KLAUS-GRAWE-INSTITUT
FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

Weiterbildung Psychotherapie
mit kognitiv-behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

Klaus-Grawe-Institut
für Psychologische Therapie,
Grossmünsterplatz 1, CH-8001 Zürich
Tel. +41 44 251 24 40
weiterbildung@ifpt.ch
www.klaus-grawe-institut.ch

KLAUS-GRAWE-INSTITUT
FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

Übersicht der Informationsveranstaltung

- Grundlage der Weiterbildung
- Was sind die Ziele der Psychotherapie?
- Was sind die Ziele für WB-Teilnehmer/innen?
- Inhaltliche Konzeption der Weiterbildung
- Voraussetzungen für die Weiterbildung

Grundlagen der Weiterbildung

Die Weiterbildung…

- ist wissenschaftlich fundiert,
- basiert auf der Konsistenztheorie und dem Rahmenmodell nach Klaus Grawe und
- ist schulenübergreifend.

Wissenschaftlich fundiert

- Grundlagenpsychologie
- Psychotherapieforschung
- Hirnforschung

- Der Weiterentwicklung verpflichtet: ‚State of the Art'
- WB orientiert sich an Therapierichtungen übergreifendem wissenschaftlichen Rahmenmodell

Rahmenmodell

WB orientiert sich an Therapierichtungen übergreifendem wissenschaftlichen Rahmenmodell

- **Psychisches Funktionieren**: Konsistenztheorie
- **Veränderung durch Psychotherapie**: Wirkfaktoren
- **Therapieschulen unabhängiges** therapeutisches Vorgehen

Psychisches Funktionieren: Konsistenztheorie

- Neben biologischen Grundbedürfnissen gibt es auch **psychologische Grundbedürfnisse:** Bindung, Selbstwert, Orientierung & Kontrolle, Lust/Unlustvermeidung)
- Verletzung oder Nicht-Befriedigung führt zu **Schädigung der psychischen Gesundheit und des Wohlbefindens:** ‚Nährboden' für psychische Störungen
- Streben nach **Konsistenz**, resp. **Verringerung der Inkonsistenz = Motor der psychischen Aktivität.**

Veränderung durch Psychotherapie: Erkenntnisse aus der Psychotherapieforschung

Wirkfaktoren:

- Ressourcenaktivierung
- Problemaktivierung
- Problembewältigung
- Klärung
- Beziehungsgestaltung

Therapieschulen unabhängiges therapeutisches Vorgehen

Mit welchen (empirisch evaluierten) *Methoden*, in welchem *Setting* sollen welche *Probleme* behandelt und welche *Ressourcen* aktiviert werden?

- Störungsspezifische Methoden v.a. aus der Verhaltenstherapie
- Klärungsorientierte Methoden: mehr Bewusstsein für eigenes psychisches Funktionieren (Bedürfnisse, Gefühle, Ressourcen)
- Interpersonale Sicht: Ressourcen und Probleme?

KLAUS-GRAWE-INSTITUT
FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

Was sind die Ziele der Psychotherapie?

Psychotherapieziele

- Behandlung aller **Störungen** auf den DSM-Achsen I, II und IV, die durch psychologische Methoden behandelt werden können.
- Erreichung der gemeinsam in der Therapie festgelegten **Therapieziele** (Goal Attainment Scaling GAS)
- **Verringerung der Inkongruenz** in Bezug auf die Grundbedürfnisse: Ressourcenaktivierung und Korrektive Erfahrungen
- **Störungsspezifische** Behandlung (v.a. VT)

KLAUS-GRAWE-INSTITUT
FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

Psychotherapieziele

- **Qualitätssicherung** durch Prozessmessung
  (Einschätzung der Therapiesitzungen) und Erfolgs-messungen (prä, post, ev. follow up)

- **Individuelle Fallkonzeption und Therapieplanung**: Diagnose? Problemverständnis? Inkongruenzquellen? Wichtige Bedürfnisse und Vermeidungsziele? Ressourcen? Beziehungsgestaltung? Psychotherapeutische Methoden? Therapiesetting?

Was sind die Ziele für WB-Teilnehmer/innen?

Ziele für WB-Teilnehmer/innen

- Kenntnisse der aktuellen **theoretischen Vorstellungen** und **praktischen Methoden** zu Entstehung, Aufrechterhaltung eines breiten Spektrums von psychischen Störungen und deren Behandlung.

- Bereitschaft und Fähigkeit, **eigene Verhaltensweisen, Einstellungen, Überzeugungen zu reflektieren** (z.B. Supervision anhand von Videoaufnahmen)

Kursort

Klaus-Grawe-Institut
für Psychologische Therapie,
Grossmünsterplatz 1,
CH-8001 Zürich

KLAUS-GRAWE-INSTITUT
FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

Inhaltliche Konzeption der Weiterbildung

Anforderungen im Überblick

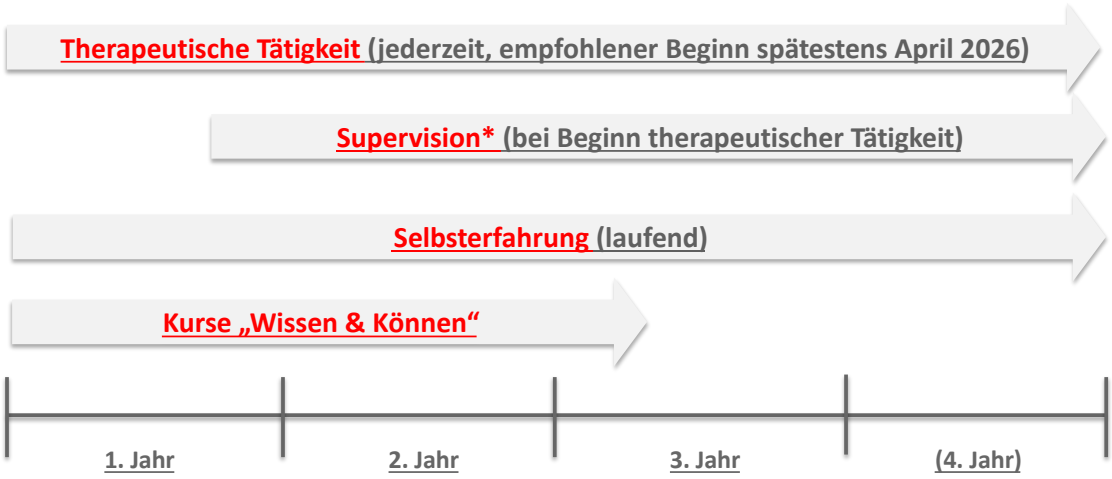
- Wissen und Können
- Supervision
- Selbsterfahrung
- Therapeutische Tätigkeit
- Klinische Praxis
- Weiterbildungsdauer: mind. 3 Jahre, max. 6 Jahre
  (Ausnahmen bei Weiterbildungsunterbrüchen möglich)

Anforderungen im Überblick

- **Eidgenössisch anerkannte/r Psychotherapeut/in**
  PsyG: definitive Akkreditierung der Weiterbildung
  seit Juni 2017

- Nächstmöglicher Beginn der WB:
  April 2025 (Beginn jährlich im Frühling)

Empfohlene Abfolge der Weiterbildung



KLAUS-GRAWE-INSTITUT
FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

Wissen & Können

- **Kurstage**: 79.5 Tage (636 Lektionen, erste 2 Jahre der WB)
- **schriftliche Prüfung**: 4 Std. schriftlich (nach Absolvierung der Kurstage, Sommer 3. WB-Jahr)

- **Fallseminare**: 60 Std., 3 Fallvorstellungen
- **Fallberichte**: 2 lange und 5 kurze Berichte

- Durchführung von 5 **diagnostischen Interviews**

Kursübersicht

1. Theoretische Einführung **1 Tag**

Einführung in die Psychologische Therapie

Lektüre - Vertiefung - Integration

2. Fallkonzeption und Therapieplanung **6.5 Tage**

Fallkonzeption, Indikationsstellung und Therapieplanung in der Psychologischen Therapie I-VII

KLAUS-GRAWE-INSTITUT
FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

3. Diagnostische & therapeutische Basiskompetenzen **16 Tage**

- Einführung in die DSM/ICD-Diagnostik 2 Tage
- Anfangsphase in der Therapie 3 Tage
  Aufbau eines therapeutischen Systems, Erstinterview und Gesprächsführung im Einzel- und Mehrpersonensetting,
- Situative Bedingungsanalyse 2 Tage
- Motivationale Strategien in der Psychotherapie 2 Tage
- Prozess- und Erfolgsmessung, Qualitätskontrolle 1 Tag
- Therapieziele, GAS 1 Tag
- Ressourcenaktivierung 2 Tage
- Psychopharmakologie 1 Tag
- Berufsethik für Psychotherapeuten/innen 1 Tag
- Berufsrechtliche Fragen für Psychotherapeuten/innen 1 Tag

4. Störungsspezifische Therapiemethoden — 25 Tage

- Agoraphobie und Panikstörungen — 2 Tage
- Zwangsstörungen — 2 Tage
- Posttraumatische Belastungsstörungen — 2 Tage
- Depressionen — 2 Tage
- Krisenintervention / Suizidalität — 2 Tage
- Essstörungen — 2 Tage
- Psychosomatische Störungen — 2 Tage
- Sexuelle Störungen — 2 Tage
- Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit — 2 Tage
- Schmerzstörungen — 2 Tage
- Schlafstörungen — 1 Tag
- Borderline-Persönlichkeitsstörungen — 2 Tage
- Psychotherapie bei Psychosen — 2 Tage

KLAUS-GRAWE-INSTITUT
FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

5. Beziehungsorientierte Vorgehensweisen — 13 Tage

- Therapeutische Beziehungsgestaltung — 3 Tage

- Psychologische Therapie im Paarsetting — 4 Tage
- Psychologische Therapie im Familiensetting — 4 Tage
- Psychologische Therapie im Gruppensetting — 2 Tage

6. Bewältigungsorientierte Vorgehensweisen **8 Tage**

- Verhaltenstherapeutische Standardtechniken 1 Tag
- Entspannungsverfahren 1 Tag
- Hypnotherapeutische Verfahren 2 Tage
- Training sozialer Kompetenz 2 Tage
- Kognitive Therapietechniken 2 Tage

KLAUS-GRAWE-INSTITUT
FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

7. Klärungsorientierte Vorgehensweisen **10 Tage**

Klärungsorientierte Gesprächsführung und klärungsfördernde Therapietechniken, Vertiefung und Verarbeitung von Emotionen

Fallkonzeptionen

Verfassen von 10 Fallkonzeptionen
(ab Beendigung der Fallkonzeptionskurse)

Daraus entstehen

- 3 Fallvorstellungen in den Fallseminaren
- 2 lange Fallberichte
- 5 kurze Fallberichte

Supervision

- Die Supervision dient der vertieften Auseinandersetzung mit den Kursinhalten und hilft beim Transfer der Theorie in die Praxis.
- In der Supervision können Anliegen respektive Patient:Innen besprochen und Therapiepläne (weiter-) entwickelt werden.
- Die Supervision hilft das konsistenztheoretische Denken umzusetzen.

Total mindestens **200** Einheiten,
davon mindestens **50** Einheiten **Einzel**supervision, der Rest Kleingruppensupervision (max. 4 Teilnehmer/innen)

Selbsterfahrung

«**Selbsterfahrung** meint den bewussten Prozess der Wahrnehmung der eigenen Bedürfnisse, der eigenen Fähigkeiten auf kognitivem, emotionalem und sozialem Gebiet, der eigenen Vorurteile, der persönlichen Wertvorstellungen und damit auch der individuellen Entwicklungsmöglichkeiten (Individuum).»

Die Selbsterfahrung dient der vertieften Auseinandersetzung mit sich selber. Ziel der Selbsterfahrung ist es, sich über relevante eigene Schemaaktivitäten bewusst zu werden, um diese während der Therapie gut regulieren zu können.

Total mindestens **100** Einheiten,

- davon mindestens 50 Einheiten Einzelselbsterfahrung
- davon mindestens 25 Einheiten Gruppenselbsterfahrung

KLAUS-GRAWE-INSTITUT
FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

Eigene therapeutische Tätigkeit

- **500** Therapiesitzungen

- davon mind. 10% = **50** Sitzungen **Mehrpersonensetting**
  (Paar, Familie, Gruppe, Angehörige, Arbeitgeber...)
  (maximal Mehrpersonensetting: 40% = 200 Einheiten)

- mind. **10** verschiedene Therapien (Therapie = ab 5 Sitzungen)

Klinische Praxis

2 Jahre klinische Praxis (bei Anstellung 100%, sonst entsprechend länger)

Davon mind. 1 Jahr in einer Einrichtung der ambulanten oder stationären psychotherapeutisch-psychiatrischen Versorgung.

-> Voraussetzung für Abrechnung über Grundversicherung **‚Anordnungsmodell'**: **3 Jahre klinische Praxis**. Davon mind. 1 Jahr in einer Einrichtung SIWF-Register Kategorie A, B, (bei Ki & Ju auch C).

KLAUS-GRAWE-INSTITUT
FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

Ungefähre Kosten

Wissen & Können (Semestergebühren = 4 Semester à 5000.-, Vorgespräch, Anmelde- und Prüfungsgebühren, Zertifikate)	21'000 CHF
Supervision & Fallseminare	ca. 17'000.-
Selbsterfahrung	ca. 12'000.-

Total ca. 50'000.- bis 51'000.-

d.h. ca. Fr. 1000.-/Monat über 4 Jahre

Voraussetzungen für die Weiterbildung

Nachweis Psychopathologie, PsyG

- **PsyG**: seit 1. April 2013 in Kraft
- Definitive Akkreditierung der WB: Juni 2017
- Wer einen akkreditierten Weiterbildungsgang in Psychotherapie absolvieren will, muss während der Ausbildung eine genügende Studienleistung in klinischer Psychologie und Psychopathologie erbracht haben.

Psychopathologie

Konkrete (FSP-Richtlinien):

- Es müssen Psychopathologie-Lehrveranstaltungen an einer Hochschule im Umfang vom 128 Stunden /12 ECTS (siehe ‚Weiterbildungsordner) absolviert werden.
- Dies ist erfüllt, wenn beim Masterabschluss
  - Das Hauptfach / Schwerpunktfach klinische Psychologie / Psychopathologie war *oder*
  - Nebenfachabschluss in klinischer Psychopathologie / klinischer Psychologie vorhanden ist
- *Falls nicht vorhanden müssen* 12 ECTS im Rahmen von störungsspezifischem Wissen nachgewiesen werden.

KLAUS-GRAWE-INSTITUT
FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

Fragen?