

CFTinstituttet firar 10 års jubileum

Har du en utbildning inom Compassionfokuserad Terapi och/eller arbetar med CFT? Letar du efter tillfällen att fördjupa och bredda dina kunskaper och färdigheter som CFT-behandlare? Vill du öva på interventioner, och få möjlighet att ta emot och ge medkännande feedback. Vill du få utrymme att ta hand om dig själv och utvecklas genom self practice och self-reflection? Då har vi något för dig!

Vi firar 10-års jubileum nästa år och det vill vi fira genom att sjösätta en idé vi haft på lut ett tag. Vi vill skapa tillfällen för oss som arbetar med CFT en stund att mötas på en plats, lära oss, reflektera och utforska olika aspekter av CFT tillsammans. Vi börjar bli ganska många som ägnar oss åt CFT i Sverige!

Först ut vill vi ge Er tillfälle att möta Dr. Wendy Wood. Wendy var med och startade den första sammanhållna CFT-utbildningen och har sedan dess fortsatt att utveckla CFT-utbildning, handleda CFT-studenter och handleda behandlare. Wendy har dessutom skrivit sin avhandling om just handledning utifrån CFT. Hon är en del av The Compassionate Mind Foundation där hon bland annat arbetar med att utveckla deras 1-åriga utbildning.

Wendy är en av våra allra mest uppskattade föreläsare i vår rullande webinarserie. Hon har en förmåga att hjälpa oss att sakta ner och förankra CFT i våra inre processer. Med hjälp av Wendys vägledning får vi en fantastisk möjlighet att utvecklas som CFT-terapeuter. Wendy är en varm och djupt kunnig föreläsare och handledare. Hon har förmågan att adressera det riktigt svåra, och samtidigt inge en känsla av möjlighet och nyfikenhet. Vi ser fram emot att spendera två dagar tillsammans med Wendy.



När? 11-12:e maj 2023. 8:30-16 och 9-16

Var? Centralt i Malmö

Kostnad? Early Bird fram till 31/1 2023 5500, därefter 6500

I avgiften ingår fm. Och em. Fika samt lunch.

Anmälan? Anmäl dig via hemsidan Sista anmälningsdag 11/4 2023

www.cftinstitutet.se

Max 35 deltagare

Dag 1: Utveckla dina CFT färdigheter

Vi har bra och dåliga nyheter. Som behandlare blir vi inte bättre med tiden. Åtminstone inte per automatik. Forskning kring behandlares effektivitet hittar inga kopplingar till år i yrket. Den bra nyheten är vi kan bli bättre med tiden genom att identifiera det vi tycker är svårt och där vi behöver utvecklas. Därefter skapa tillfällen att öva på dessa delar av vårt arbete, och i direkt anslutning till utövandet få feedback och reflektera kring vad vi precis gjort. Det är det vi skall göra tillsammans under den första dagen. Utifrån Era önskemål kommer dagen att fokusera på de områden inom CFT där ni önskar utveckla Era färdigheter och fördjupa Er förståelse.

Detta sker med fördel i en miljö som präglas av compassion och där fokus ligger på lärande och utvecklande. En miljö där vi vågar gå utanför vår bekvämlighetszon och utmana oss själva. En miljö som ökar sannolikheten för att vi skall kunna ta med oss så mycket lärande som möjligt från lärotillfället. Wendy är en utmärkt person att leda oss i detta arbete. Hon har en djup förståelse för CFT, men också för att facilitera lärande. Hon har förmåga att hjälpa oss att ta oss an det som känns svårt, och stimulera nyfikenhet och utveckling.

Kvällen dag 1:

Middag kl: 17:00 Möjlighet till gemensam middag.

Konsert: 19:00 (1,40min)

Med sin symfoniska svit Printemps ville Claude Debussy inte bara beskriva årstiden vår, utan även människans mognad och blomstring. Möjlighet att boka plats att lyssna liggande.

<https://malmolive.se/program/varoffer-torsdag>

Dag 2: Self-Practice och Self-Reflection

“Psychotherapy is a process by which we use our own minds to try to understand the mind of another and create interactions that will be revelatory, healing and transformative.”

Dag 2 i vår workshop kommer att handla om att utveckla dig själv och dina egna färdigheter. Du kommer får jobba med att sakta ner, balansera medkänslans tre flöden och jobba vidare med självomhändertagande.

Som terapeuter behöver vi hålla flera processer samtidigt. Det pågår saker inom oss, i den vi möter, och i relationen mellan de vi möter och oss själva. Det är medvetenheten om, och förmågan att vara med, dessa multipla processer som gör det möjligt för oss att arbeta med att skapa förståelse och interaktioner som blir hjälpsamma i att skapa de förändringar vi tillsammans sträva efter. Dessutom blir det en del av ett effektivt självomhändertagande att vara medveten om och kunna ta hand om det som händer också inom oss själva.

I CFT ses den terapeutiska relationen som viktig, och som ett sätt att arbeta med rädslor, hinder och motstånd kring Compassion. Vår uppgift som terapeuter är att sträva efter att skapa förutsättningar för en trygg relation och att vara modeller för compassion som förhållningssätt. Det är alltså av yttersta vikt att vi får möjligheter till att öka och fördjupa vår självkänedom.

Det finns ännu få studier om Self-Practice och Self-Reflection, men i de som finns uttrycker terapeuter en upplevelse av en fördjupa förståelse för CFT som metod, och en ökad förmåga att applicera CFT.

Self-Practice och Self-Reflection har alltså potential att öka vår förmåga till självomhändertagande i vårt arbete, att öka förståelsen för CFT som metod och förmågan att applicera CFT på olika sätt, samt öka vår förmåga att iakttä och arbeta med den terapeutiska relationen.

Schema

Dag 1 (2023-05-11)

08:30 - 16:00

08:30 Förmiddagsfika

11:50 Konferenslunch - 45 minuter

14:20 Eftermiddagsfika i Haqvin

Dag 2 (2023-05-12)

08:30 - 16:00

Frukt, kaffe och te under förmiddagen.

11:50 Konferenslunch - 45 minuter

14:20 Eftermiddagsfika i Haqvin



