

ZAPRASZA NA

**WARSZTATY ROZWOJU
OSOBISTEGO DLA OSÓB
W TRAKCIE SZKOLENIA CBT**

Self-Practice / Self-Reflection

Trening asertywności dla terapeutów CBT

Ja jako terapeuta CBT

PROWADZĄCA: MGR WIKTORIA CZYŻEWSKA



+48 664 655 900



www.vitalonga.pl



szkolenia@vitalonga.pl



Centrum Terapii Poznawczej
i Szkoleń Vita Longa

WARSZTATY ROZWOJU OSOBISTEGO DLA OSÓB W TRAKCIE SZKOLENIA CBT



Self-Practice / Self-Reflection (25 h):

program pracy własnej, który w unikatowy sposób rozwija i wzmacnia kluczowe umiejętności, decydujące o skuteczności terapeutów poznawczo-behawioralnych.

W trakcie 10-tygodniowego programu uczestnicy mają okazję przećwiczyć na sobie działanie poszczególnych technik poznawczo-behawioralnych, a następnie poddają swoje doświadczenia refleksji i zapisują wnioski na internetowym forum dyskusyjnym.

START PROGRAMU: 26 WRZEŚNIA 2022r.

CENA: 900 zł

 [sprawdź szczegóły](#)

Trening asertywności dla terapeutów CBT (20 h):

program pracy własnej, będący formą rozwoju osobistego terapeuty poznawczo-behawioralnego.

Zajęcia przeznaczone są dla osób, które chcą nauczyć się wyrażania uczuć, postaw, życzeń, opinii i obrony własnych praw w sposób bezpośredni, stanowczy, i uczciwy, bez lęku i poczucia winy, szanując równocześnie identyczne prawo drugiej osoby.

TERMIN: 14-16 PAŹDZIERNIKA 2022r.

CENA: 680 zł

 [sprawdź szczegóły](#)

Ja jako terapeuta CBT (10 h):

program pracy własnej, który pozwala „rozbroić” przekonania i schematy, które uruchamiają się w związku z pełnieniem roli terapeuty CBT.

TERMIN: 5-6 LISTOPADA 2022r.

CENA: 400 zł

 [sprawdź szczegóły](#)

W PAKIECIE KORZYSTNIEJ

CENA UDZIAŁU W CAŁYM PROGRAMIE: 1700 ZŁ

**CENA UDZIAŁU W DWÓCH WARSZTATACH
TRENING ASERTYWNOŚCI ORAZ JA JAKO TERAPEUTA CBT: 950 ZŁ**

**Łącznie 55 godzin pracy własnej zaliczane do certyfikacji
lub przedłużenia certyfikatu psychoterapeuty CBT.
Certyfikat uczestnictwa uznawany przez PTPPB.**



Psycholożka, psychoterapeutka poznawczo-behawioralna, trenerka kompetencji miękkich.

Magister psychologii UJ. Absolwentka Szkoły Trenerów Wszechnicy UJ. Uczestniczka akredytowanej przez PTPPB czteroletniej szkoły psychoterapii poznawczo-behawioralnej. Członkini Polskiego Towarzystwa Terapii Poznawczej i Behawioralnej.

**PROWADZĄCA
MGR WIKTORIA CZYŻEWSKA**

OPINIE UCZESTNIKÓW PROGRAMU

”

Nie doceniałam wcześniej potencjału programów w ramach pracy własnej dla terapeutów, teraz widzę, że to niezbędny element naszego rozwoju. Korzyści są dla mnie bardzo zauważalne.

”

To było bardzo cenne i rozwijające doświadczenie. Cieszę się, że się zdecydowałam i jestem z siebie dumna :) Mam narzędzia do dalszej samoobserwacji i pracy nad swoimi trudnościami.

”

Chciałabym pamiętać o każdym etapie szkolenia. Doświadczenie na sobie technik pozwala mi z większym przekonaniem o nich mówić w gabinecie, zwiększa moją empatię w pracy z pacjentem, ponieważ wiem jak są trudne. Jednocześnie też znam ich niesamowitą skuteczność.

”

Cudowny czas, życzę każdemu przejście przez program. Dużo znaczyła dla mnie grupa, wymiana doświadczeń, spostrzeżeń, często podobnych problemów. Dziękuję Ci Wiktor, że nas tak profesjonalnie, z szacunkiem i zawsze uśmiechem na twarzy poprowadziłaś :) Z programu wynoszę większą pewność do wykonywania swojej pracy. Nowe nawyki, które mocno wpłynęły na samopoczucie. Lepsze zrozumienie i większą łatwość w stosowaniu narzędzi terapii. Zrozumienie trudności pacjentów w wykonywaniu technik i wiele wiele więcej.

Dwoma słowami: było warto. Nawet bardzo :)



+48 664 655 900



www.vitalonga.pl



szkolenia@vitalonga.pl



Centrum Terapii Poznawczej
i Szkoleń Vita Longa

CENTRUM TERAPII POZNAWCZEJ I SZKOLEŃ



SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI



+48 664 655 900



www.vitalonga.pl



szkolenia@vitalonga.pl



**Centrum Terapii Poznawczej
i Szkoleń Vita Longa**