

Tag 3 Sonntag, 01. Okt. 2023

Großer Saal

Kleiner Saal

Zur diagnostischen Einordnung

9.00 - 10.00 Uhr

Research Session: Zwei Ansätze zur Reduktion exzessiven Skin Pickings (Prof. Dr. A. Schienle; CE)

von BFRBs (Prof. Dr. J. Schmidt & Dr. C. Gallinat)

10.15 - 11.15 Uhr

DGZ-Arbeitskreis zu BFRBs und Behandlungsempfehlungen (A. Peters, DGZ)

Workshop: Selbstwahrnehmung und Embodiment (Tina von TinasTrichKiste)

11.30 - 12.30 Uhr

Research Session: Skin Picking und Trichotillomanie: Verhaltensmuster und Einflussfaktoren im täglichen Leben (Dr. C. Gallinat) Stressmanagement bei BFRBs (Prof. Dr. J. Schmidt)

Was ist Selbsthilfe? Und wie funktioniert sie? (I. Bäumer)

Mittagspause

Mittagspause

13.30 - 14.15 Uhr

"Ein besserer Umgang mit mir selbst: Mit mir und nicht mehr dagegen." (C. Gallinat, I. Bäumer und Tina von TinasTrichkiste)

Freier Austausch

14.30 - 15.30 Uhr

Abschlussrunde (Großer Saal)

Weitere Informationen unter: www.skinpicking-trichotillomanie.de/bfrb-tage Veranstaltungsort: Bürgerhaus Kalk, Kalk-Mülheimer Straße 58, 51103 Köln



BFRB Tage 2023

Die Tagung rund um **Body-Focused Repetitive** Behaviors (BFRBs): Körperbezogene repetitive Verhaltensweisen

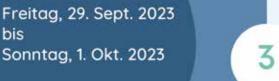


(körperbezogene repetitive Verhaltensweisen), also u.a. um Skin Picking (bzw. Dermatillomanie) und pathologisches Haareausreißen (bzw. Trichotillomanie).

An wen richtet sich die Tagung? Die Tagung richtet sich an alle Interessierten, insbesondere aber an Betroffene, Therapeut*innen, Ärzt*innen, Forscher*innen sowie Angehörige.

Wer organisiert die Tagung?

Die Tagung wird von Ingrid Bäumer (Skin Picking Selbsthilfegruppe Köln) und Dr. Christina Gallinat organisiert.



Von

bis



Tag 1 Freitag, 29. Sept. 2023

ab 15.00 Uhr

Registrierung (Foyer)

15.45 - 16.00 Uhr

Begrüßung durch Ingrid Bäumer & Christina Gallinat (Großer Saal)

16.00 - 16.30 Uhr

Icebreaker-Session zum Kennenlernen mit J. Donat (Großer Saal)

Großer Saal

Kleiner Saal

16.45 - 17.45 Uhr

18.00 - 19.00 Uhr

Lesung: "Frieden mit meiner Haut" mit anschließendem Austausch zur Frage "Wie kann Heilung aussehen?" (I. Bäumer)

Einführung zu Trichotillomanie und Perspektiven einer Betroffenen

(A. Peters, DGZ)

0.55

Workshop: Wie spricht mein Körper mit mir? (N. Rothmann)

Workshop:

Wie spreche ich mit jemandem über mein BFRB? (J. Röseler)

Organisatorische Hinweise

- Eingang rechts in der Durchfahrt
- Anmeldung und Ausgabe der Namensschilder und Bändchen im Foyer
- · CE: Für diese Sessions können Fortbildungspunkte ausgestellt werden

Bitte geben Sie uns am Ende der Tagung Feedback zur Veranstaltung. Dafür einfach folgenden Code scannen und die Befragung (Dauer: 5 Min.) ausfüllen. Vielen Dank!



Alternativ über: https://s.surveylegend.com/-NeInrRMAm/D/bOoEhDs?EvaluationBFRBTage2023

Weitere Informationen unter: www.skinpicking-trichotillomanie.de/bfrb-tage Veranstaltungsort: Bürgerhaus Kalk, Kalk-Mülheimer Straße 58, 51103 Köln



Tag 2 Samstag, 30. Sept. 2023

ab 8.00 Uhr

Registrierung (Foyer)

9.00 - 9.30 Uhr

Eröffnungsrede: Ingrid Bäumer & Christina Gallinat (Großer Saal)

Großer Saal

Kleiner Saal

9.45 - 10.45 Uhr

Einführung zu Dermatillomanie und Trichotillomanie (L. Mehrmann; CE) Workshop: Skin Picking und Scham: Erfahrungen teilen (J. Donat)

11.00 - 12.00 Uhr

BFRBs: Abgrenzung und Gemeinsamkeiten mit der Körperdysmorphen Störung und SVV (Prof. Dr. C. Stierle; CE)

Vortrag mit Kurzworkshop: Skin Picking künstlerisch verarbeiten (Delia Friemel)

12.15 - 13.15 Uhr

ADHS im Erwachsenenalter mit anschließender Gesprächsrunde (Prof. Dr. Silke Lux) Workshop:

Haare schneiden: Do it yourself! (L. Hollatz)

Mittagspause

Mittagspause

14.15 - 15.15 Uhr

Förderung von Mitgefühl mit Ansätzen der Compassion Focused Therapy (Prof. Dr. C. Stierle; CE)

Freier Austausch

15.30 - 17.00 Uhr

Die Skin-Picking-Störung aus dermatologischer Sicht (Dr. S. Hanneken; CE)

15.30 - 16.30:

15.30 - 16.00:

Research Session: Trichotillomanie & Haarpflege (L. Hollatz) 16.00 - 17.00: Workshop: Trichotillomanie und Selbsthilfe

Trichotillomanie und Selbsthilfe, Fragen & Antworten (A. Peters)

Kaffeepause

Kaffeepause

17.30 - 18.15 Uhr

Keynote Speech: Skin Picking: Vom Versteckspiel zur Öffentlichkeitsarbeit (J. Donat)

18.15 - 19.15 Uhr

Gründungsversammlung des Skin Picking und Trichotillomanie e.V. (I. Bäumer & C. Gallinat)