DGVT FW
DGVT Fort- und Weiterbildung

Prokrastination und Depression	
Kurzbeschreibung	Dysfunktionales Aufschiebeverhalten (Prokrastination) bezeichnet den absichtlich verspäteten Anfang oder das absichtlich verspätete Beenden einer wichtigen Aufgabe (McCown und Roberts, 1994). Im Rahmen der Klinischen Psychologie gewinnt das Konstrukt der Prokrastination an Bedeutung, indem es als Ursache oder Folge von depressiver Symptomatik, negativem Selbstbild, sozialer Angst oder auch einem Mangel an Zufriedenheit mit dem Leben auftreten kann und mit Einschränkungen der Selbstregulationskompetenz einhergeht. Komorbidität zwischen Prokrastination und Depression oder depressiver Symptomatik tritt dabei besonders häufig auf. Oft ist es auch schwer zu erkennen, was zuerst war. Depressive Symptomatik, z.B. Erschöpfung und Hilflosigkeit, können zum Aufschieben der Konfrontation mit alltäglichen Problemen führen, was Schuldgefühle und Gefühle von Wertlosigkeit verstärkt. Ebenso können ein Berg unerledigter Pflichten, niedrige Leistungen und finanzielle oder soziale Probleme, die die chronische Prokrastination verursachen kann, auch eine depressive Symptomatik zur Folge haben. In dem Seminar werden wir die Äußerung der Prokrastination bei depressiven Patient*innen beleuchten, sowie die Interventionsmethoden für die spezifische Prokrastinations-Symptomatik vorstellen. Unsere Vorgehensweise ist dabei praxisorientiert und bindet die Teilnehmer*innen aktiv in das Seminar ein.
Zielgruppe	Psycholog*innen, Psychotherapeut*innen und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut*innen
Lernziele	• Prokrastinationskonzept verstehen und differenzieren können • Methode zur Überwindung der Prokrastination
Wesentliche Inhalte/Themen	• Konzept: Was ist Prokrastination? Wie tritt sie auf? • Komorbidität von Prokrastination und Depression • Interventionsmethoden: Psychoedukation, Tagesplanung, kognitive Umstrukturierung, paradoxe Intervention
Methoden	Theoretische Inputs unter Zuhilfenahme einer PowerPoint Präsentation; Fallvorstellung; Fallarbeit; Rollenspiel
Referent*in	Dr. Solange Otermin, Dipl.-Psych; Zaragoza/Spanien

Information und Anmeldung
Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie (DGVT) e.V. Fort- und Weiterbildung
Postfach 13 43, 72003 Tübingen; ☎ 07071 94 34-34 🖷 07071 94 34-35
E-Mail: fortbildung@dgvt.de; Internet: www.dgvt-fortbildung.de
Sprechzeiten: Di. und Do.: 09:00 – 12:00 Uhr; Di. und Mi.: 14:00 – 15:30 Uhr

Kursnummer	66256
Veranstaltungsort	Online über die Plattform „Zoom“
Voraussetzungen	Computer/Laptop mit stabilem Internetzugang, Lautsprecher, Webkamera und Mikrofon bzw. Headset
Termin	16. – 17. April 2027
Umfang	Das Web-Seminar umfasst 10 Unterrichtseinheiten (UE).
Zeiten	Freitag: 15:30 Uhr – 18:30 Uhr (Check-in um 15:15 Uhr) Samstag: 09:00 Uhr – 14:00 Uhr
Teilnahmegebühren	159,- Euro DGVT-Mitglied Frühbucherpreis bis 19. März 2027: 149,- Euro 212,- Euro Nicht-Mitglied Frühbucherpreis bis 19. März 2027: 197,- Euro
Stichwort	Prokrastination & Depression Online 27

Information und Anmeldung
Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie (DGVT) e.V. Fort- und Weiterbildung
Postfach 13 43, 72003 Tübingen; ☏ 07071 94 34-34 🖷 07071 94 34-35
E-Mail: fortbildung@dgvt.de; Internet: www.dgvt-fortbildung.de
Sprechzeiten: Di. und Do.: 09:00 – 12:00 Uhr; Di. und Mi.: 14:00 – 15:30 Uhr