

Lehrgang DBT-A (Dialektisch-Behaviorale Therapie für Adoleszente) 2026 - 2027

Modulbeschreibungen

Modul 1: DBT Basis I

Diagnostik, Epidemiologie und Differentialdiagnostik und Ätiologie der Borderline-Persönlichkeitsstörung (Biosoziale Theorie); Grundannahmen, Prinzipien und Regelwerk der DBT; Therapiestruktur und Module; Behandlungsziele; Grundlegende Behandlungsstrategien in der Einzel- und Gruppentherapie.

Modul 2: DBT Skills I

Das Skillstraining basiert auf dem Skillsmanual von Martin Bohus und Ruben Vonderlin) (DBT-Skillstraining, Schattauer, Verlag, 2024; 2025). Diese Kurse vermitteln die Rahmenbedingungen und Regeln für die Durchführung des Skilltrainings; Behandlungsstrategien in der Gruppentherapie; sowie das Modul Achtsamkeit. Die weiteren Module werden in den Kursen Skills II und Skills III vermittelt.

Modul 3: DBT Skills II

Das Skillstraining basiert auf dem Skillsmanual von Martin Bohus und Ruben Vonderlin) (DBT-Skillstraining, Schattauer, Verlag, 2024; 2025). Diese Kurse vermitteln Theorie und Praxis von Skills Stresstoleranz und zur Emotionsregulation.

Modul 4: DBT-A I

Die Teilnehmer erwerben ein grundlegendes Verständnis für die Besonderheiten borderline-typischen Erlebens und Verhaltens in der Adoleszenz. Sie werden die Strukturen und Regeln der DBT-A erlernen sowie sämtliche wichtigen Methoden zur Verbesserung der Motivation, der Beziehungsgestaltung und der Veränderung dysfunktionalen Erlebens und Verhaltens. Unterricht mit Handouts, Videoanalysen, Rollenspiele, Fallarbeit. Im Schwerpunkt geht es um die Anwendung DBT-spezifischer Strategien und Techniken in der Arbeit mit Jugendlichen und ihren Eltern sowie den Erwerb zusätzlicher DBT-Strategien für die Arbeit mit Familien oder Bezugspersonen von Jugendlichen: Einschlusskriterien und Diagnostik im Jugendbereich, Epidemiologie; Besonderheiten bzgl. Kontaktaufnahme, Commitment-Strategien und Beziehungsaufbau bei Jugendlichen; Einbezug von Eltern / Bezugspersonen; Grundannahmen für Jugendliche und Eltern; Umgang mit vertraulichen Informationen; Commitment der Eltern / Bezugspersonen; Hierarchie der Therapieziele (therapiegeführendes Verhalten der Eltern); Vermittlung des Biosozialen Modells; Besonderheiten im Umgang mit Gruppen von Jugendlichen; Skillsgruppe für Jugendliche und deren Eltern/Bezugspersonen/ Elterngruppe; Vorstellung des veränderten Manuals (Fleischhaker, Böhme et al., 2001); Vorstellung des zusätzlichen Moduls: walking the middle path; Rolle von positiver und negativer Verstärkung in der Familie für dysfunktionales Verhalten; Dialektische Dilemmata in Familien.

Modul 5: DBT-A II

Erwerb weiterer Kenntnisse zur DBT für Adoleszente. Anleitung zur Anwendung DBT-spezifischer Strategien und Techniken in der Arbeit mit Jugendlichen und ihren Eltern. Erwerb zusätzlicher DBT-Strategien und spezifischer Familien-Skills für die Arbeit mit Familien oder Bezugspersonen von Jugendlichen; Verhaltensanalysen (einzeln oder gemeinsam für Bezugsperson und Jugendlichen); Therapieplanung mit Fallbeispielen; Telefoncoaching (der PatientIn/ der Eltern); Unterstützung der Familie im Umgang mit suizidalen Krisen des Jugendlichen; Familienskills (in Anlehnung an Fruzzetti); Achtsamkeit innerhalb der Beziehung; Emotionsmanagement; Gemeinsame Zeit; Rolle von adäquatem Gefühlsdruck (transaktionales Modell und primäre vs. sekundäre Emotionen); Validierung.

Modul 6: DBT-A III

Erwerb weiterer Kenntnisse zur DBT für Adoleszente. In diesem Kurs wird speziell auf die stationäre Arbeit mit Jugendlichen eingegangen. Des Weiteren soll eine Vertiefung zur Weitergabe von Skills erfolgen sowie Probleme, die hierbei auftreten können, und typische Problemsituationen in der Skillsgruppe besprochen und der Umgang mit diesen trainiert werden: Stationäre DBT für Adoleszente; Strukturelle Voraussetzungen; Vorbereitung und Behandlungsplanung; Behandlungsmodule; Bezugsbetreuerstunden; Kontingenzmanagement; Teambesprechungen; Umgang mit der Gruppendynamik im Stationsalltag; Umgang mit Regeln; Vertiefung zum Teachen von Skills; Problemstellungen im Skillstraining.

Modul 7: DBT-A IV

In diesem Kurs sollen die bisher erworbenen Kenntnisse vertieft und deren praktische Anwendung verbessert werden. Anhand konkreten Fallbeispiele der Teilnehmer können z.B. Themen wie eine Fallkonzeptualisierung, das Timing von Interventionen, der Umgang mit Komorbiditäten, der Umgang mit akuter oder chronischer Suizidalität oder auch die konkrete Anwendung dialektischer Interventionsstrategien erläutert und eingeübt werden. Schwierige Situationen in der Einzeltherapie, in Familiengesprächen oder im stationären Setting können beleuchtet und die Anwendung DBT-spezifischer Strategien in diesen eingeübt werden. Je nach Wunsch der Teilnehmer können auch Themen wie Supervisionsregeln und Teammanagement und Burn-Out-Prophylaxe Raum finden. Je mehr eigenes Material von den Teilnehmern mitgebracht wird, desto lebendiger kann dieser Kurs gestaltet werden. Schwerpunkte: Dialektische Interventionsstrategien; Timing der Interventionen; Fallkonzeptionalisierung; Umgang mit schwierigen Situationen im Kontakt mit der Familie; Supervisionsregeln und Teammanagement; Umgang mit akuter und chronischer Suizidalität; Umgang mit Komorbiditäten; Ressourcenaktivierung; Burnout-Prophylaxe; DBT Adherence.