



Referentin

### Wiebke Hinz

Dipl.-Psychologin, Psychotherapeutin, Supervisorin (DGVT), pädagogische Kunsttherapeutin, Potentialorientierte System- und Organisationsaufstellerin, langjährige Erfahrung als Referentin.

Therapeutische Leitung ATZ Meppen und Fachreferentin Autismus-Therapie Weser-Ems gGmbH.

## **Bodyscan und Katzenmutter: Achtsamkeit und Mitgefühl als Methoden in der Autismustherapie, ein kleiner Einblick in Methoden von ACT und CFT**

Dieses Seminar vermittelt Einblicke in die Idee des Selbstmitgefühls und Methoden zur Achtsamkeit. Ziel soll es sein, Konzepte aus der Akzeptanz- und Commitmenttherapie, sowie der Compassion-Focused Therapy kennen zu lernen und für die therapeutische Arbeit mit Menschen mit ASS zu nutzen.

Insbesondere bei starkem Grübeln, einem energischen inneren Kritiker und Gefühlen von Scham bieten diese therapeutischen Ansätze eine Möglichkeit neuer entlastender Erfahrungen und Sichtweisen. Menschen mit ASS haben mitunter eine lange Lerngeschichte negativer Gedanken und Einstellungen zu sich selbst.

Aber auch für die pädagogische oder therapeutische Fachkraft selbst bietet dieser Zugang eine Möglichkeit Dinge anzunehmen, zu lernen und so handlungsfähiger zu werden.

#### **Kursinhalte:**

Vorgelegt werden Methoden, die dann in Kleingruppen und Selbsterfahrung erprobt werden.

#### **Präsenztermin:**

28.10.2025 | 9.30–17.00 Uhr

#### **Veranstaltungsort:**

Oldenburg

#### **Zielgruppen:**

Fachkräfte

#### **Kosten:**

140 Euro pro Teilnehmer

80 Euro pro Teilnehmer für Mitglieder des autismus Regionalverbandes Weser-Ems e.V.

60 Euro pro Teilnehmer mit einem Schwerbehindertenstatus