



PSYCURA-REISEN®

IM DIALOG MIT FACHKOLLEGEN.

JAPAN

Soziokulturelle Einzigartigkeit – Kulturimmanente Einflüsse auf die Psyche und therapeutische Praktiken mit Reichweite

Reisetermine:

Termin 1: 10.11. – 21.11.2026

Termin 2: 17.11. – 28.11.2026

Wissenschaftliche Leitung:

Frau Dr. Dipl.-Psych. Katharina Lotz-Schmitt

ENTWURF
Stand 20.05.2026
Änderungen vorbehalten

FACHPROGRAMM (Stand 05/2026, Änderungen im zeitlichen Ablauf und der Inhalte vorbehalten.)

Datum der Durchführung	Inhalt	Zeitlicher Umfang
Termin 1: 12.11.2026 Termin 2: 27.11.2026	<p>Einflüsse des Zen auf westliche Psychotherapietechniken.</p> <p>Vortrag, Austausch und Praxis in einem Zen-Tempel zum Verstehen meditativer Prinzipien und Praktiken und deren erfolgreichen Übertrag in achtsamkeitsbasierte westliche Therapiemethoden (Kyoto)</p> <p>Referent:innen: Dipl.-Psych. Katharina Lotz-Schmitt, Praktizierende Zen-Mönche</p> <p>Die Praktiken der Zen-Mönche beeinflussen unterschiedliche therapeutische Ansätze in Europa. Meditation und Achtsamkeit spielen auch in der Behandlung von psychischen Erkrankungen mittlerweile eine signifikante Rolle. Die Erfahrung der praktischen Umsetzung dieser Art der Wahrnehmungssteuerung verbunden mit der zugrundeliegenden Weltanschauung soll es den Teilnehmer:innen ermöglichen die Nutzbarkeit im therapeutischen Kontext direkt selbst zu erfahren. Darüber hinaus soll es Möglichkeiten zur Klärung von Fragen und Diskussion geben.</p> <p>16:00–18:15 Uhr, beantragte Fortbildungszeit: 2,25 Stunden</p>	3 UE
Termin 1: 13.11.2026 Termin 2: 25.11.2026	<p>Zwischen Tradition und westlichen Einflüssen. Zur Geschichte, und Entwicklung von Psychologie und Psychiatrie in Japan (History of psychology and psychiatry in Japan)</p> <p>Vortrag und Gedankenaustausch mit einer international praktizierenden Psychotherapeutin zur Einführung und Entwicklung psychotherapeutischen Verständnisses, verschiedener Therapieschulen und psychotherapeutischer Techniken in Japan (Kyoto)</p> <p>Referentin: Teo Knives, Psychotherapeutin, Promovendin an der Kyoto University</p> <p>Moderation: Dr. Dipl.-Psych. Katharina Lotz-Schmitt</p> <p>Die Akzeptanz, Einordnung und Behandlung von psychischen Erkrankungen unterscheiden sich in vielerlei Hinsicht deutlich von der europäisch-amerikanisch beeinflussten Sichtweise. Im Rahmen eines Vortrages und intensiven Austausches mit einer praktizierenden Psychotherapeutin und Forschenden werden die Entwicklung und der Stellenwert von Psychiatrie und Psychotherapie in Japan herausgearbeitet. In der Diskussion werden die Besonderheiten und Unterschiede im Vergleich mit den praktischen Erfahrungen der Teilnehmer:innen betrachtet und im Hinblick der eigenen Arbeit bewertet.</p> <p>18:00–20:15 Uhr, beantragte Fortbildungszeit: 2,25 Stunden</p>	3 UE

<p>Termin 1: 15.11.2026</p> <p>Termin 2: 23.11.2026</p>	<p>Das individuelle und gesellschaftliche Trauma von Hiroshima. Besuch des A-Bomb Museums inklusive Vortrag und Diskussion mit einem Überlebenden des Atombombenangriffs vom 09.08.1945</p> <p>Referentin: Dipl.-Psych. Katharina Lotz-Schmitt, Überlebende/r des Angriffs auf Hiroshima</p> <p>Im Rahmen des Besuchs haben die Teilnehmer:innen Gelegenheit, sich intensiv mit den unmittelbaren und mittelbaren Folgen des Atombombenangriffs auf Hiroshima auseinanderzusetzen. Dabei stehen die physischen und die psychischen Folgen für die vom Angriff unmittelbar und mittelbar betroffenen Menschen im Fokus. Der Bericht von und der Austausch mit Zeitzeugen bietet die Möglichkeit für ein tiefes Verständnis vom Umgang mit den Kriegsfolgen in Japan, mit Traumatisierung, Stigmatisierung und Schuldgefühlen aber auch Resilienz und generationsübergreifenden Einflüssen. Die Traumata prägen tiefgreifend bis in die Gegenwart. Sie hinterlassen Spuren in der Gesundheit, im Gefüge der japanischen Gesellschaft, in der individuellen und kollektiven Erinnerung und Identität. Die Auswirkungen von Kriegstraumata sind aktuell auch in der therapeutischen Arbeit, z. B. mit Geflüchteten, von maßgeblicher Bedeutung.</p> <p>16:00–19:15 Uhr (inkl. Pause), beantragte Fortbildungszeit: 2,25 Stunden</p>	<p>3 UE</p>
<p>Termin 1: 16.11.2026</p> <p>Termin 2: 21.11.2026</p>	<p>Die stationäre und ambulante Behandlung von psychisch Kranken in Japan. Die Organisation des japanischen Gesundheitswesens, spezifische Krankheitsbilder und Therapieformen sowie Herausforderungen im gesellschaftlichen Kontext. (Musashi Kosugi)</p> <p>Besuch einer psychiatrischen Praxisklinik mit Einblicken und Austausch zu Behandlungen verschiedener psychischer Störung und deren Auftretenshäufigkeiten</p> <p>Referent: Dr. Makoto Sakamoto</p> <p>Die Behandlungsmöglichkeiten von Patienten mit psychischen Störungen in Japan und die gelebte Praxis in stationären und ambulanten Kliniken möchten wir uns von einem praktizierenden Psychiater mit japanischen und internationalen Patienten beschreiben lassen. Dabei stehen nicht nur Behandlungsansätze selbst, sondern auch das Krankheitsverständnis und kulturelle Unterschiede im Fokus. Es soll im Anschluss die Möglichkeiten für Fragen und einen Austausch geben.</p> <p>13:00–15:15 Uhr (inkl. Pause), beantragte Fortbildungszeit: 2,25 Stunden</p>	<p>3 UE</p>
<p>Termin 1: 17.11.2026</p> <p>Termin 2: 20.11.2026</p>	<p>Shinrin Yoku – Waldbaden, Vorträge und praktische Selbsterfahrung der therapeutischen Wirkung auf mentaler und physiologischer Ebene (Okutama)</p> <p>Referentin: Hiroko Ochiai, Ärztin, Forscherin zum Thema Waldbaden am NHO Tokyo Medical Center Moderation: Dr. Dipl.-Psych. Katharina Lotz-Schmitt</p> <p>Der aus Japan stammende Ansatz des Waldbadens ist mittlerweile in der westlichen Welt nicht nur durch entsprechende Literatur zugänglich, sondern wird auch wissenschaftlich untersucht. Dabei stehen neben positiven Effekten auf das Wohlbefinden, auch physiologische und psychosomatische Marker, wie z. B. das Immunsystem, im Fokus. Die Teilnehmer:innen sollen durch eine geführte Selbsterfahrung direkt etwaige Effekte dieser Methode spüren können und sich durch die Darlegung des Status quo der aktuellen Forschung mit der Bedeutung dieser Form der naturverbundenen Achtsamkeit für das eigene Arbeiten auseinandersetzen.</p> <p>09:00–12:00 Uhr und 13:00–14:30 Uhr, beantragte Fortbildungszeit: 4,5 Stunden</p>	<p>6 UE</p>
<p>Termin 1: 18.11.2026</p> <p>Termin 2: 18.11.2026</p>	<p>Vortrag und Austausch im Deutschen Institut für Japanstudien DIJ: Die Rolle des demografischen Wandels für die mentale Gesundheit in Japan – Besonderheiten und der Umgang damit im Alltag. (Tokyo)</p> <p>Moderation: Dr. Dipl.-Psych. Katharina Lotz-Schmitt</p> <p>Referentinnen: Dr. Carolin Fleischer-Henniger, Forschende des Deutschen Instituts für Japanstudien (DIJ) Dipl.-Psych. Uta Sonnenberg, in Japan praktizierende deutsche Psychotherapeutin mit langjähriger Erfahrung</p> <p>Im Rahmen der Veranstaltung werden die Auswirkungen geschichtlicher, sozialpolitischer und gesellschaftlicher Besonderheiten Japans auf die Entstehung, die Auftretenshäufigkeit und die Behandlung von psychischen Erkrankungen aus Forschungs- und Praktikerperspektive beleuchtet. Dabei werden zum einen Unterschiede und Ähnlichkeiten zwischen westlicher (europäischer) und japanischer therapeutischer Praxis herausgearbeitet. Es geht u. a. um den Umgang mit besonderen Phänomenen, wie der hohen Selbstmordrate, der aus dem Druck im beruflichen Umfeld resultierenden hohen Zahl von Burnout-Erkrankungen („Karoshi“-Tod durch Überarbeitung) oder den Folgen sexueller Übergriffe auf Frauen. Darüber hinaus werden Erfahrungen aus der Behandlung von in Japan lebenden Ausländer:innen dargestellt.</p> <p>16:30–19:15 Uhr (inkl. Pause), beantragte Fortbildungszeit: 2,25 Stunden</p>	<p>3 UE</p>

Termin 1: 19.11.2026 Termin 2: 19.11.2026	Besichtigung und Vortrag in einem Hikikomori Hilfe-Center mit Einblicken in die konkreten Behandlungsmethoden der Störung sowie Erfahrungsberichten von Betroffenen und Angehörigen. (Kawasaki) Referent:innen: Dr. Dipl.-Psych. Katharina Lotz-Schmitt Herr Osakabe, Leiter des Hikikomori Centers Kawasaki, Sozialarbeiter, Soziotherapeut Hikikomori ist eine der kulturimmanenten psychischen Auffälligkeiten Japans, bei dem Menschen nicht mehr in der Lage sind einen sozial integrierten Alltag zu führen. Meist sind junge Männer betroffen, die sich völlig in eine Computerwelt flüchten und ihr Zuhause (meist noch bei den Eltern) nicht mehr verlassen. Die Teilnehmer:innen sollen die Möglichkeit bekommen, dieses spezielle Krankheitsbild in seiner Entstehung und seinem Auftreten kennenzulernen. Sie sollen außerdem Wissenswertes über den gesellschaftlichen Umgang mit Betroffenen und deren Behandlungsmöglichkeiten erfahren. 10:00–12:45 Uhr (inkl. Pause), beantragte Fortbildungszeit: 2,25 Stunden	3 UE
Gesamtzahl der Fortbildungseinheiten à 45 Minuten:		24 UE

pr050303

Hinweis: Für das Fachprogramm wurde eine Akkreditierung als Fortbildung bei der Psychotherapeutenkammer NRW beantragt. Aktuell liegt noch kein Bescheid der Kammer vor, sodass wir aktuell noch nicht wissen, in welchem Umfang eine Anerkennung erfolgen wird.

Idee und Konzept/Fachliche Leitung: Dr. Dipl.-Psych. Katharina Lotz-Schmitt

Arbeitsschwerpunkte von Dr. Dipl.-Psych. Katharina Lotz-Schmitt:

Psychologische Psychotherapeutin zugelassen mit vollem Versorgungsauftrag in eigener Praxis, Verhaltenstherapie Erwachsene, Klärungsorientierte Psychotherapie (KOP), Beratung und Training im Bereich Notfallpsychologie und betriebliches Gesundheitsmanagement.

Veranstalter:

Dr. Dipl.-Psych. Katharina Lotz-Schmitt

in Kooperation mit



ZENTOURS

Inhaber: Andreas Gasterich
 Motzstraße 53, 10777 Berlin



PsyCura Wirtschaftsdienst GmbH

Geschäftsführer: Dr. Michael Marek
 Große-Leege-Straße 97/97, 13055 Berlin