

Mag. Verena Wöber
Borschkegasse 15/ Top 6
1090 Wien

Ort: vor Beginn der Gruppe in der Praxis
Vorgespräch im Februar (bitte Befund mitnehmen)

Termine in der Gruppe:
18.3., 15.4., 22.4., 29.4. und 6.5.2023
Samstags je 10.00-12.15 (mit kurzer Pause)
Gruppe: jeweils Online via Zoom

Kosten für die Gruppe sind vorab zu zahlen:
330€ (exkl. Erstgespräch) - Erstgespräch 100€
Gruppe startet ab mind. 5 TN

**Ich freue mich,
Sie kennen zu lernen.**

Mag. Verena Wöber
Praxis für Klinische und Gesundheitspsychologie
und Verhaltenstherapie
Borschkegasse 15/ Top 6
1090 Wien
www.verena-woeber

Elterngruppe (DBT C)

Mag. Verena Wöber
0650 / 2246975



DBT C - Dialektisch Behaviorale Therapie für Kinder Was ist das?

Die DBT - C bietet Tools, welche Eltern und ihren Kindern helfen, neue „Programme“ zu entwickeln und alte zu überschreiben. Geeignet ist die Therapieform für Kinder, welche eine emotionale Dysregulation aufweisen, d.h. sehr sensibel, impulsiv und reaktiv auf ihre Umwelt (vor allem Bezugspersonen) reagieren. Kinder zeigen manchmal oppositionelles (verbal oder körperlich aggressives) Verhalten. Mit viel Unterstützung der Eltern werden die Kindern zu „Emotions-Body Buildern“.



Beschreibung der Elterngruppe nach DBT C (children)

Die Elterngruppe „SUPER PARENTING“ ist ein Kurs für Eltern und Bezugspersonen mit dem Angebot, Wissen, Ressourcen und Strategien für Kinder und Jugendliche mit emotionaler Sensitivität oder Verhaltensauffälligkeiten bereitzustellen.

Die DBT für Kinder betont die Bedeutsamkeit der Rolle der Betreuungsperson für die Entwicklung des kindlichen Funktionsniveaus und deren adaptive Rückmeldung als einer der Hauptmechanismen in der Veränderung. Dieser Kurs unterstützt und festigt Strategien für ein validierendes Umfeld.

Einen Überblick bietet der letzte Teil mit Strategien im Eintauchen in die Kernthemen der „Selbstliebe“, „Sicherheit“ und „Dazugehörigkeit“.



Inhalte der Elterngruppe nach DBT C

- Deine SUPERSPÜRNASE – ERSPÜRNASE – ein dialektischer Blick auf die emotionale Feinfühligkeit
- Validierung, Validierung, Validierung
- Was ist Invalidierung?
- Wege für eine Veränderung ohne elterliche Invalidierung
- Essenzielle Achtsamkeit und Stresstoleranzskills
- Essenzielle Emotionsregulation und Zwischenmenschliche Skills
- Verstärkung und Prompting
- Shaping

- Geplantes Ignorieren eines explosiven Kindes
- Bestrafung wenn Fäuste fliegen
- Zusammenfassung: Verbesserung der Beziehung mit dem Umfeld
- Bedeutsamkeit und Verständnis der Funktionen von Reaktionen
- Wege zur Umprogrammierung unseres biologischen Computers
- Einführung in die CPA (Core Problem Analyse) und 3 dahinterliegenden Kernthematiken:
- Selbstliebe: ich hasse mich, ich bin schlecht, ich bin fehlerhaft
- Sicherheit: Jeder andere hat Schuld an meinen Schwierigkeiten
- Dazugehörigkeit: Niemand mag mein Freund sein