WARSZAWA, 14 KWIETNIA 2024

POZA SCHEMATAMI
SZKOLENIA

CERTYFIKAT UKOŃCZENIA SZKOLENIA

WYDANY PRZEZ OŚRODEK **„POZA SCHEMATAMI”**

AGATA BRZUSKA

UKOŃCZYŁA SZKOLENIE

„NASTOLATEK O SŁABEJ AUTONOMII. KLASYCZNE I 3-FALOWE TECHNIKI CBT W PRAKTYCE”

09-10.03.2024 I 13-14.04.2024

40 GODZ. DYDAKTYCZNYCH W TERAPII POZNAWCZO–BEHAWIORALNEJ

PROGRAM SZKOLENIA:

- Autonomia i jej znaczenie dla zdrowego i wartościowego życia.
- Słaba autonomia jako czynnik ryzyka powstawania różnych zaburzeń.
- Nawiązywanie relacji terapeutycznej, budowanie motywacji do terapii z wykorzystaniem języka terapii schematów oraz terapii ACT.
- Psychoedukacja nastolatka na temat objawów oraz na temat pracy terapeutycznej.
- Konceptualizacja problemów nastoletniego pacjenta w oparciu o terapię poznawczo-behawioralną oraz terapie „trzeciej fali”.
- Oczekiwania rodziców oraz szkoły a oczekiwania nastolatka w kontekście ustalania celów do terapii.
- Najczęstsze trudności we współpracy z rodzicami oraz szkołą. Zasady postępowania.
- Techniki terapii poznawczo-behawioralnej w procesie modyfikacji dysfunkcyjnych myśli oraz przekonań.
- Typowe pułapki psychologiczne (schematy poznawcze) nastolatka jako wynik nieprawidłowych oddziaływań wychowawczych.
- Tryb wrażliwego dziecka i złoszczącego się dziecka jako obszar interwencji terapeutycznych.
- Radzenie sobie z sytuacjami kryzysowymi (min. myśli samobójcze, narastający konflikt w relacji z rodzicem/rodzicami, samookaleczenia, nasilenie objawów, reakcje dysocjacyjne).
- Dysfunkcyjne style radzenia sobie - modyfikacja w kontekście wartości nastolatka.
- Terapia ACT w pracy nad budowaniem autonomii - sześć podstawowych procesów terapeutycznych ACT.
- Zastosowanie technik wyobrażeniowych w procesie kształtowania uważności.
- Budowanie poczucia JA (Self) z wykorzystaniem języka metafor.
- Schematy własne terapeuty jako potencjalna przeszkoda w procesie terapii.
- Adekwatne stosowanie odkrywania siebie przez terapeutę jako ważny element wzmacniania relacji terapeutycznej, budowania motywacji do zmiany.

PROWADZĄCY

Mgr Aneta Wolska
psycholog, psychoterapeuta

NUMER REJESTRU PSCH-13/3/2024

CERTYFIKAT Poza Schematami

OŚRODEK „POZA SCHEMATAMI”

Dr n. med. Artur Kołakowski
specjalista psychiatra
specjalista psychiatra dzieci i młodzieży
psychoterapeuta, superwizor