



Svenska föreningen för kognitiva
och beteendearbeter

Sydsvenska föreningen inbjuder till föreläsning

Fredag 24 november 2023 kl. 09 – 15

Hornsbergssalen, Kulturen i Lund

”När medkänsla inte räcker till, vad gör vi då?”

Jernett Karensen, leg psykolog

Föreläsningen är en fördjupning för dem som deltog i föreläsningen den 10/2,
”Självomhändertagande i behandlande yrken”

Compassion och mindfulness har vunnit allt större mark inom psykoterapi. Men hur gör vi när vi stöter på svårigheter kring vår medkänsla, både hos oss själva som terapeuter och hos våra klienter/patienter?

Under den här dagen bjuds ni in att utforska vad som är skillnaden mellan sk. ”wise Compassion” och ”idiot Compassion”. Den sistnämnda är något av det som gör att Compassionarbetet faller platt, till både klienter och terapeuters stora frustration. Andra vanliga hinder för Compassion är skam och självkritik som stoppar oss från att vara medkännande med både oss själva och andra och att se lidandet. Dagen kommer att bjuda in till reflektion, eget utövande och redskap för att möta hinder som Compassionarbetet kan innebära.

OBS! Dagen bygger på föregående föreläsning den 10/2, ”Självomhändertagande i behandlande yrken”. Om du inte deltog men är intresserad kan en 2-3 dagars intro-kurs i CFT fungera.

Jernett Karensen är leg psykolog och certifierad CFT-terapeut. Hon är utbildad i KBT samt var en av de första svenskarna att utbilda sig vid Derby Universitet i CFT under ledning av Paul Gilbert. Hon driver CFTinstituten i Malmö tillsammans med leg psykolog Linda Wiik samt har privat psykoterapimottagning i Malmö. Jernett undervisar och handleder i CFT både på CFTinstitutets egna 1-åriga utbildningar och har tidigare undervisat och handledt på Karolinskas 1-åriga CFT-utbildning. Hon driver även Compassionpodden tillsammans med leg psykolog Åsa Pergler; en podd för att hjälpa gemene man att ta sig an sina svårigheter med Compassion.

Kostnad: 1 200 kr för medlemmar i sfKBT
1 500 kr för icke medlemmar
I avgiften ingår kaffe fm.

ANMÄLAN till: conny.thorsson@telia.com **senast tisdag 14 november.**
Uppge fullständig fakturaadress, helst e-postadress, inkl ev RSID och GLN.

Anmälan är bindande efter 14 november. Bekräftelse kommer efter anmälan och faktura skickas efter föreläsningen.

Bli medlem via hemsidan www.sfkbt.se

Välkommen!