

**Lehrgang (80 UE):**  
**DBT-SKILLS-Trainer innen**

**Termine:** Start 17.09.2024 bis 10.04.2025 (alle Termine siehe Zeitplan weiter unten)

**Ort:** Salzburg

**Teilnahmegebühr:** € 2.250 (exkl. 10% MwSt) (auf Wunsch zahlbar in 2 Teilbeträgen 2024/25)

**Referent\_innen:** Mag. Burkhard Dafert; Mag.<sup>a</sup> Verena Wöber

**Inhalt:** Erarbeitung von Skills, die helfen, in akut schwierigen Situationen Verhaltens-, Gefühls- und Denkmuster zu verändern und so Handlungskompetenz zu erwerben

**Umfang:** Das Weiterbildungscurriculum besteht aus 5 Kompaktseminaren inkl. Abschluss-Supervision mit eigener Falldarstellung; Insgesamt 80 Unterrichtseinheiten (1 UE = 45min)



**Ziele / Hintergründe:** Das DBT-Skills-Training beruht auf dem dialektischen Weltbild und wurde ursprünglich für Hochrisikopatient\_innen entwickelt. Heute wird es diagnoseunabhängig bei Mehrfacherkrankungen und im nicht-klinischen Setting (u.a. in Schulen, im Arbeitsumfeld, in der Forensik u.v.m.) zur Prävention und Ressourcenaktivierung eingesetzt. Die modularen Interventionen beinhalten eine Vielzahl von Strategien und Techniken z.T. aus dem Konzept der Dialektisch-Behavioralen Therapie (DBT), darüber hinaus aber auch aus anderen Bereichen wie z.B. körperorientierte Techniken aus dem Kampfsport. Spezifische Skills ermöglichen es, problematische Muster im Verhalten, bei zwischenmenschlichen Interaktionen, bei Problemen der Emotionsregulation – sowohl nicht-kontrolliert als auch überkontrolliert – der Impulskontrolle und einem negativen Selbstbild zu verändern.

**Zielgruppe:** Fachkräfte in der psychosozialen Arbeit

**Referent\_innen:** Mag. Burkhard DAFERT (Lehrgangsleitung)  
Klinischer Psychologe, Gesundheitspsychologe, Psychotherapeut,  
Lehrtherapeut für Verhaltenstherapie, Skills-Trainer  
Zusatzausbildungen: Dialektisch Behaviorale Therapie (DBT)

Mag.<sup>a</sup> Verena Wöber  
Klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin,  
Lehrtherapeutin für Verhaltenstherapie, Skills-Trainerin

**Inhalte:** Die Inhalte der 5 Module – Innere Achtsamkeit, Stresstoleranz, bewusster Umgang mit Gefühlen, zwischenmenschliche Skills, Selbstwert und körperorientierte Stabilisierungstechniken – orientieren sich an den Bedürfnissen der Betroffenen, werden an die jeweilige Population angepasst und erfordern hohe Fachkompetenz und eine spezifische Didaktik.

## **ZEITPLAN / INHALTE der 5 Kompaktseminare:**

### **17.+18. September 2024 Kompaktseminar I (16UE)**

- Einführung in das DBT-Skillstraining
- Störungs- und Behandlungsspezifika (Schwerpunkt: Emotionsregulationsstörung)
- Neurobiologie
- Das bio-psycho-soziale Erklärungsmodell
- Entwicklung sozialer Beziehungen und sozialer Interaktionen (Bindung, Invalidierung)
- Behandlungsziele und Verfahren
- Überblick über Struktur, Didaktik und Methodik
- Anwendung von Strategien (Kontingenzmanagement, Verhaltensanalyse, Kettenanalyse, Dialektik, Validierung)
- Rahmenbedingungen, Struktur und Aufbau
- Information über den Ablauf von Kompaktseminar V (inkl. Supervision)

### **11.+12. Dezember 2024 Kompaktseminar II (16UE)**

- Inhalte/Ziele dieses Moduls sind: Achtsamkeit, Emotionsregulation, Stresstoleranz, Zwischenmenschliche Fertigkeiten, Selbstwert, Körperorientierte Techniken

### **15.+16. Januar 2025 Kompaktseminar III (16 UE)**

- Praxisorientierte Übungssequenzen: Gruppenführung, Einsatz der methodenspezifischen Strategien und Methoden, Erarbeitung von Stundenbildern. Besonderheiten und mögliche Probleme im Umgang mit Gruppen und dem Rollenbild der Skills-Trainer\_innen und der Co-Trainer\_innen

### **06.+07. März 2025 Kompaktseminar IV (16 UE)**

- Basisübungen und praktische Methoden zur Emotionsregulation, Impulskontrolle, Nähe-Distanz-Regulation, Spannungsregulation und affektive Stabilisierung, Anti-Dissoziationsübungen, Körperwahrnehmungsübungen (Achtsamkeit, Koordination, Konzentration), Körpersprache
- Gesprächsführung und Kommunikationstraining, Non verbale Kommunikation, Validierungs- Strategien, Dialektische Strategien, Commitment-Strategien

**09.+10. April 2025 Kompaktseminar V inkl. Abschlussprüfung (16UE)**

- Fallkonzeptionalisierung:  
Eigene Falldarstellungen sollen vorgestellt werden; an Hand von Dokumentationssequenzen soll der Verlauf der Skillsarbeit dokumentiert und kommentiert werden. Im Anschluss an die Falldokumentation erfolgt ein kurzes kollegiales Fachgespräch.

**Abschluss**

- Voraussetzungen für die Ausstellung des Zertifikats Skillstrainer\_in sind
  - zumindest 80% Anwesenheit
  - Präsentation eines vorbereiteten Stundenbildes
  - Reflexion der Skillsarbeit im eigenen Arbeitsumfeld und persönliche Erfahrungen
- Der Abschluss der Weiterbildung wird von der Österreichischen Gesellschaft für Dialektisch Behaviorale Therapie und Skills-Training (ÖDBT) mit dem Zertifikat Skills-Trainer/Skills-Trainerin zertifiziert.



**Termine/Ort:** Alle Termine siehe Zeitplan  
Je Seminar: Tag 1 von 10:00-17:00Uhr, Tag 2 von 9:00-16:00Uhr  
5020 Salzburg (der genau Kursort wird bei Anmeldung bekannt gegeben)

**Anmeldeschluss:** 01. August 2024

**Preis:** Die Teilnahmegebühr beträgt € 2.250 (exkl. 10% MwSt.);  
auf Wunsch zahlbar in 2 Teilbeträgen (2024 und 2025).  
Mitgliedsgesellschaften der Pro Mente Austria erhalten eine Ermäßigung von 10%.

**Detaillierte Informationen und Anmeldung** unter [fortbildung@promentesalzburg.at](mailto:fortbildung@promentesalzburg.at); Tel: 0699/14511718; Mag.<sup>a</sup> Elisabeth Gruber.

**Nach Begutachtung durch den BÖP (Berufsverband Österreichischer Psycholog\_innen) wird dieser Workshop als Fort- und Weiterbildungsveranstaltung gemäß Psychologengesetz 2013 mit 80 Fortbildungseinheiten anerkannt.**

Es gelten die AGBs für Seminare, Lehrgänge, Workshops nachzulesen auf [www.promentesalzburg.at](http://www.promentesalzburg.at)

Hier geht's zu allen unseren aktuellen Bildungsveranstaltungen:  
<https://www.promentesalzburg.at/fortbildungen>