

Regina Irmisch
Gemeinschaftspraxis Psychotherapie
Weide 11
96047 Bamberg
irmisch@gemeinschaftspraxis-psychotherapie-bamberg.de

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

Selbsterfahrungsgruppe für die Psychotherapieausbildung von PsychologInnen, SozialpädagogInnen und PädagogInnen

(institutsinterne Kursbezeichnung Kurs IB1)

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

Selbsterfahrungskonzept und Inhalte

(z.T. entnommen aus: W. Beth, G. Jacob, C. Ullrich. Schematherapie in der VT-Selbsterfahrung. In: Mösler, 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 Verhaltenstherapieausbildung einen hohen Stellenwert. Die hier angeregten und geförderten Kompetenzen helfen dabei, den komplexen Anforderungen im Kontakt mit KlientInnen und bei der Gestaltung psychotherapeutischer Prozesse und Beziehungen besser gewachsen zu sein. Inneres Wachstum sowie den Aufbau einer positiven und professionellen Identität als PsychotherapeutIn werden unterstützt.

Anliegen der Selbsterfahrung bestehen unter Anderem in der/dem

- ✓ **Entwicklung von Kompetenzen z.B. Reflexion und Modulierung von Selbstregulation und Beziehungsgestaltung.** (Üben, Beobachten und Verfeinern therapeutischer Basiskompetenzen in einer unterstützenden Gruppenatmosphäre)
- ✓ **Auseinandersetzung mit Themen, die für die therapeutische Arbeit von Bedeutung sind** (wie z.B. Umgang mit vulnerablen Selbstanteilen und Ängsten, Reflexion der eigenen Bewältigungsgewohnheiten, Belastungsmanagement, Entwickeln von Offenheit und einer funktionalen Haltung dem eigenen Erleben gegenüber)
- ✓ **Entwickeln von Selbstfürsorge** z.B. hinsichtlich eigener Grundbedürfnisse
- ✓ **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. eigene Anliegen wie Verlusterlebnisse, Überlastung, Schuldthematiken, Entscheidungsschwierigkeiten, Arbeitsthemen oder Konflikte innerhalb der Gruppe).

Neben dem bekannten Spektrum der VT arbeiten wir auch gerne schematherapeutisch und mit Anregungen aus ACT. In Bereichen, in denen es vor allem um die Veränderung von lange bestehenden Wahrnehmungs- und Verhaltensgewohnheiten geht, sind diese Verfahren in der Selbsterfahrung besonders gut geeignet, klassisch verhaltenstherapeutisches Vorgehen zu ergänzen.

Die Gruppe besteht aus maximal 10 Mitgliedern und soll geschlossen begonnen und beendet werden.

Beginn 28.09.2020

Termine: Mo 28.09.2020 bis Fr 02.10.2020
Mo 01.02.2021 bis Fr 05.02.2021
Mo 12.07.2021 bis Fr 16.07.2021

Zeitplanung: Mo-Do jeweils 9.00-17.30 Uhr, Freitag jeweils 9.00-14.00 Uhr

Kosten: 120 WE (Weiterbildungseinheiten) á 25,- €;
Gesamtpreis bei 120 WE (Weiterbildungseinheiten): 3.000,- €
1.000,- € je 5-tägiges Treffen

Gegebenenfalls zzgl. Übernachtungskosten, falls die Gruppe übereinkommt, dass Abschlussseminar auswärts zu begeben.

Ort: Praxis Thumenberger Weg 91, Nürnberg
(Ort des Abschlussseminars: nach Absprache)

Leitung: PP Regina Irmisch und PP Wolfgang Beth