

BEHANDLING AF STRESSRAMTE

BASERET PÅ DEN NYESTE FORSKNING OG METODER

MÅLGRUPPE

Psykologer og medlemmer af Selskab for Evidensbaseret Coaching (SEBC). Der kræves ingen særlige forudsætninger.

UDBYTTE

Du får konkrete værktøjer samt viden om:

- Opbygning af et behandlingsforløb med stressramte
- Skelnen mellem stress og andre problematikker
- Involvering af andre eksperter/faggrupper
- Samarbejde med arbejdspladsen/lederen
- Coachingmetodens styrker og begrænsninger i forhold til stress
- Mindfulness som metode til stressreducering og forebyggelse
- Det vigtige i arbejdet med stressramte
- En helhedsorienteret tilgang til stress
- Sygemelding - hvorfor og hvor længe?
- Håndtering af depression og arbejdsafhængighed

FORM OG INDHOLD

Kurset varer 2 dage og veksler mellem oplæg, værktøjsintroduktion og diskussion. Kurset tager afsæt i underviserens arbejde og erfaringer gennem de sidste 4 år fra Stressklinikken, Hillerød Hospital, samt et stort forskningsprojekt (Copestress) på Bispebjerg Hospital.

UNDERVISER

Cand. psych. aut. Pernille Rasmussen var i 2011 medudvikler af behandlingsprogrammet i Copestress og har firmaet, GrowPeople, hvor hun underviser og har samtaleforløb med stressramte. Pernille er forfatter til bøgerne: "Livet efter stress" og "Når arbejdet tager magten".

PRIS

Kr. 6.475,- ex. moms. Ved tilmelding før d. 1. marts gives der 10 % rabat. Der gives 10 % rabat til medlemmer af SEBC. (Kun én rabat mulig). Prisen inkluderer bogen "Livet efter stress", kursusafgift, kursusmateriale, forplejning begge dage og kursusbevis. Deltagere sørger selv for transport og evt. overnatning.

*"Nogle super gode og inspirerende kursusdage. Direkte anvendeligt
ift. mig selv og mine klienter"* HANNE KIRSTEIN, HR, VEJLE KOMMUNE

*"Kurset er virkelig GODT. Fik en masse konkrete værktøjer til
behandling af stress"* CHRISTINA BRIX CHRISTENSEN, CAND. PSYCH.

PRAKTISKE OPLYSNINGER Kurset er arrangeret af SEBC via Pernille Rasmussen og afholdes hos Dansk Psykolog Forening, Stockholmsgade 27, 2100 København Ø.

TID Torsdag d. 7. juni og fredag d. 8. juni, 2012.

TILMELDING Pr. e-mail: pernille@growpeople.dk. Der er et begrænset antal pladser. Tilmeldingen er bindende. Såfremt du bliver forhindret i at deltage, kan du overdrage din plads til en anden.

KONTAKT Pernille Rasmussen, 26115021, pernille@growpeople.dk. www.growpeople.dk