

Die Dozentinnen



Frau Dr. med. Maxi Braun ist Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, Fachärztin für Psychotherapeutische Medizin, zertifizierte DBT-Therapeutin, Supervisorin, IFA Gruppen- und Selbsterfahrungsleiterin für Verhaltenstherapie (BLAEK anerkannt). Seit 20 Jahren ist ihr Forschungsschwerpunkt das Thema „Ärzt*innengesundheit“. Von 2019 bis 2024 hat sie als Oberärztin an der Psychosomatischen Klinik Kloster Dießen eine spezifische Behandlungseinheit für psychisch erkrankte Ärzt*innen und Psychotherapeut*innen aufgebaut und geleitet. Seit Anfang 2025 ist sie in eigener Privatpraxis für Psychotherapie in Schondorf am Ammersee niedergelassen. Weitere Informationen unter www.drmaxibraun.de

Frau Dr. med. Maxi Braun ist Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, Fachärztin für Psychotherapeutische Medizin, zertifizierte DBT-Therapeutin, Supervisorin, IFA Gruppen- und Selbsterfahrungsleiterin für Verhaltenstherapie (BLAEK anerkannt). Seit 20 Jahren ist ihr Forschungsschwerpunkt das Thema „Ärzt*innengesundheit“. Von 2019 bis 2024 hat sie als Oberärztin an der Psychosomatischen Klinik Kloster Dießen eine spezifische Behandlungseinheit für psychisch erkrankte Ärzt*innen und Psychotherapeut*innen aufgebaut und geleitet. Seit Anfang 2025 ist sie in eigener Privatpraxis für Psychotherapie in Schondorf am Ammersee niedergelassen. Weitere Informationen unter www.drmaxibraun.de



Danielle Gaubatz ist Psych. Psychotherapeutin (VT), zert. Feldenkrais- sowie zert. Yogalehrerin und Dozentin im Bereich der Aus- und Weiterbildung für Ärzte und Psychologen. Ihr inhaltlicher Schwerpunkt liegt

auf Themen wie Achtsamkeit, Selbstmitgefühl, Resilienz, Embodiment und Akzeptanz. Nach Tätigkeiten im Forschungsbereich am MPI, in der psychosomatischen Rehabilitation (Höhenried) und als Sicherstellungsassistentin hat sie ihren Fokus auf die Akutpsychosomatik gelegt. Seit 2023 ist sie als psychologische Stationsleitung an der psychosomatischen Klinik Kloster Dießen am Ammersee tätig, leitet die Gesprächsgruppentherapie des Ärzt*innen und Psychotherapeut*innensettings und hat 2024 die therapeutische Leitung dafür von Frau Dr. med. Braun übernommen.



Das „Kleingedruckte“

Kosten 849,- Euro;
Frühbucherrabatt bis 30.05.2025: 749,- Euro;
Assistenzärzt*innen und Psycholog*innen in Ausbildung erhalten bei Vorlage eines entsprechenden Nachweises eine Reduktion um jeweils 100,- Euro.

Getränke, Snacks sowie das Mittagessen am Samstag sind im Preis inbegriffen.

Fortbildungspunkte wurden bereits beantragt.

Anmeldung bitte per E-Mail danielle.gaubatz@artemed.de

Psychosomatische Klinik Kloster Dießen GmbH & Co. KG

Klosterhof 20
86911 Dießen
T 08807 2251-0

www.psychosomatik-diessen.de

Retreat für Ärzt*innen und
psychologische Psychotherapeut*innen

Mehr Stärke und Gelassenheit im (Arbeits-) Alltag

Freitag, 04. Juli bis Sonntag, 06. Juli 2025



PSYCHOSOMATISCHE KLINIK
Kloster Dießen

„Ich werde auf meine eigene Gesundheit, mein Wohlergehen und meine Fähigkeiten achten, um eine Behandlung auf höchstem Niveau leisten zu können,“

heißt es in der überarbeiteten Fassung des Genfer Gelöbnisses des Weltärztebundes von 2017.

Gerade bei Ärzt*innen und Therapeut*innen scheinen häufig Schemata wie z. B. „Unerbittliche Standards“ oder „Aufopferung“ (Kaeding et al. 2017) zu bestehen. Daraus resultierende Schwierigkeiten im ärztlichen oder therapeutischen Berufsalltag wie z. B. mangelnde Grenzziehung, geringe Selbstfürsorge, mangelnde Selbstwahrnehmung und Emotionsregulation (u. a. Zwack et al. 2013) sollen im Workshop inhaltliche Schwerpunkte darstellen. Eigenes therapeutisches Wissen zu Resilienz fördernden Verhaltensweisen und Möglichkeiten der Grenzziehung im klinischen Alltag bei gleichzeitigem Weiterbrennen für den Beruf soll erlebnisorientiert aktiviert und mit dem eigenen Verhalten in Bezug gesetzt und reflektiert werden, um individuelle Wege zur Resilienz zu finden.

Gleichzeitig gibt es Raum für kollegiale Begegnung und Selbstfürsorge während des Retreats durch Bewegungsimpulse, Meditationen und Selbstmitgefühls-Übungen unter Einbezug der Klosteranlage und der direkt umgebenden Natur.

Das Retreat hat einen präventiven Charakter und ersetzt keine psychotherapeutische Behandlung.

Programm

Freitag, 04.07.2025

14.00 - 16.00 Ankommen und Kennenlernen
Einschätzung der eigenen Belastung – Anforderungen und Ressourcen

16.30 - 18.00 Möglichkeiten der akuten Stressreduktion
Ein Minimum an Selbstfürsorge

Samstag, 05.07.2025

09.00 - 11.00 Warum bin ich eigentlich Ärzt*in / Therapeut*in geworden?
Der verwundete Heiler – nur ein Mythos?

11.30 - 13.00 Bestandsaufnahme zum Thema „Ärzt*innen- und Therapeut*innen-Gesundheit in Deutschland“
+ Erlernte Hilflosigkeit im Rahmen „des Systems“
+ Sind Scham- und Schuldgefühle eigentlich „normal“?

13.00 - 15.00 Gemeinsames Mittagessen in der Klinik, im Anschluss Möglichkeit einer Klinikführung.

15.00 - 16.30 Zeitmanagement

17.00 - 18.00 Selbstmitgefühl für Helfende

Sonntag, 06.07.2025

09.00 - 10.30 Grenzen ziehen – das Ende von people pleasing?

11.00 - 12.30 Wie gelingt es mir, mich langfristig resilienter zu verhalten in
+ Arzt-Patienten-Beziehungen?
+ Kollegialen Beziehungen?
+ Eventuell auch in privaten Beziehungen?

Ausklang und Verabschiedung

Neugier auf eigene Anteile, Bereitschaft zum Erfahrungsaustausch und zur Selbsterfahrung unter Wahrung der kollegialen Grenzen werden vorausgesetzt.

