

KREDS KØBENHAVNS AMT

ANGSTEN I DEPRESSIONEN OG I DEN KOGNITIVE TERAPI

En kursusdag med **Allan Fohlmann**

Den 12. november 2010 kl. 9-16

Dansk Psykolog Forening
Stockholmsgade 27, København Ø.

Allan Fohlmann er autoriseret psykolog, og har gennem de sidste 8 år arbejdet med at tilbyde terapi til klienter, som i forhold til gængse assessmentkriterier ofte ses som mindre terapiegnede (klienter med psykose, misbrug, angst og depression samt mange andre vanskeligheder). Hans erfaring er at comorbiditeten ved angst og depression, og evt. andre komplekse problemstillinger kan gøre det hensigtsmæssigt, at på den ene side vælge en høj grad af tilpasning og fleksibilitet, men på den anden side også en høj grad af trofasthed og klarhed i benyttelsen af de kognitive terapeutiske principper.

Temaerne vil være:

Kognitiv terapi opstod i undersøgelser af depressionens væsen og har fortløbende vist gode resultater i behandling af depression. Mere end andet er det dog måske angst, der er den lidelse, som kognitiv terapi allermost forbindes med. Men hvad så når angsten indgår som en væsentlig del af det, der gør depressionen vanskelig at håndtere, og hvad når depressionen gør, at behandling af angsten gør det svært at finde mod, styrke og tillid til at de kognitive teknikker bliver taget i brug. Kurset vil forsøge at belyse hvorledes den kognitive tilgang både teoretisk og praktisk kan give forslag til teknikker, metoder og strategier overfor de tre problemstillinger: angst, depression og angst i depression.

Form: Oplæg, øvelser og diskussioner.

Litteratur der kan foreslås: Beck, J. S.: Cognitive therapy for challenging problems: What to do when the basics don't work. New York: Guilford Publications inc. 2005

Greenberger, D&Padesky, C.A.: Følelser med fornuft – at styre hvad du føler, ved at styre hvad du tænker. Klim. Århus 2008

Gilbert, Poul: At overvinde depression. Klim. København 2005

Tilmelding:

Ellen Dreyer E-mail: e_dreyer@post.tele.dk inden 1. november 2010.

Kurset koster 500. kr. som betales kontant (ikke dankort) ved indgangen.

Kun individuelle tilmeldinger godtages. Ved tilmelding skal gives oplysning om dit navn og hvor du arbejder og om dette arbejdssted er beliggende indenfor kredsen, eller hvis du er arbejdsløs, hvor du bor, og ligeledes om bopælen er inden for kredsen, da kurset fortrinsvis er for kredsens medlemmer.

Kreds Københavns Amt dækker det gamle Kbh. amt. Birkerød (Rudersdal) er flyttet til kredsen og Farum (Furesø) ligeså. Derimod tilhører Ledøje-Smørum (Egedal) ikke længere kredsens område.

Kredsen byder på morgenkaffe kl. 8.50 samt en let frokost som ramme om et mere uformelt kollegialt samvær.