



UNNIÐ MEÐ STYRKLEIKA Í VIÐTALSMEDFERÐ



Vinnusmiðja fyrir fagfólk í Hringisal Háskólatorgsins
föstudaginn 12. sept. kl. 13 - 16



POSITIVE PSYCHOTHERAPY

Positive Diagnosis and psychotherapy

Robert Biswas-Diener

„The missing ingredients of psychological assessment and neglected targets of intervention: Strengths and strivings“

Todd Kashdan

Um er að ræða lokaða vinnusmiðju sem haldin verður í nýjum glæsilegum sal á Háskólatorgi þar sem farið verður yfir hvernig greina megi jákvæða eiginleika skjólstæðings og vinna með styrkleika hans í samtalsmeðferð. Lögð verður áhersla á aðferðir sem byggja á viðurkenndum rannsóknum á lífsánægju og því sem gefur lífinu tilgang.

Hugmyndafræði jákvæðrar sálfræði (*positive psychology*) leggur áherslu á að mikilvægt sé að rannsaka og vinna með styrkleika fólks og því sem gefur lífinu gildi. Með því að hafa það að markmiði að vinna með einstaklingi í því að finna tilgang í lífinu og njóta þess er markið sett enn hærra en einungis að hjálpa honum við það að losna við sjúkdómseinkenni og vanlíðan.

Fyrirlesarar eru **Todd Kashdan og Robert Biswas-Diener**.

Pórfessor Todd Kashan er klínískur sálfræðingur við George Mason háskólann í Bandaríkjunum. Hann hefur skrifað yfir 70 ritrýndar greinar um kvíða, jákvæðar tilfinningar, sjálfsstjórn o.fl. Hann er í ritstjórn fjölda tímarita og hefur fengið margvíslegar viðurkenningar fyrir fræðastörf og kennslu.

Robert Biswas-Diener er klínískur sálfræðingur auk þess sem hann stýrir menntun og þjálfun hjá Center for Applied Positive Psychology í Bretlandi. Robert hefur nýverið gefið út bók ásamt Ed Diener föður sínum: „**Happiness: Unlocking the Mysteries of Psychological Wealth**“ sem hefur fengið mjög góða dóma.

Báðir hafa þeir mikla reynslu af því að vinna með jákvæða eiginleika og styrkleika í meðferð auk þess að fara með vinnusmiðjur sem þessa víða um heim.

Þar hafa þeir fengið mikið lof fyrir skemmtilega framsetningu á þessu áhugaverða efni.

Vinnusmiðjan er samstarf Lýðheilsustöðvar og Viðtalsmeðferðarnefndar Geðlæknafélags Íslands

*Vinnusmiðjan er opin fyrir lækna, sálfræðinga, félagsráðgjafa, iðjuþjálfra og annað fagfólk.
Námskeiðsgjald er aðeins 2000 krónur, innifalið í því eru námskeiðsgögn og létt hressing*

Skráning fer fram á: www.lydheilsustod.is/skraning

Einnig er tekið við skráningu á netfangið: lauga@landspitali.is

Skráið ykkur sem fyrst því hámarksfjöldi er 50 manns!

Allar nánari upplýsingar veitir Dóra Guðrún: dora@lydheilsustod.is