

Metakognitive Therapie – Umgang mit Sorgen und Grübeln	
Kurzbeschreibung	<p>Grübeln und Sich sorgen sind häufige Phänomene bei einer großen Bandbreite an psychischen Störungen (z. B. Angststörungen, Depressionen). Die klassische kognitive Verhaltenstherapie begegnet diesen Phänomenen im sokratischen Dialog und versucht dysfunktionale Kognitionen mittels neuer hilfreicher Kognitionen zu modifizieren. Einen anderen Ansatz verfolgt die Metakognitive Therapie nach Wells (Wells & Matthews, 1994). Statt sich mit jeder einzelnen dysfunktionalen Kognition „herumzuschlagen“, steht die Vermittlung von metakognitiven Kompetenzen im Fokus. Hierbei geht es nicht darum, die dysfunktionalen Kognitionen inhaltlich zu verändern, sondern einen funktionaleren Umgang mit ihnen zu erlernen.</p> <p>Es kommen Metaphern, Aufmerksamkeitstraining, Gedanken-Distanzierungstechniken und weitere Übungen zum Einsatz. Die Metakognitive Therapie erweist sich in Studien bei verschiedenen psychischen Störungen innerhalb weniger Sitzungen als hoch effektiv. Daher sollten metakognitive Instrumente in keinem therapeutischen Werkzeugkasten fehlen, auch weil sie einfach zu vermitteln und anzuwenden sind.</p>
Zielgruppe	Psychologische / Ärztliche Psychotherapeut*innen, Kinder- und Jugendpsychotherapeut*innen, Psychiater*innen und weitere psychotherapeutisch tätige Berufsgruppen
Lernziele	<ul style="list-style-type: none"> • Wissen über theoretische Fundierung der Metakognitiven Therapie • Metakognitives Fallkonzept erstellen können • Anwendung von Übungen für die therapeutische Sitzung
Wesentliche Inhalte/Themen	<ul style="list-style-type: none"> • Theoretischer Rahmen der Metakognitiven Therapie • Metakognitives Fallkonzept erstellen • Übungen, z. B. zur Distanzierung von Gedanken
Methoden	Vortrag mit Präsentation und praktische Übungen
Referent*innen	<p>Nicole Kindermann, Dr., Dipl.-Psych., Psychologische Psychotherapeutin; Ingolstadt Clarissa Kleickmann, Dipl.-Psych., Psychologische Psychotherapeutin; Ingolstadt</p>
Kursnummer	65680

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
 Email: 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

Veranstaltungsort	Online über die Plattform „Zoom“
Termin	09. – 10. Juli 2022
Voraussetzungen	Computer/Laptop mit stabilem Internetzugang, Lautsprecher, Webkamera und Mikrofon bzw. Headset
Umfang	Das Web-Seminar umfasst 16 Unterrichtseinheiten (UE)
Zeiten	Samstag: 09:00 – 17:00 Uhr (techn. Check-in: 08:45 Uhr) Sonntag: 09:00 – 17:00 Uhr
Teilnahmegebühren	204,- Euro (DGVT-Mitglied) Frühbucherpreis bis zum 11. Juni 2022: 189,- Euro 244,- Euro (Nicht-Mitglied) Frühbucherpreis bis zum 11. Juni 2022: 224,- Euro
Stichwort	Metakognitive Therapie Online 22

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
 Email: 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