

Kursleitung

Holger Thiel

Fachkrankenpfleger für Psychiatrie, Zertifizierter Trainer für Trainer nach Prof. M. Berking, Rhein-Mosel Fachklinik Andernach

Teilnehmerkreis

alle Berufsgruppen

Teilnehmerzahl

20 Personen

Termin

Mittwoch, 05.06.2019, 12:30 Uhr bis
Freitag, 07.06.2019, 13:00 Uhr

Kursgebühr

420,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung
320,00 € inkl. Verpflegung

Anmeldung und Information

Bildungswerk Irsee
Klosterring 4
87660 Irsee

Tel.: +49 (0)8341 906-608 oder -604
Fax: +49 (0)8341 906-605
E-Mail: info@bildungswerk-irsee.de



Veranstaltungsort

Kloster Irsee
Schwäbisches Tagungs- und Bildungszentrum
Klosterring 4
87660 Irsee
Tel.: +49 (0)8341 906-00

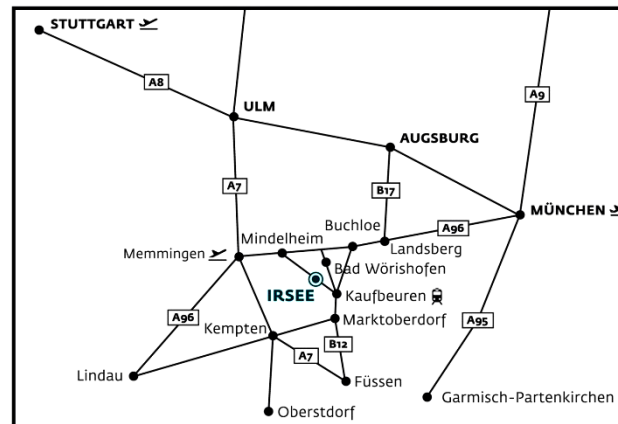
Sie erreichen Kloster Irsee

mit dem Auto

Von Norden wie von Süden über die A7 Ulm-Kempten, bei Memmingen auf die A96 Richtung München bis zur Ausfahrt Bad Wörishofen, hier Richtung Kaufbeuren.
Von München und Augsburg aus in einer Stunde über die A96. Ab Ausfahrt Jengen/Kaufbeuren weiter auf der B12 bis zur Ausfahrt Germaringen/Neugablonz/Pforzen/Irsee.

mit der Bahn

Das von Irsee 7 km entfernte Kaufbeuren verfügt über günstige Zugverbindungen von und nach Augsburg, München und Zürich.



Stand: 11.03.2019

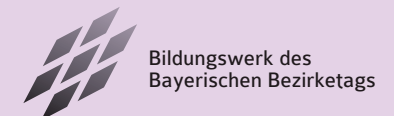
Bildungswerk Irsee

www.bildungswerk-irsee.de

Training emotionaler Kompetenzen (TEK)

Kurs 15/19

05.06.2019 - 07.06.2019
Kloster Irsee



Allgemeinpsychiatrie

Training emotionaler Kompetenzen (TEK) (Kurs 15/19)

Die Fähigkeit, konstruktiv mit belastenden Gefühlen umzugehen, ist zentral für die Sicherung der intrapsychischen Funktionen und Voraussetzung für die effektive Auseinandersetzung mit der Umwelt.

Während die meisten Menschen unangenehme und verletzende Gefühle möglichst schnell herunter- oder wegregulieren wollen, setzt TEK (Prof. Berking, Universität Bern) weit früher an.

Es beruht darauf,

1. mehrere, meist notwendige Schritte (Basiskompetenzen 1 - 6) dem Regulieren verletzender Gefühle vorzuschalten

2. das Regulieren von Gefühlen ("in Ruhe") konsequent zu üben, um in schwierigen Situationen Kurzformeln einsetzen zu können

3. den wissenschaftlichen Nachweis der Effekte durch die Erkenntnisse moderner Hirnforschung und Psychotherapie (z.B. achtsamkeitsbasierte Techniken) zu sichern.

TEK ist besonders geeignet bei Emotionsregulationsstörung als primärem Symptom (Depressionen, Angsterkrankungen, Störungen der Impulskontrolle) und bei Erkrankungen mit einer Störung im Bereich der Emotionsverarbeitung (z.B. Sucht-, Zwangserkrankung sowie Somatisierungen).

Themen und Inhalte

- Theoretische Hintergründe – biologisches und evolutionäres Modell
- Konzept zum konstruktiven Umgang mit Stress und negativen Gefühlen
- Vermittlung der 7 Basiskompetenzen
- Eine Euthymieeinheit
- Moderationstechniken bei der Wissensvermittlung

Mittwoch, 05.06.2019

- 12:30 Uhr **Begrüßung** im Foyer
Dr. Stefan Raueiser
Leiter Bildungswerk
Mittagessen
- 14:00 Uhr Defizite im konstruktiven Umgang mit Emotionen
Zielstellung und Aufbau des Manuals
Für wen ist das Training gedacht?
- 15:30 Uhr Kaffeepause
- 16:00 Uhr Das Berner Emotionsmodell
Implikationen für die Praxis
Einstieg in den Theorieteil
- 18:00 Uhr Abendessen

Donnerstag, 06.06.2019

- 07:00 Uhr Frühstück
- 09:00 Uhr Theorieteil 2
Basiskompetenz 1 und 2
- 10:30 Uhr Kaffeepause
- 11:00 Uhr Basiskompetenz 3
- 12:30 Uhr Mittagessen
- 14:00 Uhr Die Relevanz des Übens
Euthymie
- 15:30 Uhr Kaffeepause
- 16:00 Uhr Basiskompetenz 4
- 18:00 Uhr Abendessen

Freitag, 07.06.2019

- 07:00 Uhr Frühstück
- 09:00 Uhr Basiskompetenz 5
Basiskompetenz 6
- 10:30 Uhr Kaffeepause
- 11:00 Uhr Basiskompetenz 5
Basiskompetenz 6
- 12:30 Uhr Mittagessen

(Änderungen vorbehalten)

Hinweise:

Schriftliche Unterlagen, Schaubilder, Hör-CD's und Übungspläne werden ausgegeben.

Die Unterrichtseinheiten dieses Seminars können nach der Weiterbildungsordnung für die Ärzte in Bayern für den Erwerb der Zusatzbezeichnung „Psychotherapie“ angerechnet werden auf die geforderten 120 Stunden theoretische Weiterbildung.