



5-dages introduktionskursus Compassion Focused Therapy

v/ Henriette Rønhof Sloth

30.-31. oktober + 22.-24. november 2023 i København

Introduktion til CFT

CFT (Compassion Focused Therapy) er udviklet af Professor Paul Gilbert fra Derby University i England m.fl. Metoden integrerer evidensbaseret viden om, hvordan sindet udvikles og fungerer, og hvordan vi kan afhjælpe psykiske lidelser. Derfor indgår viden fra bl.a. evolutionspsykologi, neurofysiologi, emotionspsykologi, socialpsykologi og tilknytningsteori i forståelsen af vores sind og dets udfordringer.

I CFT benyttes evidensbaserede terapeutiske strategier og teknikker til afhjælpning af psykiske vanskeligheder, herunder metoder fra mindfulness og visualisering, gestaltterapi, kognitiv terapi, emotionsfokuseret terapi og psykodynamisk/ tilknytningsorienteret terapi. CFT har særligt fokus på skam og selvkritik som vedligeholdende faktorer for psykiske vanskeligheder og på strategier til at håndtere skam og selvkritik på mere hjælpsomme måder.

CFT er en transdiagnostisk tilgang, som er videreudviklet til at kunne hjælpe mennesker med et bredt spektrum af psykiske udfordringer: angst, depression, vredesproblemer, spiseforstyrrelse, stemmehøring, PTSD og personlighedsforstyrrelser.

CFT tilbyder desuden terapeuter mulighed for at arbejde med egne følelser af skam, utilstrækkelighed og omsorgstræthed, som ofte slider på os i vores arbejde og privatliv.

Underviser:

Henriette Rønhof Sloth er privat-praktiserende psykolog med ydernummer, specialist i psykoterapi samt mangeårig ekstern lektor på SDU. Desuden indehaver af Kognitiv Center Fyn, der arrangerer og afholder kurser i kognitive behandlingsmetoder samt uddannelser i CFT.

Henriette har længerevarende psykoterapeutiske uddannelser i såvel psykodynamisk som adfærdsterapi (DAT) og CFT og har i de sidste 10 år arbejdet med CFT. Hun er en erfaren og inspirerende underviser, der har afholdt flere efteruddannelseskurser i CFT både for psykologer og personale i børne- og ungdomspsykiatrien. Hun får løbende CFT supervision af bl.a. Paul Gilbert.

Kursets form og indhold:

Kurset er praksisnært og med fokus på at træne konkrete terapeutiske færdigheder. Vi har desuden fokus på at skabe en tryk og hjælpsom stemning blandt deltagerne. Vi vil gennem veksling mellem oplæg, demonstration af øvelser samt øvelser i små grupper træne psykoedukation, mindfulnessøvelser samt caseformulering og terapeutisk arbejde med skam og selvkritik. Endelig er der på kurset også fokus på, hvordan vi som psykologer kan



DANSK PSYKOTERAPEUTISK SELSKAB FOR PSYKOLOGER

VIDENSKABELIGT SELSKAB I DANSK PSYKOLOG FORENING

have brug for at træne compassion, og hvordan det kan hjælpe os til at møde klienterne med compassion.

Målgruppe:

Kurset er for psykologer uanset arbejdsfelt.

Godkendt til specialistuddannelse:

Kurset forventes godkendt til specialistuddannelsen i psykoterapi for voksne under Specialiseringsmodulet, "Anden teoretisk referenceramme" (emneområde: 12.4.4.2.3)

Tid og sted

Den 30-31 oktober, 2023, kl. 9-16: Dansk Psykologforening, Stockholmsgade 27, 2100 Kbh. Ø

Den 22-24 november, 2023, kl. 9-16: Villa Kultur, Krausesvej 3, 2100 København Ø.
Der vil være god forplejning alle dage.

Deltagergebyr:

Medlem af DPSP kr. 6500. Andre medlemmer af DP kr. 8500. Inkl. moms, morgenkaffe, frokost og eftermiddagskaffe begge dage. EAN-fakturering ikke mulig.

Tilmelding:

Senest d. 1.7.2023 via www.dpsp.dk. Tilmeldingen er bindende. Regler for til- og afmelding ses på dpsp.dk. Der er 30 pladser på kurset, som besættes efter "først til mølle princippet".

Arrangør: DPSP v/ Anne Vonger Kaas & Mette Vinum