

# Medizin, Therapie, multiprofessionelles Team Fortbildungen

Sie befinden sich hier:

Fortbildung

Medizin, Therapie und multiprofessionelles Team

## Training Emotionaler Kompetenzen (TEK)

### Termin

10.06.-11.06.2024

Weitere Termine siehe unten!

### Referent\_innen

Anke Neufeld

[WEITERE INFORMATIONEN](#)

Johann Neufeld

[WEITERE INFORMATIONEN](#)

### Seminarnummer

241-10

### Kursgebühr

460,00 €

### 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 Patient\*innen, 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 1-7), vor das Regulieren verletzender Gefühle vorzuschalten.
- 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.
- Das TEK besitzt eine nachgewiesene Effektivität, u.a. weil es Erkenntnisse der Hirnforschung und moderner Psychotherapieansätze einbezieht.

Zunächst werden auf der Grundlage aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse die wichtigsten theoretischen Hintergründe vorgestellt. Im zweiten, praxisorientierten Teil des Kurses werden Sie für Ihre Patient\*innen konkrete Anleitungen zur Durchführung des Trainings erhalten. 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 unterschiedliche Hilfsmittel zur Verfügung gestellt. Sie erhalten umfangreiches Arbeitsmaterial inkl. Handbuch, Audioübungen und Arbeitsblätter.

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.

## Methoden

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

## Zertifizierung

Für das Seminar werden von der LPK 20 Fortbildungspunkte angerechnet.

## Zielgruppe

Das Seminar wendet sich an alle Mitarbeitende des therapeutischen Teams und insbesondere an motivierte Gesundheits- und Krankenpfleger\*innen

## Maximale Teilnehmerzahl

## Termine / Folgeseminare

10.06.-11.06.2024

9.00 - 17.00 Uhr

## Referent\_innen



**Anke Neufeld**

Fachkrankenschwester für Psychiatrie;  
Soziotherapeutin, Zertifizierte  
Trainerin für das Training emotionaler  
Kompetenzen nach Prof. Dr. Berking



**Johann Neufeld**

Pflegedienstleiter einer ambulanten  
psychiatrischen Pflegeeinrichtung,  
Fachkrankenpfleger für Psychiatrie

## Sie haben Fragen?



**Inga Weise**

Bildungsreferentin

Telefon: 06222 55-2752

[inga.weise@akademie-im-park.de](mailto:inga.weise@akademie-im-park.de)