

Parterapi med KBT

Denna utbildning riktar sig till dig som möter par med relationsproblem – vare sig det är inom vården, socialtjänsten eller en privat mottagning. Här får du konkreta verktyg för att utreda problem, leda samtal och vidta lämpliga åtgärder, inklusive medling. Parterapi handlar både om att stärka relationer och att, vid behov, underlätta en sund separation. Genom en noggrann utredning kan du hjälpa par att hitta rätt väg – oavsett om det leder till en bättre relation eller ett respektfullt avslut.

Längd: 4 dagar på distans uppdelade på 2 x 2 dagar (fyra block).

Pris: 6 900 kr inkl. moms

Lärare: Johan Waara

1. Grunder: Par, förälskelse, utmaningar för par och beteendeanalys

Kursmål: Ge en förståelse för de grundläggande aspekterna av parrelationer, förälskelse, vanliga utmaningar och hur beteendeanalys tillämpas i parterapi.

Lärandemål:

- Förklara de psykologiska och biologiska aspekterna av förälskelse och hur dessa påverkar parrelationer.
- Identifiera vanliga utmaningar och konflikter som par ställs inför i olika faser av relationen.
- Använda beteendeanalys för att kartlägga och förstå negativa mönster i parrelationer.
- Reflektera över och diskutera hur dessa utmaningar kan hanteras genom KBT/IBCT.

2. Utredning & behandling: Kartläggning, inledande samtal och behandlingsdelar

Kursmål: Ge deltagarna verktyg för att kartlägga parrelationer och genomföra inledande samtal, samt introducera behandlingsdelar för effektiv parterapi.

Lärandemål:

- Genomföra en grundläggande kartläggning av parrelationens dynamik och identifiera mönster och problemområden.
- Lär dig att genomföra inledande samtal med par, skapa förtroende och samla information om relationens utmaningar.
- Förstå de centrala delarna av KBT/IBCT-behandling och hur dessa kan tillämpas på par i olika stadier av sin relation.
- Tillämpa behandlingsstrategier för att adressera specifika problem i relationen, som kommunikationsproblem eller emotionell distans.

3. Behandling: Ytterligare behandlingsdelar, svåra ärenden och gå isär utan krig

Kursmål: Fördjupa behandlingskunskaper och ge verktyg för att hantera svåra ärenden, inklusive när par överväger att separera.

Lärandemål:

- Tillämpa avancerade tekniker i KBT/IBCT för att behandla mer komplexa eller svåra ärenden som ofta förekommer i parrelationer.
- Hantera och behandla svåra konflikter som kan uppstå när par har olika mål för relationen eller när en separation är ett alternativ.
- Använda KBT/IBCT-metoder för att hantera känslomässiga och psykologiska hinder för att kunna avsluta relationen på ett respektfullt och konstruktivt sätt.
- Skapa en strategi för att genomföra avslut och hjälpa par att gå isär på ett hälsosamt sätt utan att skapa ytterligare skador.

4. Behandling & återfallsprevention: Tekniker för att hitta tillbaka och verktyg för att förhindra återfall

Kursmål: Ge verktyg och tekniker för att hjälpa par att hitta tillbaka till varandra och förhindra återfall i gamla negativa mönster efter behandling.

Lärandemål:

- Förstå och tillämpa tekniker som hjälper par att hitta tillbaka till varandra efter en period av distansering eller konflikter.
- Använda konkreta KBT/IBCT-verktyg för att stödja par i att etablera hållbara och positiva förändringar i deras relation.
- Skapa en återfallspreventionsplan för att förhindra att gamla mönster återkommer och skapa varaktiga förbättringar i relationen.
- Lär dig att ge par verktyg för självständigt arbete och upprätthålla de positiva förändringar som gjorts under terapi.

Några röster om utbildningen från tidigare deltagare:

"Lärt mig mycket som jag kommer att ha nytta av i mitt yrke som kurator. Fantastisk föreläsare med struktur och gemensamma gruppövningar. Kan varmt rekommendera denna."

"En kort och koncis distanskurs med lärare som fångar och behåller uppmärksamheten hos deltagarna från början till slut. Tydligt och gediget material där teori och övning varvas på en bra nivå. Perfekt påbyggnadskurs!"

"Prisvärd och genomgripande. Grundlig utbildning i bedömning och behandling av par. Rekommenderas!"



Om läraren Johan Waara

Utbildningen leds av Johan Waara, leg. psykolog och universitetslärare, som har utbildat på Sverigehälsan sedan 2006. Johan arbetar också vid Uppsala universitet på flera olika utbildningar med särskilt fokus på personal, ledarskap och kommunikation.

Om Sverigehälsan

Sedan 25 år tillbaka erbjuder vi yrkesutbildningar via YH, kompetensutveckling för yrkesverksamma och uppdragsutbildning för verksamheter och företag. Vi är störst i Sverige på KBT-utbildningar och du hittar oss i Malmö, Stockholm, Halmstad och Göteborg.

Kontakt

Växel: 040-698 60 00

E-post: info@sverigehalsan.se

Webb: www.sverigehalsan.se

Adress: Nils Forsbergs Plats 3, Malmö

Följ oss på: @sverigehalsan