

## FORTBILDUNG

### **Gruppenpsychotherapie – PP-VT Wahlpflichtmodul IIIa (8 UE)**

Gruppentraining emotionaler Kompetenzen

*Insgesamt können zwei Wahlpflichtmodule belegt werden.*

---

<b>DOZENT*IN:</b>	Dipl.-Psych. Anna-Sophia Fritsch
<b>DATUM/ZEIT:</b>	Samstag, 18.11.2023    09:00 – 16:30

---

#### **VERANSTALTUNGSORT**

Online      Der digitale Seminarraum wird den Teilnehmer\*innen 1-2 Tage vor der Veranstaltung per E-Mail mitgeteilt.

#### **INHALT**

Defizite im hilfreichen Umgang mit Emotionen stellen ein häufiges Problem im therapeutischen Setting dar. Gleichzeitig ist ein hilfreicher, konstruktiver Umgang mit Emotionalität ein protektiver Faktor für psychische Gesundheit. Die emotionale Kompetenz unserer Patient\*innen beeinflusst auch maßgeblich die therapeutische Beziehungsgestaltung, den Therapieerfolg und im Gruppensetting auch die Gruppendynamik. Daher stellt die Förderung emotionaler Kompetenzen ein wichtiges Kernthema der Psychotherapie dar.

Bei Vorliegen von Defiziten emotionaler Kompetenzen kann ein Training in der Gruppe erfolgen. Zwei mögliche Trainingsansätze werden in diesem Seminar vorgestellt:

- Das Training emotionaler Kompetenzen nach Berking (TEK)
- Das Skillstraining mit Fokus auf Emotionale Kompetenzen in der DBT nach Marsha Linehan

Die Teilnehmer\*innen sollen nach dem Seminar in der Lage sein, mangelnde emotionale Kompetenzen in Ihren Patient\*innen zu identifizieren. Sie sollen Zusammenhänge zwischen emotionalen Regulationsproblemen und psychischen Störungen erkennen und auf dieser Basis sinnvolle Trainingsbereiche auswählen können. Sie sollen anhand konkreter Übungen die Fähigkeiten erwerben, im Gruppensetting emotionale Kompetenzen mit den Patient\*innen zu trainieren und die Übungen anzuleiten und auszuwerten.