

Institution: Institut für Psychologie
Veranstaltung: 11562 / FS2019
Achtsamkeit - Interventionen und Forschungsansätze
ECTS-Punkte: 5
Dozent: PD Dr. Zeno Kupper
Durchführung: Montag, 18.2.2019 - 31.05.2019, 10.15 - 12.00
Seminarraum 005, Institutgebäude vonRoll
Fabrikstrasse, 3012 Bern

Beschreibung:

Das Seminar gibt einen vertiefenden Überblick zu achtsamkeitsbasierten Interventionen (u.a. MBCT, MBSR, MBRP) bei unterschiedlichen psychischen Störungen. Dabei werden neben Fragen zur Wirksamkeit achtsamkeitsbasierter Interventionen auch allgemeine Fragen zur Bedeutung von Achtsamkeit für die psychische Gesundheit, Fragen zur Erfassung von Achtsamkeit und grundlagenorientierte Forschungsansätze angesprochen. Neben dem selbständigen Verarbeiten der vorgegebenen Literatur schliesst das Seminar eine praktische Erprobung von Achtsamkeitsübungen ein. Von den Teilnehmenden wird eine regelmässige und aktive Teilnahme (höchstens 2x entschuldigtes Fehlen), Literaturvorbereitung, ein aktiver Beitrag (Referat und schriftliche Ausarbeitung), sowie die aktive Teilnahme an Diskussionen und Rollenspielen in Kleingruppen erwartet. Leistungsnachweis: Die oben genannten Anforderungen müssen erfüllt werden. Die Veranstaltung wird mit einer schriftlichen Prüfung am letzten Termin abgeschlossen. Die Note wird aufgrund der Prüfung festgelegt.

Psychopathologie: Die Veranstaltung wird NICHT als Seminar mit psychopathologischem Inhalt anerkannt.

Anforderungen:

Regelmässige und aktive Teilnahme (höchstens 2x entschuldigtes Fehlen), Literaturvorbereitung, aktiver Beitrag (Referat), aktive Teilnahme an Diskussionen und Bereitschaft sich praktisch mit Achtsamkeitsübungen auseinander zu setzen. Gegen Ende der Veranstaltung wird eine schriftliche Prüfung durchgeführt.

Zielgruppe:

Studierende der Klinischen Psychologie und Psychotherapie mit Hauptmodul oder Vertiefungsmodul.

Anmeldung:

Anmeldung/Registrierung: Registrierung mittels KSL notwendig

Literatur:

Buch von Segal Z. et al. Die Achtsamkeitsbasierte Kognitive Therapie der Depression. DGVT-Verlag, 2015 sowie im Seminar behandelte Artikel.

Professur:

Klinische Psychologie und Psychotherapie

Prüfung:

Die Prüfung findet am Ende der Veranstaltung statt.