



Harmonogram szkolenia STUDIUM TSR: Praca z nastolatkiem

Szkolenie obejmuje:

4 bloki szkoleniowe: 3 dni + 3 dni + 3 dni + 3 dni

Dzień szkoleniowy trwa w piątki w godz. 16:00-20:00 oraz soboty-niedziele w godz. 9:00-15:00.

Podane godziny dotyczą samego szkolenia, bez dodanej przerwy obiadowej

I zjazd (3 dni) - *Nastolatek klientem, którego trzeba lubić*

Prowadząca: **Izabela Świętochowska**

Celem zjazdu jest rozwinięcie wiedzy i zrozumienia dotyczących norm rozwojowych, unikalnych potrzeb, zachowań oraz oczekiwań młodzieży, a także nabywanie umiejętności efektywnej komunikacji, mającej na celu budowanie konstruktywnych relacji opartych na wzajemnym szacunku i zaufaniu. Zdolność do zrozumienia, akceptacji i radzenia sobie z różnorodnymi cechami osobowości oraz wyzwaniami, jakie może prezentować każdy nastolatek.

Tematyka zjazdu:

- Zapoznanie uczestników i integracja grupy szkoleniowej.
- Zrozumienie procesów rozwojowych i emocjonalnych w wieku nastoletnim. Co dzieje się w tych nastoletnich głowach?
- Jak rozmawiać z nastolatkiem, słowa które dają moc - nauka skutecznej komunikacji i budowania zaufania.
- Co sprawdza się w pracy z młodzieżą?
- Pierwszy krok ku zmianie-pierwsze spotkanie nastolatka z specjalistą.
- Zastosowanie Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach w pracy z nastolatkiem w różnych środowiskach (gabinet, szkoła)

Efekty zjazdu:

- Nabycie wiedzy na temat teoretycznych założeń w pracy z nastolatkami i praktycznych rozwiązań w zakresie budowania relacji, zaufania i współpracy z nimi.
- Uzyskanie wiedzy na temat norm rozwojowych nastolatka, co wpłynie na jakość pracy i relację.
- Zdobycie umiejętności wydobywania zasobów/mocnych stron nastolatka.
- Poznanie skutecznych technik / metod komunikacji z nastolatkiem.
- Nauka umiejętności stosowania PSR w pracy z nastolatkiem w różnych środowiskach.





II zjazd (3 dni) - Kiedy życie boli - nastolatek doświadczający kryzysu

Prowadząca: **Lidia Golba**

Celem zjazdu jest uzyskanie wiedzy na temat charakterystyki młodych osób w kryzysie, ich potrzeb i zasobów. Atutem będzie nabycie wiedzy i umiejętności nawiązywania kontaktu i pracy z nastolatkiem w kryzysie. Będziemy rozwijać umiejętności oceny ryzyka w pracy z nastolatkiem i jego otoczeniem (rodzina, rówieśnicy, szkoła) w różnych kontekstach kryzysu z wykorzystaniem narzędzi i technik TSR. Rozwiniemy umiejętności prowadzenia rozmowy skoncentrowanej na rozwiązaniach wzmacniającej nadzieję i powody do życia

Wykorzystamy narzędzia i techniki TSR w pracy z nastolatkiem w różnych kontekstach kryzysu.

Tematyka zjazdu:

- Smells like teen spirit - ja jako terapeuta zajmujący się pracą z nastolatkiem doświadczającym kryzysu.
- Logowanie do systemu - umysł nastolatka w kryzysie.
- Śmierć na raty - konteksty nastoletnich kryzysów: depresja, lęki, zaburzenia odżywiania, samookaleczenia, myśli i próby samobójcze.
- Oswajanie czarnego psa - techniki pomocne w pracy z nastolatkiem w kryzysie.
- Na krawędzi - elementy interwencji kryzysowej.

Efekty zjazdu:

- Rozwój kompetencji osobistych i pomocowych w zakresie pracy z nastolatkiem doświadczającym kryzysu.
- Poszerzenie wiedzy na temat pomocy nastolatki, którego problemem jest życie
- Poznanie własnych zasobów terapeuty, a także technik PSR przydatnych w pracy z nastolatkiem doświadczającym kryzysów w kontekstach zdrowia psychicznego.
- Poznanie specyfiki pracy w PSR w zakresie zapobiegania zachowaniom autodestrukcyjnym





III zjazd (3 dni) - *Rodzinny rollercoaster - rodzina z nastolatkiem*

Prowadząca: **Ewa Majchrowska**

Celem zjazdu jest poszerzenie wiedzy na temat funkcjonowania systemu rodzinnego z dorastającym dzieckiem. Poznanie metod edytowanych do pracy z przeciwstawnymi celami terapeutycznymi rodziców i nastolatka. Zdobywanie umiejętności do pracy z całą rodziną z wykorzystaniem narzędzi PSR. Wykorzystanie konfliktu między członkami rodziny do ich skomplementowania.

Tematyka zjazdu:

- Rodzina jako system.
- Relacje rodzice–dorastające dzieci z perspektywy ujęcia systemowego.
- Specyfika pracy z rodziną adolescenta - różnorodność pomysłów a osiągnięcie celów terapii.
- Konflikt jako najczęściej opisywana forma interakcji rodziców z dorastającymi dziećmi.
- Charakterystyka relacji rodziców z adolescentami.
- Techniki do pracy z rodziną w obliczu wykluczających się celów.
- Poszukiwanie zasobów w systemach i podsystemach.
- Metoda skalowania jako technika neutralnego kontekstu.
- Kiedy kogoś z rodziny nie ma na sesji.
- Rodzina z gościem – kiedy przychodzi choroba, śmierć...
- Różnorodne konstruktywne metody i narzędzia do pracy z rodziną nastolatka.
- Zadania domowe dla rodziny – terapia poza gabinetem.
- Prezentacja filmu – sesja terapii rodzinnej.

Efekty zjazdu:

- Umiejętność przejścia od metafory rodziny jako systemu do poszukiwania użytecznych opisów wspierających funkcjonowanie rodziny.
- Pogłębienie umiejętności pracy z nastolatkiem i jego rodziną.
- Zdobywanie wrażliwości językowej w zakresie spożytkowania języka klienta.
- Większa łatwość w określaniu celu terapeutycznego na sesji rodzinnej.
- Dbłość o formę komunikacji podczas sesji rodzinnej.





IV zjazd (3 dni) – *Metoda Mission Possible- niemożliwe nie istnieje*

Prowadzący: **Sławomira Rzepkowska**

Celem zjazdu jest poznanie teoretyczne i praktyczne metody „Mission Possible!” opartej na filozofii Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniu oraz na metodzie Kids’Skills fińskiego psychiatry Bena Furmana.

Mission Possible to jedenasto-etapowy program, który może pomóc młodym ludziom ustalać cele i krok po kroku do nich dążyć. Program uczy, jak wykorzystać swoje mocne strony do przezwyciężania trudności. Program został opracowany dla grupy wiekowej od około 11 do 23 lat, ale również osoby starsze, mogą zdobywać dzięki niej swoje cele indywidualne. Mission Possible może być stosowana również

jako działanie grupowe.

Uczestnicy poznają techniki i narzędzia, których w kolejnym etapie użyją do pracy z nastolatkiem i jego siecią wsparcia

Tematyka zjazdu:

- Podróż z Mission Possible dookoła świata - poznanie założeń, korzeni i rozwoju metody.
- Porównanie metod Kids’Skills i Mission Possible - podobieństwa i różnice
- “Amerykańscy naukowcy odkryli, że...!” - czyli trochę podstaw naukowych metody Mission Possible
- Najtrudniejszy pierwszy krok czyli stawanie się współekspertem zmiany – Błędne koło problemu
- Woow! (Working on what works) czyli jak rozmawiać o silnych stronach - metoda koła Arnouda Huibersa
- “Daj mi szansę! Kup los!” - Czyli przeformułowanie problemu i poszukiwanie celu
- Poznanie kryteriów dobrego celu SMARTER
- Praca praktyczna metodą MP na konkretnych przykładach
- Co ja z tego będę miał? - jak myśleć językiem korzyści, zamiast konsekwencji
- Budowanie sieci wsparcia nastolatka, sposoby i znaczenie
- Brawo ja - poznanie kroków metody, które wzmacniają motywację wewnętrzną nastolatków
- Schody sukcesu - rozpisywanie planu działania
- Possible Podcast - Wykorzystanie metody Mission Possible w pracy z grupą

Efekty zjazdu:

- Poznanie nowej metody Mission Possible stworzonej przez Caroline Beumer - Peeters, która pokazuje w jaki sposób można pracować z celami nastolatków
- Zdobycie umiejętności przeformułowania problemów w cele - tworzenie programu coachingowego dla młodzieży, oraz wspieranie ich motywacji w procesie nauki
- Poznanie dodatkowych technik i narzędzi, które mogą wspierać pracę programem m.in. Metoda koła Huibersa, technika listu, Protokół obierania (karta pracy - The peel protocole)
- Wyselekcjonowanie listy pomocnych przy poszczególnych krokach programu
- Zdobycie tytułu Praktyka metody “Mission Possible”

