

Medizin, Therapie, multiprofessionelles Team Fortbildungen

Sie befinden sich hier:

Fortbildung

Medizin, Therapie und multiprofessionelles Team

Training Emotionaler Kompetenzen (TEK)

Termin

16.04. - 17.04.2018

Weitere Termine siehe unten!

Referent_innen

Seminarnummer

181-14

Kursgebühr

420,00 €

Inhalt:

Die Fähigkeit, konstruktiv mit verschiedenen belastenden Gefühlen umzugehen, ist zentral für die Sicherung der intrapsychischen Funktionen und somit Voraussetzung für die effektive Auseinandersetzung mit der Umwelt. Häufig begegnen wir PatientInnen, die Schwierigkeiten haben, die eigenen emotionalen Reaktionen wahrzunehmen, sie richtig einzuordnen, sie zu akzeptieren und auszuhalten, oder sie positiv zu beeinflussen. Die Beeinträchtigung dieser Fähigkeiten stellt ein bedeutsames Risiko für die Entwicklung und Chronifizierung psychischer Probleme und Störungen dar. Im deutschsprachigen Raum gab es bislang kein ausreichend fundiertes Training mit dem diese Defizite systematisch genug therapiert werden können. Vor diesem Hintergrund wurde von Professor Berking an der Universität Bern das Training Emotionaler Kompetenzen (TEK) entwickelt. Während die meisten Menschen die unangenehmen und auf Dauer verletzenden Gefühle – verständlicherweise – einfach schnell herunter- oder wegregulieren wollen, setzt das TEK entscheidende Schritte früher an:

Das wirklich Besondere beim TEK ist:

- Die Idee mehrere, meist notwendige Schritte (Basiskompetenzen 1-6), vor das Regulieren

verletzender Gefühle, vor zu schalten.

- Der Ansatz, dass das Regulieren von Gefühlen ('in Ruhe') konsequent geübt wird und bei entsprechenden Übungserfolgen mit Hilfe von erworbenen Kurzformeln in schwierigen Situationen umgesetzt werden kann.
- Der besondere Charme und die nachgewiesene Effektivität, die das TEK dadurch bekommt, dass sich die Basiskompetenzen u. a. aus den Erkenntnissen moderner Hirnforschung und moderner Psychotherapieansätze (z.B. Achtsamkeitsbasierte Techniken) herleiten.

Im ersten Teil des Gruppentrainings werden den Teilnehmenden die wichtigsten theoretischen Hintergründe vorgestellt und dargelegt, welche Folgerungen sich daraus für die therapeutische Praxis ergeben. Als Grundlage dienen dabei die aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse, wie sie die moderne Hirnforschung zur Verfügung stellt, aber auch evolutionsbiologische Hintergründe. Das Vermitteln dieser konkreten Modelle wird in der Regel von den Kursteilnehmern als sehr hilfreich und motivierend zugleich beschrieben.

Im zweiten, praxisorientierten Teil des Kurses werden für die Patienten konkrete Anleitungen zur Durchführung des Trainings gegeben. Dabei kommen neben dem Austausch in der Gruppe, dem schrittweisen Erarbeiten von Basiskompetenzen auch gemeinsame Übungen zur Anwendung. Für das tägliche Üben der entsprechenden Kompetenzen werden eine Vielzahl moderner Hilfen zur Verfügung gestellt wie z. B. Schriftliche Unterlagen, Schaubilder, Hör-CDs, tägliche SMS und Übungspläne.

Für wen ist das Training gedacht? Der Indikationsbereich des TEK ist sehr breit. Besondere und spezifische Bedeutung hat das Verfahren bei allen Störungen, bei denen die Emotionsregulationsstörung das primäre Symptom darstellt, wie:

- alle Arten von Depressionen
- alle Arten von Angsterkrankungen
- Störungen der Impulskontrolle

Darüber hinaus ist das TEK auch bei anderen Störungsbildern hilfreich, bei denen es aufgrund einer Störung im Bereich der Emotionsverarbeitung zur Ausprägung einer Erkrankung kommt wie z. B.:

- Suchterkrankungen
- Zwangserkrankung
- Somatisierungsstörungen

Dabei sollte das Training immer Bestandteil eines umfassenden Behandlungsplans sein, bei dem je nach Bedarf auch störungsspezifische Interventionen eingesetzt werden.

Ziele:

Die Teilnehmenden werden befähigt, in unterschiedlichen Settings (z.B. ambulant oder stationär) ein TEK zu planen, durchzuführen und zu evaluieren. Sie erhalten ein umfangreiches Manual als Handout.

Methoden:

Präsentation, Diskussion, gemeinsames Üben in der Gruppe, Einzel-, Paar- und Gruppenarbeit, Selbststudium, Handouts, Audio-CDs und Handbuch.

Zertifizierung:

Für das Seminar werden bei der LPK Fortbildungspunkte beantragt.

Zielgruppe

Das Seminar wendet sich an alle Mitarbeiter des therapeutischen Teams und insbesondere an motivierte Gesundheits- und Krankenpfleger, Ärzte, Psychologen, Sozialdienstmitarbeiter und

Heilerziehungspfleger

Maximale Teilnehmerzahl

16

Termine / Folgeseminare

16.04.-17.04.2018

9.00-17.00 Uhr

Referent_innen

Sie haben Fragen?



Inga Weise

Bildungsreferentin

Telefon: 06222 55-2752

inga.weise@akademie-im-park.de