

E-kurs specjalistyczny Psychologia dla dietetyka

Zapraszam na kurs wszystkich specjalistów, którzy chcą nawiązać pozytywną relację i stworzyć wzmacniającą atmosferę skutecznej zmiany. Dowiesz się jak prowadzić klienta w duchu dialogu motywacyjnego, jak nawiązać relację już podczas pierwszej wizyty i wywiadu, jakie czynniki psychologiczne wziąć pod uwagę w trakcie pytań o styl życia. Nauczysz się rozpoznawać symptomy zaburzeń odżywiania, poznasz ich klasyfikacje, także o te nie tak oczywiste jak anoreksja i bulimia. Dowiesz się, jak prowadzić pacjenta z zaburzeniem, by wspomóc całościowo wyjście z choroby. W kontekście klienta zdrowego, również jest wiele sfer, w których umiejętności psychologiczne są niezbędne. Warto wiedzieć jak rozpoznać w jakiej fazie zmiany zdrowotnej trafia do nas klient, by mu jak najskuteczniej pomóc. Poznaj sposoby na to by zmotywować, podnieść wiarę w sukces i samoskuteczność. To motywacja wewnętrzna, która wychodzi od klienta jest gwarantem sukcesu na dłużej niż do efektu jojo! Dowiesz się więcej na temat specyfiki pracy z klientem małym, czy starszym, dla których zmiana nawyków jest wyjątkowo trudna.

Kurs psychodietetyczny ułatwi ci pracę, pozbywając frustracji zawodowej i poczucia braku skuteczności prowadzonej interwencji. Z drugiej strony dzięki twojej wiedzy i narzędziom psychologicznym zwiększy się również skuteczność pracy ze swoimi nawykami wśród twoich klientów. Co więcej nasze zdrowie, a co się z tym wiąże wygląd i obraz ciała w naszej głowie jest bardzo wrażliwy na informacje z zewnątrz. Bardzo łatwo urazić osobę nieodpowiednim komunikatem, może to doprowadzić do skrajności – kompletnego braku motywacji lub wręcz niezdrowego udowodnienia, że jest inaczej np. powstanie zaburzenia odżywiania. Więcej delikatności i skuteczności w kontakcie z klientem!

Plan kursu

- 1. Po co dietetykowi narzędzia psychologiczne? O pomocy między psychologią, a dietetyką w celu kompleksowego wsparcia klienta zmieniającego nawyki żywieniowe. Psychologia sprawdza się również w pracy z klientem zdrowym, każda zmiana wiąże się z pracą nad mechanizmami psychologicznymi.**
- 2. Wywiad motywacyjny. Jak nawiązać dobrą relację z klientem. O tym jak wejść w relację z klientem, jak się komunikować ze wsparciem i empatią. Jakiego języka używać w komunikacji i jak skonstruować wywiad żywieniowy tak, aby jak najlepiej poznać styl życia klienta i odkryć jaki problem maskują złe nawyki żywieniowe.**
- 3. Praca w duchu dialogu motywacyjnego. Jak mimo roli eksperta być wsparciem i dodatkową siłą napędową do zmiany.**
- 4. Identyfikacja etapu zmiany zachowań zdrowotnych i odpowiednie interwencje psychologiczne. Kluczowe dla odpowiedniego zmotywowania klienta jest określenie w jakiej fazie zmiany zdrowotnej się znajduje, tylko w ten sposób dostosujemy odpowiednie techniki. Inaczej funkcjonuje w diecie osoba w fazie działania, a inaczej w fazie nawrotu. Musimy poszczególne etapy zdiagnozować.**
- 5. Zaburzenia odżywiania. Jak rozpoznać i nie wystraszyć? Blok poświęcony klasyfikacji zaburzeń odżywiania tych powszechnych, jak i nowych. Jak się zachować w stosunku do osoby, którą podejrzewamy o zaburzenie?**

Jak wspierać ją w trakcie zdrowienia. Jak pracować i komunikować się z rodziną chorego?

- 6. Jak motywować klienta do zmiany? Zastosowanie metody Pantalona w motywowaniu. Podkreślenie roli motywacji wewnętrznej. O tym, jak rozmawiać w sposób motywujący oraz pakiet narzędzi i sposobów na zwiększenie motywacji na różnych etapach działania.**
- 7. Jak motywować małego klienta do trzymania diety? Praca z dzieckiem i rodziną małego klienta. Jak zachęcać dzieci do zdrowych zmian? Jak szukać źródła problemów z jedzeniem u dziecka, również w sferze emocjonalnej i odpowiednio interweniować?**
- 8. Jak zmieniać nawyki żywieniowe u osób starszych oraz przewlekle chorych? O problemie ukształtowanych przez lata nawyków żywieniowych u osób starszych. Wspomaganie leczenia dietą - straszyć, przedstawiać fakty czy obiecywać? Kiedy interwencje mają sens?**
- 9. Jak tworzyć programy profilaktyczne w oparciu o narzędzia psychologiczne. Jak pracować w grupach i z jakich narzędzi psychologicznych korzystać? Jakich argumentów używać tworząc programy i kampanie dla poszczególnych grup wiekowych i zawodowych.**
- 10. Podsumowanie. Odpowiedzi na pytania, rozwinięcie dodatkowych kwestii, które pojawiły się w poszczególnych blokach tematycznych. Ten blok to również kilka słów skierowanych do Ciebie, dla Twojego wewnętrznego rozwoju, po to by ta misja jaką wykonujesz była dla Ciebie spełnieniem, a nie frustracją. Czasem nasze chęci to za mało.**

Opinie o pierwszej edycji kursu

Głównym zadaniem dietetyka jest praca nad zdrowiem ciała. Jednak należy pamiętać, że aby Ciało było zdrowe, musi być w nim również zdrowy duch. Dietetyk staje się zatem kimś, kto pomaga nie tylko w sferze fizjologicznej, ale i psychicznej. Coraz częściej dba o sferę motywacji swoich klientów. Motywy, które skłaniają do pracy nad swoim ciałem (najczęściej schudnięciem) mogą wydawać się całkiem błahe, jednak z doświadczenia wiem, że podszyte są głębszym problemem. Jak zatem rozmawiać z klientem aby motywować go do osiągnięcia sukcesu? Jak dobrze pokierować osobą z zaburzeniami odżywiania oraz jak skutecznie pracować z dziećmi i ich rodzicami? Odpowiedź na te pytania uzyskasz na kursie prowadzonym przez Panią Annę Piotrowską. Polecam serdecznie.

M. Szpojda Psycholog.

Gorąco polecam kurs Psycho dla dietetyka prowadzony przez Panią Annę Piotrowską. Jestem dietetykiem, cały czas się szkolę i rozwijam, wydawałoby się, że nic już mnie nie zaskoczy, ale ten kurs jest inny...! Wiedza przekazana prostym i przyjemnym językiem, w sposób skłaniający do głębszych przemyśleń nad naszą współpracą z pacjentem + praktyczne porady. Ogromną zaletą tego typu kursu jest to, że nie narzuca terminów szkoleń tylko mogę usiąść do materiałów w dogodnym dla mnie momencie. Pani Aniudziękuję i polecam!

mgr inż. Julita Dudicz dietetyk Poradni Dietetycznej – Ku zdrowej diecie!

Prowadząca

Anna Piotrowska – psycholog, psychodietetyk, specjalista ds. żywienia, ale przede

wszystkim fanka holistycznego podejścia do zdrowego stylu życia i diety. Właścicielka Gabinetu Psychodietetycznego Flow by Ania, współautorka bloga poświęconego zdrowemu stylowi życia dbamocud.pl i autorka projektu "80 dni dookoła zdrowia", a także E-kursów "Zaprojektuj Swój Zdrowy Styl Życia" oraz "Zarządzanie stresem w zdrowiu". Szkoli i pisze dla portalu Psychologia w Polsce, a także regularnie publikuje artykuły eksperckie z zakresu psychodietetyki na portalu Ewy Drzyzgi. oraz w Magazynie Psychologicznym Bang!.

Uważam, że nie ma skutecznego odchudzania i zmiany nawyków żywieniowych bez pracy z czynnikami psychologicznymi. Nasze nastawienie, emocje, utarte schematy są przeszkodami na drodze do zdrowia, o których zbyt często zapominamy w pośpiechu w jakim przyszło nam żyć. Dlatego nie możemy szukać prostych i szybkich rozwiązań, ale rozwijających i całościowych. Utrata kilogramów powinna być skutkiem ubocznym zmiany stanu zdrowia, samopoczucia i odzyskanej energii. Zmiana nawyków żywieniowych nie powinna się ograniczać do redukcji kilogramów, ale również do zapobiegania przybieraniu czy pogorszeniu zdrowia. Zawsze znajdują się zdrowotne cele do wyznaczenia, a zarządzanie stresem, jest jednym z nich. Bez równowagi ducha i ciała ciężko o efektywność w pracy i wspaniałe relacje z innymi. Zarządzanie stresem to mój mały, dobry, zawodowy obłęd. Ciągłe szukam nowych sposobów, metod, produktów, badań, które będą cegiełką w budowaniu oporu przeciwko stresowi.

Chciałabym również szkolić specjalistów pracujących z osobami zmieniającymi nawyki żywieniowe, aby uczyła ich na znaczenie czynników psychologicznych w procesie odchudzania. Prywatnie bardzo nie lubię liczenia kalorii, a i tak skutecznie odchudzam ludzi. W moim gabinecie na pierwszym miejscu stawiane jest wsparcie i towarzyszenie w zmianie, tylko w ten sposób możliwa jest ona skutecznie i trwale. Jako psycholog chciałabym odczarować negatywne podejście do wsparcia psychologicznego w różnych sferach naszego życia. Kocham życie na wsi i nieekstremalną aktywność. Z natury introwertyczka, która dużo lubi mówić o tym, co kocha robić, czyli o towarzyszeniu ludziom w zdrowej zmianie

Koszt kursu

Koszt kursu to **jedynie 159 zł za 10 tygodni** intensywnej pracy – materiałów teoretycznych oraz praktycznych narzędzi psychologicznych skierowanych do specjalistów. Bez siedzenia na nudnym szkoleniu możesz w każdym momencie, w którym będziesz mieć ochotę, w zaciszu domu popracować nad materiałami z kursu.

- 10 zestawów materiałów w formie pdf wysyłanych w każdą sobotę o 20.00,
- dostęp do zamkniętej grupy online, gdzie możemy się wymieniać uwagami, informować, zadawać pytania i dzielić doświadczeniami z pracy,
- moje wsparcie przez cały czas projektu, jestem do Twojej dyspozycji mailowo czy przez skype w każdym momencie kursu
- wiedzę, narzędzia, triki, wskazówki, ciekawostki z zakresu psychodietetyki, które ułatwią Ci życie i pomogą klientowi dokonaniu skutecznej i trwałej zmiany
- możliwość podniesienia kwalifikacji zawodowych,
- możliwość intensywnej pracy nad swoją karierą zawodową w odpowiednim dla nas miejscu i czasie,
- **certyfiakat ukończenia kursu**
- możliwość otrzymania faktury
- symboliczny test sprawdzający wiedzę ☐

Czy to dużo za 10 bloków tematycznych pełnych wiedzy i inspiracji? Za ponad 200 stron materiałów? Sami zweryfikujcie!

Link do wydarzenia: <http://bonavita.pl/kalendarz/lw/e-kurs-specjalistyczny-psychologia-dla-dietetyka>

