhr **Pause**

18:00 Uhr **Kevin Bartke (Weltcup-Sieger Paraclimbing):**
Paraclimbing – Personal Experiences on the Road to LA 2028

Im Jahr 2028 wird Klettern das erste Mal bei den Paralympics in Los Angeles dabei sein. Ein historischer Moment, auf den die weltweite Paraclimbing-Community und der internationale Sportkletterverband IFSC schon lange hinarbeiten. Neben der Vorfreude der Athlet:Innen auf der größten Parasportbühne klettern zu dürfen bestehen aber auch viele Ungewissheiten: Welche Sportklassen dürfen starten und welche vielleicht nicht? Wie wirkt sich die Teilnahme an den Paralympics auf bestehende Kaderstrukturen aus? Wie wird das Paraklettern dadurch langfristig beeinflusst? In meinem Vortrag möchte ich euch einen Einblick ins Paraklettern geben. Dabei werde ich auf die Entwicklung des Wettkampfkletterns und die unterschiedlichen Sportklassen eingehen und das leistungsorientierte Paraclimbing im Allgemeinen näher betrachten. Schließlich will ich euch meine ganz persönlichen Erfahrungen als Parakletterer in der Kletterwelt näherbringen und erläutern, was meine persönlichen Strategien und Ansätze sind, um im Wettkampf und leistungsorientierten Sportklettern langfristig erfolgreich und motiviert zu sein.

Uniklinikum Erlangen

Samstag, 28.06.2025

Workshops - 14 Uhr

Claudia Ehrhardt & Mariusz Ratasiewicz:
Paraclimbing und Sturzangst

Ort: Kletterhalle, Max. Teilnehmerzahl: 12

In diesem Workshop liegt der Fokus auf den Möglichkeiten des sportlich leistungsorientierten Parakletterns. Die Workshopteilnehmer sollen Einblicke in das Heranführen der Sportler an wettkampforientiertes Training erhalten. Zusammen werden verschiedene praxiserprobte Möglichkeiten des individuellen Aufwärmens einer Gruppe mit diversen Handicaps, der Ablauf einer Trainingsstunde und das Klettern mit Doppelseilsicherung erklärt, gezeigt und geübt. Das Thema Sturzangst ist gerade bei gehandicapten Sportlern weit verbreitet und das Herantasten an Fallen ins Seil, wird in praxisorientierten Schritten gezeigt und geprobt. Das Fallen in eine Doppelseilsicherung bzw. Sichern dieses speziellen Seilaufbaus, ist ebenfalls Praxisthema. Abschließend gibt es die Möglichkeit ggf. Fragen zu stellen und sich auszutauschen.

Johanna Bäuml & Benny Jung:
Klettern und AD(H)S bei Kindern und Jugendlichen - Praxis und Umsetzung

Ort: Kletterhalle, Max. Teilnehmerzahl: 20

Der Workshop wird Einblick in unsere praktische Arbeit geben. Wir möchten unsere Erfahrungswerte teilen, sowie Hilfsmittel und gezielte Übungen vorstellen.

Stefan Först & Stefan Fuchs:
Klettern und Stimmung

Ort: Boulderhalle, Max. Teilnehmerzahl: 20

Das bewährte Therapiemanual „Klettern und Stimmung“ bildet die Grundlage zahlreicher Studien und wird seit 2013 in der ambulanten Patientenversorgung eingesetzt. Im Workshop geben wir einen Einblick in Aufbau, Wirkfaktoren und praktische Erfahrungen. Wir stellen ausgewählte Boulderübungen vor, die sich als psychotherapeutisch wirksam erwiesen haben. Zudem bleibt Raum für Fragen und Austausch

Uniklinikum Erlangen

Samstag, 28.06.2025

Workshops - 14 Uhr

Markus Gutmann & Eva Höss:
„Klettern kann ich“ Therapeutische Kletter- und Bewegungsgruppen

Ort: Besprechungsraum, Max. Teilnehmerzahl: 35

In diesem Workshop geben Markus Gutmann und Eva Höss theoriegeleitete praktische Einblickein die therapeutische Gruppenarbeit für Kinder und Jugendliche so wie auch in die gerade aktuelle Konzeptarbeit für ein mehrtägiges Sommerprojekt in den Bergen. Neben dem Vortrag umrahmen Bilder vom Schneeberg, Fotos von Therapieaktivitäten und Flipcharts aus den Therapiestunden diesen Workshop, der den Zusammenhang von sozialer Sicherheit und Lernen in Gruppen beleuchtet. Mitdenken, mitmachen, Erkenntnisse einbringen – Freude haben.

Treffen des Fachverbands für Klettertherapie (FAKT!)

Ort: Seminarraum

Das erste deutschlandweite Livetreffen ist nun ein Jahr her. Was ist seitdem passiert? In lockerer Atmosphäre werden aktuelle Entwicklungen und Möglichkeiten zum Mitmachen vorgestellt. Zeit zum Vernetzen, Austauschen und zur Planung der nächsten Schritte kommt dabei nicht zu kurz. Sei dabei - beim ersten gemeinsamen Hybridtreffen!

Uniklinikum Erlangen

Samstag, 28.06.2025

Workshops - 16 Uhr

Sebastian Jendreiek & Marina Williams:
Konzeption und Durchführung einer Gruppe im stationären Kontext mit praktischen Übungen

Ort: Kletterhalle, Max. Teilnehmerzahl: 20

In diesem Workshop vertiefen wir praxisnahe Übungen zur Bewegungs- und Körpererfahrung. Wir starten mit einer Fallübung, bei der Planung, Zielsetzung und sichere Durchführung im Fokus stehen. Anschließend vertiefen wir Bewegungsqualitäten in Partnerübungen, bevor wir uns in einer Gruppenübung mit den Themen Gruppendynamik, Kooperation vs. Wettbewerb und Kompetenzerleben auseinandersetzen.

Stefan Först & Steven Kindley:
Angststörungen und Klettern - Erfahrungen aus dem Sportcoaching für Sturzangst im Breitensport

Ort: Kletterhalle, Max. Teilnehmerzahl: 20

Mit erprobten Methoden aus der Sportpsychologie und dem Sportmentaltraining sowie einer Menge Erfahrung im eigentlichen Anleiten von Sturz- und Sicherungstraining im Gepäck, beschäftigen wir uns in diesem Workshop mit dem Thema Sturzangst im Klettersport und der Übertragbarkeit von entsprechenden Bewältigungsstrategien auf die Klettertherapie im Kontext von Angst und Ängsten. Der Workshop findet im Seminarraum statt und bietet Erfahrungswerte und Tipps für die Kletter- und Bouldertherapie speziell im Umgang mit PatientInnen mit Angststörung.

Larissa Kranisch & Sabrina Höflinger:
Vom Griff zur Erkenntnis: Wie therapeutisches Klettern unsere Denkmuster positiv beeinflusst

Ort: Boulderhalle, Max. Teilnehmerzahl: 30

In diesem Workshop wird die transformative Kraft des Klettersports im therapeutischen Kontext vermittelt. Basierend auf dem Prinzip des „Embodiments“ und der kognitiven Umstrukturierung zeigt Larissa Kranisch, wie negative Denkmuster durch gezielte Bewegung und Achtsamkeit an der Boulderwand überwunden werden können.

Uniklinikum Erlangen

Samstag, 28.06.2025

Workshops - 16 Uhr

Thomas Bösl & Alexander Heimbeck:
PTSD und therapeutisches Klettern

Ort: Kletterhalle & Seminarraum, Max. Teilnehmerzahl: 20

Therapeutisches Klettern in der Traumatherapie bietet Chancen, Stolpersteine und Risiken. Um Klettern in der Traumatherapie zu nutzen, ist gerade bei dieser Diagnose der organisatorische und therapeutische Rahmen von besonderer Bedeutung. Neben theoretischen Grundlagen, geht es in dem Workshop darum für die Praxis realisierbare Vorgehensweisen abzuleiten. Wir sprechen über Voraussetzungen, typische Themenfelder, den organisatorischen Rahmen, die therapeutische Haltung, welche beim Klettern mit Patienten und der Diagnose PTSD eine besondere Rolle spielen. Darüber hinaus nehmen wir die Risiken und Stolpersteine in den Blick.

Freies Klettern &
Markus Rothe:
Ein Erfahrungsbericht aus dem therapeutischem Klettern mit Psychose-Betroffenen

Ort: Seminarraum, Max. Teilnehmerzahl: 20

Der ca 60 Minuten dauernde Vortrag soll ein Erfahrungsbericht sein, in dem Folgendes berichtet und diskutiert wird: Konzeptentwurf therapeutisches Klettern mit Psychose Betroffene, Aufbau, Gliederung und Ziele der Therapieeinheiten, Aufklärung und Einbeziehung des Multiprofessionellen Team, Behandlungsverlauf und Wirkung der Klettertherapie, eventuelle ambulante Fortführung, Ausblick (Studie, Auswirkung auf psychopharmakologische Behandlung)

Vernetzungscafé: Offener Austausch zu Themen wie Finanzierung, praktische Umsetzung

Ort: Seminarraum

Du bist im Bereich therapeutisches Klettern tätig oder interessierst dich für den Einstieg? Dann laden wir dich herzlich zu unserem Vernetzungscafé ein!
In lockerer Atmosphäre tauschen wir uns offen über zentrale Themen wie Finanzierungsmöglichkeiten, praktische Umsetzungsideen und Herausforderungen im Alltag aus. Das Vernetzungscafé bietet Raum für Fragen, Erfahrungsaustausch, neue Impulse – und vielleicht auch erste Schritte in Richtung gemeinsamer Projekte.

Uniklinikum Erlangen

Sonntag, 29.06.2025

Programm

09:00 Uhr **Elisa Rosenkranz:**
Dem Stress davon klettern, Machbarkeitsstudie eines präventiven Boulderprogramms für Studierende

Ziele: Ziel dieser Studie war es, die Durchführbarkeit und Akzeptanz eines präventiven Boulder-Programms für Studierende (PBP-S) zu evaluieren. Die Ergebnisse liefern eine Grundlage für die Anpassung und Optimierung des PBP-S in der Zielgruppe der Studierenden.

09:45 Uhr **Pause**

10:00 Uhr **Workshops (siehe nächste Seiten)**

11:30 Uhr **Pause**

11:45 Uhr **Workshops (siehe nächste Seiten)**

13:15 Uhr **Pause**

13:45 Uhr **Stephanie O'Connor, Aine O'Reilly & Ashlie McPherson:**
Online: Climbing Therapy for people with Major Depressive Disorder feasibility study of a manualized 10-week Climbing Therapy programme for people diagnosed with DSM-5 MDD

Emerging evidence suggests that Climbing Therapy offers a promising therapeutic strategy for Major Depressive Disorder (MDD). A single arm feasibility study of a manualized 10-week Climbing Therapy programme for people diagnosed with DSM-5 MDD of at least moderate severity was conducted within an Irish Community Adult mental health service. Feasibility, as measured by retention, acceptability, and tolerability were the primary outcomes.

14:30 Uhr **Abschiedsworte**

Uniklinikum Erlangen

Sonntag, 29.06.2025

Workshops - 10 Uhr

Marina Müller:
Evidenzbasierte und empirisch nützliche Kletterübungen zur Rumpfstabilisation

Ort: Boulderhalle, Max. Teilnehmerzahl: 15

Studien von Muskelkraftmessungen in verschiedenen Kletterpositionen sowie als Effekt von Klettertrainings zeigen eine hohe Aktivität der Rumpfmuskulatur auf. Grossen Einfluss haben die Wandneigung, die Position auf der Wand und die Anzahl der Haltepunkte. Die Kräftigung der Rumpfmuskulatur ist zur Stabiliserungsfähigkeit der Wirbelsäule bei vielen Beschwerden notwendig und sinnvoll. Studien konnten positive Effekte beispielsweise bei chronic non specific low back pain oder bei Skoliose-Betroffenen aufzeigen.In diesem Workshop stellen wir die wissenschaftlichen Grundlagen zu diesem Thema vor und erarbeiten entsprechende Übungen an der Kletterwand. Darüber hinaus lernen wir viele weitere mögliche Aufgabenstellungen, auch spielerische, an der Kletterwand kennen und tragen Ideen der Teilnehmenden zusammen, die sich in der Praxis bewährt haben, um die Rumpfstabilisation zu trainieren.

Nadine Goldenstein:
Zyklus und Training im Klettersport – Theorie und Praxis erleben

Ort: Kletterhalle, Max. Teilnehmerzahl: 15

Zyklusbasiertes Training und die Auswirkungen des weiblichen Zyklus auf die sportliche Leistungsfähigkeit sind derzeit medial omnipresent und auch im (sport-)wissenschaftlichen Kontext erhält die geschlechterspezifische Forschung nun endlich die notwendige Aufmerksamkeit. Jedoch bleibt die spezifische Bedeutung für den Kletter- und Bouldersport bislang wenig erforscht. Diese Disziplinen stellen eine besondere Herausforderung dar, da sie nicht nur Kraft und Ausdauer, sondern auch kognitive und psychomotorische Fähigkeiten erfordern.
In diesem interaktiven Workshop kombinieren wir theoretische Impulse und Erfahrungsaustausch zu zyklusbedingten Schwankungen der physischen und psychischen Leistungsfähigkeit indem wir Auswirkungen verschiedener Zyklusphasen auf Kraft, Beweglichkeit, Koordination und mentale Aspekte analysieren.
Gemeinsam machen wir praktische, kletterspezifische Übungen, die bezogen auf die weibliche Physionomie in das Klettertraining integriert werden können und betrachten wichtige Aspekte im Zyklusmonitoring um die eigene Leistungsfähigkeit im Zyklus besser einzuschätzen und das Training entsprechend anpassen zu können.
Ziel des Workshops ist es, die Sensibilität für zyklusspezifische Aspekte zu schärfen und praktische Werkzeuge für eine angepasste Trainingsgestaltung mitzugeben – für mehr Leistungsfähigkeit, weniger Frustration und ein nachhaltigeres Klettererlebnis.

Uniklinikum Erlangen

Sonntag, 29.06.2025

Workshops - 10 Uhr

Anne Radegast & Lola Eversmann:
Bouldapy - Boulderpsychotherapie für Erwachsene

Ort: Boulderhalle, Max. Teilnehmerzahl: 15

Dieser Workshop richtet sich an Therapeut*innen, Praktizierende und Interessierte, die das Bouldapy-Manual kennenlernen und gezielt in ihre therapeutische Arbeit integrieren möchten. Das Manual Bouldapy ist das einzig wissenschaftlich evaluierte Manual für Boulderpsychotherapie und kann als Standardwerk angesehen werden. Im Workshop vertiefen wir Kerninhalte der Boulderpsychotherapie anhand ausgewählter Boulderübungen, die sich als besonders wirksam für unterschiedliche Zielgruppen erwiesen haben. In einer Selbsterfahrungseinheit erfahrt Ihr, wie sich Körpererfahrung, Emotionen und Kognition im therapeutischen Kontext wirkungsvoll verbinden lassen.

Nina Tröger:
Ein Sozialtherapeutisches Boulderprojekt in einer heilpädagogischen Fördereinrichtung – Von der Idee zum laufenden Betrieb

Ort: Seminarraum

Vorgestellt wird der gesamte Prozess von der ersten Idee, über die inhaltliche und organisatorische Planung, Konzipierung, Finanzierung und den Bau einer Boulderwand (mit Topropestelle) in den Gemeinschaftsraum der Einrichtung bis hin zum laufenden Betrieb und dessen Erhalt.
Richtet sich an alle Interessierten und diejenigen, die selbst ein Boulder-/Kletterprojekt in kleinem bis mittleren Umfang planen und auf den Weg bringen wollen.

Nicole Baltensperger & Sina Brüngger:
Zielorientiert in der Pädiatrie: Mit Affe, Elefant und Tiger zum Kletter-Ziel

Ort: Seminarraum

Das Klettern ist eine motivierende Massnahme, um Kinder in der Ergo- und Physiotherapie über eine lange Zeit zielgerichtet zu therapieren. Aus diesem Grund haben wir uns im Frühjahr 2024 entschieden, für einen Teil der Kinder das Therapeutische Klettern regelmässig in der Kletterhalle anzubieten. Die Kinder kommen oft mit einer Langzeit-Verordnung über ein ganzes Jahr zu uns zur Kletter-Therapie. Für diese Kinder haben wir ein Kletter-Heft entwickelt, welches der Gecko-Trophy des Schweizer Alpenclubs angelehnt ist. Im Kletter-Heft sind spezifische Aufgabenstellungen und Ziele im Bereich Bouldern, Seilklettern Toprope und Vorstieg sowie Toppas definiert. Werden die einzelnen Aufgabenstellungen von den Kindern erfüllt, erhalten sie dafür einen Sticker. Angepasst an die Fähigkeiten des Kindes können so pro Bereich eine spezifische Anzahl Stickers gesammelt werden. Zudem gibt es eigene Ziele, die individuell vereinbart und bearbeitet werden können. Dieses Heft dient als Leitlinie, wie man eine regelmässige, über Monate andauernde und zielgerichtete Kletter-Therapie mit Kindern aufbauen und umsetzen kann. Zudem motiviert das Heft die Kinder bei der Mitarbeit, da in einem steten Prozess gemeinsam Ziele definiert, umgesetzt und überprüft werden.

Uniklinikum Erlangen

Sonntag, 29.06.2025

Workshops - 11:45 Uhr

Nina Tröger:
Unterstützende Seiltechnik

Ort: Kletterhalle, Max. Teilnehmerzahl: 12

Aufbau Flaschenzug, Jo-jo-Klettern, wie arbeite ich mit Beikletterer*in? Ist ein Praxisworkshop der sich an Therapeut*innen richtet, die mit Klient*innen arbeiten, die Zug-/Halteunterstützung benötigen (z.B. Menschen mit MS, Querschnitt, Tonusschwierigkeit, Spastik, aber auch mit psychischen Einschränkungen wie Angst-/Bindungs-/Vertrauensstörungen etc.); hilfreich auch für Trainer*innen/Therapeut*innen mit wenig Eigengewicht/-kraft.

Jeanette Jakob:
Mit kreativen Medien und Methoden die Transferarbeit in der Klettertherapie erweitern

Ort: Seminarraum und Kletterhalle

Mit welchen Mittel und Medien können wir den Transfer in die Alltagssituationen zusätzlich unterstützen? Ich stelle Möglichkeiten aus der integralen Bewegungstherapie (ITB) und der Kunsttherapie vor, welche die klettertherapeutischen Einheiten optimal ergänzen. Ich arbeite mit Selbsterfahrungseinheiten aus der Praxis der körperorientierten Kunsttherapie.

Birgit Kuhn:
Klettertherapie und das Unbewusste, ein Widerspruch oder Widerstand

Ort: Kletterhalle, Max. Teilnehmerzahl: 15

Klettertherapie und das Unbewusste, ein Widerspruch oder Widerstand? Dieser Workshop richtet sich an alle, die tiefer in ihre Persönlichkeitsstruktur schauen möchten. „zeige mir, wie du kletterst und ich sage dir wie du bist“. Es wird ein Modell zur körpertherapeutischen Diagnostik angeboten. Die Teilnehmenden können sich gegenseitig auf Grundlage dieses Modells erfahren. Persönlichkeitserweiternde Kletterübungen werden angeboten. Es geht um Exploration der eigenen Grenzerfahrung. Die Frage, ob Widerstand oder Widerspruch, wird klärbar. Es geht grundlegend um eine vertiefte Selbsterkenntnis durch das Medium Klettern.

Stefan Jenuwein & Freda Michelsen:
Wir wollen ALLE Klettern - Auf dem Weg zur idealen Kletteranlage & Inklusion

Ort: Besprechungsraum

Therapeutisches Klettern bietet vielseitige Chancen – doch wie muss eine Kletteranlage gestaltet sein, um Menschen mit psychischen und physischen Einschränkungen bestmöglich zu unterstützen? In diesem explorativen Workshop tauschen sich die Teilnehmenden über ihre Erfahrungen und wissenschaftlichen Erkenntnisse aus verschiedenen therapeutischen Klettersettings aus. Wir geben Impulse und identifizieren gemeinsam zentrale Herausforderungen, sammeln bewährte Lösungen und entwickeln neue Ideen für eine optimale, inklusive und therapeutisch nutzbare Kletterumgebung.

Uniklinikum Erlangen

Veranstalter

UK Erlangen
https://www.uk-erlangen.de

FAU
https://www.fau.de

www.boulderpsychotherapie.de

Universitätsklinikum Erlangen
Psychiatrische und Psychotherapeutische Klinik
Medizinische Psychologie und Medizinische Soziologie
Zentrum für Medizinische Versorgungsforschung
Schwabachanlage 6
91054 Erlangen

Sponsoren und Kooperationspartner:

DAV Sparkassenbergwelt

Mammut

ClimbAID

Wir danken Mammut für die großzügige Unterstützung des Fachtreffens.

Gefördert aus Landesmitteln des Freistaats Bayern zur Realisierung der Chancengleichheit von Frauen in Forschung und Lehre