

Mitgefühlsbasierte Psychotherapie bei psychischen Störungen in der Peripartalzeit

Inhalt:

Der Übergang in die Elternschaft ist eine erfüllende, zugleich aber auch herausfordernde Lebensphase, die mit tiefgreifenden Veränderungen und erhöhten psychischen Belastungen einhergehen kann. Diese Fortbildung vermittelt therapeutische Methoden der mitgefühlsbasierten Psychotherapie nach Paul Gilbert (Compassion-Focused Therapy, CFT) und deren Anwendung bei psychischen Störungen in der Peripartalzeit. Im Mittelpunkt steht die Entwicklung einer mitfühlenden inneren Haltung, die Mütter und Väter dabei unterstützt, mit belastenden Emotionen wie Angst, Scham, Schuld oder Wut umzugehen, selbstkritische Denkmuster zu verändern und einen hilfreichen Umgang mit schwierigen Erfahrungen rund um Schwangerschaft, Geburt und die frühe Elternschaft zu finden.

Wann:

13. & 14. September 2027, 10:00 – 16:00 Uhr (12 UE), online

Kosten:

500 CHF

Zielgruppe:

Die Fortbildung richtet sich an psychologische und ärztliche Psychotherapeut:innen.

Anmeldung:

olivia.bolt@hin.ch

Dozentin:



Dr. phil. Olivia Bolt ist eidg. anerkannte Psychotherapeutin und Paartherapeutin. In ihrer klinischen Arbeit liegt ihr Schwerpunkt auf der Begleitung von Müttern, Vätern und Paaren. Darüber hinaus ist sie als Dozentin in den Bereichen Peripartalpsychotherapie und mitgefühlsbasierte Psychotherapie tätig.