

Susanne Rosenthal
Praxis für Psychotherapie
Fürther Straße 26
90587 Veitsbronn
rosenthal@verhaltenstherapie-fuerth.de

Wolfgang Beth
Psychologische Praxis
Thumenberger Weg 91
90491 Nürnberg
supervision@nest-schematherapie.de

Selbsterfahrungsgruppe für die Psychotherapieaus- und Psychotherapieweiterbildung von PsychologInnen, SozialpädagogInnen, PädagogInnen

(institutsinterne Kursbezeichnung Kurs BR8)

Der Teilnehmerkreis dieser Selbsterfahrungsgruppe für die Ausbildung in Verhaltenstherapie ist auf PsychologInnen, SozialpädagogInnen und PädagogInnen, etc. beschränkt. Die besuchten Selbsterfahrungstage können für die jeweilige Psychotherapieaus- und Psychotherapieweiterbildung Anrechnung finden.

Selbsterfahrungskonzept und Inhalte

(z.T. entnommen aus: W. Beth, G. Jacob, C. Ullrich. Schematherapie in der VT-Selbsterfahrung. In: Möslers, T., Poppek, S. Kemper, J. 2016) Der Blick des Therapeuten auf sich selbst - Gestaltung der Selbsterfahrung in der verhaltenstherapeutisch fundierten Psychotherapieausbildung. Tübingen, DGVT Verlag.)

Selbsterfahrung (SE) hat in der Verhaltenstherapieweiterbildung einen hohen Stellenwert, weil sie der Verbesserung der Selbsterkenntnis und dem persönlichen Wachstum dient. Sie fördert soziale und emotionale Kompetenzen, sie hilft bei der Entwicklung von Selbstfürsorge und unterstützt den Aufbau einer positiven und professionellen Identität als Psychotherapeut.

Ziele der Selbsterfahrung bestehen unter Anderem in der/dem

- ✓ **Entwicklung von Kompetenzen z.B. Reflexion und Modulierung von Emotionsregulation und Beziehungsgestaltung.**
- ✓ **Bewältigung eigener Probleme**
z.B.: Überlastung, Selbstaufopferung, Streben nach Zustimmung und Anerkennung, (emotionaler) Missbrauch, Überhöhte Standards/übertrieben kritische Haltung, Verletzung des eigenen Selbstwertes, Ängste, Stress in der Arbeit mit Patienten
- ✓ **Entwickeln von Selbstfürsorge**
- ✓ **Förderung der professionellen Identität**
Erleben der „Patientenrolle“ sowie die eigene Erfahrung, dass unsere Interventionen heilsam sind (auch bei uns selbst!)

Der **Ablauf** besteht zumeist aus einem Wechsel von themenzentrierten Anteilen (z.B. Einheit zur beruflichen Sozialisation, Achtsamkeit, Erleben von div. klassischen Standardverfahren bzw. „neuen“ Methoden der „emotionalen Wende“) und problemzentrierten Anteilen (z.B. Einzelanliegen, Konflikte innerhalb der Gruppe). Idealerweise sollten jeweils aktuelle Themen und Befindlichkeiten berücksichtigt werden können. Damit sind beispielsweise solche gemeint, die sich auf schwierige Klienten, eigene Verlusterlebnisse, Überlastung, Schuldthematiken, Entscheidungsschwierigkeiten u.v.m. beziehen.

Neben dem bekannten Spektrum der VT arbeiten wir auch gerne schematherapeutisch. In Bereichen, in denen es um die Veränderung von persönlichen und lange bestehenden emotionalen oder Verhaltensgewohnheiten geht, ist schematherapeutisches Vorgehen für besonders gut geeignet, klassisch verhaltenstherapeutisches Vorgehen zu ergänzen. Das schließt die Möglichkeit ein, „Standard“- Verfahren (z.B. Imaginationen, Rollenspiele, Familienaufstellungen, Selbstsicherheitstrainings etc.) kennenzulernen.

Die Gruppe besteht aus maximal 10 Mitgliedern und soll geschlossen begonnen und beendet werden. Die Termine dieser Gruppe finden ausschließlich an Wochentagen in den bayerischen Schulferien statt.

Beginn 06.04.2020

Termine: 6./7./8. April 20 (Osterferien) 27./28./29. Juli 20 (Sommerferien)
 2./3./4. November 20 (Herbstferien) 29./30./31. März 21 (Osterferien)
 2./3./4. August 21 (Sommerferien)

Zeitplanung: jeweils 9:00 - 17:30 Uhr

Kosten: 24 WE (Weiterbildungseinheiten) á 25 € = 600 € je 3-tägiges Treffen,
Gesamtpreis bei 120 WE (Weiterbildungseinheiten): 3000 € (bei 120 WE)
zzgl. ca. 2 x 30,- € Übernachtungskosten (o. Verpflegung) für das
gegebenenfalls in auswärtiger Tagungsstätte geplante Abschlussseminar.

Ort: **Tratzenzwinger, Hintere Insel Schütt 20, 90403 Nürnberg**

Leitung: PP Susanne Rosenthal und PP Wolfgang Beth