

Tænk kognitivt
i din ferie!

Introduktionskursus til kognitiv coaching og kognitiv terapi

5-dages sommerkursus for studerende

Dette kursus er for psykologstuderende, der ønsker at opnå et indblik i kognitiv teori og metode og dens anvendelse i praksis, og som gennem øvelser har lyst til at lære, udvikle og praktisere kognitive færdigheder. Kurset er for alle interesserede psykologstuderende, og kræver ikke nødvendigvis forudgående kendskab til kognitiv teori og metode.

Kognitiv teori og metode

Kognitiv teori er umiddelbart let forståelig og til at gå til i praksis. Den er fokuseret, løsnings- og målorienteret i forhold til at tilbyde udviklings-, ændrings- og præstationsmuligheder for personer i almindelighed.

Ifølge kognitiv teori vurderer og tolker man alle de ting, man oplever, i alle situationer. Terapeuten kan, ved at benytte en kognitiv spørgemetode, hjælpe klienten til at erkende sine tanker. Ved at opnå denne erkendelse, kan man ændre den betydning, man tillægger en given tankegang, og derved også ændre den følelsesmæssige reaktion.

Kurset vil introducere:

- Grundprincipperne i den kognitive terapi teori og metoder
- Sagsvurdering (analyse af problemstillinger) og sagsformulering
- Den mest anvendte kognitive spørgemetode: Den sokratiske dialog
- De mest anvendte verbale undersøgelsesmetoder og adfærdseksperimenter
- Mindfulness meditation
- Positiv Psykologi

Kursussted og tidspunkt

27. august til 31. august 2007. Alle dage kl. 09.00 - 16.00 på Holbergsgade 14, 4. sal 1057 København K.

Endeligt kursusprogram sendes per e-mail før kursusstart.

Tilmelding:

Tilmelding inden 1. august 2007 til Laila Wattar på telefon 41 40 70 72 eller på e-mailadressen

lwattar@hotmail.com eller
maa@wattar-gruppen.dk

Tilmelding er bindende og sker efter først til mølle-princippet.

Wattar Gruppen er en privatejet psykologisk praksis, ejet og ledet af psykolog Ulla Wattar. Vi har 18 psykologer ansat, hver med sit speciale, men alle inden for en kognitiv psykoterapeutisk referenceramme. Vi har mange års erfaring med kognitiv terapi, supervision, undervisning og konsultation samt kognitiv efteruddannelse af psykologer og sundhedsfagligt personale.

Wattar Gruppen, Kognitivt Psykologcenter

Holbergsgade 14, 4.sal, 1057 København K - Tlf. 33 11 22 84 - Fax. 33 19 33 79

www.wattar-gruppen.dk - info@wattar-gruppen.dk

Praktiske oplysninger:

Vi holder en times frokostpause midt på dagen. Der vil være kaffe/te om morgenen og igen om eftermiddagen, hvor der også vil være kage.

Pris og betaling:

Prisen er kr. 3.000,- ved 20 deltagere. Ved færre deltagere kan kurset gennemføres mod

forhøjet betaling. Frokost indgår ikke i kursusprisen, men sandwich kan bestilles ved tilmelding: Kr. 250,- for en sandwich alle 5 kursusdage. Husk at angive om du ønsker sandwich ved tilmelding.

Wattar Gruppen fremsender faktura på samlet beløb, til betaling senest 10. august 2007.

Wattar Gruppen er en privatejet psykologisk praksis, ejet og ledet af psykolog Ulla Wattar. Vi har 18 psykologer ansat, hver med sit speciale, men alle inden for en kognitiv psykoterapeutisk referenceramme. Vi har mange års erfaring med kognitiv terapi, supervision, undervisning og konsultation samt kognitiv efteruddannelse af psykologer og sundhedsfagligt personale.

Wattar Gruppen, Kognitivt Psykologcenter

Holbergsgade 14, 4.sal, 1057 København K - Tlf. 33 11 22 84 - Fax. 33 19 33 79

www.wattar-gruppen.dk - info@wattar-gruppen.dk