

WICHTIGE INFORMATIONEN

VERANSTALTUNGSORT & -ZEIT

Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel

Wilhelm Klein-Strasse 27, CH-4002 Basel

Versammlungsraum UPKKJ Neubau

Donnerstag, 23. September 2021 | 10-18 Uhr

Freitag, 24. September 2021 | 9-16 Uhr

KOSTEN

Teilnahmegebühr CHF 650.- (Workbook für Jugendliche und Manual sowie Verpflegung inbegriffen).

ANMELDUNG

Anmeldungen per E-Mail an: jolanda.amrein@upk.ch.

Die Platzzahl ist beschränkt. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Anmeldefrist: 31.07.2021.

KONTAKT

- › Klinik für Kinder und Jugendliche
Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel
Prof. Dr. phil. Dr. med. Christina Stadler
E-Mail: christina.stadler@upk.ch

- › Sekretariat: Jolanda Amrein
E-Mail: jolanda.amrein@upk.ch
Tel. +41 61 325 82 90

ANFAHRT

Am besten erreichen Sie den Veranstaltungsort über den Besucherparkplatz in der Wilhelm Klein-Strasse 27. Den Lageplan finden Sie unter: www.upk.ch/ueberuns/standorte-und-lageplan.

START NOW TRAINING
SCHULUNG
23. und 24. September 2021



START NOW SCHULUNG GRUPPENTRAINING FÜR JUGENDLICHE



Emotionen regulieren zu können und sich in Stress- oder Konfliktsituationen angemessen verhalten zu können, ist ein wichtiges Merkmal von Resilienz.

Eine Förderung der Emotions- und Stressregulation ist deshalb gerade im Übergang zum Erwachsenenalter von zentraler Bedeutung. In der Pubertät ist es oft schwierig, einen «kühlen Kopf» zu bewahren. Jugendliche sind in dieser Phase mit vielen Herausforderungen konfrontiert, die insbesondere dann schwer zu bewältigen sind, wenn auf Seiten der Jugendlichen zusätzliche Belastungsfaktoren oder psychische Schwierigkeiten gegeben sind.

START NOW steht für *Slow Down, Take a step back, Accept, Respect, Take Action*. Das Programm ist ein Skillstraining für Jugendliche zur Verbesserung der Resilienz und Emotionsregulation. START NOW ist in den USA bereits gut evaluiert und die Wirksamkeit wurde auch bei Jugendlichen in einer internationalen Studie bestätigt.

Im START NOW Programm stehen zwei Module mit Gruppensitzungen zur Verfügung. Im ersten Modul „Meine Emotionen und meine Skills“ (siehe Abb. rechts) werden die Grundlagen von Emotionen behandelt, es geht um den Aufbau von Veränderungsmotivation sowie die Erarbeitung der START NOW Skills. Das zweite Modul „Mein Weg zum Erfolg“ umfasst die konkrete Anwendung dieser Skills in herausfordernden Situationen,

START NOW SCHULUNG PROGRAMM

Die zweitägige Schulung richtet sich an Pädagoginnen und Pädagogen, Lehrpersonen, Psychologinnen und Psychologen sowie Therapeutinnen und Therapeuten.

In der Schulung werden die Grundlagen der kognitiv-behavioralen Lerntheorie und der dialektisch-behavioralen Therapie, traumapädagogische Grundlagen sowie motivierende Gesprächstechniken vermittelt. Sie üben sehr praktisch die Durchführung der Gruppensitzungen und verschiedene Methoden, die Sie in der Praxis einsetzen können.

Nach der Schulung sind Sie befähigt, das Gruppentraining anhand des Manuals und der Materialien durchzuführen.

Die Schulung ist eine zentrale Voraussetzung für die Zertifizierung zum START NOW Trainer/Trainerin, mit der Sie unbeschränkt Zugang zu allen START NOW online-Materialien erhalten.



Team START NOW

Prof. Dr. Christina Stadler

Dr. Linda Kersten

Janine Alfano