



Praca z realnym cierpieniem. Trzy sposoby pracy w obszarze otwartości na doświadczanie i stymulowania procesu akceptacji w praktyce psychoterapeutycznej. Trening Zaawansowanych Umiejętności ACT.

Terminy	07.11.2020
Liczba dni	1
Czas trwania	09:00-16:00
Adresaci	Profesjonaliści zajmujący się szeroko rozumianym zdrowiem psychicznym – psychologdy, psychoterapeuci, terapeuci uzależnień, lekarze, studenci medycyny i psychologii.
Tematyka	<p>Program szkolenia:</p> <p>Podczas mojego warsztatu poznamy trzy podejścia o które warto rozszerzyć swoją praktykę psychoterapeutyczną:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pierwszy z nich to stymulowanie „twórczego braku nadziei”. Słowo twórczy odnosi się do otwartości, która pojawia się, kiedy klienci ostatecznie porzucają nieefektywną kontrolę doświadczenia i zwracają swoją uwagę na życie zgodne z wybranymi wartościami. Celem tej interwencji nie jest stworzenie poczucia beznadziei lub wiary w beznadziejność; tylko przyspieszenie procesu porzucania tego, co nie działa, co w efekcie często umożliwia pojawienie się uczucia nadziei. (Hayes i in., 2012). 2. Drugi sposób nazywany „weralnym aikido”, to umiejętność walidacji odczuwanego przez klienta doświadczenia bez „kupowania” treści tego doświadczenia. Ta umiejętność jest zarówno kluczem do budowy silnego sojuszu terapeutycznego, jak i może być skuteczną interwencją, dzięki której tworzymy przestrzeń dla odczuwania głębokich emocji, ułatwiamy kontakt z niewygodnymi doświadczeniami i zmniejszamy tendencję do ich unikania. (Webster 2016) 3. Trzeci sposób to „eksperyment w 5 krokach”. Terapia zwykle kojarzona jest z rozmową. Z perspektywy ACT część naszych problemów (zarówno klientów jak i terapeutów) polega na tym, że za bardzo polegamy na słowach. Dzięki otwarciu się na wykorzystanie w terapii doświadczania ciała, jego ruchu oraz pamięć mięśniowej, możemy odkrywać wartościowe ścieżki w sytuacjach, kiedy nasz umysł i język, którego używamy, stanowią jedną z barier do pokonania. (Bonensteffen 2018)
Osoba prowadząca	<p>Hubert Czupała - absolwentem Psychologii oraz Filologii Germańskiej na Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza w Poznaniu oraz Uniwersytecie im. Jana Gutenberga w Moguncji. Swoje doświadczenie zawodowe zdobywał między innymi w Klinice Psychiatrii i Ambulatorium Psychoterapeutycznym Uniwersytetu Jana Gutenberga w Moguncji, oraz Szpitalu Powiatowym w Śremie. Kierował również Oddziałem Dziennym Psychiatrycznym Rehabilitacyjnym w Śremie. Obecnie kieruje pracą zespołu psychoterapeutów prywatnego Ośrodka Terapii Poznawczych i Behawioralnych w Poznaniu.</p> <p>W pracy klinicznej specjalizuje się w nowych formach psychoterapii opartych na dowodach naukowych. Ukończył 4 letnie szkolenie z zakresu terapii poznawczo-behawioralnej oraz liczne szkolenia i warsztaty z zakresu psychoterapii; między innymi: terapii schematu (ST), terapii akceptacji i zaangażowania (ACT), terapii dialektyczno behawioralnej (DBT), terapii opartej na współczuciu (CFT) oraz terapii opartej na analizie funkcjonalnej (FAP). Jest członkiem Association for Contextual Behavioral Science oraz przewodniczącym jej polskiego oddziału (ACBS Polska). Jest też wykładowcą akademickim.</p>
Koszt szkolenia	399 PLN
Termin zgłoszenia	2020-11-06