

NEUROACT ONLINE - schema & kursinnehåll

2024-01-25 (Dag 1)

9.00-9.30	Introduktion och presentation
9.30-10.15	Stressorer vid autism och ADHD Exekutiva funktionsbrister som vidmakthållande av stress och psykisk ohälsa Forskning och behandlingsrekommendationer
10.15-10.30	<i>Paus</i>
10.30-12.00	Rational för acceptance and commitment therapy (ACT) som stresshantering och färdighetsträning vid autism Konceptualisering av NEUROACT-modellen (psykopatologi, klinisk paradox, psykologisk flexibilitet) som alternativ till psykologisk och kognitiv inflexibilitet
12.00-13.00	<i>Lunchpaus</i>
13.00-14.30	Introduktion till NEUROACT - stresshantering för flexibilitet & hälsa Anpassningar av ACT till autism MODUL 1. STRESS & UNDVIKANDEN Stressorer och undvikandebeteenden Upplevelsebaserade övningar och genomgång av behandlingsmaterialet Utmaningar och Anpassningar
14.30-14.45	<i>Paus</i>
14.45-16.30	MODUL 2. PERSPEKTIV Fokusträning och perspektivtagande på tankar. Upplevelsebaserade övningar och genomgång av behandlingsmaterialet Sammanfattning, utvärdering och reflektion av dagen

2024-01-26 (dag 2)

9.00-10.15

Fördjupning av NEUROACT-tekniker och
behandlingssessioner

MODUL 3. DET SOM ÄR VIKTIGT

Egna livsvärden och målbeteenden

Upplevelsebaserade övningar och reflektion utifrån
behandlingsmaterialet

10.15-10.30

Paus

MODUL 4. ACCEPTANS & MEDKÄNSLA

10.30-12.00

Reglering av känslor och sinnesintryck/perception

Upplevelsebaserade övningar och reflektion utifrån
behandlingsmaterialet

12.00-13.00

Lunchpaus

MODUL 5. UMGÄNGE & ÅTERHÄMTNING

13.00-14.15

Sociala färdigheter och återhämtning från stress

Upplevelsebaserade övningar och reflektion utifrån
behandlingsmaterialet

14.15-14.30

Paus

ATT TÄNKA PÅ SOM GRUPPLEDARE

14.30-16.00

Utmaningar och terapeutfärdigheter

Att komma igång med egna grupper eller behandlingar

Sammanfattande utvärdering och reflektion över utbildningen