

Selbstfürsorge für Psychotherapeut*innen	
<b>Kurzbeschreibung</b>	<p>Selbstfürsorge korreliert eng mit der Beruhigung unseres psychischen und physischen Systems. Es können zum einen organisatorisch-strukturelle Änderungen wie auch die Modifikation unseres kognitiven Stils persönliche Erleichterung verschaffen. Aber auch die Art und Weise wie wir mit emotionalen Belastungen und unseren körperlichen Bedürfnissen umgehen hat Auswirkungen auf persönliches Wohlbefinden, Resilienz und Stabilität.</p> <p>Im Workshop lernen wir strukturelle Möglichkeiten, kognitive Strategien und emotional-selbstfürsorgliche Methoden sowie körperorientierte Interventionen kennen, die wir sowohl bei uns selbst anwenden als auch unseren Klient*innen vermitteln können. Neben einem Teil der Wissensvermittlung enthält der Workshop praktische und Selbsterfahrungselemente. Bitte hierzu eine Decke oder Matte mitbringen.</p>
<b>Zielgruppe</b>	Psychotherapeut*innen und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut*innen
<b>Lernziele</b>	Selbstfürsorge in und außerhalb der Arbeit
<b>Wesentliche Inhalte/Themen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexion des eigenen Verhaltens und der subjektiven Belastung</li> <li>• Kennenlernen von Selbstfürsorgemöglichkeiten</li> <li>• Selbsterfahrung</li> </ul>
<b>Methoden</b>	Kognitive, imaginative und körperorientierte Methoden
<b>Referent*in</b>	Silvia Höfer, Dipl.-Päd., Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin; Reutlingen
<b>Kursnummer</b>	65914
<b>Veranstaltungsort</b>	Stuttgart
<b>Termin</b>	25. – 26. Oktober 2024
<b>Umfang</b>	Das Themenseminar umfasst 18 Unterrichtseinheiten (UE).
<b>Zeiten</b>	<p>Freitag: 11:00 Uhr – 21:00 Uhr</p> <p>Samstag: 09:00 Uhr – 16:30Uhr</p>

### 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

<b>Teilnahmegebühren</b>	340,- Euro DGVT-Mitglied Frühbucherpreis bis 27. September 2024: 320,- Euro 383,- Euro (Nicht-Mitglied) Frühbucherpreis bis 27. September 2024: 358,- Euro
<b>Stichwort</b>	Selbstfürsorge Stuttgart 24

## **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