



**Arbeitsgemeinschaft
für Wissenschaftliche
Psychotherapie
AWP Freiburg**

Kurse 2022

**Dialektisch Behaviorale Therapie (DBT)
für Borderline-Störung**

Leitung: Prof. Dr. Martin Bohus

DBT für komplexe PTBS

Leitung Prof. Dr. Martin Bohus

Mentalisierungs-basierte Therapie (MBT)

Leitung: Prof. Dr. Svenja Taubner

Compassion Focused Therapy (CFT)

Leitung: M. Sc. Miriam Biermann

Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT)

Leitung: Julia Schmelz

Emotions-fokussierte Therapie (EFT)

nach L. Greenberg

Leitung: Dipl. Psych. Stephanie Heinrichs





Die Arbeitsgemeinschaft Wissenschaftliche Psychotherapie Freiburg (AWP) wurde gegründet, um moderne, wissenschaftlich valide Psychotherapie in Deutschland zu verbreiten und damit die psychotherapeutische Versorgung in Deutschland zu verbessern. Deshalb bemühen wir uns, fundierte therapeutische Kompetenz ohne großen Zeitaufwand zu vermitteln. Wir haben uns zum Ziel gesetzt, Mitglieder aller Berufsgruppen, die im Bereich der psychologisch/psychiatrischen Versorgung tätig sind, zu schulen.

Bei der AWP Freiburg unterrichten international anerkannte Therapieentwickler wie Paul Gilbert, Martin Bohus, Svenja Taubner, sowie sorgfältig ausgebildete DozentInnen auf höchstem Niveau. Wir bemühen uns, soweit dies sinnvoll erscheint, neue elektronische Medien in die Schulung mit einzubeziehen. Wir würden uns freuen, wenn einige der sorgfältig ausgewählten Kurse Ihr Interesse finden. Neben den ausgeschriebenen Kursen bieten wir auch gerne ausgewählte Schulungen vor Ort an, und helfen bei der Implementierung von Therapieprogrammen. Aufgrund der Corona-Ereignisse bieten wir auch 2022 die meisten Kurse als „Hybrid-Kurse“ an. Das heißt, Sie können an den Kursen sowohl „live“, als auch mittels Video-Konferenzschaltung teilnehmen. Dies hat sich im Jahr 2021 sehr gut bewährt.

Genauere Angaben und Hintergründe finden Sie auf unserer Web-Site: www.awp-freiburg.de. Selbstverständlich stehen wir auch gerne telefonisch beratend zur Verfügung. Wir bieten Ihnen auch gerne Schulungen und Fortbildungen vor Ort, sowie stationäre Implementierungen und Aufbau von ambulanten Netzwerken an. Soweit nicht anders angegeben, werden für alle Kurse CME-Zertifikation beantragt.

Prof. Dr. Martin Bohus

Dialektisch Behaviorale Therapie (DBT)

Leitung: Prof. Dr. Martin Bohus

Die Dialektisch Behaviorale Therapie (DBT) wurde ursprünglich als störungsspezifisches Behandlungsprogramm für PatientInnen mit Borderline-Störung entwickelt und wird in den neuen S3 Leitlinien für Borderline-Störungen in Deutschland als das wissenschaftlich am besten abgesicherte Behandlungsverfahren empfohlen.



DBT basiert auf klaren Prinzipien und Regeln die gerade bei komplexen Störungsbildern eine gute Orientierung bieten. Je nach Schweregrad der Störung liegt der Schwerpunkt der Behandlung auf der Vermittlung von spezifischen Fertigkeiten (Skills) zur Bewältigung von Krisen oder auf der Verbesserung der Emotionsregulation, des Selbstkonzeptes und der sozialen Interaktion. Methodisch umfasst die DBT ein weites Feld evident-basierter Interventionen, die jeweils auf der Basis individueller Problemanalyse eingesetzt werden können. Diese reichen von Achtsamkeit über Exposition, zu Training der sozialen Interaktion.

In den letzten Jahren wurden neben der Standard-DBT für Borderline-Störungen eine Vielzahl von Anpassungen an andere Störungsbilder wie etwa komplexe PTBS, Abhängigkeitserkrankungen, Essstörungen entwickelt. Zudem liegen erfolgreich evaluierte Adaptationen für Adoleszente BPD PatientInnen sowie für verschiedene Settings vor. Letztere umfassen ein weites Spektrum der psychiatrischen Versorgung von der Akut-Station bis zur therapeutischen Wohngruppe.

Mittlerweile liegen 24 randomisierte, kontrollierte Studien im ambulanten und stationären Bereich vor, die die Wirksamkeit von DBT eindeutig belegen: DBT verbessert die gesamte Psychopathologie, reduziert die Häufigkeit von Selbstschädigungen und von stationären Aufenthalten. Auch die soziale Einbindung, Beruf und Partnerschaft normalisieren sich. Heute gilt die DBT damit als Gold-Standard in der Behandlung komplexer psychischer Störungen der Emotionsregulation. Die AWP Freiburg steht in engem Austausch mit den internationalen Entwicklern der DBT.

Akkreditiert von, und in enger Kooperation mit Marsha Linehan und ihrem Team haben wir vor vielen Jahren uns zum Ziel gesetzt, die DBT im deutschsprachigen Raum zu verbreiten, was uns auch weitgehend gelungen ist. Unser Team besteht aus PsychologInnen, ÄrztInnen und Pflegekräften, die vom Dachverband DBT ausgebildet wurden und Trainer- bzw. Supervisorenstatus erhalten haben.

Gerne stehen wir auch für Schulungen und Fortbildungen vor Ort sowie stationäre Implementierungen und Aufbau von ambulanten Netzwerken zur Verfügung

Standard-DBT für Borderline-Störungen

Menschen mit Borderline-Störungen leiden unter schweren Problemen der Emotionsregulation, des Selbstkonzeptes und der zwischenmenschlichen Interaktion. Die DBT zielt einerseits darauf, Patienten spezifische Fertigkeiten zur Bewältigung dieser Problembereiche zu vermitteln, und die Patienten zu ermutigen, diese Fertigkeiten im Alltag umzusetzen. Andererseits verbessert die DBT die Akzeptanz und die Steuerung von Borderline-spezifischen Problemen im Umgang mit Emotionen und negativem Selbstkonzept.

In der Praxis werden Einzel- und Gruppentherapie sowie Selbsthilfemodule (CD-ROM) unter ambulanten und (teil)stationären Bedingungen kombiniert. Die DBT legt großen Wert auf eine klare Didaktik und eine rasche und einfache Umsetzung in den klinischen Alltag: Wir vermitteln therapeutische Kompetenz mit Hilfe von Videos, Rollenspielen, Handouts, elektronischen Tools und individueller Nacharbeit. Die angebotenen Kurse orientieren sich am Curriculum des Deutschen Dachverbandes DBT (www.dachverband-dbt.de) sowie an den internationalen Standards (ISDBT).

Die Zertifizierung zum DBT-Therapeuten (auch für Pflegeberufe) erfordert u.a. die Teilnahme an sechs zweitägigen Theorie-Kursen, Basis I, Basis II, Basis III, sowie Skills I, Skills II, Skills III. Alle Kurse können entweder einzeln oder auch kompakt bei der AWP Freiburg gebucht werden. Alle DBT-Kurse werden vom Deutschen Dachverband DBT zertifiziert.

Basis- und Skills-Kompaktkurse in Freiburg

Kosten: Präsenzveranstaltungen 4-tägige Kurse: 720,- / Online 640,-

DBT Kompakt I (Basis I und Skills I) – Freiburg

Inhalt: Dieser Kurs vermittelt in vier Tagen die Grundlagen der Borderline-Störung und der DBT inkl. Diagnostik; Psychopathologie; Struktur der DBT; Beziehungsaufbau; Validierungstechniken; Commitment-Strategien; Einführung in das Skills-Training; Achtsamkeit; Stresstoleranz; Zwischenmenschliche Fertigkeiten.

Zielgruppe: Der Kurs ist für Einsteiger aller therapeutischen Berufsgruppen geeignet.

Termine (Kurs an einem der fünf Termine buchbar)

Termine (Kurs an einem der fünf Termine buchbar)	Kurs-Nr.
12.01. – 15.01.2022	DBT 110-22
09.03. – 12.03.2022	DBT 120-22
27.04. – 30.04.2022	DBT 130-22
21.09. – 24.09.2022	DBT 140-22
09.11. – 12.11.2022	DBT 150-22

DBT Kompakt II (Basis II und Skills II) – Freiburg

Inhalt: Dieser Kurs baut auf dem Kurs Kompakt I auf, und vermittelt DBT-spezifische Strategien zur Veränderung dysfunktionalen Erlebens und Verhaltens: Krisenintervention; Kontingenzmanagement; Kognitive Umstrukturierung; Mikroanalysen; Akzeptanz-basierte Techniken; Skills zur Emotionsregulation und Verbesserung des Selbstwerts. **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen, die Kompakt I (oder Basis I und Skills I) besucht haben

Termine (Kurs an einem der drei Termine buchbar)

Termine (Kurs an einem der drei Termine buchbar)	Kurs-Nr.
06.04. – 09.04.2022	DBT 210-22
20.07. – 23.07.2022	DBT 220-22
05.10. – 08.10.2022	DBT 230-22

DBT Kompakt III (Basis III und Skills III) – Freiburg

Inhalt: Dieser Kurs baut auf den Kursen Kompakt I und Kompakt II auf und vertieft die erworbenen Kompetenzen. Wir konzentrieren uns auf Fallkonzeptualisierung; Emotions-Exposition; Regeln des Konsultationsteams; Vermittlung von DBT-Stilistik, sowie typische Fallen und Probleme, die sich in der Einzeltherapie oder im Skills-Training entwickeln. **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen, die Kompakt I und II (oder Basis I und II sowie Skills I und II) besucht haben

Termine (Kurs an einem der zwei Termine buchbar)

Kurs-Nr.

26.10. – 29.10.2022

DBT 310-22

14.12. – 17.12.2022

DBT 320-22

DBT Komplettangebote

Gesamtkosten: Präsenzveranstaltungen 2160,- / Online 1920,-

Kosten Einzelkurse: Präsenzveranstaltungen 360,- / Online 320,-

Die Komplettkurse werden jeweils als geschlossene und damit stabile Kurse angeboten. Das hat den großen Vorteil, dass die KursteilnehmerInnen sich besser kennenlernen und als Gruppe stabil bleiben. Dies ist das ursprüngliche Format, mit dem Marsha Linehan begann, DBT zu implementieren. Sie legte sehr großen Wert auf kontinuierliche Teams – und das hat sich bewährt. In diesem Komplettangebot werden die Inhalte der Kompaktkurse I bis III (Inhalte siehe dort) in relativ kurzer Zeit vermittelt.

DBT – Komplettangebot – Online

Inhalte: Das komplette Programm der Standard-DBT für Borderline-PatientInnen (Basis I, II, III; Skills I, II, III); Siehe unter Kompakt. **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen

Termine

Kurs-Nr.

28.01. – 29.01.22

25.02. – 26.02.22

01.07. – 02.07.22

DBT 100-220

23.09. – 24.09.22

28.10. – 29.10.22

25.11. – 26.11.22

DBT – Komplettangebot in Eltville

Termine

Kurs-Nr.

04.03. – 05.03.22

01.04. – 02.04.22

06.05. – 07.05.22

DBT 200-22

08.07. – 09.07.22

09.09. – 10.09.22

04.11. – 05.11.22

DBT – Komplettangebot in Köln

Termine

Kurs-Nr.

14.01. – 15.01.22

11.03. – 12.03.22

29.04. – 30.04.22

DBT 300-22

11.08. – 12.08.22

08.09. – 09.09.22

10.11. – 11.11.22

NEU: DBT mittwochnachmittags Online

Leitung: Prof. Dr. Martin Bohus · Kosten: 1920,-

Speziell für niedergelassene KollegInnen oder Menschen mit Reiseschwäche bieten wir konsequente 16 Online-Kurse à 6 UE an, immer Mittwochnachmittag von 13:00 bis 18:30 Uhr. Die Kurse werden aufgezeichnet, so dass Sie diese mühelos nachholen können, falls Sie mal einen Nachmittag versäumen:

DBT-Komplettangebot: Mittwochnachmittags Online

Inhalte: Das komplette Programm der Standard-DBT für Borderline-PatientInnen (Basis I, II, III; Skills I, II, III); Siehe unter Kompakt. **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen

Termine

Kurs-Nr.

Beginn am Mittwoch, 12.1.22, Ende am Mittwoch, 27.4.22
jeweils 13:00 Uhr bis 18:30 Uhr

DBT 400-220

DBT – Family-Skills in Freiburg

Leitung: Claudia Trasselli · Kosten: Präsenzveranstaltung 360,-

Menschen mit Borderline-Störungen entfalten sich im sozialen Umfeld und wirkt erheblich auf das soziale Umfeld zurück. Angehörige tragen sicherlich ihren Teil bei zur Entwicklung und Aufrechterhaltung, sie leiden aber oft auch erheblich. Alle Daten zeigen, dass es nicht nur Sinn macht, Angehörige in die Behandlung mit einzubeziehen, sondern auch, diese ganz konkret zu schulen, und Raum zu geben, ihre eigenen Betroffenheit und Ohnmacht zu teilen. Claudia Trasselli hat ein spezifisches Trainingsprogramm für Angehörige und Peers von Borderline-PatientInnen entwickelt und evaluiert - dringend zu empfehlen!

DBT – Family-Skills

Inhalte: Grundannahmen, Transaktionales Modell bei emotionaler Dysregulation, Behandlungsziele, Sicherheit herstellen, Commitment für die Zusammenarbeit, Doppelte Kettenanalysen, DBT Family Skills, klassische DBT-Strategien und spezifische therapeutische Strategien nach Alan Fruzzetti. **Zielgruppe:** Approbierte PsychotherapeutInnen und Kinder- und JugendlichenpsychotherapeutInnen, PsychologInnen, ÄrztInnen, SozialarbeiterInnen, PädagogInnen.

Termine

09.-10.12.22

Kurs-Nr.

DBT 490-22

DBT für Fortgeschrittene: Wie leite ich ein DBT-Team

Leitung: Prof. Dr. Martin Bohus

Kosten: Präsenzveranstaltungen 360,- / Online 320,-

„Die Patientin gehört dem Team“. Dieses von M. Linehan kreierte Schlagwort pointiert eine wesentliche Komponente der DBT: Das Konsultationsteam ist ein eigenständiges und wirksames Behandlungsmodul. Das Team wendet die Prinzipien der DBT auf die TherapeutInnen an, um deren Motivation zu verbessern, ihnen zu helfen, sich am DBT Manual zu orientieren und um Burnout zu verhindern. Ein DBT-Team ist von unschätzbarem Vorteil: Es balanciert zwischen Unterstützung und Veränderung, hilft den TherapeutInnen mit den Eigenheiten der PatientInnen umzugehen und den PatientInnen, mit denen der TherapeutInnen. Das DBT-Team hilft, die eigenen Grenzen zu erkennen und sie notfalls auszuweiten. Es balanciert zwischen Flexibilität und Manultreue und kreierte eine wohlwollende Fehlerkultur. Doch wie sorgt man als TeamleiterIn für ein funktionierendes Klima, wie organisiert man die Agenda, wie geht man mit Spannungen im Team um? Und vor allem: Wie wendet man die Prinzipien und Interventionen der DBT auf das Team an?

Die DBT bietet sehr ausgeklügelte, spannendende und hilfreiche Methodik, die in diesem Seminar gezielt vermittelt und erprobt werden.

Wie leite ich ein DBT-Team

Inhalte: Unter persönlicher Leitung von M. Bohus werden in diesen beiden Tagen zunächst die Grundlagen und Skills der DBT-Teamführung erarbeitet, und im zweiten Teil werden wir viel Zeit haben, an praktischen Beispielen zu üben.

Zielgruppe: Angehende oder erfahrene DBT Team-LeiterInnen und solche, die es werden wollen. Die Grundkenntnisse in DBT werden vorausgesetzt.

Termine

11.02. – 12.02.2022

Kurs-Nr.

DBT 470-22

DBT Skills-basierte Körpertherapie in Freiburg

Leitung: Ilona Brokuslaus

Kosten: Präsenzveranstaltung 360,-

Borderline-PatientInnen haben häufig große Schwierigkeiten, ihren Körper zu akzeptieren, und diesen als Ressource zu nutzen. Körpertherapie ist daher ein wichtiger und integraler Bestandteil der DBT, insbesondere unter stationären Bedingungen. Der Kurs ist sehr praxisbezogen und vermittelt grundlegende Kompetenz in der Körperarbeit mit Borderline-PatientInnen.

DBT Körpertherapie

Inhalte: Grundlagen der Körperarbeit mit Borderline-PatientInnen; Körper-Skills zur Stressregulation; Körper-Skills zur Emotionsregulation; Techniken der Körper-Akzeptanz; Achtsamer Umgang mit dem eigenen Körper. **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen. Basale Kenntnisse zu BPD und DBT sind hilfreich

Termin

25.11. – 26.11.2022

Kurs-Nr.

DBT 460-22

Grundlagen der kognitiven Verhaltenstherapie

Leitung: Dr. Tatyana Reinhardt, Prof. Dr. Petra Ludäscher

Kosten: Präsenzveranstaltungen 540,- / Online 480,-

Die DBT versteht sich als ein schulenübergreifendes Therapieprogramm. Trotzdem, oder gerade deshalb spielen Elemente der kognitiven Verhaltenstherapie eine wichtige Rolle. Das betrifft sowohl das Störungsmodell, als auch Methoden zur Problemanalyse, und zur Veränderung dysfunktionalen Erlebens und Verhaltens. Dieser Kurs vermittelt in drei Tagen sehr praxisnah die „Essentials“ der Verhaltenstherapie für alle, die sich die wesentlichen Strategien und Interventionen der KVT in kompakter Form aneignen wollen. Dieser Kurs wird vom Deutschen Dachverband DBT zertifiziert.

Verhaltenstherapie Grundkurs

Inhalte: Basierend auf den Grundlagen der Lerntheorie werden die Schlüsseltechniken der KVT vermittelt: Verhaltens- und Bedingungsanalysen, Kettenanalysen, Verhaltensveränderung, Verstärkerpläne, Kontingenzmanagement, Expositionsverfahren, Selbstmanagement, Identifikation von dysfunktionalen Kognitionen, Kognitive Umstrukturierung. **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen

Termin in Köln

17.02. – 19.02.2022

Kurs-Nr.

VT 110-22

Termin in Freiburg

07.07. – 09.07.2022

Kurs-Nr.

VT 120-22

DBT für Sozial- und Pflegeberufe (SuP) Kurs in Freiburg

Leitung: Kerstin Papke

Kosten: Präsenzveranstaltung 360,- / Online 320,-

Gerade im stationären und teilstationären Bereich spielen Pflegekräfte in der Vermittlung von DBT eine herausragende Rolle. Sie sind verantwortlich für ein wohlwollendes, unterstützendes aber strukturiertes Klima auf Station. Sie unterstützen die Patientengruppen, Sie motivieren und helfen bei der Krisenintervention, bei der Umsetzung der Skills in den Alltag und der Entlassungsplanung. Dieser praxisorientierte Kurs wird speziell von sehr erfahrenen DBT-Pflegekräften für KollegInnen aus dem pflegerisch-erzieherischen Bereich, sowie für SozialarbeiterInnen und SozialpädagogInnen angeboten.

DBT für Sozial – und Pflegeberufe

Inhalte: Der Schwerpunkt liegt auf spezifischen Co-therapeutischen Kompetenzen im stationären und teilstationären Bereich: Therapeutische Grundhaltung; Team-Kooperation; Motivations- und Validierungsstrategien; Umgang mit Regeln und Regelbrüchen, Umgang mit Dissoziationen, Achtsamkeit, Skillsvermittlung, Bezugsgespräche, Tagebuchkartenbesprechung und auch das Anleiten von Gruppen werden trainiert.

Zielgruppe: Sozial- und Pflegeberufe, die die Kurse DBT Basis I, Skills I oder Kompakt I besucht haben.

Termin

18.03. – 19.03.2022

Kurs-Nr.

DBT 480-20

DBT für Posttraumatische Belastungsstörungen (DBT-PTSD)

DBT für Posttraumatische Belastungsstörungen (DBT-PTSD)

Leitung: Prof. Dr. Martin Bohus

Kosten: Präsenzveranstaltungen 4-tägige Kurse: 720,- / Online 640,-

Die Behandlung der komplexen PTSD nach Missbrauch in Kindheit und Jugend ist eine besondere Herausforderung: Der Umgang mit Intrusionen, Flashbacks, Dissoziation, Selbstverletzung, mit Selbsthass, Schuld, Scham und Ekel erfordert ganz besondere Kompetenzen. Am ZI Mannheim wurde ein spezifisches Behandlungskonzept für komplexe PTBS entwickelt und erfolgreich evaluiert: Zwei große randomisierten Studien zeigten hohe Wirksamkeit und Sicherheit. DBT-PTSD kann sowohl als stationäres Therapieprogramm eingesetzt werden, als auch unter ambulanten Bedingungen.

Die Kurse werden von den Entwicklern der DBT-PTBS gehalten. Die Zertifizierung zum DBT-PTBS Therapeuten durch den Dachverband DBT erfordert die Teilnahme an diesem 4-tägigen Kurs, sowie zwei supervidierte Fälle.

DBT für Posttraumatische Belastungsstörungen (DBT-PTSD)

Inhalte: Diagnostik; Störungsmodell; Motivation; Trauma-Modell; Index-Trauma; Skills zur Krisen-Intervention; Umgang mit Flashbacks und Intrusionen; Negative Grundannahmen; Vorbereitung der Exposition; Skills-basierte Exposition; Radikale Akzeptanz der Vergangenheit; Entfaltung des Lebens. **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen; Erfahrung mit DBT ist hilfreich, aber keine Voraussetzung.

Termine

16.02. – 19.02.2022

09.03. – 06.04.2022

11.05. – 14.05.2022

28.09. – 01.10.2022

16.11. – 19.11.2022

Kurs-Nr.

DBT 410-22

immer mittwochs, 13 – 18:30 Uhr

DBT 420-220

DBT 430-22

DBT 440-22

DBT 450-22



Achtsamkeit in der Psychotherapie (APT)

Leitung: Dr. Elke Max, Dr. Jan Glasenapp

Kosten: Präsenzveranstaltung 720,- zzgl. Unterkunft und Verpflegung abhängig von Buchungszeitraum und Zimmerkategorie am Benediktushof. Weitere Informationen im Internet unter www.awp-freiburg.de

Basierend auf ihrer eigenen spirituellen Erfahrung hat Marsha Linehan in den letzten Jahren Skills-basierte Achtsamkeit für das gesamte Spektrum der Psychotherapie zugänglich gemacht. Damit steht nun erstmals ein praxisbewährtes Behandlungsmodul „Achtsamkeit“ zur Verfügung, das klare Richtlinien und Skills anbietet und dabei flexibel an die individuellen Bedürfnisse der PatientInnen und TherapeutInnen angepasst wird. Der Kurs ist „dual“ organisiert und vermittelt Skills-basierte Achtsamkeit und ein vollständiges Behandlungsmaterial, sowohl in Theorie als auch in eigener meditativer Erfahrung - und das alles an einem ganz besonderen Ort.

Achtsamkeit in der Psychotherapie APT - Benediktushof Holzkirchen

Inhalte: Einführung in die Achtsamkeit und die meditative Praxis; Theorie und Forschungsstand; Didaktik der Skills-basierten Achtsamkeit: Wahrnehmen, Beschreiben; Teilwerden; Selbsterfahrung (Zazen, Sitzen im Stillen), Kinhin- (Gehmeditation). Der Kurs beinhaltet also sowohl die Vermittlung von Theorie, als auch eigene Meditationserfahrung im Sitzen. Letztere beinhaltet auch längere Meditation in der Stille. Kursbeginn am 1. Tag um 16 Uhr, Ende am letzten Kurstag um 13 Uhr. **Zielgruppe:** Alle therapeutisch arbeitenden Berufsgruppen; keine weiteren Voraussetzungen

Termin

10.07. – 15.07.2022

Kurs-Nr.

APT 510-22

Veranstaltungsort:

Benediktushof - Seminar- und Tagungszentrum GmbH
Klosterstraße 10, 97292 Holzkirchen/Unterfranken
Tel.: 09369/98 38-0 · kurse@benediktushof-holzkirchen.de



Benediktushof

Fotos: © Benediktushof



Compassion Focused Therapy

Mitgefühl für sich selbst und andere

Leitung: M. Sc. Miriam Biermann, ZI Mannheim

Die Compassion Focused Therapy (CFT) wurde von Prof. Paul Gilbert entwickelt und findet weltweit hohes Interesse. Compassion, so Gilbert, wird definiert als die „Empfindsamkeit gegenüber eigenem Leid und dem Leid anderer Menschen, verbunden mit dem Streben, dieses Leid zu lindern und Leid vorzubeugen“. Es geht also immer um Wohlwollen und Einfühlungsvermögen sowie um starkes Engagement und Kompetenz. Damit lässt sich dieser Ansatz lückenlos in das von M. Linehan entwickelte Konzept der Balance zwischen Akzeptanz und Veränderung integrieren.

Die CFT wendet sich mit ihrem Ansatz an Menschen, die chronische und komplexe psychische Probleme im Zusammenhang mit niedrigem Selbstwert und Selbstkritik und Scham haben. CFT vermittelt in gut aufgebauten Übungseinheiten die Fertigkeiten, sich Kompetenzen zum Erleben von innerer Ruhe, von Wohlwollen und Freude an sozialer Kooperation anzueignen – Mitgefühl zu entwickeln, sich selbst und anderen gegenüber. CFT stellt ein eigenständiges Behandlungsprogramm dar, die Interventionen können jedoch problemlos auch modular in jede Einzel- oder Gruppentherapie integriert werden. Wir haben ausgezeichnete Erfahrungen gemacht, indem wir die DBT mit CFT Komponenten angereichert haben. Der Kurs vermittelt praxisorientiert den Hintergrund, wesentliche Kernbausteine und Übungen der CFT.

CFT Grundkurse

Kosten: Präsenzveranstaltungen 3-tägige Kurse: 540,- / Online 480,-

CFT, Grundkurs - Freiburg

Inhalte: Evolutionsbiologische Grundlagen; Umgang mit innerem Kritiker; Entwicklung von Compassionate-Self; Umgang mit Scham und Selbsthass. **Zielgruppe:** Einsteiger aller therapeutischen Berufsgruppen

Termine

20.01. – 22.01.2022

05.05. – 07.05.2022

Kurs-Nr.

CFT 110-22

CFT 120-22

CFT Aufbaukurs

Kosten: Präsenzveranstaltung 2-tägiger Kurse: 360,- / Online 320,-

CFT, Aufbaukurs - Freiburg

Inhalte: Im Aufbaukurs werden die Themen Barrieren für Compassion und Umgang mit Scham vertieft sowie anhand ausgewählter Therapiesituationen CFT Techniken aus dem Grundkurs geübt. Eigene Fälle der TeilnehmerInnen sind willkommen.

Zielgruppe: Alle therapeutischen Berufsgruppen, Teilnahme an Grundkurs wird vorausgesetzt.

Termine

04.03. – 05.03.2022

01.07. – 02.07.2022

Kurs-Nr.

CFT 210-22

CFT 220-22



Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT)

Leitung: Julia Schmelz

Kosten 2-tägige Kurse: Präsenzveranstaltungen 360,- / Online 320,-

Die Akzeptanz und Commitment Therapie (ACT) wurde von Steven Hayes entwickelt und versteht sich als ein Therapiemodell, das nicht die Symptome einzelner psychischer Störungen behandelt, sondern dem Patienten Fertigkeiten vermittelt, um dezidiert mit der bestehenden Symptomatik umzugehen und dabei die eigene Verhaltensflexibilität und werteorientiertes Handeln im Alltag zu fördern. Damit stellt ACT ein prototypisches Verfahren der sogenannten Dritten Welle der Verhaltenstherapie dar. Wirksamkeitsstudien zeigen eindrucksvoll, dass diese Fertigkeiten zum Rückgang der psychischen Symptomatik führen, ohne dass diese in jedem Fall einer expliziten Thematisierung bedürfen. ACT versucht die zwei wesentlichen Dimensionen der Psychotherapie „Akzeptanz“ und „Veränderung“ auszubalancieren: Zahlreiche sehr eingängige Übungen fördern die Toleranz auch für höhere Erlebnisintensität unangenehmer Emotionen, verbessern die Achtsamkeit für das Erleben des Augenblicks, fördern wohlwollende Distanz gegenüber seinen eigenen Gedanken und Gefühlen, sowie helfen, sich seiner persönlichen Werte bewusst zu werden und diese auch im Alltag umzusetzen- trotz aller Hindernisse.

ACT Grundkurs - Freiburg

Inhalte: Der Grundkurs vermittelt praxisorientiert die wesentlichen Kernbausteine und Interventionen aus ACT: Gegenwärtigkeit, Wertearbeit und werteorientiertes Handeln, Beobachterselbst, kognitive Entstrickung sowie die Förderung von Akzeptanz und Bereitschaft. **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen.

Termine	Kurs-Nr.
04.02. – 05.02.2022	ACT 110-22
20.05. – 21.05.2022	ACT 120-22
15.07. – 16.07.2022	ACT 130-22

ACT Aufbaukurs - Freiburg

Inhalte: Im Aufbaukurs werden die einzelnen Prozesse und die Arbeit mit der Fallkonzeptionalisierung vertieft sowie schwierige Therapiesituationen thematisiert. **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen. Voraussetzung ist die Teilnahme an einem ACT Grundkurs

Termin	Kurs-Nr.
14.10. – 15.10.2022	ACT 210-22



Mentalisierungsbasierte Therapie (MBT) für Persönlichkeitsstörungen

Leitung: Prof. Dr. Svenja Taubner, PD Dr. med. Sebastian Euler

Mentalisieren ist die Fähigkeit, sich auf innerpsychische (mentale) Zustände (wie z.B. Gedanken, Gefühle, Wünsche, Bedürfnisse) von sich selbst und anderen zu beziehen, diese als dem Verhalten zugrundeliegend zu begreifen und darüber nachdenken zu können. Mentalisieren stellt eine Entwicklungserrunggenschaft dar, die sich innerhalb der ersten 4 bis 5 Lebensjahre durch die Erfahrung des Kindes entwickelt, sich als denkendes und fühlendes Wesen erleben zu können. Voraussetzung dafür sind Spiegelungsprozesse und das „Spiel mit der Realität“ des Kindes im Rahmen sicherer Bindungsbeziehungen. Als schulenübergreifendes und transdiagnostisches Konzept bildet Mentalisieren die Grundlage der Mentalisierungsbasierten Therapie (MBT). Die MBT ist ein evidenzbasiertes Psychotherapieverfahren, das als Einzel- und Gruppentherapie Anwendung findet. MBT wurde für Borderline- und andere Persönlichkeitsstörungen entwickelt, eignet sich für die ambulante, teilstationäre und stationäre Behandlung auch von Patientinnen und Patienten mit anderen psychischen Erkrankungen. Für die Borderline-Persönlichkeitsstörung ist die MBT evidenzbasiert und wird von sämtlichen Leitlinien inklusive der deutschen S3 Leitlinie als Behandlungsverfahren erster Wahl empfohlen. Haltung und Technik der MBT zielen darauf ab, Mentalisieren in einem sicheren Bindungskontext unter sorgfältiger Balance des affektiven Erregungsniveaus (wieder-) herzustellen bzw. aufrechtzuerhalten. Der Fokus liegt auf interpersonellen Situationen innerhalb und außerhalb der Therapie und die Elaboration und Fokussierung der erlebten Affekte. Der Therapeut ist dabei authentisch erlebbar und stellt seinen eigenen mentalen Prozess für die gemeinsame Reflexion zur Verfügung.

MBT-Basis-Training

Kosten: Präsenzveranstaltungen 3-tägige Kurse: 590,- / Online 530,-

MBT Basiskurs – Freiburg

Inhalte: Einführung in das Mentalisierungs-konzept, das Störungsmodell und Störungsdiagnostik der MBT von Persönlichkeitsstörungen, die MBT-spezifische Haltung und Technik zur Förderung von Mentalisieren. Das Psychoedukations- und Gruppenkonzept der MBT werden vorgestellt. Der Transfer in die Praxis bildet einen wichtigen Bestandteil des Kurses. **Zielgruppe:** Einsteiger aller therapeutischen Berufsgruppen

Termine

23.06. – 25.06.2022

Kurs-Nr.

MBT 01-22

MBT-Practitioner Training

Kosten: Präsenzveranstaltungen 2-tägige Kurse: 390,- / Online 350,-

MBT Practitioner Training– Freiburg

Inhalte: Dieser Kurs vertieft das Basistraining hinsichtlich der Anwendung der MBT in der Praxis. Der Kurs führt in MBT-spezifische Krisenpläne, individuelle Fallkonzeption und den Umgang mit den Kernsymptomen von Persönlichkeitsstörungen ein. Teilnehmer lernen das Adhärenz- und Kompetenzrating der MBT kennen und wenden dies auf eigene Fälle an. Der Transfer in die eigene Arbeit steht im Kurs im Vordergrund.

Zielgruppe: Alle therapeutischen Berufsgruppen, Teilnahme am MBT- Basistraining wird vorausgesetzt.

Termin

01.12. – 02.12.2022

Kurs-Nr.

MBT 03-22

MBT-Practitioner Training Adoleszenz

Kosten: Präsenzveranstaltungen 3-tägige Kurse: 590,- / Online 530,-

MBT-Practitioner Training Adoleszenz

Inhalte: Dieser Kurs vertieft die MBT-Techniken des Basistrainings und baut auf diesen auf für die Anwendung bei Adoleszenten. Schwerpunkt sind die besonderen Herausforderungen und Potentiale in der Therapie mit Adoleszenten. Der Kurs führt in MBT-spezifische Krisenpläne, individuelle Fallkonzeption und funktionelle Analyse von Kernsymptomen ein (z. B. Selbstverletzung). Ein weiterer Schwerpunkt ist die MBT bei Familien. TeilnehmerInnen lernen ein Adhärenz- und Kompetenzrating der mentalisierungsbasierten Therapie kennen und wenden dies auf eigene Fälle an.

Zielgruppe: Alle therapeutischen Berufsgruppen, Teilnahme am MBT-Basistraining wird vorausgesetzt.

Termine

07.09. – 09.09.2022

Kurs-Nr.

MBT 02-22

Emotionsfokussierte Therapie (EFT) nach L. Greenberg

Leitung: Dipl. Psych. Stephanie Heinrichs, Dipl. Psych. Melanie Read

Die Emotionsfokussierte Therapie (EFT) nach Leslie S. Greenberg ist ein wissenschaftlich fundiertes Therapieverfahren, bei welchem das Bewusstsein, die Akzeptanz, das Verstehen und die Veränderung der Emotionen im Zentrum stehen. Im Workshop wird der Schwerpunkt daraufgelegt, wie ein Patient Zugang zu seinem emotionalen Erleben, vor allem zu schmerzhaften Emotionen wie Scham, Traurigkeit und Angst, gewinnt und wie er dysfunktionale Emotionen verändern kann, mit dem Ziel, seine emotionale Kompetenz zu verbessern. Dadurch wächst die Fähigkeit eines Patienten, seine Probleme anzugehen. Das Therapiemodell der EFT wird mit einigen ihrer wichtigen Interventionstechniken vorgestellt und in Kleingruppen geübt (Zwei-Stuhl-Technik, Leere Stuhl-Technik).

Methoden: Referate zur Vermittlung der theoretischen Grundlagen sowie der Interventionsprinzipien. Demonstration von Interventionen an Videobeispielen. Arbeit in Kleingruppen unter Anleitung.

Einführungskurse EFT

Kosten: Präsenzveranstaltungen 2-tägige Kurse: 360,- / Online 320,-

Einführung in die Emotionsfokussierte Therapie (EFT) – Freiburg

Inhalte: Theoretische Grundlagen der EFT, Fähigkeit, die Emotionstypen (primär adaptive, primär maladaptive, sekundäre Emotionen) zu unterscheiden, EFT-typische Interventionen. **Zielgruppe:** PsychotherapeutInnen; Bereitschaft zu Selbsterfahrung ist nicht Bedingung, wäre aber günstig.

Termine

01.04. – 02.04.2022

21.10. – 22.10.2022

Kurs-Nr.

EFT 01-22

EFT 02-22

**Die Arbeitsgemeinschaft
Wissenschaftliche Psychotherapie Freiburg (AWP)**

bietet praxisorientierte Fortbildung
in wissenschaftlich fundierter Psychotherapie.

Unser Programm richtet sich an:

- Psychologische und Ärztliche PsychotherapeutInnen
- Pflegepersonal, ErzieherInnen
- SozialarbeiterInnen und KörpertherapeutInnen

**2022 bieten wir folgende wissenschaftlich fundierte
psychotherapeutische Verfahren an:**

- Dialektisch Behaviorale Therapie (DBT)
- DBT für komplexe PTBS (DBT-PTBS)
- Achtsamkeit in der Psychotherapie (APT)
- Akzeptanz und Commitment-Therapie (ACT)
- Compassion Focused Therapy (CFT)
- Mentalisierungsbasierte Therapie (MBT)
für Persönlichkeitsstörungen
- Emotionsfokussierte Therapie (EFT)

**Alle Kurse werden aufgrund der wechselhaften Corona-Situation
als Hybrid-Kurse angeboten: Sie können wählen zwischen
Präsenz-Teilnahme und Video-Konferenz-Teilnahme (Online).**

**Die Kurse werden nach den Fortbildungsrichtlinien
der jeweiligen Dachverbände anerkannt:**

- Deutscher Dachverband DBT (DDBT)
- CME-Zertifizierung aller Kurse
durch Ärzte- und Psychotherapeutenkammern.

Alle Informationen finden sie auch online unter:

www.awp-freiburg.de



**Arbeitsgemeinschaft
Wissenschaftliche Psychotherapie (AWP)**

Postadresse: Salzstraße 20, 79098 Freiburg
Zugang: Grünwälderstraße 17, 79098 Freiburg
Tel.: 07 61 / 600 8207 · Fax: 07 61 / 600 8208
E-Mail: info@awp-freiburg.de