

# TERAPIA SKONCENTROWANA NA ROZWIĄZANIACH

## Plan szkolenia

### Terapia skoncentrowana na rozwiązaniach

TSR czyli terapia skoncentrowana na rozwiązaniach w Polsce lub SFBT na świecie należy do terapii krótkoterminowych koncentrujących się przede wszystkim na poszukiwaniu rozwiązań problemów w pracy z klientami. Ten model terapii nie doszukuje się przyczyn problemów a klient sam sobie staje się ekspertem. Zadaniem terapeuty jest doprowadzić do właściwego rozwiązania, przy czym to klient z odpowiednimi podpowiedziami osiąga swój cel.

#### **PYTANIA, KTÓRE DOCZEKAJĄ SIĘ ODPOWIEDZI**

**?**

- Jaka jest definicja TSR?
- Jakie są podstawowe założenia TSR?
- Jak przebiega proces terapeutyczny?
- Jakie umiejętności powinien mieć terapeuta?
- Jakie są rodzaje relacji terapeutycznych?
- Jak powinna wyglądać rozmowa poza problemem?
- Czym jest technika komplementowania?
- Jak zastosować TSR w pracy z dziećmi i młodzieżą?
- Jak zastosować TSR w psychiatrii i psychologii?

#### **KOMU W SZCZEGÓLNOŚCI DEDYKUJEMY SZKOLENIE?**

\*\*\*

- nauczycielom pracującym z dziećmi z problemami zachowania,
- psychologom, którzy chcą pogłębić wiedzę i umiejętności, i przystąpić w przyszłości do uzyskania uprawnienia terapeuty pracującego w nurcie terapii skoncentrowanej na rozwiązaniach, zgodnie z wymaganiami zawodowymi obowiązującymi w Polsce,
- pedagogom szkolnym przeprowadzającym diagnozę potencjału wśród uczniów,
- doradcom zawodowym chcącym poszerzyć swoje kompetencje o nowe narzędzie pracy

## CELE SZKOLENIA



- zdobycie wiedzy na temat zastosowań TSR w obszarze zaburzeń i rozwoju osobistego
- zdobycie umiejętności zastosowania odpowiednich technik terapeutycznych do określonego problemu
- zdobycie wiedzy na temat podstawowych pojęć TSR
  - zapoznanie się z historią metody TSR
  - zrozumienie roli terapeuty i klienta w TSR

## SPOSOBY REALIZACJI CELÓW

- samokształcenie platforma Moodle,
- materiały szkoleniowe (pdf),
- pytania kontrolne po każdym module,
- testy sprawdzające (online)

## KORZYŚCI DLA UCZESTNIKÓW

\$

### Wiedza

- W1 - Wiedza o zastosowaniach TSR w obszarze zaburzeń i rozwoju osobistego**
- W2 - Wiedza na temat podstawowych pojęć TSR: filozofii centralnej, koncepcji oporu, relacji terapeutycznej, postawy niewiedzy, preferowanej przyszłości**
- W3 - Znajomość definicji TSR oraz jej genezę na świecie i w Polsce.  
Rozumienie roli terapeuty i klienta w TSR**

## KORZYŚCI DLA UCZESTNIKÓW

\$

### Umiejętności

**U1 - Wiedza na temat zastosowań odpowiednich technik terapeutycznych do określonego problemu wspomagając się innymi metodami psychologicznymi**

**U2 - Wiedza na temat samodzielnego przeprowadzenia sesji terapeutycznej z klientem oraz pokierowania rozmową**

**U3 - Wiedza na temat samodzielnego zaplanowania kilku sesji terapeutycznych i doprowadzania terapii do końca z określonym rozwiązaniem**

## KORZYŚCI DLA UCZESTNIKÓW

\$

### Kompetencje społeczne

**K1 - Odznaczanie się profesjonalizmem w działaniu, poczucie odpowiedzialności za klientów gabinetu**

**K2 - Chęć pogłębiania wiedzy i doskonalenia swojego warsztatu pracy w zakresie różnych technik terapeutycznych oraz poddawania się superwizji**

## WYMAGANIA WSTĘPNE DLA UCZESTNIKÓW

**Wiedza:** brak wymagań

**Umiejętności:** Ze względu na specyfikę organizacji zajęć, które przybierają formę e-learningu, wymagana jest podstawowa znajomość obsługi komputera i przeglądarek internetowych.

## INWESTUJĄC W SZKOLENIE OTRZYMASZ

dostęp do platformy szkoleniowej (indywidualne konto),

imienny dyplom i zaświadczenie o ukończeniu kursu,

możliwość zniżki na kolejne szkolenia.

## O AUTORZE

**mgr Ewelina Prędka-Pawlun** - psycholog, terapeuta pracujący w nurcie terapii skoncentrowanej na rozwiązaniach. Prowadzi warsztaty i szkolenia z zakresu technik rozwoju osobistego. Autorka artykułów z dziedziny psychologii procesów poznawczych.

# Szczegółowy plan szkolenia

## Moduł 1 Wprowadzenie do TSR

1. Definicja TSR
2. Historia podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach a. na świecie b. w Polsce
3. Porównanie TSR z modelami tradycyjnymi
4. Podstawowe założenia TSR a. problemy klientów b. cele terapii: operacyjne i strategiczne c. zasoby
5. Przebieg procesu terapeutycznego 6. Umiejętności terapeuty

## Moduł 2 Podstawowe pojęcia TSR

1. Filozofia centralna TSR 2. Koncepcja oporu
3. Relacje terapeutyczne a. relacja współpracy b. relacja goszczenia c. relacja narzekania
4. Postawa niewiedzy 5. Preferowana przyszłość

## Moduł 3 Techniki terapeutyczne

1. Rozmowa poza problemem 2. Technika komplementowania
3. Przeformułowania 4. Technika skalowania 5. Technika: pytanie o cud 6. Wyjątki

## Moduł 4 Zastosowanie TSR

1. Zastosowanie w pracy z dziećmi i młodzieżą
2. Zastosowanie w psychiatrii i psychologii
- a. Osoby w kryzysie - zachowania autodestrukcyjne b. Zaburzenia psychiczne
3. Zastosowanie w leczeniu uzależnień 4. Zastosowanie w rozwoju osobistym

## Moduł 5 Przykład sesji terapeutycznej

1. Rola terapeutyczne 2. Opis przypadku 3. Podstawowe założenia terapii
4. Zastosowane techniki 5. Informacja zwrotna i zadanie domowe

Czas trwania kursu: **30 godzin** (Podana liczba godzin to szacunkowy czas potrzebny na całościowe opanowanie materiału, udzielenie odpowiedzi na pomocnicze pytania kontrolne oraz bezbłędne rozwiązanie testów sprawdzających).

Aby zakupić kurs zapraszamy na stronę [www.crp.wroclaw.pl](http://www.crp.wroclaw.pl)