

## Seminarreihe „Moderne KVT“

### Verfahren und Methoden als Erweiterung der Kognitiven Verhaltenstherapie

Einführung in das Training emotionaler Kompetenzen (TEK)	
<b>Kurzbeschreibung</b>	<p>Das Training emotionaler Kompetenzen nach Prof. M. Berking (kurz: TEK) ist ein Intensivprogramm zur Verbesserung der Stress-, Selbstwert und Emotionsregulation, dass sowohl im Einzel- als auch im Gruppensetting angewendet werden kann.</p> <p>Die emotionale Kompetenz wird durch die Vermittlung folgender Bausteine gefördert: Wissen über Entstehung und Funktionen von Emotionen, Muskel- und Atementspannung, Bewertungsfreie Wahrnehmung, Akzeptanz und Toleranz, Selbstunterstützung, Analyse und Regulation von Emotionen.</p> <p>Im Workshop wird darüber hinaus darauf eingegangen, wie man eine positive Gruppendynamik fördert und schwierige Patient*innen integrieren kann.</p>
<b>Zielgruppe</b>	Psychotherapeut*innen, Ärzt*innen
<b>Lernziele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vertraut werden mit dem TEK-Manual</li> <li>• Erhöhung der Kompetenz Emotionen bei Klient*innen differenziert analysieren und regulieren zu können</li> </ul>
<b>Wesentliche Inhalte/Themen</b>	<p>Das „Training emotionaler Kompetenzen“ wurde an der Universität Bern auf der Grundlage wissenschaftlicher Erkenntnisse von Professor Dr. Matthias Berking entwickelt. Die positive Wirkung ist wissenschaftlich mehrfach bestätigt.</p> <p>Das Training emotionaler Kompetenzen umfasst folgende aufeinander aufbauende Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wissensvermittlung im Bereich Entstehung und Funktion von Stress und Emotionen</li> <li>• Vermittlung von Entspannungstechniken</li> <li>• Techniken zur bewertungsfreien Wahrnehmung von Emotionen</li> </ul>

#### 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](mailto:fortbildung@dgvt.de); Internet: [www.dgvt-fortbildung.de](http://www.dgvt-fortbildung.de)  
 Sprechzeiten: Di. und Do.: 09:00 – 12:00 Uhr; Di. und Mi.: 14:00 – 15:30 Uhr

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniken zur Steigerung der Akzeptanz- und Toleranzfähigkeit von Emotionen</li> <li>• Übungen zur Erhöhung des Selbstwertes</li> <li>• Übungen zur Erhöhung der Selbstfürsorge und gesundheitsfördernder Verhaltensweisen</li> <li>• Einübung differenzierter Emotionsanalysen</li> <li>• Vermittlung emotionaler Regulationsstrategien</li> </ul> <p>Da für die Arbeit mit Emotionen die therapeutische Beziehung und positive Gruppenatmosphäre von besonderer Bedeutung ist, werden im Workshop zusätzlich Tipps zu deren Gestaltung vermittelt.</p>
<b>Methoden</b>	Theorie, Fallbeispiele, Demonstrationen, Rollenspiele, Plenumsdiskussionen
<b>Referent*in</b>	Frauke Niehues
<b>Kursnummer</b>	62236_7
<b>Veranstaltungsort</b>	Online über die Plattform „Zoom“
<b>Termin</b>	27.-28. Oktober 2023
<b>Umfang</b>	Das Themenseminar umfasst 16 Unterrichtseinheiten (UE).
<b>Zeiten</b>	Freitag: 13:00 Uhr – 19:00 Uhr Samstag: 09:00 Uhr – 18:30 Uhr
<b>Teilnahmegebühren</b>	204,- Euro DGVT-Mitglied Frühbucherpreis bis 29. September 2023: 189,- Euro 244,- Euro (Nicht-Mitglied) Frühbucherpreis bis 29. September 2023: 224,- Euro
<b>Stichwort</b>	Moderne KVT München 22-23

#### 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](mailto:fortbildung@dgvt.de); Internet: [www.dgvt-fortbildung.de](http://www.dgvt-fortbildung.de)  
 Sprechzeiten: Di. und Do.: 09:00 – 12:00 Uhr; Di. und Mi.: 14:00 – 15:30 Uhr