

Kursleitung

Anke Neufeld

Fachkrankenschwester für Psychiatrie, zertifizierte Trainerin für TEK, Rhein-Mosel Fachklinik, Andernach

Johann Neufeld

Bsc. Pflegemanagement, Fachkrankenschwester für Psychiatrie, systemischer Therapeut, Rhein-Mosel Fachklinik, Andernach

Teilnehmerkreis

alle Berufsgruppen

Teilnehmerzahl

16 Personen

Termin

Montag, 17.02.2025, 12:30 Uhr bis
Mittwoch, 19.02.2025, 13:00 Uhr

Kursgebühr

660,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung
560,00 € inkl. Verpflegung

Anmeldung und Information

Bildungswerk Irsee
Klosterring 4
87660 Irsee
Tel.: +49 (0)8341 906-608 oder -604
Fax: +49 (0)8341 906-605
E-Mail: info@bildungswerk-irsee.de

Veranstaltungsort

Kloster Irsee
Schwäbisches Tagungs- und Bildungszentrum
Klosterring 4
87660 Irsee
Tel.: +49 (0)8341 906-00

Sie erreichen Kloster Irsee

mit dem Auto

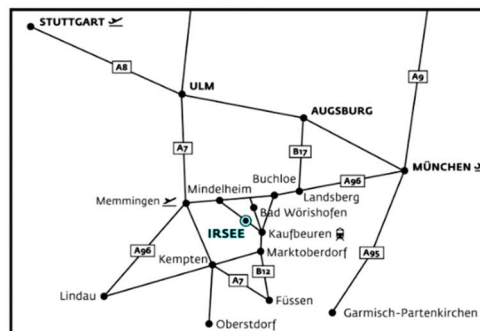
Von Norden wie von Süden über die A7 Ulm-Kempten, bei Memmingen auf die A96 Richtung München bis zur Ausfahrt Bad Wörishofen, hier Richtung Kaufbeuren.

Von München und Augsburg aus in einer Stunde über die A96. Ab Ausfahrt Jengen/Kaufbeuren weiter auf der B12 bis zur Ausfahrt Germaringen/Neugablonz/Pforzen/Irsee.

mit der Bahn

Das von Irsee 7 km entfernte Kaufbeuren verfügt über günstige Zugverbindungen von und nach Augsburg, München und Zürich.

Zwischen Irsee und Kaufbeuren gibt es werktags eine stündliche Busverbindung (Irsee Haltestelle „Kriegerdenkmal“ / Busbahnhof „Kaufbeuren Plärrer“). Von dort können Sie umsteigen in Richtung „Bahnhof Kaufbeuren“ (siehe auch www.vg-kirchweihthal.de).



Stand: 22.11.2024

Bildungswerk Irsee
www.bildungswerk-irsee.de

Training emotionaler Kompetenzen (TEK)

Kurs 2129/25

17.02.2025 - 19.02.2025
Kloster Irsee



2.1 Allgemeinpsychiatrie

Training emotionaler Kompetenzen (TEK) (Kurs 2129/25)

Die Fähigkeit, konstruktiv mit belastenden Gefühlen umzugehen, ist zentral für die Sicherung der intrapsychischen Funktionen und Voraussetzung für die effektive Auseinandersetzung mit der Umwelt.

Während die meisten Menschen unangenehme und verletzende Gefühle möglichst schnell herunter- oder regulieren wollen, setzt TEK (Prof. Berking) weit früher an.

Es beruht darauf,

1. mehrere, meist notwendige Schritte (Basiskompetenzen 1 - 6) dem Regulieren verletzender Gefühle vorzuschalten,
2. das Regulieren von Gefühlen ("in Ruhe") konsequent zu üben, um in schwierigen Situationen Kurzformeln einsetzen zu können,
3. den wissenschaftlichen Nachweis der Effekte durch die Erkenntnisse moderner Hirnforschung und Psychotherapie (z.B. achtsamkeitsbasierte Techniken) zu sichern.

TEK ist besonders geeignet bei Emotionsregulationsstörung als primärem Symptom (Depressionen, Angsterkrankungen, Störungen der Impulskontrolle) und bei Erkrankungen mit einer Störung im Bereich der Emotionsverarbeitung (z.B. Sucht-, Zwangserkrankung sowie Somatisierungen).

Themen und Inhalte

- Theoretische Hintergründe – biologisches und evolutionäres Modell
- Konzept zum konstruktiven Umgang mit Stress und negativen Gefühlen
- Vermittlung der 7 Basiskompetenzen
- Eine Euthymieeinheit
- Moderationstechniken bei der Wissensvermittlung

Montag, 17.02.2025

- | | |
|----------------------|--|
| 12:30 Uhr | Begrüßung im Foyer
Dr. Stefan Raueiser
Leiter Bildungswerk
Mittagessen |
| 14:00 Uhr | Defizite im konstruktiven Umgang mit Emotionen
Zielstellung und Aufbau des Manuals
Für wen ist das Training gedacht? |
| 15:30 Uhr | Kaffeepause |
| 16:00 –
17:30 Uhr | Das Berner Emotionsmodell
Implikationen für die Praxis
Einstieg in den Theorieteil |
| 18:00 Uhr | Abendessen |

Dienstag, 18.02.2025

- | | |
|-----------|---|
| 07:00 Uhr | Frühstück |
| 09:00 Uhr | Theorieteil 2
Basiskompetenz 1 und 2 |
| 10:30 Uhr | Kaffeepause |
| 11:00 Uhr | Basiskompetenz 3 |
| 12:30 Uhr | Mittagessen |
| 14:00 Uhr | Die Relevanz des Übens
Euthymie |
| 15:30 Uhr | Kaffeepause |

Fortsetzung Dienstag, 18.02.2025

- | | |
|----------------------|------------------|
| 16:00 –
17:30 Uhr | Basiskompetenz 4 |
| 18:00 Uhr | Abendessen |

Mittwoch, 19.02.2025

- | | |
|-----------|--------------------------------------|
| 07:00 Uhr | Frühstück |
| 09:00 Uhr | Basiskompetenz 5
Basiskompetenz 6 |
| 10:30 Uhr | Kaffeepause |
| 11:00 Uhr | Basiskompetenz 5
Basiskompetenz 6 |
| 12:30 Uhr | Mittagessen |

(Änderungen vorbehalten)

Hinweis:

Schriftliche Unterlagen (Handbuch), Schaubilder, und Übungspläne werden ausgegeben. Audiodateien erhalten Sie zum Herunterladen aus der Cloud.