



# Fachkurs / Kognitive Verhaltenstherapie

Sie erlernen verschiedene Techniken aus den Therapieprogrammen der strukturierten Psychotherapie. Ebenso lernen Sie Grundlagen und Elemente der kognitiven Verhaltenstherapie bei Depression, Schizophrenie, Angst- und Persönlichkeitsstörungen kennen.

Das Angebot umfasst

- ✓ kognitive Verhaltenstherapie bei Depressionen.
- ✓ verhaltenstherapeutische Behandlungsansätze bei Klient\*innen mit Angst-, Zwangs- und/oder Persönlichkeitsstörungen.
- ✓ kognitive Verhaltenstherapie bei schizophrenen Störungsbildern.



## Steckbrief

Titel/Abschluss  
Fachkurs

Kosten  
CHF 2'300

Kontakt

Dauer  
6 Kurstage

Unterrichtssprache  
Deutsch

Studienorganisation Weiterbildung  
Gesundheit  
T +41 31 848 45 45

Unterrichtstage  
Mi

Studienort  
Bern

E E-Mail anzeigen

Anmeldefrist  
1. September 2024

Departement  
Gesundheit

Anzahl ECTS  
4 ECTS-Credits

Nächste Durchführung  
Oktober bis Dezember 2024  
30. Oktober, 6., 13., 20. + 27. November,  
11. Dezember 2024

Informationen zu Organisation + Anmeldung

Zum Fachkurs 2024 anmelden

## Inhalt + Aufbau

### Porträt

Sie erlernen verschiedene Techniken aus den Therapieprogrammen der strukturierten Psychotherapie wie der kognitiven Verhaltenstherapie bei Depression, Schizophrenie sowie Angst-, Zwangs- und Persönlichkeitsstörungen.

### Ausbildungsziel

- Sie erlangen Hintergrundwissen zur Entstehung, Entwicklung und zum theoretischen Ansatz der kognitiven Verhaltenstherapie.
- Sie können verschiedene Techniken aus den Therapieprogrammen der kognitiven Verhaltenstherapie bei Depression, Schizophrenie sowie Angst-, Zwangs- und Persönlichkeitsstörungen gemeinsam mit den Klient\*innen planen und umsetzen.
- Sie sind in der Lage, Probleme und Ressourcen der Klient\*innen zu erheben und aus verschiedenen Methoden die Richtige auszuwählen, um mit ihnen zusammen zu arbeiten.
- Sie besitzen kommunikative Fertigkeiten in der Anwendung verhaltenstherapeutischer Interventionen.
- Sie kennen die wichtigste Literatur zur kognitiven Verhaltenstherapie und sind in der Lage, sich über Literatur- und Internetquellen neueste Erkenntnisse zum Thema zu beschaffen.

## Ausbildungsziel ausführlich

Folgende Kompetenzen erwerben Sie im Fachkurs:

### Wissen und Verstehen

- Sie verfügen über Hintergrundwissen zu Entstehung, Entwicklung und zum theoretischen Ansatz der kognitiven Verhaltenstherapie.

### Anwendung von Wissen und Verstehen

- Sie können verschiedene Techniken aus den Therapieprogrammen der kognitiven Verhaltenstherapie bei Depression, Schizophrenie sowie Angst-, Zwangs- und Persönlichkeitsstörungen gemeinsam mit den Klient\*innen planen und umsetzen:
  - Kognitive Verhaltenstherapie bei Depression: Sie lernen, wie Sie mit Klient\*innen positive Aktivitäten thematisieren können. Beispielsweise suchen Sie Antworten auf Fragen nach positiven Aktivitäten für die betroffene Person, nach der Beziehung zwischen Aktivitäten und Symptomen etc. Sie lernen, mit den Klient\*innen Verstärkungspläne zu erstellen und Aktivitätenpläne auszuarbeiten.
  - Verhaltenstherapeutische Behandlungsansätze für Klient\*innen mit Persönlichkeitsstörungen: Sie können aus Ihrer Praxis Krankheitsverläufe von Menschen mit ihren prägenden Lebenserfahrungen beurteilen: Schemastruktur, (dysfunktionale) Bewältigungsversuche, Konsolidierung im Alltag und prototypische Krisenauslöser. Sie kennen Techniken, um mit Klient\*innen verschiedenster Schementypen in Beziehung zu treten.
  - Kognitive Verhaltenstherapie bei schizophrenen Störungsbildern: Sie sind in der Lage, verhaltenstherapeutische Interventionsformen bei Klient\*innen mit Schizophrenie umzusetzen.

### Urteilen

- Sie können Probleme und Ressourcen der Klient\*innen erheben. Hierbei wird der Stimulus oder Reiz ermittelt, der ein bestimmtes Verhalten auslöst und die Organismusvariable erfasst. Daraufhin wird die Reaktion beschrieben und anschliessend die (erwartete) Konsequenz herausgearbeitet (z. B. die unangenehme Aktion wird abgebrochen). Dies führt zu einer Kontingenz (man lernt, dass das Verhalten zu einem bestimmten Ziel führt und lässt deshalb nicht vom Verhalten ab).

### Kommunikative Fertigkeiten

- Sie wenden die kommunikativen Fertigkeiten an, die im Zusammenhang mit den beschriebenen Methoden stehen.

### Selbstlernfähigkeit

- Sie verfügen über Kenntnisse der wichtigsten Literatur zur kognitiven Verhaltenstherapie, die Ihnen im Fachkurs zur Verfügung gestellt wird. Mit den erhaltenen Links und Quellen bilden Sie sich selbstständig zum Thema weiter.

## Inhalt

### Kognitive Verhaltenstherapie nach Hautzinger bei Depressionen

Die kognitive Verhaltenstherapie nach Hautzinger ist eine verbreitete, anerkannte Methode, mit der Fachleute mit depressiven Klient\*innen arbeiten. Ein Teil der Intervention strebt nach Aktivitätsaufbau. Hier lernen Sie mit den Klient\*innen Analysen durchzuführen und Pläne sowie Programme zu erstellen. Ziel ist es, ihren Klient\*innen positive Lebenserfahrungen zu vermitteln bzw. sie darin zu unterstützen, positive Erfahrungen wahrzunehmen und anzuerkennen. Aus der Abwärtsspirale der Hoffnungslosigkeit und des mangelnden Selbstwerts soll eine Aufwärtsspirale der Aktivität und Lebensfreude werden.

### Verhaltenstherapeutische Behandlungsansätze bei Klient\*innen mit Persönlichkeitsstörungen

Die verhaltenstherapeutischen Behandlungsansätze, die Ihnen im Fachkurs vermittelt werden, orientieren sich an der schemazentrierten emotiv-behavioralen Therapie (SET) nach Zorn und Roder. Persönlichkeitsstörungen werden hier als tiefgreifende emotionale Beziehungsstörungen verstanden, die ihre Ursache in der Frustration grundlegender Beziehungsmuster haben. Die daraus entstandenen negativen Selbst- und Beziehungsschemata stören den Verlauf eines zufriedenen und erfüllten Lebens. In der Praxis kann der Umgang mit persönlichkeitsgestörten Klient\*innen sehr anspruchsvoll sein, da ein professioneller Beziehungsaufbau erschwert ist. Durch gute innere Präsenz und komplementäre Beziehungsgestaltung können Sie als Fachperson dem Gegenüber positive Alltagserlebnisse bieten. Ihre Klient\*innen müssen erfahren lernen, dass sie liebenswert sind. So können sie beispielsweise einen positiven Selbstwert wahrnehmen oder lernen, Stolz zu empfinden. Sie erfahren im Fachkurs, wie Sie eine gute innere Präsenz zeigen und eine komplementäre Beziehung gestalten können.

### Kognitive Verhaltenstherapie bei schizophrenen Störungsbildern

Der Fachkurs vermittelt Ihnen die Fähigkeit, mit entsprechenden Assessmentverfahren die Indikation für eine kognitive Verhaltenstherapie zu erkennen. Er bereitet Sie darauf vor, die Beziehung mit schizophren Erkrankten zu gestalten und manual gestützte Interventionen bei schizophren Erkrankten zu nutzen.

### Kognitive Therapien bei Angst- und Zwangsstörungen

Im Fachkurs lernen Sie strukturierte therapeutische Massnahmen kennen, um Klient\*innen mit Angst- oder Zwangsstörungen sinnvolle Hilfestellungen bieten zu können.

#### Methodik

→ Generelle Informationen zu den Lern- und Arbeitsformen.

#### ✕ Kompetenznachweise

Als Nachweis des Kompetenzerwerbs verfassen Sie eine Fallstudie, die eine therapeutische Planung und Therapiedurchführung beschreibt.

### Titel + Abschluss

Fachkurs in «Kognitive Verhaltenstherapie»



Dieser Fachkurs wird in folgenden Studiengängen angerechnet:

AS /

MAS /

### Ambulante psychiatrische Pflege

Sie werden befähigt, im Bereich Spitex professionell zu arbeiten, indem Sie im Basismodul die Rahmenbedingungen für dieses spezifische Arbeitsfeld kennenlernen. Sie spezialisieren Ihre Fähigkeiten im...

### Integrierte Pflege: Mental Health

Sie setzen sich vertieft mit Fragen psychischer Gesundheit und Krankheit an der Schnittstelle von Praxis, Wissenschaft und Innovation auseinander. Sie erarbeiten sich damit eine Grundlage, um höhere Aufgaben...

### DAS / Integrierte Pflege: Mental Health

Sie setzen sich mit Fragen psychischer Gesundheit und Krankheit auseinander und erarbeiten sich damit eine Grundlage, um Aufgaben in der Förderung von psychischer Gesundheit sowie in der Therapie von...

### DAS / Pflegerische Psychotherapie

Im DAS-Studiengang «Pflegerische Psychotherapie» erlernen Sie psychotherapeutische Methoden gewinnbringend bei Patient\*innen mit psychischen Störungen in ihrem beruflichen Setting zu nutzen.

## Voraussetzungen + Zulassung

### ✕ Zielpublikum

- Health Professionals mit direktem Patientenkontakt, die Ansätze aus der kognitiven Verhaltenstherapie nutzen wollen

### Zulassungsbedingungen

Es gelten die allgemeinen Zulassungsbedingungen, die Sie im folgenden Dokument finden:

↓ Ausführungsbestimmungen für die Weiterbildungsstudiengänge am Departement Gesundheit (PDF, 80 KB)

### Berufliche Voraussetzungen

Direkter Patientenkontakt und gute Kenntnisse der Psychopathologie der oben erwähnten Störungsbilder

### Sprachkenntnisse

Die Präsenzveranstaltungen werden auf Deutsch gehalten. Mitunter werden schriftliche Lehrmaterialien in englischer Sprache verwendet.

## Organisation + Anmeldung

### ✕ Dauer + Unterrichtstage

6 Kurstage

Für 4 ECTS-Credits rechnen wir mit einem Workload von 120 Stunden (inkl. der Kurstage)

Unterrichtszeiten: in der Regel von 8.30 bis 16.30 Uhr

### Durchführung Oktober bis Dezember 2024

- Mittwoch, 30. Oktober 2024
- Mittwoch, 6. November 2024
- Mittwoch, 13. November 2024

- Mittwoch, 20. November 2024
- Mittwoch, 27. November 2024
- Mittwoch, 11. Dezember 2024

#### Studienort

→ Bern Schwarztorstrasse

#### Anmeldung + Geschäftsbedingungen

Im Rahmen des Online-Anmeldeprozesses benötigen wir von Ihnen folgende Dokumente:

- Kopien Ihrer Bildungsabschlüsse (im PDF-Format, max. 1 MB pro Dokument)
- Passfoto (JPEG)

Bitte laden Sie diese Dokumente auch dann hoch, wenn Sie diese bereits im Rahmen einer anderen Anmeldung eingereicht haben. Wenn Sie Fragen oder Probleme bei der Online-Anmeldung haben, stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

#### Geschäftsbedingungen

Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Änderungen bleiben vorbehalten. Im Zweifelsfall ist der Wortlaut der gesetzlichen Bestimmungen und Reglemente massgebend.

Rückzugsregelung: Gemäss Weiterbildungsreglement ist ein Rückzug ohne Kostenfolge bis zum Ablauf der Anmeldefrist möglich. Nach diesem Zeitpunkt sind bei einer Abmeldung vor Beginn der Weiterbildung 50% des zu verrechnenden Betrages geschuldet.

↘ [Weiterbildungsreglement der Berner Fachhochschule \(WBR\) \(PDF, 123 KB\)](#)

↘ [Ausführungsbestimmungen der BFH zum Weiterbildungsreglement \(PDF, 72 KB\)](#)

↘ [Ausführungsbestimmungen des Departements Gesundheit zum Weiterbildungsreglement \(PDF, 83 KB\)](#)

[Zum Fachkurs 2024 anmelden](#)

## Beratung

### Studienleitung



**Andreas Heuer**

Studienleiter

T +41 31 848 35 06

E [E-Mail anzeigen](#)

### Studienorganisation



**Claudia Dennler**

Leiterin Studienorganisation

T +41 31 848 45 21

E [E-Mail anzeigen](#)

## Alle Weiterbildungsangebote Pflege

Machen Sie Karriere und entwickeln Sie sich beruflich wie auch persönlich weiter mit einer Weiterbildung am Departement Gesundheit der Berner Fachhochschule.



### Weiterbildung Pflege

Machen Sie Karriere und entwickeln Sie sich beruflich wie auch persönlich weiter mit einer Weiterbildung an der Berner Fachhochschule, Departement Gesundheit.