



Deutsche
Psychologen
Akademie



BERLINER FORTBILDUNGSWOCHE BODY & SOUL

STRESSBEWÄLTIGUNG, ENTSPANNUNG UND GESUNDE LEBENSFÜHRUNG

22.–27. MÄRZ 2021

NEU

UNSER NEUES SEMINARPROGRAMM
AB SOFORT KOSTENLOS BESTELLEN UNTER
WWW.PSYCHOLOGENAKADEMIE.DE



BERLINER
FORTBILDUNGSWOCHE
BODY & SOUL
STRESSBEWÄLTIGUNG,
ENTSPANNUNG UND
GESUNDE LEBENSFÜHRUNG

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

Stressreduktions- und Entspannungsverfahren sind wirksame therapeutische Begleiter für verschiedenste Belastungssituationen und Störungsbilder. Mit einer guten Übertragbarkeit in den Alltag unterstützen Entspannungs- und Meditationstechniken, Ansätze der Prävention und Hilfestellungen für weit verbreitete Beschwerden die seelische sowie körperliche Gesundheit im Sinne ganzheitlicher Ansätze. Vor diesem Hintergrund setzt die Berliner Fortbildungswoche Body & Soul den Akzent auf die Themen Entspannung, Achtsamkeit, Resilienz, gesunde Lebensführung und innere Balance.

Praxisnahe Workshops geben wertvolle Einblicke in Techniken, die das professionelle Vorgehen in Therapie und Beratung wunderbar bereichern. Sie erfahren, wie Sie Ressourcen aktivieren, Stress effektiv bewältigen, eine gesunde Lebensweise unterstützen, die Regenerationsfähigkeit steigern und eine positive Ausgeglichenheit erreichen. Diese Techniken entsprechen einem ganzheitlichen Blick auf Themenbereiche in klinisch-therapeutischen Anwendungsfeldern und können auch in Beratung, Coaching und Gesundheitsförderung eingesetzt werden.

Freuen Sie sich auf 13 Seminare der Berliner Fortbildungswoche Body & Soul vom 22. - 27.03.2021 in Berlin. Alle Seminare wurden zur Zertifizierung bei der Berliner Psychotherapeutenkammer beantragt, die auch durch die Landesärztekammer Berlin anerkannt wird. Alle Veranstaltungen finden Sie auf den folgenden Seiten, sodass Sie Ihr persönliches Fortbildungsprogramm zusammenstellen können.

Katrin Frick

Bereichsleitung Gesundheitspsychologie,
Wirtschaftspsychologie, Coaching, Beratung und Supervision
Deutsche Psychologen Akademie

Resilienztrainings erfolgreich leiten – Ein Training für TrainerInnen

Doz.: Dipl.-Psych. Myriam Rubert

Viele Organisationen suchen für ihre Mitarbeitende Seminarangebote zum Thema Resilienz. Dieses Training für TrainerInnen ermöglicht Ihnen, solche Kundenanliegen zu bedienen und mit psychologischem Hintergrundwissen fundiert auszufüllen. Alle Übungen des später anzubietenden Trainingsprogramms werden im Seminar selbst durchgeführt und in ihrer Wirkung reflektiert. Rollenspiele helfen, das neu erworbene Trainingswissen praktisch zu erproben.

Wesentliche Inhalte:

- Möglichkeiten und Grenzen von Resilienztrainings im Unternehmenskontext, Besonderheiten der Zielgruppe, inhaltliche Impulse zur Vermittlung des Resilienzkonstrukts (Wie können Sie als TrainerIn „Resilienz“, erklären und vermitteln?)
- Methoden und viele praktische Übungen zur Steigerung individueller Resilienz (Wie können Sie die Widerstandskraft von Seminarteilnehmenden konkret stärken?)

Das Seminar ermöglicht Ihnen, Ihr Angebotsportfolio als TrainerIn um den Aspekt der „Resilienz“ zu erweitern. Sie erarbeiten ein in der Praxis sofort einsetzbares Trainingskonzept und lernen, Resilienztrainings im Betrieblichen Gesundheitsmanagement und anderen Anwendungsfeldern zu planen und kompetent durchzuführen.

Diese Veranstaltung ist geeignet für: PsychologInnen; Psychologische PsychotherapeutInnen; PsychotherapeutInnen in Ausbildung; ÄrztInnen; Coaches + SupervisorInnen; TrainerInnen; BeraterInnen

B1	PTK-Punkte beantragt
Termin	22.-23.03.2021
Ort	Berlin
Unterrichtseinheiten	16
Gebühr	345,00 €
Gebühr für BDP-Mitglieder	325,00 €
Gebühr für Studierende	276,00 €
Frühbucher-Rabatt	20,00 €
bis zum	25.01.2021
Buchungs-Code	B2021-GF-13

Eine neue Balance finden – Yoga in der Schmerztherapie

Doz.: Dipl.-Psych. Jenny Schlegel

Chronische Schmerzzustände illustrieren deutlich die Wechselbezüglichkeit zwischen Körper und Seele. Um einer biopsychosozialen Sichtweise von Schmerz in der Psychotherapie gerecht zu werden, empfiehlt es sich, auch körpertherapeutische Elemente zu nutzen. Yoga bietet hier viele Möglichkeiten, um achtsame Körperwahrnehmung, Bewusstheit, Selbstwirksamkeit, Beweglichkeit und Entspannung zu stärken. Schmerzen können als Rhythmusstörungen verstanden werden und mit Hilfe von Yoga kann es gelingen das Wechselspiel von Anspannung und Entspannung wieder in Balance zu bringen.

Wesentliche Inhalte:

- Biopsychosoziales Modell chronischer Schmerzen
- Embodiment-Ansätze in der Psychotherapie
- Kernelemente einer achtsamen Yogapraxis und Wirkfaktoren von Yoga
- Erlernen von einfachen Yoga- und Achtsamkeitsübungen bei chronischen Schmerzen

In dem Seminar erlernen Sie einfache Yogaübungen, die mit SchmerzpatientInnen in der Einzeltherapie oder in der Gruppe angewendet werden können. Das biopsychosoziale Verständnis von Schmerz soll gestärkt werden und die Bedeutung von Verkörperungsprozessen (Embodiment) in Theorie und Praxis erlebbar gemacht werden.

Diese Veranstaltung ist geeignet für: PsychologInnen; Psychologische PsychotherapeutInnen; BSc. Psychologie; ÄrztInnen; Studierende (Master kurz vor dem Abschluss)

B2	PTK-Punkte beantragt
Termin	22.03.2021
Ort	Berlin
Unterrichtseinheiten	8
Gebühr	190,00 €
Gebühr für BDP-Mitglieder	175,00 €
Gebühr für Studierende	152,00 €
Frühbucher-Rabatt	20,00 €
bis zum	25.01.2021
Buchungs-Code	B2021-GF-77

Achtsamkeitsbasierte Stressbewältigung – MBSR-Kompaktseminar

Doz.: Dipl.-Psych. Ulrike Juchmann

Viele Menschen fühlen sich durch zunehmenden Zeitdruck, fehlende Wertschätzung und eine unübersichtliche Informationsfülle gestresst und überfordert. Auch eigene Ansprüche und innere Haltungen wie Perfektionismus oder Selbstkritik führen zu innerem Druck. MBSR lässt eigene Stressmuster erkennen und bietet ein Übungsprogramm, das durch meditative Übungen in Ruhe und Bewegung die Resilienz stärkt.

Wesentliche Inhalte:

- Definition von Achtsamkeit
- Wie Achtsamkeit bei Stress hilft
- Struktur, Aufbau und Methodik von MBSR kennen lernen
- Body Scan, Sitzmeditation, Gehmeditation und achtsame Bewegung praktisch erfahren
- Informationen gewinnen, wie MBSR gelernt und vertieft werden kann
- Integration in den Alltag

Durch MBSR lernen Sie den Aufbau einer eigenen Meditationspraxis. Die Haltung der Achtsamkeit wird durch Meditation gestärkt und kann dann auch im Alltag bewusster eingenommen werden. Sie lernen Ihre Gewohnheitsmuster im Umgang mit Stress kennen und entwickeln neue Formen der Stressbewältigung. MBSR stellt Methoden zur Verfügung und kultiviert innere wohlthuende Haltungen von Freundlichkeit, Offenheit und Gelassenheit.

Diese Veranstaltung ist geeignet für: PsychologInnen; Kinder- und JugendpsychotherapeutInnen; Psychologische PsychotherapeutInnen; ÄrztInnen; Studierende

B1	PTK-Punkte beantragt
Termin	22. – 23.03.2021
Ort	Berlin
Unterrichtseinheiten	16
Gebühr	477,00 €
Gebühr für BDP-Mitglieder	437,00 €
Gebühr für Studierende	382,00 €
Frühbucher-Rabatt	20,00 €
bis zum	25.01.2021
Buchungs-Code	B2021-GF-43



TIPP

Viele weitere Seminare zum Thema unter **www.psychologenakademie.de** im Bereich Gesundheitspsychologie in der Unterkategorie Stressbewältigung und Entspannung

Du kannst die Wellen nicht anhalten, aber lernen auf ihnen zu reiten – Achtsamkeit im beruflichen Kontext

Doz.: Dipl.-Psych. Martina Amberg

Ansprüche verschiedenster Zielgruppen, Zeitdruck, der Wunsch, wirklich gute Arbeit zu leisten, der Druck, wechselnde Vorgaben auch unter ungünstigen Bedingungen zu erfüllen - all diese Faktoren führen für viele heute zu einer hohen Stressbelastung, oft verbunden mit dem Gefühl, wenig Einfluss auf die Situation zu haben. Um sich von diesen Belastungen nicht unterkriegen zu lassen, ist es wichtig, aktiv und bewusst damit umzugehen, denn: Du kannst die Wellen nicht anhalten - aber du kannst lernen, auf ihnen zu reiten.

Wesentliche Inhalte:

- Wissenswertes rund um „Achtsamkeit“
- Wissenswertes rund um „Stress“
- Einfache alltagstaugliche Übungen zur Förderung von Achtsamkeit, Entspannung und Gelassenheit
- Wirkungen von Achtsamkeit
- Achtsame Kommunikation
- Anregungen zur Anwendung von Achtsamkeit im Alltag

Das Tagesseminar trainiert und stärkt Achtsamkeit mit einfachen Übungen, um dadurch zu mehr Klarheit und Gelassenheit im Alltag zu finden.

Diese Veranstaltung ist geeignet für: PsychologInnen; HR-Fachkräfte (Betriebliches Gesundheitsmanagement); Coaches + SupervisorInnen; BeraterInnen

Neues Seminar B1
PTK-Punkte beantragt

Termin	23.03.2021
Ort	Berlin
Unterrichtseinheiten	8
Gebühr	235,00 €
Gebühr für BDP-Mitglieder	220,00 €
Gebühr für Studierende	188,00 €
Frühbucher-Rabatt	20,00 €
bis zum	26.01.2021
Buchungs-Code	B2021-GF-45

Achtsame Wege aus der Depression – Das MBCT-Kursprogramm

Doz.: Dipl.-Psych. Ulrike Juchmann

Psychische Gesundheit ist verstärkt ein Thema des betrieblichen Gesundheitsmanagements. MBCT bietet ein fundiertes Programm für den Umgang mit depressiven Episoden, Ängsten und chronischen Schmerzen. Es ist besonders nach einem Klinikaufenthalt, therapiebegleitend oder auch bei der Wiedereingliederung ins Arbeitsleben unterstützend.

Wesentliche Inhalte:

- Das Rückfallgeschehen bei Depressionen
- Entwicklung, Aufbau und Methodik von MBCT kennen lernen
- Die Bedeutung des regelmäßigen Innehaltens
- Meditationen selbst erfahren (Gedankenmeditation, Sich dem Schwierigen zuwenden, Mettameditation)
- Die verhaltenstherapeutischen Übungen von MBCT erproben
- Unterschiede zwischen MBSR und MBCT verstehen

Sie lernen mit MBCT ein wirksames Verfahren kennen, das bei vielen psychischen Erkrankungen einen achtsamen Umgang mit Herausforderungen schult und als Rückfallprophylaxe wirkt. Durch den hohen Praxisbezug erhalten Sie Anregungen für die eigene Tätigkeit im klinischen Bereich und/oder in Feld der Gesundheitsförderung. Das neu erschienene Buch der Dozentin "Achtsamkeitsbasierte Psychotherapie bei Depressionen und Ängsten" ist im Seminarpreis enthalten.

Diese Veranstaltung ist geeignet für: PsychologInnen; Psychologische PsychotherapeutInnen; ÄrztInnen

B1 PTK-Punkte beantragt

Termin	24.-26.03.2021
Ort	Berlin
Unterrichtseinheiten	16
Gebühr	457,00 €
Gebühr für BDP-Mitglieder	417,00 €
Gebühr für Studierende	366,00 €
Frühbucher-Rabatt	20,00 €
bis zum	27.01.2021
Buchungs-Code	B2021-GF-44



Deutsche
Psychologen
Akademie

NEU

DU KANNST DIE WELLEN NICHT ANHALTEN, ABER LERNEN AUF IHNEN ZU REITEN

ACHTSAMKEIT IM BERUFLICHEN KONTEXT

23. MÄRZ 2021

Weitere Informationen sowie Hinweise zu Sonderkonditionen und Frühbucher-rabatten erhalten Sie unter www.psychologenakademie.de

Sie haben Fragen zu dieser Veranstaltung? Wir beraten Sie gern unverbindlich:

Yvette Jendreizik
Tel (030) 209 166-333
y.jendreizik@psychologenakademie.de

Achtsamkeit ist ein seit Jahrzehnten erprobter und hilfreicher Weg der Stressreduktion. Dahinter verbirgt sich die Fähigkeit, die eigene Aufmerksamkeit unvoreingenommen, freundlich und umfassend dem jeweils gegenwärtigen Augenblick zuzuwenden. Die Idee der Achtsamkeit ist in den zurückliegenden Jahren vor allem durch Jon Kabat-Zinns Konzept MBSR – Mindfulness Based Stress Reduction/Stressbewältigung durch Achtsamkeit bekannt geworden. Achtsamkeit können wir mit einfachen Übungen trainieren und stärken, um dadurch zu mehr Klarheit und Gelassenheit im Alltag zu finden.

Die Dozentin Martina Amberg ist Diplom-Psychologin, Buchautorin und arbeitet als Coach für Fach- und Führungskräfte (Senior Coach/BDP) sowie als zertifizierte Achtsamkeitstrainerin nach dem MBSR-Konzept.

Gesunder Schlaf – aber wie? Prävention und Behandlung von Ein- und Durchschlafstörungen

Doz.: Dipl.-Psych. Ulrike von Dellemann;
Dr. Gabriele Valerius

Ein- und Durchschlafstörungen – wer kennt das nicht? Die Ursachen sind vielfältig. Analog zum biopsychosozialen Modell lassen sich eine anlagebedingte Vulnerabilität, akute Belastungsfaktoren mit einhergehender physiologisch-emotionaler Anspannung sowie Fehlverhaltenweisen und dysfunktionale Kognitionen unterscheiden. PsychologInnen und ÄrztInnen sind häufig mit Schlafstörungen konfrontiert, bieten präventive Maßnahmen oder über eine medikamentöse Behandlung hinausgehende Therapieansätze jedoch nur selten an, weil neben der Zeit oft auch Wissen und Ansätze zur Verhaltensmodifikation fehlen. Das praxisorientierte Seminar schließt diese Lücke.

Wesentliche Inhalte:

- Eine Einführung in das Thema Schlaf (Physiologie, Funktionen von Schlaf, Diagnostik)
- Hintergrundwissen: Schlafstörungen
- Vorstellung verhaltenstherapeutischer Techniken zur Prävention und Behandlung von Insomnien und praktische Übung des vorgestellten Gruppenprogramms
- Exkurs: Besonderheiten verschiedener Altersgruppen: Kinder – Jugendliche – Erwachsene – Alterspatienten

Nach Besuch des Seminars können Sie das Gruppenprogramm sowohl zur Prävention stressbedingter Ein- und Durchschlafstörungen als auch zur Behandlung bestehender Insomnien anwenden.

Diese Veranstaltung ist geeignet für: PsychologInnen; Psychologische PsychotherapeutInnen; ÄrztInnen; Studierende (Master kurz vor dem Abschluss)

B2	PTK-Punkte beantragt
Termin	24.-25.03.2021
Ort	Berlin
Unterrichtseinheiten	15
Gebühr	390,00 €
Gebühr für BDP-Mitglieder	355,00 €
Gebühr für Studierende	312,00 €
Frühbucher-Rabatt	20,00 €
bis zum	27.01.2021
Buchungs-Code	B2021-GF-2

Neuanfang wagen – Das Potential des Yoga in Krisen nutzen

Doz.: Dipl.-Psych. Kerstin Meyer-Krems

Krisenzeiten gehören zum Menschenleben. Andererseits leben wir in einer Zeit, in der vieles kontrollierbar erscheint. Die Annahme, dass uns persönlich eine Naturkatastrophe oder eine neuartige Krankheit betreffen könnte, ist fast verloren gegangen aufgrund unseres Vertrauens in die äußerliche Machbarkeit. Dies scheint ein zutiefst menschlicher Prozess zu sein, denn in den alten Yogaschriften wird genau dies als Ursprung menschlichen Leids beschrieben. Doch „jede unserer mentalen Aktivitäten kann dazu beitragen, dass wir Beschweris erfahren oder dass wir uns wohler fühlen“ sagt Patanjali im Yoga Sutra.

Wesentliche Inhalte:

- Yogaphilosophische und psychologische Grundlagen
- Ganzheitliche Ansätze zum Umgang mit Krisen
- Konkrete Umsetzung yogischer Mini-Tools im psychotherapeutischen Kontext
- Yoga als psychophysisch nährendes Fundament zur eigenen Psychohygiene
- Praktisches Ausprobieren, Erleben und Üben unterschiedlichster yogischer Techniken

Im Seminar entdecken Sie das Potential von Yoga als ganzheitlicher Methode. Neben der für TherapeutInnen hilfreichen Persönlichkeitsentfaltung steht die Verringerung menschlichen Leidens im Einklang mit der Intention von Psychotherapie. Yoga als Übungsweg (Sadhana), der auf das eigene Entwicklungspotential und „Heilung“ abzielt, kann Sie sowohl persönlich als auch für die therapeutische Arbeit bereichern.

Diese Veranstaltung ist geeignet für: PsychologInnen; Psychologische PsychotherapeutInnen; ÄrztInnen; Coaches + SupervisorInnen; Studierende (Studierende Master)

Neues Seminar	B2
PTK-Punkte beantragt	
Termin	24.03.2021
Ort	Berlin
Unterrichtseinheiten	8
Gebühr	190,00 €
Gebühr für BDP-Mitglieder	175,00 €
Gebühr für Studierende	152,00 €
Frühbucher-Rabatt	20,00 €
bis zum	27.01.2021
Buchungs-Code	B2021-GF-9



Deutsche
Psychologen
Akademie



NEU

NEUANFANG WAGEN DAS POTENTIAL DES YOGA IN KRISEN NUTZEN

24. MÄRZ 2021

Das Seminar liefert vielfältige Impulse zum Einsatz von Yoga als ganzheitliche Methode und richtet sich insbesondere an PsychologInnen, PsychotherapeutInnen und ÄrztInnen, die sich für Persönlichkeitsentwicklung, Body-Mind, körperorientierte Ansätze und deren Integration in die psychotherapeutische Arbeit interessieren. Es sind keine Yoga-Vorkenntnisse notwendig.

Weitere Informationen sowie Hinweise zu Sonderkonditionen und Frühbucher-rabatten erhalten Sie unter www.psychologenakademie.de

Sie haben Fragen zu dieser Veranstaltung? Wir beraten Sie gern unverbindlich:

Yvette Jendreizik
Tel (030) 209 166-333
y.jendreizik@psychologenakademie.de

Die Dozentin Kerstin Meyer-Krems ist Psychologische Psychotherapeutin und arbeitet seit 1999 mit klassischer Verhaltens- und Hypnotherapie in eigener Praxis in Wolfsburg. Nach dem Motto: „Reden reicht nicht“, integrierte sie neben hypnotherapeutischen Methoden und Palliativer Psychotherapie auch traumasensibles Yoga in ihre Arbeit und begann, ihre 20-jährige Erfahrung als niedergelassene Psychotherapeutin mit dem Wissen des Yoga miteinander zu verbinden.

Qigong im therapeutischen Kontext – Ein Kompaktseminar

Doz.: Dipl.-Psych. Rainer Kurschildgen

Das Seminar führt Sie in den ersten Teil der 15 Ausdrucksformen des Taiji Qigong ein. Dabei handelt es sich um eine Übungsreihe, in der die Prinzipien des Qigongs besonders leicht und klar erkennbar werden. Sie verbinden Leichtigkeit und Eleganz mit Stabilität und dynamischer Verwurzelung. Bilder aus der Natur und aus der Welt der Symbole erleichtern das Lernen. Die Prinzipien, die im Qigong geübt und erfahren werden, sind zugleich Lebensprinzipien von großer Tiefe. Die einzelnen Ausdrucksformen bieten vielfältige Anknüpfungspunkte an verschiedene Lebensthemen.

Wesentliche Inhalte:

- Einführung in den ersten Teil der 15 Ausdrucksformen des Taiji Qigongs
- Einführung in die Hintergründe des Qigongs
- Wirkprinzipien
- Qigong aus psychologischer und psychotherapeutischer Sicht
- Anwendungsmöglichkeiten und Felder in Prävention und Therapie

Das Seminar vermittelt Ihnen am Beispiel der 15 Ausdrucksformen grundlegende Aspekte des Qigongs, die auch in anderen Qigongformen von Bedeutung sind (Schritte, Haltungen, Kraftenfaltungen etc). Dieser Teil bietet eine gute Übungsmöglichkeit, in der auch jede Form einzeln, vollständig geübt, ihre Wirksamkeit entfalten kann. Verschiedene Möglichkeiten, Qigong in die psychotherapeutische Arbeit ergänzend einzubinden und Erfahrungen aus dem Qigong in der Therapie aufzugreifen, werden an Beispielen verdeutlicht.

Diese Veranstaltung ist geeignet für: PsychologInnen; Kinder- und JugendpsychotherapeutInnen; Psychologische PsychotherapeutInnen; ÄrztInnen; Ärztliche PsychotherapeutInnen (Psychosomatische Medizin + Psychotherapie); Studierende (Master kurz vor dem Abschluss); Akademische Berufe (GesundheitswissenschaftlerInnen)

Neues Seminar B1
PTK-Punkte beantragt

Termin	25.-27.03.2021
Ort	Berlin
Unterrichtseinheiten	20
Gebühr	510,00 €
Gebühr für BDP-Mitglieder	480,00 €
Gebühr für Studierende	408,00 €
Frühbucher-Rabatt	20,00 €
bis zum	28.01.2021
Buchungs-Code	B2021-GF-100

Den Kopf frei kriegen! Train-the-Trainer-Workshop für das metakognitive Addisca-Training

Doz.: Dr. Oliver Korn Dipl.-Psych.

Ergebnisse aus der psychologischen Forschung zeigen, dass metakognitive Fertigkeiten eine Schlüsselrolle für die Selbststeuerung zukommt. Mit ihrer Hilfe werden auch andere klassische Coaching-Techniken noch effektiver nutzbar. Im Fokus des Addisca-Workshops steht die Praxis und Vermittlung zentraler metakognitiver Instrumente: Kennenlernen und Erleben von Techniken, Training der richtigen Anwendung, Anwendung auf eigene Lebenssituationen, Anwendung in Beratung und Coaching.

Wesentliche Inhalte:

- Theoretische Kenntnisse des metakognitiven Modells der mentalen Selbstregulation: Erklärung der Mechanismen und Denkstrategien. Ein besseres Verständnis für die eigenen Denkprozesse
- Vermittlung und Training von Fertigkeiten: Gesprächsführung auf der Metaebene, zentrale Veränderungstechniken und ihre richtige Anwendung, Transfer in den Alltag
- Selbsterfahrung: Entdecken der vermittelten Inhalte in eigenen Lebenssituationen und Einüben der Fertigkeiten
- Klientenbezogene Anwendung der Fertigkeiten und Anwendung auf verschiedene konkrete Problemstellungen von KlientInnen

Sie erhalten im Seminar das nötige Grundwissen und Training, um metakognitive Techniken bei Ihren KlientInnen einsetzen zu können. KlientInnen berichten, dass sie dadurch mit Belastungen gelassener umgehen können, mit unangenehmen Themen proaktiver und offener umgehen, ineffizientes Grübeln, Sorgen und Ärgern schneller erkennen und unterbrechen sowie leichter Prioritäten setzen können.

Diese Veranstaltung ist geeignet für: PsychologInnen; Psychologische PsychotherapeutInnen; Coaches + SupervisorInnen; TrainerInnen

Neues Seminar B1

Termin	25.03.-16.04.2021
Ort	Berlin
Unterrichtseinheiten	30
Gebühr	640,00 €
Gebühr für BDP-Mitglieder	605,00 €
Gebühr für Studierende	512,00 €
Frühbucher-Rabatt	20,00 €
bis zum	28.01.2021
Buchungs-Code	B2021-GF-110



Deutsche
Psychologen
Akademie

NEU

DEN KOPF FREI KRIEGEN! TRAIN-THE-TRAINER-WORKSHOP FÜR DAS METAKOGNITIVE ADDISCA-TRAINING

25. MÄRZ – 16. APRIL 2021

Der Workshop vermittelt Wissen und Tools, um ineffektive Denkmuster zu erkennen und zu verändern. Diese Fertigkeit erleichtert es, komplexe Entscheidungen zu treffen, Prioritäten zu setzen und mit Stress, Ärger und anderen störenden Emotionen zielgerichtet umgehen zu können. Das Seminar richtet sich insbesondere an KollegInnen, die in ihrer Arbeit mit KlientInnen und PatientInnen ein besonderes Interesse an der Veränderung des Umgangs mit Gedanken, Denkmustern und damit einhergehenden Verhaltensgewohnheiten haben.

Der Dozent Dr. Oliver Korn ist Psychotherapeut und hat als Addisca-Trainer eine mehrjährige Zusatzausbildung im Metakognitiven Ansatz (Prof. Wells/Prof. Nordahl) abgeschlossen. Er nutzt metakognitive Techniken täglich in seiner beruflichen Praxis. Das Addisca-Konzept wurde gemeinsam von Psychologen der Universität Lübeck und erfahrenen Praktikern aus Unternehmen entwickelt. Seit 10 Jahren wird das Training mit Erfolg eingesetzt.

Der 4-tägige Workshop findet an folgenden Terminen statt:
25. – 26.03.2021 und 15. – 16.04.2021

Weitere Informationen sowie Hinweise zu Sonderkonditionen und Frühbucher-rabatten erhalten Sie unter www.psychologenakademie.de

Sie haben Fragen zu dieser Veranstaltung? Wir beraten Sie gern unverbindlich:

Yvette Jendreizik
Tel (030) 209 166-333
y.jendreizik@psychologenakademie.de

CANDIS – Modulare Kurzintervention bei Cannabisstörungen

Doz.: Dr. Heike Rohrbacher

Cannabis ist die in Deutschland am häufigsten konsumierte illegale Substanz. In den vergangenen 10 Jahren sind die Behandlungszahlen wegen Cannabis bedingter psychischer, sozialer, juristischer oder organmedizinischer Probleme sprunghaft angestiegen. CANDIS ist das erste wissenschaftlich erprobte, verhaltenstherapeutische Behandlungsprogramm in Deutschland, das speziell auf Probleme und Bedürfnisse von Jugendlichen und Erwachsenen mit Cannabis bedingten Störungen zugeschnitten ist. Die modulare Kurzzeittherapie basiert auf 10 Sitzungen Einzeltherapie und setzt sich aus den Bausteinen der Motivationsförderung, der kognitiv-behavioralen Therapie und einem Problemlösetraining zusammen.

Wesentliche Inhalte:

- Motivierende Gesprächsführung
- Vorbereitung des Konsumstopps
- Selbstkontrolltechniken
- Rückfallprophylaxe
- Umgang mit cannabispezifischen Entzugssymptomen und Craving
- Problemlösen
- Ablehnungstraining

Im Intensivseminar in kleiner Gruppe lernen Sie, Cannabisstörungen zu erkennen und zu diagnostizieren. Die spezifischen Therapiebausteine des Programms CANDIS werden in Rollenspielen eingeübt und ermöglichen Ihnen die Anwendung in eigener Praxis.

Diese Veranstaltung ist geeignet für: PsychologInnen; Kinder- und JugendpsychotherapeutInnen; Psychologische PsychotherapeutInnen; ÄrztInnen; BeraterInnen; Suchtberatung; Studierende (Master kurz vor dem Abschluss)

B2	PTK-Punkte beantragt
Termin	25.-26.03.2021
Ort	Berlin
Unterrichtseinheiten	16
Gebühr	415,00 €
Gebühr für BDP-Mitglieder	380,00 €
Gebühr für Studierende	332,00 €
Frühbucher-Rabatt	20,00 €
bis zum	28.01.2021
Buchungs-Code	B2021-GF-23

Stressbewältigungstrainings für Kinder und Jugendliche – Kursleiterschulung

Doz.: Prof. Dr. Arnold Lohaus; Dr. Johannes Klein-Heßling

Bereits bei Kindern und Jugendlichen werden Stresssymptome wie Nervosität, Unkonzentriertheit, Kopf- und Bauchschmerzen oder Schlafschwierigkeiten diagnostiziert. Die Mehrheit der Kinder und Jugendlichen berichtet zwar konkrete Stresserlebnisse, weiß aber nur wenig darüber, was dagegen konkret zu tun wäre. Die Förderung der Stressbewältigungskompetenzen von Kindern und Jugendlichen ist daher ein zentrales Praxisfeld der Prävention und Gesundheitsförderung. Basierend auf aktuellen Befunden zur Stressverarbeitung lernen Sie im Seminar relevante Bausteine zur Vermittlung eines altersgerechten Stressmodells sowie der Veränderung von Situationseinschätzungen und Stressbewältigungskompetenzen von Kindern kennen.

Wesentliche Inhalte:

- Diagnoseinstrumente zu Stresserleben, -symptomatik und -bewältigung bei Kindern und Jugendlichen
- Multi-methodale Ansätze zur Prävention
- Interventionsansätze

Erste praktische Erfahrungen ermöglichen es Ihnen, selbständig für verschiedene Anwendungskontexte geeignete Maßnahmen zu erarbeiten. Die Veranstaltung beinhaltet eine Qualifizierung zur Kursleitung für die Programme, Bleib locker – Stressbewältigung für Kinder und SNAKE – Stress nicht als Katastrophe erleben – Ein Stressbewältigungstraining für Jugendliche.

Dieses Seminar ist auch am Alternativtermin 10. – 11.09.2021 buchbar. Buchungscode: B2021-GF-30

Diese Veranstaltung ist geeignet für: PsychologInnen; Kinder- und JugendpsychotherapeutInnen; Psychologische PsychotherapeutInnen; BSc. Psychologie; ÄrztInnen

B1, B2	PTK-Punkte beantragt
Termin	26.-27.03.2021
Ort	Berlin
Unterrichtseinheiten	16
Gebühr	390,00 €
Gebühr für BDP-Mitglieder	365,00 €
Gebühr für Studierende	315,00 €
Frühbucher-Rabatt	20,00 €
bis zum	29.01.2021
Buchungs-Code	B2021-GF-3



Deutsche
Psychologen
Akademie

STRESSBEWÄLTIGUNGSTRAININGS FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

KURSLEITERSCHULUNG

26. – 27. MÄRZ 2021

Bereits bei Kindern und Jugendlichen werden Stresssymptome wie Nervosität, Unkonzentriertheit, Kopf- und Bauchschmerzen oder Schlafschwierigkeiten diagnostiziert. Die Förderung der Stressbewältigungskompetenzen von Kindern und Jugendlichen ist daher ein zentrales Praxisfeld der Prävention und Gesundheitsförderung. Das Seminar vermittelt Diagnoseinstrumente zu Stresserleben, -symptomatik und -bewältigung bei Kindern und Jugendlichen sowie multi-methodale Ansätze zur Prävention und Intervention.

Teilnehmerstimmen zu diesem Seminar:

„Hervorragendes Preis-Leistungs-Verhältnis und sehr positive, heitere, geistreiche, selektierte, realitätsnahe Arbeitsatmosphäre.“

„Sehr gelungenes Seminar mit vielen Inhalten, die sich auch auf andere Bezugsgruppen übertragen lassen.“

„Gutes Engagement – absolut empfehlenswert!“

„Sehr informativ und für den beruflichen Alltag nutzbar.“

Weitere Informationen sowie Hinweise zu Sonderkonditionen und Frühbucher-rabatten erhalten Sie unter www.psychologenakademie.de

Sie haben Fragen zu dieser Veranstaltung? Wir beraten Sie gern unverbindlich:

Yvette Jendreizik
Tel (030) 209 166-333
y.jendreizik@psychologenakademie.de

Weiterer Termin für dieses Seminar:
10. – 11. September 2021

Übergewicht – und nun?

Aktuelle Strategien der Adipositasprävention und -therapie

Doz.: Prof. Dr. Anja Hilbert

Übergewicht und Adipositas (Fettleibigkeit) nehmen in ihrer Häufigkeit zu und haben sich besonders in den westlichen Industrienationen zu einem verbreiteten Gesundheitsproblem entwickelt. Die Adipositas erhöht das Risiko für medizinische und psychische Komorbidität und vorzeitige Sterblichkeit und verringert die Lebensqualität. Sie ist eine komplexe, multifaktorielle Störung, die mit einem starken gesellschaftlichen Stigma belegt und oftmals nur schwer nachhaltig behandelbar ist.

Wesentliche Inhalte:

- Grundlagen der Adipositas und aktueller Forschungsstand
- Evidenzbasierte Therapie der Adipositas
- Praxis: Diagnostische und therapeutische Strategien in Adipositasverhaltenstherapie und chirurgischer Therapie
- Neue Behandlungsansätze
- Adipositasprävention

Das praxisorientierte Seminar führt Sie in die Grundlagen der Adipositas, ihrer Prävention und Therapie bei Erwachsenen ein. Anhand fallorientierter Darstellungen und Übungen erlernen Sie praktisch relevante, psychologisch-diagnostische und therapeutische Strategien in den wesentlichen evidenzbasierten Behandlungsansätzen bei Adipositas: der Adipositasverhaltenstherapie und der chirurgischen Therapie.

Diese Veranstaltung ist geeignet für: PsychologInnen; Kinder- und JugendpsychotherapeutInnen; Psychologische PsychotherapeutInnen; BSc. Psychologie; ÄrztInnen; BeraterInnen; Pflegeberufe; Studierende

B2 PTK-Punkte beantragt

Termin	26.03.2021
Ort	Berlin
Unterrichtseinheiten	6
Gebühr	195,00 €
Gebühr für BDP-Mitglieder	175,00 €
Gebühr für Studierende	156,00 €
Frühbucher-Rabatt	20,00 €
bis zum	29.01.2021
Buchungs-Code	B2021-GF-6

Tanz als Quelle von Gesundheit und Lebensfreude – Ein stärkendes Bewegungsseminar

Doz.: Dipl.-Psych. Ulrike Juchmann

Tanz hat vielerlei positive, stärkende Wirkungen. Er verbindet mit dem Körper, hilft positive Zustände zu verkörpern und ermöglicht, Emotionen auszudrücken. Am Seminartag werden ganz praktisch und spielerisch verschiedene Ressourcen in Tanz und Bewegung erkundet. Die Kraft der Lockerheit und Entspannung, der Motivation und Abgrenzung, Leichtigkeit und Schönheit, Ruhe und Gelassenheit, die Kraft der Verbundenheit. Musik, Bilder, Körperübungen und Vorstellungsübungen begleiten die Bewegung und erleichtern spielerisch den Zugang. Vorerfahrungen sind nicht nötig, sondern Offenheit und Neugier am Ausprobieren.

Wesentliche Inhalte:

- Stärkende Körper-, Bewegungs- und Ruheübungen kennen lernen
- Ressourcen im Tanz zu erkunden z. B. Abgrenzung, Kraft, Leichtigkeit
- Resilienz durch Tanzen stärken
- Was brauche ich? Bedürfnisse im Tanz erkunden
- Ein Ansatz, der eine stärkende Arbeit mit inneren Persönlichkeitsteilen in Bewegung ermöglicht
- Impulse für den Transfer in verschiedene Anwendungsfelder

Sie lernen Zugänge zu Stärken im Tanz über Bilder, vorbereitende Körperübungen, Musik und leicht zu lernende Schritte und Gesten kennen. Sie bekommen Ideen, wie Ressourcen, innere stärkende Quellen und Persönlichkeitsanteile durch das Tanzen erkundet und gestärkt werden können. Dies ist in Gruppen- und Einzelsettings anwendbar, zum Beispiel bei Essstörungen, chronischen Erkrankungen, im Präventionsbereich, auch im Coaching.

Diese Veranstaltung ist geeignet für: PsychologInnen; Kinder- und JugendpsychotherapeutInnen; Psychologische PsychotherapeutInnen; ÄrztInnen; Coaches + SupervisorInnen; Studierende

Termin	27.03.2021
Ort	Berlin
Unterrichtseinheiten	8
Gebühr	145,00 €
Gebühr für BDP-Mitglieder	125,00 €
Gebühr für Studierende	116,00 €
Frühbucher-Rabatt	20,00 €
bis zum	30.01.2021
Buchungs-Code	B2021-GF-42



Deutsche
Psychologen
Akademie



TANZ ALS QUELLE VON GESUNDHEIT UND LEBENSFREUDE

EIN STÄRKENDES BEWEGUNGSSEMINAR

27. MÄRZ 2021

An diesem Seminartag werden ganz praktisch und spielerisch verschiedene Ressourcen in Tanz und Bewegung erkundet. Das Konzept hat sich im präventiven und therapeutischen Bereich bewährt und dient der Psychohygiene für ÄrztInnen und PsychotherapeutInnen.

Die Dozentin Ulrike Juchmann ist Diplom-Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin, MBCT- und MBSR-Trainerin, Verhaltenstherapeutin und Systemische Therapeutin. Auf kreative Weise verbindet sie systemische und verhaltenstherapeutische Methoden mit achtsamkeitsbasierten Ansätzen. Sie leitet seit Jahren erfolgreich MBSR- und MBCT-Seminare, in denen sie durch ihre motivierende Art begeistert und psychologisch, fundiertes Wissen vermittelt.

Teilnehmerstimmen zu diesem Seminar:

„Herzlichen Dank an die Dozentin! Bewegen – statt viel reden – tut gut.“

„Diese Veranstaltung macht Freude und trägt zur Selbsterkenntnis bei. Gut auch, dass überhaupt kein Druck da ist, alles [mit Intensität] mitzumachen. Prima!!!“

„Thema immer wieder hochinteressant und großer Erkenntnisgewinn.“

„Bitte mehr von solchen Workshops!“

Weitere Informationen sowie Hinweise zu Sonderkonditionen und Frühbucher-rabatten erhalten Sie unter www.psychologenakademie.de

Sie haben Fragen zu dieser Veranstaltung? Wir beraten Sie gern unverbindlich:

Yvette Jendreizik
Tel (030) 209 166-333
y.jendreizik@psychologenakademie.de

TEILNEHMERSTIMMEN

STRESSBEWÄLTIGUNG UND ENTSPANNUNGSVERFAHREN

Selbstwert stärken – Tools für die
psychologische Praxis
Dozentin: Dr. Helga-Elisabeth Schachinger

»Ein sehr schönes
Seminar mit einer
äußerst sympathischen,
fachkundigen und
großzügigen Dozentin.«



Achtsamkeitsbasierte Stressbewältigung im Berufsalltag – MBSR-Kompaktseminar
Dozentin: Dipl.-Psych. Ulrike Juchmann

»Es war ein wundervolles Seminar,
vielen Dank an Frau Juchmann.
Es hat mir sehr viel Freude bereitet!«

CANDIS – Modulare Kurzintervention bei
Cannabisstörungen
Dozentin: Dipl.-Psych. Heike Rohrbacher

»Insgesamt ein tolles
Seminar mit guter
Struktur und einer
wertschätzenden,
freundlichen
und kompetenten
Dozentin.«

Resilienztrainings erfolgreich leiten –
Ein Training für TrainerInnen
Dozentin: Dipl.-Psych. Myriam Rubert

»Frau Rubert ist
eine hervorragende
Dozentin, kompetent,
inspirierend,
enthusiastisch,
kreativ.«



Achtsame Wege aus der Depression –
das MBCT-Kursprogramm
Dozentin: Dipl.-Psych. Ulrike Juchmann

»Danke für reiches
Erfahrungswissen, was
lebendig und humorvoll
vermittelt wurde.«

Gesunder Schlaf – aber wie? Prävention und Behandlung von
Ein- und Durchschlafstörungen
Dozentinnen: Dr. Gabriele Valerius & Dipl.-Psych. Ulrike von Dellemann

»Umfangreiche
Wissensvermittlung
und eine freundliche
Atmosphäre mit
genügend Raum
für Fragen und
Anmerkungen.«



Übergewicht und nun? Aktuelle Strategien
der Adipositas therapie und -prävention
Dozentin: Prof. Dr. Anja Hilbert

»Eine hervorragende
Dozentin mit hoher
Fachkompetenz und
angenehmer Moderation.
Sehr hilfreich für die Praxis.«



Curriculum Tabakabhängigkeit und Entwöhnung
Dozent: Prof. Dr. Anil Batra

»Eine sehr wertvolle
Veranstaltung mit
hohem Informations-
gehalt und hohem
Erkenntnisgewinn.«

Zeichenerklärung:

Neues Seminar

Diese Veranstaltung wurde neu in das Fort- und Weiterbildungsprogramm der Deutschen Psychologen Akademie aufgenommen.

PTK-Punkte beantragt

Für Fortbildungen in Klinischer Psychologie/Psychotherapie, Notfallpsychologie, Entspannungsverfahren sowie Gesundheitspsychologie beantragt die Deutsche Psychologen Akademie automatisch eine Zertifizierung bei den zuständigen Psychotherapeutenkammern. Sie können diese nutzen, um Ihre Fortbildungsverpflichtung gegenüber den Psychotherapeutenkammern nachzuweisen. Veranstaltungen aus anderen Anwendungsfeldern wird die Deutsche Psychologen Akademie bei Bedarf zur Zertifizierung anmelden.

Seminar in kleiner Gruppe

Ausgewählte Fort- und Weiterbildungen der Deutschen Psychologen Akademie werden für kleine Gruppen angeboten. Die Veranstaltungen finden mit 4–6 oder 8–12 Personen maximal statt.

A1-B3

Zertifizierung Psychologische Gesundheitsförderung und Prävention BDP: So gekennzeichnete Veranstaltungen sind jeweils den Modulen 1–7 (M1–7) des genannten Zertifikates zugeordnet und werden jeweils für ein Modul dieser Zertifizierung anerkannt. Mehr Informationen zu den Modulen 1 bis 7 finden Sie auf www.psychologenakademie/zertifikate.

§ 20 SGB V

Nach Absolvierung der Veranstaltung können bei Antragstellung innerhalb der Bestandsschutzfristen Kurse zur primären Prävention nach § 20 SGB V für die Krankenkassen angeboten werden. Nähere Informationen hierzu sind bei der GKV und der Zentralen Prüfstelle Prävention erhältlich.

nur en bloc buchbar

Einige Curricula der Deutschen Psychologen Akademie können nur komplett gebucht werden.

Weitere Hinweise für Sie:

Preise

Die Preise unserer Fortbildungsveranstaltungen finden Sie direkt auf der Seite der jeweiligen Seminarbeschreibung. Die Preise verstehen sich inklusive der Seminarunterlagen und einer Verpflegungspauschale.

Ermäßigung für BDP-Mitglieder

Mitglieder des BDP erhalten eine Ermäßigung auf das reguläre Veranstaltungsentgelt. Die genaue Höhe der Ermäßigung erfahren Sie direkt auf der Seite der Seminarbeschreibung. Zusätzlich erhalten BDP-Mitglieder einen einmaligen BDP-Bonus in Höhe von 50 Euro, der mit der Teilnahme an einer Veranstaltung in 2021 eingelöst werden kann.

Ermäßigung für Studierende, PiA und Arbeitslose

Studierende, PiA, und Arbeitslose erhalten nach Vorlage eines aktuellen Nachweises eine Ermäßigung in Höhe von 20% des Veranstaltungsentgeltes. *

Frühbucherrabatt

Entscheiden Sie sich bis spätestens acht Wochen vor Veranstaltungsbeginn für ein Seminar oder ein Curriculum, bieten wir bei fast allen Veranstaltungen einen Frühbucherrabatt in Höhe von 20 Euro an. Der Betrag wird bei einer Buchung automatisch vom Normalpreis abgezogen.

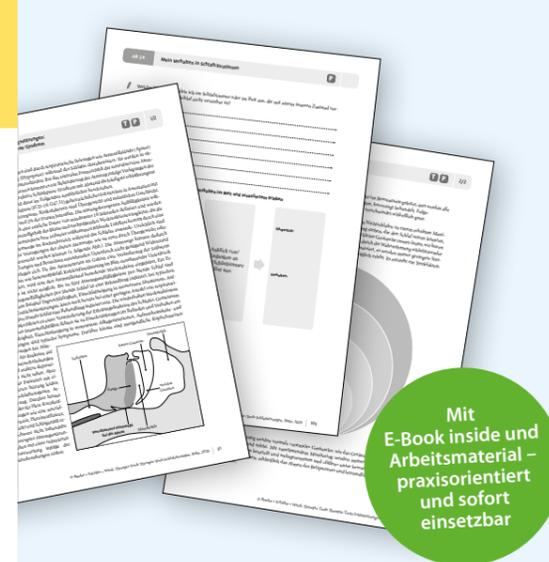
Inhouse-Angebote

Alle Seminare, die Sie hier in dieser Broschüre finden, können Sie auch als Inhouse-Angebot anfragen. Wir entwickeln individuelle Seminare und Workshops in enger Zusammenarbeit mit den Verantwortlichen aus Ihrem Haus. Sprechen Sie uns an!

* Der Status muss zum Zeitpunkt der gebuchten Veranstaltung vorliegen.

Ihre Ansprechpartnerin

Yvette Jendreizik
Tel (030) 209 166 – 333
y.jendreizik@psychologenakademie.de



Schlafstörungen erfolgreich behandeln



Der Band stellt Ihnen Arbeitsmaterial für Diagnostik und Therapie von Schlafstörungen zur Verfügung.

Wichtige Bausteine sind:

- Psychoedukation der Betroffenen
- Klassische verhaltenstherapeutische und kognitive Verfahren
- Emotionsbasierte Ansätze und Entspannungsverfahren
- Auch der Medikation ist ein Kapitel gewidmet – sowie der Frage, was nicht hilft.

Ralf Binder / Florian Schöller / Hans-Günter Weeß
Therapie-Tools Schlafstörungen
€ 49,95 D | ISBN 978-3-621-28534-6
Auch einzeln als **E-Book** erhältlich

Impulse für die praktische Arbeit mit Körper & Psyche:



Wolf / Zeibig / Hautzinger / Sudeck
Psychische Gesundheit durch Bewegung
ImPuls - ein sport- und bewegungstherapeutisches Programm für Menschen mit psychischen Erkrankungen
€ 44,95 D | ISBN 978-3-621-28754-8
Auch einzeln als **E-Book** erhältlich

Franz Petermann (Hg.)
Entspannungsverfahren
Das Praxishandbuch
€ 59,-
ISBN 978-3-621-28689-3
Auch einzeln als **E-Book** erhältlich

Ulrike Juchmann
Achtsamkeitsbasierte Psychotherapie bei Depressionen und Ängsten
MBCT in der Praxis
€ 39,95 D
ISBN 978-3-621-28735-7
Auch einzeln als **E-Book** erhältlich

Melanie Gräßer
Körper und Psyche in Worten
Kartenset mit 99 Aussagen für Psychotherapie und Beratung
€ 26,95 | Bestell-Nr. 510024

Leseproben unter www.beltz.de

BELTZ

