

## DBT - Hilfreiche Dialektisch-Behaviorale-Therapie Strategien für das häusliche Umfeld vermitteln und erproben

Kurs Nr: S 544

### Das bringt Ihnen die Teilnahme am Seminar:

- Gute Theorie-Praxis-Verknüpfung
- Nutzen für das Arbeits- und Alltagsleben

**Termin: 27. April 2023 in der Zeit von 09:00-16:30 Uhr**

**Dozentin:** Frau Susanne Schug B.A., Gesundheits- und Krankenpflegerin, seit 2013 ist sie als Fachpflegekoordinatorin des ZIP, Campus Lübeck, Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik tätig. Zu ihren Aufgaben gehört u.a. die Entwicklung und Durchführung der pflegerischen Inhouse Schulungen, die Anleitung neuer Mitarbeiter und die Ausarbeitung und das Halten von internen und externen Workshops. Sie ist verantwortlich für die Entwicklung und Umsetzung der Achtsamkeitsgruppenkonzepte auf den Stationen und Tageskliniken des ZIP und leitet nach Etablierung der Achtsamkeitsgruppen die Interventionen. Tätigkeiten auf einer onkologisch-hämatologisch und strahlentherapeutischen Station am UKSH und in der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik auf einer verhaltenstherapeutischen Station mit Schwerpunkt DBT für Patienten mit einer Borderline Persönlichkeitsstörung und einer zusätzlich diagnostizierten Essstörung.

In dem 1-tägigen Workshop werden Skills zum sinnvollen Umgang Zuhause, bzw. als ambulante Begleitung zwischen den Intervallen in der Klinik angewendet. Schwerpunkt der Fortbildung ist der Praxisbezug (Beispiele der Teilnehmenden) und das Training unter Anleitung der Dozentin.

### Die Fortbildungsinhalte werden sein:

1. *Kurzvorstellung und Wünsche der Teilnehmer*
2. **Übung:** DBT Partnerübung,, Psychoedukation: : Achtsamkeit als Basis für Veränderung
3. **Übung:** Arm Radius Zitat : „Das habe ich noch nie vorher versucht also bin ich völlig sicher, dass ich es schaffe“.
4. **Übung:** Distanz durch Achtsamkeit  
Bewertungsfreiheit ist nicht das Ziel !  
Umgang mit Gefühlen  
**Schulungsmaterial:** Petition: Gefühle, Mini Handout, Emotionsurfing /Partnerübung
5. **Übung:** Hilfs-Skill  
Entgegengesetztes Handeln, Denken, Fühlen  
Stresstoleranzskillskette,  
Langfristige Stresstoleranzskills  
**Schulungsmaterial :** Stresstoleranzskills- und übungen, Mini Handout, Längerfristige Stresstoleranzskills
6. **Übung:** Tomaten auf den Augen  
Spannungszeichen: Spannung einschätzen, Instruktionen, Angenehme Aktivitäten  
**Schulungsmaterial:** Instruktionskarten, Achtsamkeitskarten, Strukturplan ( Mahlzeiten) Düfte  
Mini Handout: Selbstvalidierung

**Zielgruppe:** Mitarbeiter\*innen, welche Menschen beraten, betreuen oder begleiten, die Intervalltherapien durchführen

**Kosten:** € 159,-, zzgl. 7% MwSt., incl. Verpflegung und Teilnehmerzertifikat

**Seminarort:** Katharinenstraße 11, 23554 Lübeck; 3. Stock, im Seminarraum von FoCuS

**Anmeldung:** FoCuS, Petra Pontow Katharinenstraße 11, 23554 Lübeck ☎ 0451-14008-61  
E-Mail: [info@bildungimfocus.de](mailto:info@bildungimfocus.de) - **Anmeldeschluss: 13. April 2023**

Weitere Fortbildungsangebote finden Sie auf unserer Homepage [www.bildungimfocus.de](http://www.bildungimfocus.de)