



Palautetta koulutuksesta

"Käytännössä hyödynnettäviä menetelmiä, uutta tutkimustietoa ja käytännön esimerkkejä työskentelystä. Todella antoisat päivät ja paljon pohdittavaa sekä hyödynnettävää omassa työssä aikuispsykiatrian potilaiden kanssa. Altistumista lämmölle!" -Nimetön

"Sopivasti teoriaa, käytännön esimerkit ja harjoitteet toivat konkretiaa." -Nimetön

"Kokonaiskuva selkiytyi ahdistuneen potilaan hoitamisesta sekä hyviä käytännön keinoja." -Nimetön

Peruutusehdot

Mikäli joudut perumaan osallistumisesi ilmoittautumisaikana (20.3.) umpeuduttua, peruutuskulut ovat seuraavat:

- 35 € toimistokuluja + 50 % koulutusmaksusta
- 100 % koulutusmaksusta, mikäli peruutus tulee viikon sisällä ennen koulutuksen alkua.

Myötätuntokeskeisiä menetelmiä ahdistuksen hoitoon

10.-11.4.2019, Hki



Myötätuntokeskeisiä menetelmiä ahdistuksen hoitoon, Hki

10.-11.4.2019

Workshopin tavoitteena on antaa näkökulmia, ideoita sekä konkreettisia välineitä myötätuntokeskeisen työskentelyotteen soveltamiseen ahdistuneiden asiakkaiden kanssa.

Tässä workshopissa tulet oppimaan

- Mitä myötätunnolla tarkoitetaan ja miksi se on tärkeää ahdistuneille asiakkaille?
- Myötätuntokeskeisen psykoterapian teoreettiset perusteet ahdistuksen hoidon näkökulmasta
- Asiakkaan ahdistusoireiden normalisointia ja validoimista myötätuntokeskeisestä näkökulmasta
- Mahdollisten motivaatoristiriitojen tarkastelemista ja ratkaisemista: miten autan epäilevää tai "vastahakoista" asiakasta ottamaan askeleen eteenpäin?
- Itsemyötätunnon taidon kasvattamisen harjoituksia (tietoinen läsnäolo ja myötätuntoharjoituksia), joita voit antaa asiakkaille (Compassionate Mind Training).
- Myötätuntoisen ajattelun keinoja ahdistuneen asiakkaan kanssa
- Myötätuntoinen altistushoito askel askeleelta
- Käyttätymiskokeilujen toteuttaminen myötätuntoisella otteella
- Itsekritiikin ja vaativuuden rooli ahdistushäiriöissä + itsekritiikin työstämisen menetelmiä.

Maksimi **15** osallistujaa.

Koulutus on suunnattu lääkäreille, psykologeille, psykoterapeuteille, sairaanhoitajille ja työnohjaajille/coacheille.

Hinta: 460,00 €. Sis. alv 24 % ja kahvitarjoilun.

Ilmoittautuminen päättyy 20.3.2019

Koulutuspaikka

Hogrefe Psykologien Kustannus Oy:n koulutustila
Iso Roobertinkatu 20 -22 A (3. krs)
00120 Helsinki

Kouluttaja Ronnie Grandell on työterveyspsykologi, sertifioitu executive coach ja tietokirjailija, joka on käynyt myötätuntokeskeisen psykoterapian koulutuksissa Englannissa perustaja Paul Gilbertin johdolla.

Grandellilta on ilmestynyt syksyllä 2015 ensimmäisen suomalaisen teos aiheesta, nimeltään Itsemyötätunto. Tällä hetkellä Ronnie Grandell työskentelee työterveyspsykologina Diacor Turussa.

Myötätuntokeskeinen psykoterapia (CFT) pohjautuu kognitiivisen käyttäytymisterapiaan, evoluutio- ja kiintymyssuhdeteoriaan, uusien neuropsykologisiin tutkimustuloksiin sekä buddhalaisen psykologian periaatteisiin.

CFT on osoittautunut toimivaksi psykoterapian muodoksi muun muassa ahdistuksen, masennuksen ja syömishäiriöiden kanssa kamppaileville. Myötätuntokeskeinen psykoterapia on avuksi erityisesti ihmisille, jotka vaativat itseltään liikaa ja joilla on ongelmia itsekritiikin, häpeän tunteen sekä tunteiden säätelyn kanssa.