

MINDFULNESS ELMÉLETBEN ÉS GYAKORLATBAN, A HÉTKÖZNAPOKBAN ÉS A KLINIKUMBAN

ŐSI GYÖKEREKBŐL EREDŐ MODERN IRÁNYZATOK A PSZICHOTERÁPIÁBAN

Dátum: 2019.11.21. (csütörtök), 10.00-16.30

Helyszín: Nyírő Gyula Országos Pszichiátriai és Addiktológiai Intézet, 1135 Budapest, Lehel u. 59. "B" épület II. emelet

Vezeti: Prof. Dr. Füredi János, Csigó Katalin PhD, Dr. Németh Attila PhD, Dr. Nyitray Kornélia, dr. Moretti Magdolna

Csoportlétszám: minimum 20, maximum 50 fő

Ár: 18.000 Ft.

Jelentkezés: mindfulness@gmail.com

A program vázát a vezetett meditációk adják, így **saját élményű ízelítő** nyerhető a mindfulness meditációkból. Emellett az előadások áttekintik a mindfulness alapú és mindfulness technikákat alkalmazó módszerek **elméleti alapjait, alkalmazási területeit** a hétköznapi életben, részletesen kitérve a **linikumban való alkalmazás lehetőségeire és speciális területeire**. Az esemény végén arra is lehetőség nyílik, hogy a Téged leginkább foglalkoztató **kérdéseket megbeszélhesd** az előadókkal.

Az esemény pszichiáterek és pszichológusok számára 12 CME ponttal akkreditált képzésnek minősül, emellett bárki (nem kizárólag a segítő szakmában dolgozók) számára nyitott. (Oftex kódszám: SE-TK/2019.II/00257, címe: Mindfulness módszerek a klinikumban – sajátélményű gyakorlattal ötvözött továbbképzés)

Részletes program:

- 10.00 Regisztráció
- 10.30 Tudatos megérkezés (mindfulness meditáció) – Dr. Nyitray Kornélia
- 10.50 Köszöntés – Prof. Dr. Füredi János és Bevezetés – Dr. Németh Attila, PhD
- 11.15 A mindfulness módszerek áttekintése, alkalmazási területei az egészségügyben és azon túl – Dr. Nyitray Kornélia
- 11.45 Vezetett mindfulness meditáció – Dr. Nyitray Kornélia
- 12.15 Ebéd (kérjük a kedves résztvevőket, hogy az ebédéről maguk gondoskodjanak)
- 13.15 Vezetett mindfulness meditáció – Dr. Nyitray Kornélia
- 13.45 Ízelítő a mindfulness eszköztárából a mindennapi pszichiátriai praxisban, esetvignetták, technikák – dr. Moretti Magdolna
- 14.45 A mindfulness alkalmazhatósága pszichoterápiás osztályon – a módszer helye a többi pszichoterápiás irányzat között – Csigó Katalin PhD

- 15.30 Diskusszió – dr. Moretti Magdolna, Csigó Katalin Phd, dr. Nyitray Kornélia
- 16.00 TESZTVIZSGA (15 kérdéses kérdőíves módszerrel a CME pontok megszerzéséhez)
- 16.30 Zárómeditáció – Dr. Nyitray Kornélia