



**Arbeitsgemeinschaft  
für Wissenschaftliche  
Psychotherapie  
AWP Freiburg**

**Kurse 2023**

**Dialektisch Behaviorale Therapie (DBT)  
für Borderline-Störung**

Leitung: Prof. Dr. Martin Bohus

**DBT für komplexe PTBS**

Leitung Prof. Dr. Martin Bohus

**Compassion Focused Therapy (CFT)**

Leitung: Julia Schmelz

**Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT)**

Leitung: Julia Schmelz

**Emotions-fokussierte Therapie (EFT)  
nach L. Greenberg**

Leitung: Dipl. Psych. Heinrichs, Dipl. Psych. Melanie Read

**Hypnotherapeutische Trancesprache (HYTS)**

Leitung: Prof. Dr. Walter Bongartz





Die Arbeitsgemeinschaft Wissenschaftliche Psychotherapie Freiburg (AWP) wurde gegründet, um moderne, wissenschaftlich valide Psychotherapie in Deutschland zu verbreiten und damit die psychotherapeutische Versorgung in Deutschland zu verbessern. Deshalb bemühen wir uns, fundierte therapeutische Kompetenz ohne großen Zeitaufwand zu vermitteln. Wir haben uns zum Ziel gesetzt, Mitglieder aller Berufsgruppen, die im Bereich der psychologisch-psychiatrischen Versorgung tätig sind, zu schulen.

Bei der AWP Freiburg unterrichten international anerkannte Therapieentwickler wie Martin Bohus, Walter Bongartz, Paul Gilbert, sowie sorgfältig ausgebildete DozentInnen auf höchstem Niveau. Wir bemühen uns, neue elektronische Medien in die Schulung mit einzubeziehen. Da sich Online-Kurse sehr gut bewährt haben, bieten wir die meisten Kurse sowohl im Präsenz- als auch im Online-Format an. Wir würden uns freuen, wenn einige der ausgewählten Kurse Ihr Interesse finden.

Selbstverständlich stehen wir auch gerne telefonisch beratend zur Verfügung. Wir bieten Ihnen auch gerne Schulungen und Fortbildungen vor Ort, sowie stationäre Implementierungen und Aufbau von ambulanten Netzwerken an. Soweit nicht anders angegeben, werden für alle Kurse CME-Zertifizierung beantragt. Genauere Angaben und weitere Hintergrundinformationen finden Sie auf unserer Web-Site: [www.awp-freiburg.de](http://www.awp-freiburg.de).

Prof. Dr. Martin Bohus

# Dialektisch Behaviorale Therapie (DBT)

Leitung: Prof. Dr. Martin Bohus

Die Dialektisch Behaviorale Therapie (DBT) wurde ursprünglich als störungsspezifisches Behandlungsprogramm für PatientInnen mit Borderline-Störung entwickelt und wird in den neuen S3 Leitlinien für Borderline-Störungen in Deutschland als das wissenschaftlich am besten abgesicherte Behandlungsverfahren empfohlen.



DBT basiert auf klaren Prinzipien und Regeln die gerade bei komplexen Störungsbildern eine gute Orientierung bieten. Je nach Schweregrad der Störung liegt der Schwerpunkt der Behandlung auf der Vermittlung von spezifischen Fertigkeiten (Skills) zur Bewältigung von Krisen oder auf der Verbesserung der Emotionsregulation, des Selbstkonzeptes und der sozialen Interaktion. Methodisch umfasst die DBT ein weites Feld evident-basierter Interventionen, die jeweils auf der Basis individueller Problemanalyse eingesetzt werden können. Diese reichen von Achtsamkeit über Exposition, zu Training der sozialen Interaktion.

In den letzten Jahren wurden neben der Standard-DBT für Borderline-Störungen eine Vielzahl von Anpassungen an andere Störungsbilder wie etwa komplexe PTBS, Abhängigkeitserkrankungen, Essstörungen entwickelt. Zudem liegen erfolgreich evaluierte Adaptationen für Adoleszente BPD PatientInnen sowie für verschiedene Settings vor. Letztere umfassen ein weites Spektrum der psychiatrischen Versorgung von der Akut-Station bis zur therapeutischen Wohngruppe.

Mittlerweile gibt es 24 randomisierte, kontrollierte Studien im ambulanten und stationären Bereich, die die Wirksamkeit von DBT eindeutig belegen: DBT verbessert die gesamte Psychopathologie, reduziert die Häufigkeit von Selbstschädigungen und von stationären Aufenthalten. Auch die soziale Einbindung, Beruf und Partnerschaft normalisieren sich. Heute gilt die DBT damit als Gold-Standard in der Behandlung komplexer psychischer Störungen der Emotionsregulation. Die AWP Freiburg steht in engem Austausch mit den internationalen Entwicklern der DBT.

Akkreditiert von, und in enger Kooperation mit Marsha Linehan und ihrem Team haben wir vor vielen Jahren uns zum Ziel gesetzt, die DBT im deutschsprachigen Raum zu verbreiten, was uns auch weitgehend gelungen ist. Unser Team besteht aus PsychologInnen, ÄrztInnen und Pflegekräften, die vom Dachverband DBT ausgebildet wurden und Trainer- bzw. Supervisorenstatus erhalten haben.

Gerne stehen wir auch für Schulungen und Fortbildungen vor Ort sowie stationäre Implementierungen und Aufbau von ambulanten Netzwerken zur Verfügung.

# Standard-DBT für Borderline-Störungen

Menschen mit Borderline-Störungen leiden unter schweren Problemen der Emotionsregulation, des Selbstkonzeptes und der zwischenmenschlichen Interaktion. Die DBT zielt einerseits darauf, Patienten spezifische Fertigkeiten zur Bewältigung dieser Problembereiche zu vermitteln und die Patienten zu ermutigen, diese Fertigkeiten im Alltag umzusetzen. Andererseits verbessert die DBT die Akzeptanz und die Steuerung von Borderline-spezifischen Problemen im Umgang mit Emotionen und negativem Selbstkonzept.

In der Praxis werden Einzel- und Gruppentherapie sowie Selbsthilfemodule (CD-ROM) unter ambulanten und (teil)stationären Bedingungen kombiniert. Die DBT legt großen Wert auf eine klare Didaktik und eine rasche und einfache Umsetzung in den klinischen Alltag: Wir vermitteln therapeutische Kompetenz mit Hilfe von Videos, Rollenspielen, Handouts, elektronischen Tools und individueller Nacharbeit. Die angebotenen Kurse orientieren sich am Curriculum des Deutschen Dachverbandes DBT ([www.dachverband-dbt.de](http://www.dachverband-dbt.de)) sowie an den internationalen Standards (ISDBT).

Die Zertifizierung zum DBT-Therapeuten (auch für Pflegeberufe) erfordert u.a. die Teilnahme an sechs zweitägigen Theorie-Kursen, Basis I, Basis II, Basis III, sowie Skills I, Skills II, Skills III. Alle Kurse können entweder einzeln oder auch kompakt bei der AWP Freiburg gebucht werden. Alle DBT-Kurse werden vom Deutschen Dachverband DBT zertifiziert.

## Kompaktkurse in Freiburg und Online

Kosten: 4-tägige Kurse, Präsenz und Online: 720,-

### DBT Kompakt I (Basis I und Skills I) – Präsenz in Freiburg / Online

**Inhalt:** Dieser Kurs vermittelt in vier Tagen die Grundlagen der Borderline-Störung und der DBT inkl. Diagnostik; Psychopathologie; Struktur der DBT; Beziehungsaufbau; Validierungstechniken; Commitment-Strategien; Einführung in das Skills-Training; Achtsamkeit; Stresstoleranz; Zwischenmenschliche Fertigkeiten.

**Zielgruppe:** Der Kurs ist für Einsteiger aller therapeutischen Berufsgruppen geeignet.

#### Termine (Kurs an einem der drei Termine buchbar)

		Kurs-Nr.
<b>18.01. – 21.01.2023</b>	Präsenz	DBT 110-23
	Online	DBT 115-23-0
<b>26.04. – 29.04.2023</b>	Präsenz	DBT 120-23
	Online	DBT 120-23-0
<b>08.11. – 11.11.2023</b>	Präsenz	DBT 130-23
	Online	DBT 130-23-0

### DBT Kompakt II (Basis II und Skills II) – Präsenz in Freiburg / Online

**Inhalt:** Dieser Kurs baut auf dem Kurs Kompakt I auf, und vermittelt DBT-spezifische Strategien zur Veränderung dysfunktionalen Erlebens und Verhaltens: Krisenintervention; Kontingenzmanagement; Kognitive Umstrukturierung; Mikroanalysen; Akzeptanz-basierte Techniken; Skills zur Emotionsregulation und Verbesserung des Selbstwerts. **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen, die Kompakt I (oder Basis I und Skills I) besucht haben

#### Termine (Kurs an einem der zwei Termine buchbar)

		Kurs-Nr.
<b>08.03. – 11.03.2023</b>	Präsenz	DBT 210-23
	Online	DBT 210-23-0
<b>27.09. – 30.09.2023</b>	Präsenz	DBT 220-23
	Online	DBT 220-23-0

## DBT Kompakt III (Basis III und Skills III) – Präsenz in Freiburg / Online

**Inhalt:** Dieser Kurs baut auf den Kursen Kompakt I und Kompakt II auf und vertieft die erworbenen Kompetenzen. Wir konzentrieren uns auf Fallkonzeptualisierung; Emotions-Exposition; Regeln des Konsultationsteams; Vermittlung von DBT-Stilistik, sowie typische Fallen und Probleme, die sich in der Einzeltherapie oder im Skills-Training entwickeln. **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen, die Kompakt I und II (oder Basis I und II sowie Skills I und II) besucht haben

Termine		Kurs-Nr.
06.12. – 09.12.2023	Präsenz	DBT 310-23
	Online	DBT 310-23-0

## DBT Kurse online

Kosten: 2-tägige Kurse, Präsenzveranstaltungen / Online: 360,-

### DBT – Einzelkurse – Online

**Inhalte:** Das komplette Programm der Standard-DBT für Borderline-PatientInnen (Basis I, II, III; Skills I, II, III). **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen

Termine Basis I - Online		Kurs-Nr.
27.01. – 28.01.2023 26.05. – 27.05.2023 30.06. – 01.07.2023	Online	DBT 101-23-0
		DBT 102-23-0
		DBT 103-23-0
Termine Skills I - Online		Kurs-Nr.
17.02. – 18.02.2023 31.03. – 01.04.2023 06.10. – 07.10.2023	Online	DBT 104-23-0
		DBT 105-23-0
		DBT 106-23-0
Termine Basis II - Online		Kurs-Nr.
14.04. – 15.04.2023 16.06. – 17.06.2023	Online	DBT 107-23-0
		DBT 108-23-0
Termine Skills II - Online		Kurs-Nr.
30.06. – 01.07.2023 06.10. – 07.10.2023	Online	DBT 109-23-0
		DBT 110-23-0
Termin Basis III - Online		Kurs-Nr.
15.09. – 16.09.2023	Online	DBT 111-23-0
Termin Skills III - Online		Kurs-Nr.
20.10. – 21.10.2023	Online	DBT 112-23-0

### DBT – Einzelkurse – Präsenz in Köln

**Die Kurse können sowohl zusammenhängend als auch einzeln gebucht werden.**

**Inhalte:** Das komplette Programm der Standard-DBT für Borderline-PatientInnen (Basis I, II, III; Skills I, II, III). **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen

Termin Basis I		Kurs-Nr.
13.01. – 14.01.2023	Präsenz	DBT 301-23
Termin Skills I		Kurs-Nr.
03.02. – 04.02.2023	Präsenz	DBT 302-23
Termin Skills II		Kurs-Nr.
03.03. – 04.03.2023	Präsenz	DBT 303-23
Termin Basis II		Kurs-Nr.
01.09. – 02.09.2023	Präsenz	DBT 304-23
Termin Skills III		Kurs-Nr.
22.09. – 23.09.2023	Präsenz	DBT 305-23
Termin Basis III		Kurs-Nr.
24. – 25.11.2023	Präsenz	DBT 306-23

## DBT mittwochnachmittags Online

Leitung: Prof. Dr. Martin Bohus · Kosten: 360,-

Speziell für niedergelassene KollegInnen oder Menschen mit Reiseschwäche bieten wir Online-Kurse mittwochnachmittags jeweils von 13 Uhr bis 18:45 Uhr an.

### DBT-Komplettangebot: Mittwochnachmittags – Online

**Inhalte:** Das komplette Programm der Standard-DBT für Borderline-PatientInnen (Basis I, II, III; Skills I, II, III); Siehe unter Kompakt. . Die Kurse bauen aufeinander auf, können aber auch einzeln gebucht werden. **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen.

Termine Basis I		Kurs-Nr.
01.02. / 08.02. / 15.02. /2023	Online	DBT 401-23-0
Termine Skills I		Kurs-Nr.
08.03. / 15.03. / 22.03. /2023	Online	DBT 402-23-0
Termine Skills II		Kurs-Nr.
10.05. / 17.05. / 24.05. /2023	Online	DBT 403-23-0
Termine Basis II		Kurs-Nr.
14.06. / 21.06. / 28.06. /2023	Online	DBT 404-23-0
Termine Skills III		Kurs-Nr.
13.09. / 20.09. / 27.09. /2023	Online	DBT 405-2-0
Termine Basis III		Kurs-Nr.
08.11. / 15.11. / 22.11. /2023	Online	DBT 406-23-0

## DBT für Jugendliche mit Störungen der Emotionsregulation

Leitung: Dr. Kristin von Auer

Die neuen S3 Leitlinien für Borderline-Störungen empfehlen die Diagnose und störungsspezifische Behandlung einer BPD ab dem 12. Lebensjahr. Das hat gute Gründe: Ca. 5 % aller 15-Jährigen in Deutschland verletzen sich regelmäßig und leiden unter schwerwiegenden Störungen der Emotionsregulation, die einer spezifischen therapeutischen Behandlung bedürfen. DBT-A (Adoleszente) wurde spezifisch für diese Gruppe von Jugendlichen entwickelt und wissenschaftlich in mehreren randomisierten Studien evaluiert. Wie bei der klassischen DBT liegt der Schwerpunkt auf der Vermittlung von spezifischen Fertigkeiten, insbesondere in der Emotionsregulation, aber auch im sozialen Umgang. Die Sprache und die Komplexität der Therapie sind angepasst an Jugendliche und deren Angehörige. Das gilt für den stationären und ambulanten Bereich. Der Kurs vermittelt die Grundlagen im Umgang mit adoleszenten Borderline-Patienten, spezifische Skills für Patienten und deren Angehörige. Die Zertifizierung als DBT-A-Therapeut erfordert die Teilnahme an allen vier DBT-A Kursen.

Voraussetzung: Basis I, Skills I und II oder Kompakt I und Skills II

### DBT für Jugendliche – Online

Termine DBT A I		Kurs-Nr.
27.01. – 28.01.2023	Online	DBT 501-23-0
Termine DBT A II		Kurs-Nr.
24.03. – 25.03.2023	Online	DBT 502-23-0
Termine DBT A III		Kurs-Nr.
23.06. – 24.06.2023	Online	DBT 503-23-0
Termine DBT A IV		Kurs-Nr.
29.09. – 30.09.2023	Online	DBT 504-23-0

## DBT für Fortgeschrittene: Wie leite ich ein DBT-Team

Leitung: Prof. Dr. Martin Bohus

Kosten: Online: 360,-

„Die Patientin gehört dem Team“. Dieses von M. Linehan kreierte Schlagwort pointiert eine wesentliche Komponente der DBT: Das Konsultationsteam ist ein eigenständiges und wirksames Behandlungsmodul. Das Team wendet die Prinzipien der DBT auf die TherapeutInnen an, um deren Motivation zu verbessern, ihnen zu helfen, sich am DBT Manual zu orientieren und um Burnout zu verhindern. Ein DBT-Team ist von unschätzbarem Vorteil: Es balanciert zwischen Unterstützung und Veränderung, hilft den TherapeutInnen mit den Eigenheiten der PatientInnen umzugehen und den PatientInnen, mit denen der TherapeutInnen. Das DBT-Team hilft, die eigenen Grenzen zu erkennen und sie notfalls auszuweiten. Es balanciert zwischen Flexibilität und Manultreue und kreierte eine wohlwollende Fehlerkultur. Doch wie sorgt man als TeamleiterIn für ein funktionierendes Klima, wie organisiert man die Agenda, wie geht man mit Spannungen im Team um? Und vor allem: Wie wendet man die Prinzipien und Interventionen der DBT auf das Team an?

Die DBT bietet sehr ausgeklügelte, spannendende und hilfreiche Methodik, die in diesem Seminar gezielt vermittelt und erprobt werden.

### Wie leite ich ein DBT-Team – Online

**Inhalte:** Unter persönlicher Leitung von M. Bohus werden in diesen beiden Tagen zunächst die Grundlagen und Skills der DBT-Teamführung erarbeitet, und im zweiten Teil werden wir viel Zeit haben, an praktischen Beispielen zu üben.

**Zielgruppe:** Angehende oder erfahrene DBT Team-LeiterInnen und solche, die es werden wollen. Die Grundkenntnisse in DBT werden vorausgesetzt.

#### Termin

21.06. – 22.06.2023

Online

#### Kurs-Nr.

DBT 450-23-0

## DBT Skills-basierte Körpertherapie in Freiburg

Leitung: Ilona Brokuslaus

Kosten: Präsenzveranstaltung in Freiburg: 360,-

Borderline-PatientInnen haben häufig große Schwierigkeiten, ihren Körper zu akzeptieren, und diesen als Ressource zu nutzen. Körpertherapie ist daher ein wichtiger und integraler Bestandteil der DBT, insbesondere unter stationären Bedingungen. Der Kurs ist sehr praxisbezogen und vermittelt grundlegende Kompetenz in der Körperarbeit mit Borderline-PatientInnen.

### DBT Körpertherapie – Präsenz in Freiburg

**Inhalte:** Grundlagen der Körperarbeit mit Borderline-PatientInnen; Körper-Skills zur Stressregulation; Körper-Skills zur Emotionsregulation; Techniken der Körper-Akzeptanz; Achtsamer Umgang mit dem eigenen Körper. **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen. Basale Kenntnisse zu BPD und DBT sind hilfreich

#### Termin

13.10. – 14.10.2023

Präsenz

#### Kurs-Nr.

DBT 460-23

## Grundlagen der kognitiven Verhaltenstherapie

Leitung: Dr. Tatyana Reinhardt

Kosten: Präsenzveranstaltung in Freiburg /Online: 540,-

Die DBT versteht sich als ein schulenübergreifendes Therapieprogramm. Trotzdem, oder gerade deshalb spielen Elemente der kognitiven Verhaltenstherapie eine wichtige Rolle. Das betrifft sowohl das Störungsmodell, als auch Methoden zur Problemanalyse, und zur Veränderung dysfunktionalen Erlebens und Verhaltens. Dieser Kurs vermittelt in drei Tagen sehr praxisnah die „Essentials“ der Verhaltenstherapie für alle, die sich die wesentlichen Strategien und Interventionen der KVT in kompakter Form aneignen wollen. Dieser Kurs wird vom Deutschen Dachverband DBT zertifiziert.

### Kognitive Verhaltenstherapie – Präsenz in Freiburg /Online

**Inhalte:** Basierend auf den Grundlagen der Lerntheorie werden die Schlüsseltechniken der KVT vermittelt: Verhaltens- und Bedingungsanalysen, Kettenanalysen, Verhaltensveränderung, Verstärkerpläne, Kontingenzmanagement, Expositionsverfahren, Selbstmanagement, Identifikation von dysfunktionalen Kognitionen, Kognitive Umstrukturierung. **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen

#### Termin

06.07. – 08.07.2023

Präsenz  
Online

#### Kurs-Nr.

VT 110-23  
VT 110-23-0

## DBT für Sozial- und Pflegeberufe (SuP)

Leitung: Kerstin Papke

Kosten: Präsenzveranstaltung in Freiburg; 360,-

Gerade im stationären und teilstationären Bereich spielen Pflegekräfte in der Vermittlung von DBT eine herausragende Rolle. Sie sind verantwortlich für ein wohlwollendes, unterstützendes aber strukturiertes Klima auf Station. Sie unterstützen die Patientengruppen, Sie motivieren und helfen bei der Krisenintervention, bei der Umsetzung der Skills in den Alltag und der Entlassungsplanung. Dieser praxisorientierte Kurs wird speziell von sehr erfahrenen DBT-Pflegekräften für KollegInnen aus dem pflegerisch-erzieherischen Bereich, sowie für SozialarbeiterInnen und SozialpädagogInnen angeboten.

### DBT für Sozial- und Pflegeberufe – Präsenz in Freiburg

**Inhalte:** Der Schwerpunkt liegt auf spezifischen Co-therapeutischen Kompetenzen im stationären und teilstationären Bereich: Therapeutische Grundhaltung; Team-Kooperation; Motivations- und Validierungsstrategien; Umgang mit Regeln und Regelbrüchen, Umgang mit Dissoziationen, Achtsamkeit, Skillsvermittlung, Bezugsgespräche, Tagebuchkartenbesprechung und auch das Anleiten von Gruppen werden trainiert. **Zielgruppe:** Sozial- und Pflegeberufe, die die Kurse DBT Basis I, Skills I oder Kompakt I besucht haben.

#### Termin

17.03. – 18.03.2023

Präsenz

#### Kurs-Nr.

DBT 480-23



# DBT für Posttraumatische Belastungsstörungen (DBT-PTSD)

Leitung: Prof. Dr. Martin Bohus

Kosten: 4-tägige Kurse, Präsenz in Freiburg / Online: 720,-

Die Behandlung der komplexen PTSD nach Missbrauch in Kindheit und Jugend ist eine besondere Herausforderung: Der Umgang mit Intrusionen, Flashbacks, Dissoziation, Selbstverletzung, mit Selbsthass, Schuld, Scham und Ekel erfordert ganz besondere Kompetenzen. Am ZI Mannheim wurde ein spezifisches Behandlungskonzept für komplexe PTBS entwickelt und erfolgreich evaluiert: Zwei große randomisierten Studien zeigten hohe Wirksamkeit und Sicherheit. DBT-PTSD kann sowohl als stationäres Therapieprogramm eingesetzt werden, als auch unter ambulanten Bedingungen. Die Kurse werden von den Entwicklern der DBT-PTBS gehalten.

## DBT-PTSD – Präsenz in Freiburg / Online

**Inhalte:** Diagnostik; Störungsmodell; Motivation; Trauma-Modell; Index-Trauma; Skills zur Krisen-Intervention; Umgang mit Flashbacks und Intrusionen; Negative Grundannahmen; Vorbereitung der Exposition; Skills-basierte Exposition; Radikale Akzeptanz der Vergangenheit; Entfaltung des Lebens. **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen; Erfahrung mit DBT ist hilfreich, aber keine Voraussetzung.

Termine		Kurs-Nr.
22.03. – 25.03.2023	Präsenz	DBT 410-23
	Online	DBT 410-23-0
12.07. – 15.07.2023	Präsenz	DBT 420-23
	Online	DBT 440-23-0

## DBT-PTSD – Mittwochnachmittags – Online

**Inhalte:** Diagnostik; Störungsmodell; Motivation; Trauma-Modell; Index-Trauma; Skills zur Krisen-Intervention; Umgang mit Flashbacks und Intrusionen; Negative Grundannahmen; Vorbereitung der Exposition; Skills-basierte Exposition; Radikale Akzeptanz der Vergangenheit; Entfaltung des Lebens. **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen; Erfahrung mit DBT ist hilfreich, aber keine Voraussetzung.

Termine		Kurs-Nr.
27.09. / 04.10. / 11.10. / 18.10. / 25.10. / 2023	Online jew. 13 bis 19 Uhr	DBT 440-23-0

## DBT-PTSD Aufbaukurs – Präsenz in Freiburg

**Inhalte:** Dieser Kurs wird von Martin Bohus persönlich gehalten und vertieft die im Grundkurs DBT-PTBS entwickelte Kompetenz. Er richtet sich primär an TherapeutInnen, die begonnen haben, DBT-PTBS anzuwenden. Der Schwerpunkt liegt auf Fallarbeit, Rollenspielen und Videos, also ganz viel Praxis! **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen, die den Grundkurs DBT-PTSD absolviert haben

Termin		Kurs-Nr.
17.11. – 18.11.2023	Präsenz	DBT 430-23

# Achtsamkeit in der Psychotherapie (APT)

Leitung: Dr. Elke Max, Dr. Jan Glasenapp

Kosten: Präsenzveranstaltung 720,- zzgl. Unterkunft und Verpflegung abhängig von Buchungszeitraum und Zimmerkategorie am Benediktushof. Weitere Informationen im Internet unter [www.awp-freiburg.de](http://www.awp-freiburg.de)

Basierend auf ihrer eigenen spirituellen Erfahrung hat Marsha Linehan Skills-basierte Achtsamkeit für das gesamte Spektrum der Psychotherapie zugänglich gemacht. Damit steht nun erstmals ein praxisbewährtes Behandlungsmodul „Achtsamkeit“ zur Verfügung, das klare Richtlinien und Skills anbietet und dabei flexibel an die individuellen Bedürfnisse der PatientInnen und TherapeutInnen angepasst wird. Der Kurs ist „dual“ organisiert und vermittelt Skills-basierte Achtsamkeit und ein vollständiges Behandlungsmanual, sowohl in Theorie als auch in eigener meditativer Erfahrung - und das alles an einem ganz besonderen Ort.

## Achtsamkeit in der Psychotherapie APT - Benediktushof Holzkirchen

**Inhalte:** Einführung in die Achtsamkeit und die meditative Praxis; Theorie und Forschungsstand; Didaktik der Skills-basierten Achtsamkeit: Wahrnehmen, Beschreiben; Teilwerden; Selbsterfahrung (Zazen, Sitzen im Stillen), Kinhin- (Gehmeditation). Der Kurs beinhaltet also sowohl die Vermittlung von Theorie, als auch eigene Meditationserfahrung im Sitzen. Letztere beinhaltet auch längere Meditation in der Stille. Kursbeginn am 1. Tag um 16 Uhr, Ende am letzten Kurstag um 13 Uhr. **Zielgruppe:** Alle therapeutisch arbeitenden Berufsgruppen; keine weiteren Voraussetzungen

### Termin

25.06. – 30.06.2023

Präsenz

### Kurs-Nr.

APT 510-23

### Veranstaltungsort:

Benediktushof - Seminar- und Tagungszentrum GmbH

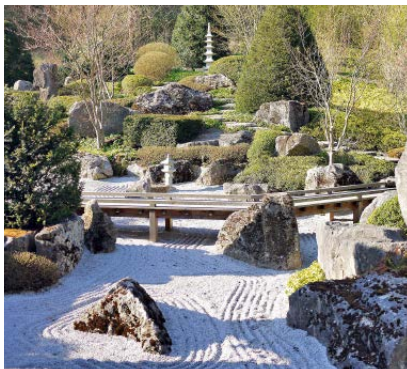
Klosterstraße 10, 97292 Holzkirchen/Unterfranken

Tel.: 09369/98 38-0 · [kurse@benediktushof-holzkirchen.de](mailto:kurse@benediktushof-holzkirchen.de)



Benediktushof

Fotos: © Benediktushof



# Compassion Focused Therapy

## Mitgefühl für sich selbst und andere

Leitung: Julia Schmelz

Die Compassion Focused Therapy (CFT) wurde von Prof. Paul Gilbert entwickelt und findet weltweit hohes Interesse. Compassion, so Gilbert, wird definiert als die „Empfindsamkeit gegenüber eigenem Leid und dem Leid anderer Menschen, verbunden mit dem Streben, dieses Leid zu lindern und Leid vorzubeugen“. Es geht also immer um Wohlwollen und Einfühlungsvermögen sowie um starkes Engagement und Kompetenz. Damit lässt sich dieser Ansatz lückenlos in das von M. Linehan entwickelte Konzept der Balance zwischen Akzeptanz und Veränderung integrieren.

Die CFT wendet sich mit ihrem Ansatz an Menschen, die chronische und komplexe psychische Probleme im Zusammenhang mit niedrigem Selbstwert und Selbstkritik und Scham haben. CFT vermittelt in gut aufgebauten Übungseinheiten die Fertigkeiten, sich Kompetenzen zum Erleben von innerer Ruhe, von Wohlwollen und Freude an sozialer Kooperation anzueignen – Mitgefühl zu entwickeln, sich selbst und anderen gegenüber. CFT stellt ein eigenständiges Behandlungsprogramm dar, die Interventionen können jedoch problemlos auch modular in jede Einzel- oder Gruppentherapie integriert werden. Wir haben ausgezeichnete Erfahrungen gemacht, indem wir die DBT mit CFT Komponenten angereichert haben. Der Kurs vermittelt praxisorientiert den Hintergrund, wesentliche Kernbausteine und Übungen der CFT.

### CFT Grundkurse

Kosten: 3-tägige Kurse, Präsenz in Freiburg / Online: 540,-

CFT, Grundkurs - Präsenz in Freiburg / Online		
<b>Inhalte:</b> Evolutionsbiologische Grundlagen; Umgang mit innerem Kritiker; Entwicklung von Compassionate-Self; Umgang mit Scham und Selbsthass. <b>Zielgruppe:</b> Einsteiger aller therapeutischen Berufsgruppen		
Termine		Kurs-Nr.
02.03. – 04.03.2023	Präsenz	CFT 110-23
	Online	CFT 110-23-0
04.05. – 06.05.2023	Präsenz	CFT 120-23
	Online	CFT 120-23-0

### CFT Aufbaukurs

Kosten: 2-tägiger Kurs, Präsenz in Freiburg / Online: 360,-

CFT, Aufbaukurs - Präsenz in Freiburg / Online		
<b>Inhalte:</b> Im Aufbaukurs werden die Themen Barrieren für Compassion und Umgang mit Scham vertieft sowie anhand ausgewählter Therapiesituationen CFT Techniken aus dem Grundkurs geübt. Eigene Fälle der TeilnehmerInnen sind willkommen.		
<b>Zielgruppe:</b> Alle therapeutischen Berufsgruppen, Teilnahme an Grundkurs wird vorausgesetzt.		
Termine		Kurs-Nr.
13.10. – 14.10.2023	Präsenz	CFT 210-23
	Online	CFT 210-23-0



# Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT)

Leitung: Julia Schmelz

Kosten 2-tägige Kurse, Präsenz in Freiburg / Online: 360,-

Die Akzeptanz und Commitment Therapie (ACT) wurde von Steven Hayes entwickelt und versteht sich als ein Therapiemodell, das nicht die Symptome einzelner psychischer Störungen behandelt, sondern dem Patienten Fertigkeiten vermittelt, um dezidiert mit der bestehenden Symptomatik umzugehen und dabei die eigene Verhaltensflexibilität und werteorientiertes Handeln im Alltag zu fördern. Damit stellt ACT ein prototypisches Verfahren der sogenannten Dritten Welle der Verhaltenstherapie dar. Wirksamkeitsstudien zeigen eindrucksvoll, dass diese Fertigkeiten zum Rückgang der psychischen Symptomatik führen, ohne dass diese in jedem Fall einer expliziten Thematisierung bedürfen. ACT versucht die zwei wesentlichen Dimensionen der Psychotherapie „Akzeptanz“ und „Veränderung“ auszubalancieren: Zahlreiche sehr eingängige Übungen fördern die Toleranz auch für höhere Erlebnisintensität unangenehmer Emotionen, verbessern die Achtsamkeit für das Erleben des Augenblicks, fördern wohlwollende Distanz gegenüber seinen eigenen Gedanken und Gefühlen, sowie helfen, sich seiner persönlichen Werte bewusst zu werden und diese auch im Alltag umzusetzen- trotz aller Hindernisse.

## ACT Grundkurs - Präsenz in Freiburg / Online

**Inhalte:** Der Grundkurs vermittelt praxisorientiert die wesentlichen Kernbausteine und Interventionen aus ACT: Gegenwärtigkeit, Wertearbeit und werteorientiertes Handeln, Beobachterselbst, kognitive Entstrickung sowie die Förderung von Akzeptanz und Bereitschaft. **Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen.

Termine		Kurs-Nr.
03.02. – 04.02.2023	Präsenz	ACT 110-23
	Online	ACT 110-23-0
31.03. – 01.04.2023	Präsenz	ACT 120-23
	Online	ACT 120-23-0
21.07. – 22.07.2023	Präsenz	ACT 130-23
	Online	ACT 130-23-0

## ACT Aufbaukurs - Präsenz in Freiburg / Online

**Inhalte:** Im Aufbaukurs werden die einzelnen Prozesse und die Arbeit mit der Fallkonzeptionalisierung vertieft sowie schwierige Therapiesituationen thematisiert.

**Zielgruppe:** Alle therapeutischen Berufsgruppen. Voraussetzung ist die Teilnahme an einem ACT Grundkurs

Termine		Kurs-Nr.
30.06. – 01.07.2023	Präsenz	ACT 210-23
	Online	ACT 210-23-0
01.12. – 02.12.2023	Präsenz	ACT 220-23
	Online	ACT 220-23-0

# Emotionsfokussierte Therapie (EFT) nach L. Greenberg

Leitung: Dipl. Psych. Stephanie Heinrichs, Dipl. Psych. Melanie Read

Die Emotionsfokussierte Therapie (EFT) nach Leslie S. Greenberg ist ein wissenschaftlich fundiertes Therapieverfahren, bei welchem das Bewusstsein, die Akzeptanz, das Verstehen und die Veränderung der Emotionen im Zentrum stehen. Im Workshop wird der Schwerpunkt daraufgelegt, wie ein Patient Zugang zu seinem emotionalen Erleben, vor allem zu schmerzhaften Emotionen wie Scham, Traurigkeit und Angst, gewinnt und wie er dysfunktionale Emotionen verändern kann, mit dem Ziel, seine emotionale Kompetenz zu verbessern. Dadurch wächst die Fähigkeit eines Patienten, seine Probleme anzugehen. Das Therapiemodell der EFT wird mit einigen ihrer wichtigen Interventionstechniken vorgestellt und in Kleingruppen geübt (Zwei-Stuhl-Technik, Leere Stuhl-Technik).

Methoden: Referate zur Vermittlung der theoretischen Grundlagen sowie der Interventionsprinzipien. Demonstration von Interventionen an Videobeispielen. Arbeit in Kleingruppen unter Anleitung.

## Einführungskurse EFT

Kosten: 2-tägige Kurse, Präsenz in Freiburg: 360,-

### Einführung in die Emotionsfokussierte Therapie (EFT) – Präsenz in Freiburg

**Inhalte:** Theoretische Grundlagen der EFT, Fähigkeit, die Emotionstypen (primär adaptive, primär maladaptive, sekundäre Emotionen) zu unterscheiden, EFT-typische Interventionen. **Zielgruppe:** PsychotherapeutInnen; Bereitschaft zu Selbsterfahrung ist nicht Bedingung, wäre aber günstig.

Termine		Kurs-Nr.
21.04. – 22.04.2023	Präsenz	EFT 01-23
18.09. – 19.09.2023	Präsenz	EFT 02-23



# Hypnotherapeutische Trancesprache (HYTS)

Leitung: Prof. Dr. Walter Bongartz

Kosten: 2-tägige Kurse, Präsenz in Freiburg / Online: 360,-

Im Rahmen der Modularisierung von Psychotherapie erfahren hypnotherapeutische Methoden hohe Wertschätzung sowohl in der Verhaltenstherapie als auch in tiefenpsychologisch orientierter Psychotherapie.

Hypnose ist ein erfahrungsbasiertes Verfahren, das in einem veränderten Bewusstseinszustand einen direkten Einfluss auf körperliche und emotionale Prozesse ermöglicht. Wesentlich für die therapeutische Arbeit mit Hypnose ist die Kommunikation mit dem Patienten während der hypnotischen Trance, die seitens der Therapeutin bzw. des Therapeuten Fertigkeiten im Hinblick auf die Sprache der Trance voraussetzt. In den letzten Jahren haben wir uns mit den Trancesprachen über die ganze Welt verstreuter Kulturen (Aranda-Aborigines, Navajos, San-Buschleute etc.) beschäftigt. Diese Sprachen haben alle die gleiche Struktur (bestimmte Wiederholungs- und Formulierungsmuster). Es scheint geradezu als hätte die Menschheit über Jahrtausende die beste Trancesprache gefunden. Diese Sprachform erlaubt eine besonders effektive Aktivierung von Imaginationen und Vertiefung des Tranceerlebens.

In den Kursen wird zunächst selbst erfahren wie mit Hilfe dieser sehr einfach zu lernenden und umzusetzenden Sprachform eine Trance induziert und vertieft wird. Im Rahmen der beiden Kurse wird die therapeutische Anwendung von Hypnose nicht über ganze Behandlungspläne für bestimmte Störungen „ausgebreitet“, sondern jeweils als eine konkrete Handlungsanweisung für eine klar umschriebene Problemstellung bezüglich einer Störung vermittelt. Es handelt sich also dabei um theorieneutrale Behandlungsmodule für Problemstellungen, die typischerweise bei einer psychosomatischen Behandlung bzw. bei der Behandlung von Süchten, Ängsten, Depressionen auftreten: Wie aktiviere ich jetzt eine positive Emotion (z.B. Selbstvertrauen)? Wie kann ich eine kognitive Umstrukturierung durch eine emotional-imaginative Umstrukturierung ergänzen bzw. ersetzen? Wie gehe ich mit einem craving um? Wie gestalte ich den Identitätsaufbau bei Depressiven etc.?

Die Kursinhalte werden im wesentlichen über praktische Erfahrungen vermittelt (Gruppentrancen, Einzeldemonstrationen, Übungen).

## HYTS Grundkurs – Präsenz in Freiburg / Online

**Inhalte:** Traditionelle Trancesprache und direkte emotionale Regulierung; Anwendungsmodul für psychosomatische Störungen und Ängste (Panik, soziale Phobie, generalisierte Angststörung). **Zielgruppe:** PsychologInnen (Diplom/MA), ÄrztInnen, Kinder- und JugendlichenpsychotherapeutInnen sowie Studierende dieser Fächer.

### Termine

13.02. – 14.02.2023

Online

### Kurs-Nr.

HYTS 01-23-0

24.02. – 25.02.2023

Präsenz

HYTS 02-23

## HYTS Aufbaukurs – Präsenz in Freiburg / Online

**Inhalte:** Traditionelle Trancesprache und implizite emotionale Regulierung; Anwendungsmodul für Depression, chronische Schmerzen, Sucht?

**Zielgruppe:** PsychologInnen (Diplom/MA), ÄrztInnen, Kinder- und JugendlichenpsychotherapeutInnen sowie Studierende dieser Fächer.

### Termine

05.06. – 06.06.2023

Online

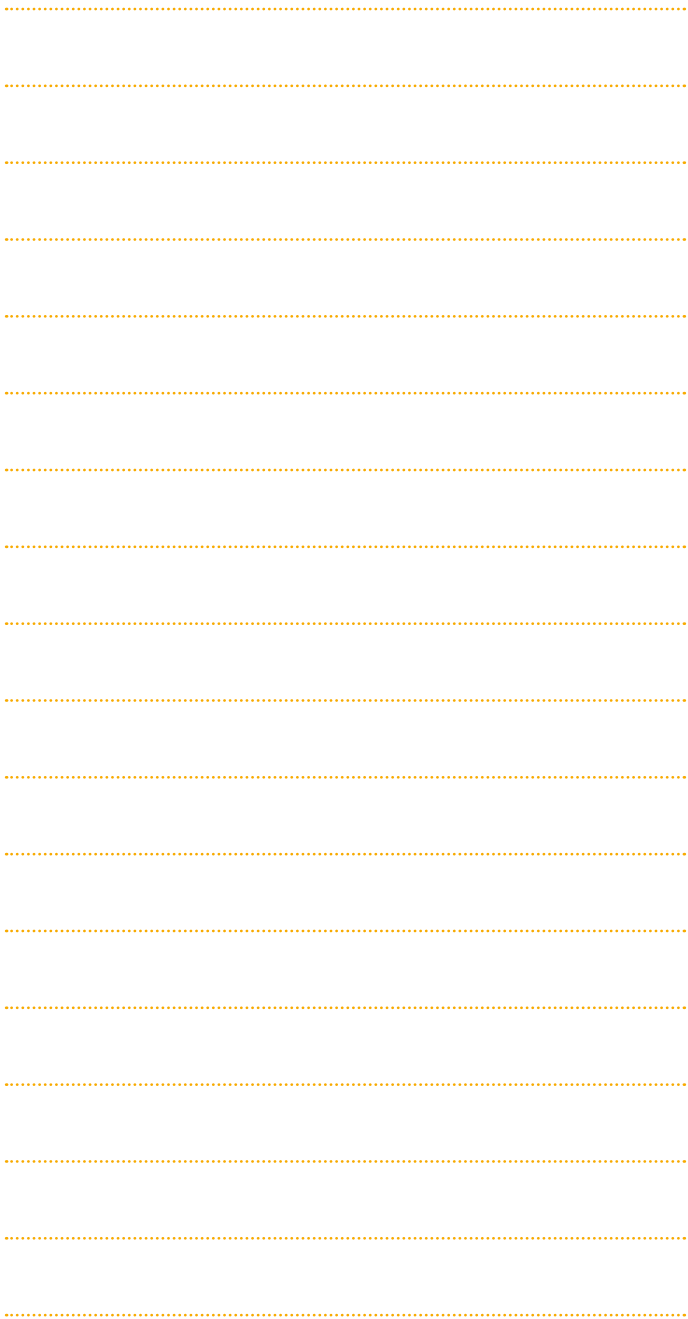
### Kurs-Nr.

HYTS 03-23-0

16.06. – 17.06.2023

Präsenz

HYTS 04-23



**Die Arbeitsgemeinschaft  
Wissenschaftliche Psychotherapie Freiburg (AWP)**

bietet praxisorientierte Fortbildung  
in wissenschaftlich fundierter Psychotherapie.

**Unser Programm richtet sich an:**

- Psychologische und Ärztliche PsychotherapeutInnen
- Pflegepersonal, ErzieherInnen
- SozialarbeiterInnen und KörpertherapeutInnen

**2023 bieten wir folgende wissenschaftlich fundierte  
psychotherapeutische Verfahren an:**

- Dialektisch Behaviorale Therapie (DBT)
- DBT für komplexe PTBS (DBT-PTBS)
- Achtsamkeit in der Psychotherapie (APT)
- Akzeptanz und Commitment-Therapie (ACT)
- Compassion Focused Therapy (CFT)
- Emotionsfokussierte Therapie (EFT)
- Hypnotherapie

**Die Kurse werden nach den Fortbildungsrichtlinien  
der jeweiligen Dachverbände anerkannt:**

- Deutscher Dachverband DBT (DDBT)
- CME-Zertifizierung aller Kurse  
durch Ärzte- und Psychotherapeutenkammern.

**Alle Informationen finden sie auch online unter:**

**[www.awp-freiburg.de](http://www.awp-freiburg.de)**



**Arbeitsgemeinschaft  
Wissenschaftliche Psychotherapie (AWP)**

Postadresse: Salzstraße 20, 79098 Freiburg  
Zugang: Grünwälderstraße 17, 79098 Freiburg  
Tel.: 07 61 / 600 8207 · Fax: 07 61 / 600 8208  
E-Mail: [info@awp-freiburg.de](mailto:info@awp-freiburg.de)