

Norra lokalföreningen inbjuder till
workshop "Känslor i terapirummet"
i samband med årsmötet i sfKBT norra

*Torsdagen den 6:e oktober kl.13.00- 16.00 Workshop
kl.16.15-17.15 Årsmöte*

Välkommen till en mini-workshop där vi stannar upp och tittar på oss själva. Vad känner vi i terapirummet och vilka utmaningar och möjligheter följer på våra reaktioner?

Som behandlare ägnar vi med rätta en betydande del av vår tid till att fokusera på våra klienter. Vi diskuterar kluriga ärenden med våra kollegor, i handledning eller på utbildningar. Vi har en omfattande träning i att få andra att stanna upp och reflektera, men i vilken grad vänder vi blicken mot oss själva? Ger vi verkligen oss själva det utrymme för självreflektion och själviakttagelse som behövs för att vi ska kunna utföra vårt jobb väl?

I vilken grad kan vi förhålla oss öppet gentemot oss själva, notera det som sker inom oss och välja hur vi agerar baserat på vad vår klient behöver i stunden?

På denna workshop ges du möjligheten att känslospåna och titta nyfiket på dig själv och ditt agerande i terapirummet. Reflektion i liten grupp kommer att ske men inget påtvingat delande i stor grupp. Det blir en annorlunda KBT-workshop där grafer och forskningsrön byts ut mot nyfikenhet och utforskande av dig själv.

När

Workshop Torsdag 6/10 kl 13.00-16.00

Årsmöte Torsdag 6/10 kl 16.15-17.15

Var

Umeå Folkets Hus, Mimer eller online på zoom (länk kommer samma dag)

Kostnad

500 kr för ickemedlemmar

300 kr för medlemmar i SfKBT

200 kr för studenter

200 kr onlinedeltagande.

Sista betalningsdatum är Fredag 30/9

Anmälan

Anmälan till workshop <https://forms.office.com/r/mkH29VdzM4>

Anmälan är bindande och giltig först efter betalning.



**Vem?**

Elin Wesslander är legitimerad psykolog och psykoterapeut samt specialist i psykologisk behandling/psykoterapi. Elin har varit verksam sedan 2003 och har förutom behandlingsarbete med barn, unga och vuxna även handledt och utbildat andra professionella i Sverige och internationellt. Under 13 år arbetade Elin på Psykologpartners varav de sista fem åren som konsultchef för de kliniskt verksamma psykologerna i Stockholm och Umeå. Favorituppdraget har länge varit att skapa arenor för behandlare att stanna upp och titta på sig själva i exempelvis upplevelsebaserade workshops inom ACT eller självkännedomsmoment på psykoterapiutbildningar.

Frågor? inga.dennhag@umu.se

sfKBT verkar för att främja de kognitiva och beteendearterade terapierna i Sverige. Mer information hittar du på sfKBTs webbsida www.sfkbt.se, där du också kan bli medlem.

Varmt välkomna!
Styrelsen i SfKBTnorra