

Emotionsfokussierte Arbeit in der Verhaltenstherapie

Inhalt: Dieser praxisorientierte Kurs hat die direkte therapeutische Arbeit an aversiven bzw. dysfunktionalen Emotionen zum Inhalt, die immer dann angebracht erscheint, wenn das Problemverhalten von Patienten wesentlich durch emotionale Prozesse bestimmt wird. Hier gilt es im Gegensatz zu klassischen verhaltenstherapeutischen Techniken nicht, durch eine Verhaltensänderung eine emotionale Veränderung zu bewirken, sondern durch die direkte Arbeit an Emotionen Verhaltensänderungen zu ermöglichen. Diese Art der emotions-fokussierten Arbeit erscheint deswegen nicht zuletzt immer dann angebracht, wenn in der Verhaltenstherapie „Blockaden“ im therapeutischen Prozeß auftreten bzw. Patienten den klassischen Satz sagen: „Sie haben ja Recht, aber ich fühle das einfach nicht“. Im Mittelpunkt dieses Psychotherapiekonzeptes steht u.a. die Unterscheidung von primären und sekundären Emotionen, die intra- und interindividuelle Funktionalität von Emotionen, die Erfassung von emotionalen Schemata und die praktische therapeutische Arbeit an aversiven und verhaltensbestimmenden Emotionen wie z.B. Schuld, Scham, Minderwertigkeit, Ärger oder Hilflosigkeit.

Methoden: Referat, Fallbeispiele des Referenten mit Video, Darstellen von Therapiestrategien, Erstellen von Emotionsanalysen, praktische Übungen mit Rollenspielen durch den Dozenten und der Teilnehmer, Analysen eigener patientenbezogener Erfahrungen der Teilnehmer, Hand-Outs.

Ziel: Die Ziele des Seminars sind: 1. Vermittlung von theoretischen Grundlagen zum Konzept der emotionsfokussierten Psychotherapie; 2. Erlernen von Emotionsanalysen hinsichtlich primärer vs. sekundärer Emotionen; 3. Erkennen und Bearbeiten von Schemata; 4. Vermittlung von therapeutischen Strategien zur Fokussierung von Emotionen 5. Einüben praktischer Fertigkeiten zur therapeutischen Arbeit an aversiven bzw. dysfunktionalen primären und sekundären Emotionen.

Zielgruppe: Der Kurs richtet sich an alle Psychotherapeuten, die über ausreichende Kenntnisse in den Grundlagen der Verhaltenstherapie verfügen.

- Literatur:
1. Emotion-Focused Therapy. Coaching Clients To Work With Feelings.
Leslie S. Greenberg; APA, 2002
 2. Young, Klosko, Weishaar "Schematherapie" Junfermann Verlag,
2005