



## **39. Weiterbildungsgang/Veranstaltungen**

Sommersemester 2024 (02. März – 26. Mai)

# Akademie für Verhaltenstherapie und Methodenintegration – AIM

September 2023

Liebe Kollegin  
Lieber Kollege

Auf den folgenden Seiten finden Sie das Jahresprogramm Ihres Weiterbildungsganges für das Sommersemester 2024 und das Wintersemester 2024/25. Die für Sie relevanten Kurse sind dort im Überblick dargestellt beschrieben.

Sie erhielten automatisch eine Platzreservation für diese Kurse. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich und eine Anmeldebestätigung erfolgt nicht.

**Bitte informieren Sie die Geschäftsstelle frühzeitig, falls Ihre Teilnahme an einem Kurs nicht möglich ist.** Wir können diesen Platz dann an „Nachholende“ weiter vergeben.

Die Kursgebühren (u. ev. Kleingruppensupervisionsgebühren) werden pro Semester in Rechnung gestellt und sind innerhalb der genannten Fristen zu begleichen.

Am Ende eines Semesters erhalten Sie getrennte Gesamtbescheinigungen zu den von Ihnen besuchten Kursen und Kleingruppensupervisionen (nur nach Eingang der Semestergebühren).

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte unserer Homepage.

Mit freundlichen Grüßen und vielen Anregungen für Ihre Tätigkeit

Ihre AIM

# Veranstaltungsorte

## Abkürzung im Programm

Schulungsräume Bern

Basel Studentenhaus

## Veranstaltungsort

Schulungsräume Bern  
Zähringerstr. 25, 3012 Bern  
(Schulungsräume der AIM im  
Untergeschoss)

Studentenhaus  
Herbergsgasse 7, 4051 Basel  
(Raum ist signalisiert)

# Überblick zum Jahresprogramm

(SS 2024)

## Sommersemester 2024

### 39. Weiterbildungsgang (8. Semester)

02./03.03.24 Dr. phil. K. Bader  
27./28.04.24 Dr. rer. nat. I. Lorenz  
25./26.05.24 N. Zöch-Schüpbach

ACT - Akzeptanz- und Commitment-Therapie  
NET-Narrative Expositionstherapie  
Körperpsychotherapie



# Einführung in die Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT)

Seminarleiter	Klaus Bader
Termin	02./03.03.2024
Beginn	9.15 Uhr
Ort	Studentenhaus Basel

## Beschreibung/Themen des Seminars

Die Akzeptanz- und Commitment-Therapie ist ein transdiagnostischer Behandlungsansatz, welcher der dritten Welle der Kognitiven Verhaltenstherapie zugeordnet wird und weltweit rasche Verbreitung findet. ACT ist in über 150 kontrollierten Studien auf seine Wirkung untersucht worden und seit 2011 in den USA als empirisch gut gestützte Therapieform staatlich anerkannt. Insbesondere bei Angststörungen, Depressionen, Essstörungen, Drogenmissbrauch, chronischen Schmerzen, psychotischen Symptomen und Partnerschaftsproblemen konnte die Effektivität empirisch bestätigt werden. ACT beruht auf Ergebnissen psychologischer Grundlagenforschung zur Funktion menschlicher Sprache, der Weitergabe symbolischen Wissens und Erfahrungen, sowie der Funktion von mentalen Prozessen bei fehlender Verhaltensflexibilität. Denken und sprachliche Prozesse werden dabei als eine Form gelerntes Verhaltens innerhalb relationaler Netzwerke betrachtet. Psychische Inflexibilität gilt in ACT als eine wesentliche Ursache psychischen Leidens, weil Sprach- und Denkprozesse in bestimmten schwierigen

Lebenssituationen verhindern können, sich so zu

verhalten, dass es den langfristigen Zielen und den dahinterstehenden Werten einer Person dient. Wesentliches Ziel der Therapie ist es, einen Lernprozess in Gang zu setzen, der zur Reduzierung von Erlebnisvermeidung und zu mehr engagierten und werteorientierten Handeln führt. In ACT wird überwiegend mit Metaphern, natürlichen Paradoxien, erlebnisorientierten Übungen und intensiver Beziehungsgestaltung gearbeitet.

Dieser Workshop gibt eine Einführung in die theoretischen Grundlagen von ACT und vermittelt erlebnisnah ein breites Spektrum an Interventionen zur Erhöhung der psychischen Flexibilität sowie die zugrundeliegende therapeutische Haltung.

## Literatur

- Harris, Russ (2020). ACT leicht gemacht - Ein grundlegender Leitfaden für die Praxis der Akzeptanz- und Commitment-Therapie. Arbor Verlag.
- Wengenroth, Matthias (2017). Therapie-Tools Akzeptanz- und Commitmenttherapie. Beltz.

# Narrative Expositionstherapie (NET) zur Behandlung von Traumafolgestörungen

Seminarleiterin Isabel Lorenz  
Termin 27./28.04.2024  
Beginn 9.15 Uhr  
Ort Schulungsräume Bern

## Beschreibung/Themen des Seminars

Die Narrative Expositionstherapie (NET) ist eine Methode zur Behandlung von Traumafolgestörungen, die an der Universität Konstanz von Thomas Elbert, Maggie Schauer und Frank Neuner entwickelt und in zahlreichen Studien untersucht wurde (z.B. Elbert, Schauer & Moran, 2015, Hensel-Dittmann, Schauer, Ruf, et al., 2011).

Der NET liegt die Annahme zugrunde, dass es bei einer Traumatisierung aufgrund der massiven psychologischen Belastung zur mangelhaften oder fehlenden Verortung der traumatischen Szene im Gehirn kommt und so kalte Gedächtnisinhalte (Daten, Fakten, Orte) und heisse Gedächtnisinhalte (Gefühle, Körper- und Sinneswahrnehmungen) unverbunden bleiben. Durch die folgende Entstehung eines Bedrohungsnetzwerkes können auch scheinbar banale Auslöser (z.B. Gerüche, Körperempfindungen) zu heftigen Flashbacks führen. Der Fokus der therapeutischen Arbeit liegt auf der Rekonstruktion der Erinnerungen durch eine chronologische Aufarbeitung der Lebensgeschichte.

Im Workshop wird den Teilnehmenden auf übersichtliche Weise das Störungsmodell der NET auf Basis des wissenschaftlichen Hintergrundes vermittelt sowie ein Überblick über aktuelle Effektivitätsstudien gegeben. In Form von Live-Demonstrationen, Videobeispielen, Gross- und Kleingruppenübungen wird die Methode praxisnah geübt und kann somit sowohl in der Therapeutenrolle als auch in der Selbsterfahrung erlebt und erlernt werden.

Lernziele: Kenntnisse von neurophysiologischen Hintergründen der Traumaentstehung sowie der Aufrechterhaltung der Symptome vertiefen,

Verstehen des Behandlungsrationalis, technische Durchführung der Narrativen

Expositionstherapie, Indikation und Kontraindikation erkennen.

## Literatur

- Neuner, F., Catani, C., Schauer, M. (2021): Narrative Expositionstherapie. Göttingen: Hogrefe
- Elbert, T., Schauer, M. & Neuner, F. (2015): Narrative Exposure Therapy (NET) - reorganizing memories of traumatic stress, fear and violence. In U. Schnyder & M. Cloitre (Eds.), Evidence Based Treatments for Trauma-Related Psychological Disorders: A Practical Guide for Clinicians (pp. 229-253). Berlin: Springer
- Hensel-Dittmann, D., Schauer, M., Ruf, M., Catani, C., Odenwald, M., Elbert, T. & Neuner, F. (2011). Treatment of traumatized victims of war and torture: a randomized controlled comparison of narrative exposure therapy and stress inoculation training. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 80(6), 345-352.

# Körper und Psyche im psychotherapeutischen Setting

Seminarleiterin    Nadja Zöch-Schüppbach  
Termin             25./26.05.2024  
Beginn            9.15 Uhr  
Ort                 Schulungsräume Bern

## **Beschreibung/Themen des Seminars**

Dass sich Körper und Psyche gegenseitig beeinflussen und über unser Wohlbefinden bestimmen ist nichts Neues. Auch dass das Autonome Nervensystem (ANS) dabei eine zentrale Rolle als Vermittler zwischen Körper und Psyche innehat. Doch wie können wir dieses Wissen konkret nutzen und praxisnah in unseren psychotherapeutischen Alltag einfließen lassen?

Der Schwerpunkt dieses Seminars liegt auf dem Verständnis der Funktion des Nervus Vagus als Teil des ANS im Zusammenhang mit psychischen Beschwerden wie Depression, Schlafstörungen, psychosomatischen Beschwerdebildern (Schmerz) und konkreten Möglichkeiten der positiven Beeinflussung auf körperlicher Ebene.

## **Kursinhalte und Lernziele**

Anhand von Praxisbeispielen mit stressbedingtem, psychosomatischem Schwerpunkt und kurzen Theorieblöcken auf dem Hintergrund des Nervus Vagus und der Polyvagaltheorie von Stephen Porges sowie körperorientierten Ansätzen wie der Feldenkrais Methode wird ein Überblick über die Möglichkeiten des Einbezugs des Körpers besprochen sowie konkrete Indikationsmöglichkeiten. Auch die Rolle von Körperhaltung und Stimmungsbeeinflussung findet aus der Forschung Einzug in die Praxisumsetzung.

Sie werden nach Abschluss des Seminars eine gut integrierbare Vorstellung vom Nervensystem in Ihre psychotherapeutische Arbeit erworben haben. Sie haben die Grundkenntnisse mit konkreten Möglichkeiten erworben,

Ihre Klienten auch über den Körperfokus verbal hilfreich bei psychosomatischen Beschwerden zu unterstützen.

## **Kursdidaktik**

- Anleitungen von Übungen zur Selbsterfahrung und Fallbeispiele für den Praxisbezug
- Diskussionsrunden zur Vertiefung und Integration des Gelernten auf kognitiver Ebene
- Folien und Flipchart zur Lernunterstützung inkl. Begleitskript für eigene Notizen
- Literaturtipps zur Möglichkeit der Vertiefung

## **Literatur**

Wird in der Veranstaltung bekannt gegeben

