

Βιωματικό Εργαστήριο:

**Acceptance and commitment therapy for speech and language therapists – an experiential workshop
«Θεραπεία αποδοχής και δέσμευσης (ΘΑΔ) για θεραπευτές – ένα βιωματικό εργαστήριο»**
Εισηγήτριες: Carolyn Cheasman & Rachel Everard

4 & 5 Απριλίου 2020

Η ομάδα Ειδικού Ενδιαφέροντος στις Διαταραχές Ροής της Ομιλίας του Πανελληνίου Συλλόγου Λογοπεδικών – Λογοθεραπευτών διοργανώνει διήμερο εργαστήριο στη θεραπεία αποδοχής και δέσμευσης για θεραπευτές «Acceptance and commitment therapy, ACT».

Απευθύνεται: σε θεραπευτές που ασχολούνται με διαταραχές που παρουσιάζουν συμπτώματα αποφυγής.

Το εργαστήριο θα πραγματοποιηθεί στην αγγλική γλώσσα.

Περιορισμένες θέσεις: Θα τηρηθεί αυστηρά σειρά προτεραιότητας

Κόστος σεμιναρίου 280€

Προκαταβολή 150€ με τη δήλωση συμμετοχής και εξόφληση του υπολοίπου (130€) μέχρι 10 Μαρτίου 2020

Δηλώσεις συμμετοχής στην γραμματεία του Π.Σ.Λ. στο email – info@logopedists.gr

Τηλέφωνο επικοινωνίας: 210 777 99 01.

Περιγραφή εργαστηρίου:

Η Θεραπεία Αποδοχής και Δέσμευσης (Acceptance and Commitment Therapy, ACT) είναι μια συναρπαστική προσέγγιση που βασίζεται στις αρχές της «ενσυνειδητότητας» (Mindfulness) και παρέχει έναν σαφή και πρακτικό τρόπο εργασίας προσανατολισμένο στην καλλιέργεια της ψυχολογικής ευεξίας. Τα πολλαπλά της οφέλη εκτείνονται όχι μόνο στα άτομα που δέχονται λογοθεραπευτική υποστήριξη, αλλά και σε μας τους ίδιους τους θεραπευτές βελτιώνοντας την ποιότητα της παρεχόμενης υπηρεσίας αλλά και εν γένει της ζωής μας, ως λογοθεραπευτές. Η αποτελεσματικότητα της συγκεκριμένης μεθόδου επιβεβαιώνεται από πληθώρα εμπειρικών στοιχείων και μπορεί να εφαρμοστεί σε ένα ευρύ φάσμα ομάδων ατόμων με προβλήματα λόγου. Η ΘΑΔ μπορεί να ενσωματωθεί στη θεραπεία ενηλίκων, εφήβων και παιδιών.

Οι δύο βασικοί στόχοι της ΘΑΔ είναι η αποδοχή των εμπειριών που δεν εμπίπτουν στον προσωπικό έλεγχο και η δέσμευση δράσης σύμφωνα με το προσωπικό αξιακό σύστημα. Ενα από τα κεντρικά μηνύματα της μεθόδου είναι ότι δε χρειάζεται κανείς να απαλλαγεί πρώτα από τους φόβους και τα άγχη του προκειμένου να αρχίσει να ζει τη ζωή που επιθυμεί. Αυτό μπορεί να το κάνει εδώ και τώρα! Η πρωταρχική σημασία της ενίσχυσης της αποδοχής προκειμένου να επιτευχθούν αλλαγές με μακροχρόνια αποτελέσματα είναι αποδεκτή από πολλούς θεραπευτές. Στο σεμινάριο θα περιγράψουμε τις στρατηγικές που χρησιμοποιεί η ΘΑΔ προκειμένου να καλλιεργήσει στο άτομο την αποδοχή και να ενθαρρύνει την αλλαγή της συμπεριφοράς του. Λόγω της ειδικεισής τους, στη διάρκεια του σεμιναρίου οι εκπαιδευτριες θα δώσουν παραδείγματα σχετικά με τον τραυλισμό.

Σε αυτό το βιωματικό εργαστήριο θα μπορέσετε να:

! μάθετε δεξιότητες ώστε να βοηθάτε τα άτομα που υποστηρίζετε θεραπευτικά να διαχειρίζονται πιο αποτελεσματικά αρνητικές σκέψεις και συναισθήματα

- ! περιγράψτε τρόπους για να βοηθάτε τα άτομα να αναπτύξουν μεγαλύτερη αποδοχή κάθε δύσκολου βιώματος
- ! μάθετε πώς να αναγνωρίζετε αξίες
- ! θέτετε στόχους που βασίζονται στη δέσμευση της ανάληψης δράσης
- ! συμμετέχετε σε μια σειρά από πρακτικές ενσυνειδητότητας καθώς και σε άλλες ασκήσεις ώστε να βιώσετε στην πράξη τι είναι η ΘΑΔ
- ! διερευνήσετε τρόπους με τους οποίους οι αρχές της ΘΑΔ μπορούν να ενσωματωθούν στη θεραπεία
- ! περιγράψτε την αποτελεσματικότητα αυτής της προσέγγισης

Εισηγήτριες:

Η Carolyn Cheasman εργάζεται από το 1979 με ενήλικες που τραυλίζουν στο City Lit του Λονδίνου, το Βρετανικό Κέντρο Εξειδικευμένης Θεραπείας Ενηλίκων με Τραυλισμό. Έχει βιώσει η ίδια εσωτερικευμένο τραυλισμό, επομένως εκτός από επαγγελματικό έχει και προσωπικό ενδιαφέρον για τον τομέα αυτό. Αφού ολοκλήρωσε τη μεταπτυχιακή της κατάρτιση στην Personal Construct Psychology και την Προσωποκεντρική Συμβουλευτική, έλαβε πιστοποίηση ως εκπαιδύτρια Mindfulness και έκτοτε τη διδάσκει σε πρόσωπα με τραυλισμό, λογοθεραπευτές και το ευρύ κοινό. Το 2012 έλαβε τιμητική διάκριση από το International Fluency Association. Από το 2003 έως το 2016 δίδαξε στο μεταπτυχιακό πρόγραμμα του City University του Λονδίνου, εκπαιδύοντας φοιτητές λογοθεραπείας και λογοθεραπευτές.

Η Rachel Everard είναι εξειδικευμένη λογοθεραπεύτρια η οποία αποφάσισε να σπουδάσει λογοθεραπεία αφενός εξαιτίας του γεγονότος ότι και η ίδια τραυλίζει και αφετέρου χάρη στην καθοριστική για τη ζωή της εμπειρία που είχε ως θεραπευόμενη στο City Lit. Από την αποφοίτησή της το 1996 έχει εργαστεί σε διάφορους φορείς, μεταξύ άλλων κοινοτικές κλινικές και δημοτικά σχολεία γενικής αγωγής. Από το 2001 έως το 2019 εργάστηκε στο City Lit, το Βρετανικό Κέντρο Εξειδικευμένης Θεραπείας Ενηλίκων με Τραυλισμό. Λόγω της προσωπικής αλλά και της επαγγελματικής της εμπειρίας με τον τραυλισμό, πιστεύει ακράδαντα στην ενδυνάμωση των ατόμων που τραυλίζουν και στα οφέλη της ομαδικής θεραπείας.

Η Carolyn Cheasman και η Rachel Everard έχουν βάλει σαν στόχο τους να γίνει η Θεραπεία Αποδοχής και Δέσμευσης (ACT) μέρος της λογοθεραπείας επειδή πιστεύουν ακράδαντα ότι η θεραπευτική αυτή προσέγγιση μπορεί να επιφέρει απελευθερωτικές αλλαγές στη ζωή των ανθρώπων. Έχουν πολύ σημαντική εμπειρία τόσο ως θεραπεύτριες ΘΑΔ όσο και ως εκπαιδύτριες της μεθόδου στη Μεγάλη Βρετανία αλλά και διεθνώς και έχουν συμμετάσχει σε πολλά διεθνή συνέδρια παρουσιάζοντας τα οφέλη της.

Μαζί με την συνάδελφό τους Sam Simpson έχουν επιμεληθεί το βιβλίο με τίτλο 'Stammering Therapy on the Inside: New Perspectives on Working with Young People and Adults', που δημοσιεύτηκε το 2013. Έχουν συγγράψει ένα από τα κεφάλαια του βιβλίου που αναφέρεται στην εφαρμογή της ΘΑΔ σε ανθρώπους που τραυλίζουν.