



BFRB Tage 2023

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

1

Worum geht es?

Die Tagung dreht sich um BFRBs (körperbezogene repetitive Verhaltensweisen), also u.a. um Skin Picking (bzw. Dermatillomanie) und pathologisches Haarausreißen (bzw. Trichotillomanie).

2

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.

3

Wer organisiert die Tagung?

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

Von
Freitag, 29. Sept. 2023
bis
Sonntag, 1. Okt. 2023



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

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

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

18.00 - 19.00 Uhr

Einführung zu Trichotillomanie und Perspektiven einer Betroffenen (A. Peters, DGZ)

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



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)

Workshop:
Drawing with Liz Atkin
(Session in Englisch!)



12.15 - 13.15 Uhr

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

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

Lesung:
Kirmes im Kopf:
ADHS im Erwachsenenalter (Angelina Boerger) mit anschließender Talk-Runde zu BFRBs und ADHS

15.30 - 16.00:
Research Session: Trichotillomanie & Haarpflege (L. Hollatz)
16.00 - 17.00: Workshop:
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)



Tag 3

Sonntag, 01. Okt. 2023

Großer Saal

Kleiner Saal

9.00 - 10.00 Uhr

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

Zur diagnostischen Einordnung 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 - 14.30 Uhr

Art for Recovery (L. Atkin),  (Session in Englisch!)

Freier Austausch

14.45 - 16.00 Uhr

Abschlussrunde (Großer Saal)

Die BFRB Tage 2023 werden durch die finanzielle Unterstützung folgender Krankenkassen ermöglicht: AOK, mhplus, BKK Pfalz, BKK VBU, BKK Wirtschaft und Finanzen sowie Salus BKK. Herzlichen Dank!