

 **Psychologie und Psychotherapie**

## Train the Trainer – Verhaltenstherapeutische Interventionen

Verhaltenstherapie – Methoden kennen und anwenden

Dieses Seminar bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihr Wissen über verhaltenstherapeutische Methoden zu erweitern oder zu vertiefen. Sie lernen zentrale Konzepte, Theorien und Modelle kennen und üben diese praxisnah in Kleingruppen und Dyaden. Ziel ist es, psychologische Prinzipien besser zu verstehen und gezielt in der Arbeit mit Klientinnen und Klienten anzuwenden.

Was Sie erwarten:

- Einführung in die Grundlagen der Verhaltenstherapie
- Lern- und Konditionierungstheorien: Operante oder „instrumentelle“ Konditionierung nach Pawlow und Skinner
- Progressive Muskelrelaxation nach Edmund Jacobson
- Systematische Desensibilisierung nach Joseph Wolpe
- Konfrontationsverfahren (Reizkonfrontation / Exposition) nach Mary Cover Jones
- Kognitive Verhaltenstherapie nach Albert Ellis, Aaron T. Beck, Kanfer u.a.
- Modelllernen nach Albert Bandura
- Selbstbehauptungs-Training in der Dialektisch-Behavioralen Therapie (DBT) nach M.M. Linehan
- Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT) – Wertearbeit und psychologische Flexibilität

Die Methoden werden im Seminar vorgestellt, gemeinsam diskutiert und in Kleingruppen sowie Dyaden praktisch geübt.

Ihr Nutzen:

Sie erweitern Ihr Fachwissen und Ihre methodische Kompetenz in der Verhaltenstherapie. Sie lernen, die Methoden gezielt in der Arbeit einzusetzen und Veränderungsprozesse wirksam zu begleiten. Das Seminar stärkt Ihre Sicherheit, Empathie und Professionalität.

### Termine

Sa, 16.05.2026

09:00–17:30 Uhr

So, 17.05.2026

09:00–17:30 Uhr

[und 2 mehr](#)

### Preis

900,00 CHF

### Schule

Paracelsus Schule Zürich

Grünhaldenstrasse 6

8050 Zürich

Tel. +41 43 960 2000

### Seminarnummer

SSB7092210226V4

### Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261–952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten  
Erstellt 10.02.2026

Dozentin

### Barbara Henke

Sie absolvierte in den USA und der Schweiz verschiedene Ausbildungen in Psychologie mit universitären Abschlüssen am Lesley College Boston, MA und an der Columbia Pacific University, BA. Sie ist eidgenössisch anerkannte Psychotherapeutin und hat die Zulassung der OKP für Psychotherapie. Ihre jahrelange Berufserfahrung in psychosomatischen Kliniken in Deutschland und in der Schweiz sowie in der eigenen Praxis bereichert den Unterricht. Ihre Erstausbildung in Tanz und Theater (Musical Theatre) absolvierte sie am Boston Conservatory. Danach arbeitete sie als Schauspielerin und Tänzerin am Stadttheater Chur und in freien Produktionen, sowie als Tanzlehrerin. Auch heute gibt sie noch Tanzunterricht.