

# Slovenský Inštitút terapie zameranej na emócie vás pozýva na

## EFT Tréning pre odborníkov: Práca s poruchami príjmu potravy (SPEAKS) s Annou Oldershaw

Pozývame vás na 3-dňový tréning v EFT pre prácu s anorexiou a poruchami príjmu potravy (PPP). Tréning prebehne online **20. – 22. Februára 2025** a bude tlmočený do slovenčiny.

SPEAKS je model, ktorý čerpá prevažne z terapie zameranej na emócie a schéma terapie v piatich fázach liečby. Má veľmi dobré klinické výsledky v praxi a je vyhľadávaný terapeutmi, ale aj klientmi v rôznych krajinách.

Tento model bol vytvorený na základe výsledkov z 5-ročného výskumu práce s PPP v Anglicku. Výskum ukázal, že intervencie zamerané na emócie sú v práci s PPP prospešné, nakoľko stravovacie ťažkosti môžu byť podporované a udržiavané ťažkosťami v emočnom procesovaní. Na základe týchto zistení vznikla teória anorexie ako „strateného emocionálneho Ja“, ako dôsledok pretrvávajúceho nedostatku spojenia s dobrými emocionálnymi informáciami, ktoré by viedli ľudí k sebaláske. Na základe toho vznikol koncept „Skutočného Ja“, ktoré je odolné, vie integrovať samého seba, akceptuje emócie a spája sa s nimi. Zároveň dokáže konať za seba s využitím dobrých emočných informácií na uspokojenie vlastných potrieb zdravým spôsobom.

Tento 3-dňový tréning bude mať interaktívny a živý formát. Každá fáza a úloha SPEAKS je ilustrovaná cez videá s podrobne naučenými popismi, po ktorých nasleduje praktický nácvik a diskusia v malej alebo veľkej skupine. Všetky úlohy v tréningu majú priradený pracovný zošit, ktorý bude poskytnutý pred workshopom, a ktorý obsahuje podrobné pokyny krok za krokom.

**CENA** do 1.11. je cena tréningu **395 Eur**, po tomto dátume je cena 450 Eur.

**REGISTRÁCIA** <https://form.jotform.com/233164379900357>

**KONTAKT** [eft.institut.sk@gmail.com](mailto:eft.institut.sk@gmail.com)

### PODMIENKY

Je vhodný pre tých, ktorí pracujú v pomáhajúcich profesiách a sú v dlhodobom psychoterapeutickom výcviku. Nie je potrebná predchádzajúca skúsenosť s EFT.

### OBSAH

1. Oboznámenie sa s výskumným programom na rozvoj SPEAKS zmeny, vrátane sekvenčného modelu emocionálnej zmeny a 5 fázami terapie;
2. Zoznámenie sa s hračkami a pomôckami na „mapovanie“ seba samého a všetkých častí, úlohy na zlepšenie uviaznutia a ambivalencie voči zmene.
3. Porozumenie, ako facilitovať emočnú zmenu cez spojenie sa s jadrovou bolesťou, využitie EFT úloh alebo schéma terapie
4. Upevnenie „Reálneho Ja“, proces ukončovania terapie a úlohy na koniec, zahŕňajúce listy, prechodné listy.



### LEKTORKA

Dr. Anna Oldershaw je klinická psychologička. Má viac ako 15 rokov skúseností v oblasti porúch stravovania. Ako klinička a výskumníčka sa zameriava na prácu s emóciami a empatiou.

Anna najnovšie absolvovala klinicko-akademické štipendium financované Národným inštitútom pre výskum zdravia, pričom bola prvým psychológom v Spojenom Kráľovstve, ktorý získal toto prestížne ocenenie. V rámci tohto výskumu rozvinula adaptáciu EFT pre mentálnu anorexiu a otestovala ju v Národnej zdravotnej službe Spojeného Kráľovstva (NHS).

Anna je aktuálne riaditeľkou Inštitútu Terapie zameranej na emócie v Anglicku, ktorý riadi Salomon Inštitút pre aplikovanú Psychológiu. Okrem tréningov EFT, Anna trénuje budúcich klinických psychológov pre NHS. Má skúsenosti a odborné znalosti z rôznych oblastí; jej vášeň však spočíva v EFT a poskytovaní EFT tréningu, ktorý považuje za pútavý, vzrušujúci a dostupný.