

# Integrating imagery into Cognitive Therapy: Some New Horizons

Workshop med Dr. Ann Hackmann

## San Sebastian

2-5 juli 2012, tre heldagar



**Dr Ann Hackman** är klinisk psykolog som i drygt 20 år arbetat tillsammans med Professor David Clark och Professor Anke Ehlers i deras forskningsprojekt om kognitiv terapi och ångesttillstånd. Hon har arbetat som

psykoterapeut i en rad randomiserade kontrollerade studie vid University Department of Psychiatry i Oxford och vid the Institute of Psychiatry in London. Hennes huvudintresse är användandet av minnen, inre bilder och imaginativa tekniker i psykologisk behandling. I samarbete med Professor Chris Brewin har hon forskat kring imaginativa tekniker vid depression.

Ann Hackman är tillsammans med James Bennett-Levy and Emily Holmes författare till den nytgivna boken *Oxford Guide to imagery in Cognitive Therapy* (2011). Tillsammans med Emily Holmes är hon författare till *Memory* (2004). Hon var en av redaktörerna till *Oxford Guide to Behavioural Experiments in Cognitive Therapy* (2004), författare till *Cognitive Therapy of the Anxiety Disorders: Mastering Clinical Challenges* (2007).

Vidare är Ann Hackman verksam som lärare och handledare vid handledarutbildningarna vid Oxford Cognitive Therapy Centee.

### **Anns presentaton av workshopen:**

Recently there has been an increasing interest in mental imagery in psychopathology, but clinicians remain somewhat unsure of how to work with it in an organized manner within cognitive therapy. This workshop is designed to help clinicians to understand that there are various types of images, appraised in a variety of ways, triggering differing responses. Hence imagery can function in several ways to maintain psychological problems. We will present methods of using micro-formulation of imagery in cognitive therapy to help guide our thinking in treatment.

Arising from this set of general principles concerning formulation, we will discuss a range of interventions that can be used across a wide range of psychological disorders to mitigate the effects of intrusive imagery. Imagery addressed will include: distorted images of the past, present or future; intrusive memories; metaphorical images and dreams. These interventions will be demonstrated using role-plays and video material, and there will be opportunities to practice the various interventions. Underlying theory will be discussed, and recent research on imagery in mood disorders, anxiety disorders, childhood trauma and pain will be presented. We will also explore recent ideas about promoting positive imagery.

Participants should leave the workshop with a clearer picture of how to understand imagery from a clinical and theoretical perspective, how to formulate problems in which imagery plays a role, and how to intervene to assist emotional processing, and transform or remove various types of disturbing imagery including nightmares. In addition to discussing our understanding of the general principles behind this work we will also present a first attempt at providing a taxonomy of the wide range of therapy techniques that are used more generally already.

**Kursen vänder sig till** psykologer, psykoterapeuter, psykiater samt kliniskt verksamma sjuksköterskor och socionomer. Du förutsätts ha grundläggande psykoterapiutbildning (sk steg, kognitiv, KBT eller psykodynamisk) för att kunna tillgodogöra dig kursen.

**Kursspråk:** Engelska

**Kursen sträcker sig över fyra dagar**, varav den tredje dagen ägnas åt litteraturstudier och förberedelser inför den sista kursdagen. Den 2-3 juli och den 5 juli undervisning mellan 08.45 - 12.00 och 15.45 - 19.00. Totalt 24 lektionstimmar.

**Kursavgift:** 5 200 kronor + moms 25 %, inklusive välkomstmiddag samt för och eftermiddagsfika under kursdagarna. Resa och hotell ingår inte i kursavgiften. Info om resa och hotell hittar du längre ner i texten.



**San Sebastian**, som tillhör Baskien, ligger i norra Spanien vid Biscaya bukten, sex mil söder om franska Biarritz och några mil öster om Bilbao. Beläget vid Atlankusten blir sommarvärmen här aldrig lika tryckande som vid Medelhavet. I San Sebastian (Donostia på baskiska) finns några av Europas bästa citystränder. Mest populär är den kilometerlånga stranden La Concha, belägen mitt inne i staden längs den vackra strandpromenaden.

San Sebastian är Europas kulinariska huvudstad med fler Michelin-stjärnor än någon annan stad i världen. Staden är också känd för sina tapas, eller pintxos (uttalas pinchos), som det heter på baskiska. Att äta pintxos är ett sätt att umgås. I Gamla staden, Parte Vieja, finns mängder av pintxosbarer att vandra mellan.

I San Sebastian finns ett stort nöjes- och kulturutbud med en rad internationella festivaler. Mest uppmärksammade är den internationella jazzfestivalen, den välrenommerade filmfestivalen och Skräckfilmsfestivalen.

San Sebastian är också arkitektoniskt intressant. Bland byggnader från förra sekelskiftet ligger tex det moderna kongress- och kulturhuset Kursaal, ritat av den kände arkitekten Rafael Moneo och i parken Chillada Leku finns verk av skulptören Eduardo Chillada. Läs mer om San Sebastian på <http://www.sansebastianspain.info>



**Kursen ges på fyrstjärniga Hotel San Sebastian** (se [www.hotelsansebastian.net](http://www.hotelsansebastian.net)) i stadsdelen Ondaretta, fem minuters promenad från stranden Ondaretta. Tjugofem minuter till fots och fem minuter med lokalbuss, som går varje kvart, till stadens centrum. Hotel San Sebastian kan bokas via Wise Mind. Dubbelrum 115 € inkl 10 % EU-moms per natt för två personer. Singelrum 95 € inkl 10 % EU-moms per natt. Frukostbuffé 12 €. Hotellet har en cafeteria för den som inte önskar köpa hotellets frukostbuffé. För alternativt boende se tex <http://www.sansebastianspain.info> eller [www.booking.com](http://www.booking.com)



Hotel San Sebastian

**Flygresan** bokar Du själv till San Sebastian, via Madrid eller Barcelona med tex, Iberia eller British Airways. Du kan också resa med Ryan Air från Skavsta till Biarritz och sedan ta buss eller taxi de sex milen till San Sebastian. Ytterligare ett alternativ är att flyga till Bilbao (med Brussel Airlines, Lufthansa eller Iberia) och vidare med buss eller tåg de fem milen till San Sebastian.

**Information och anmälan:** [info@wisemind.se](mailto:info@wisemind.se), 070-2652575, 090-774735. Anmälan kan göras via formuläret på [www.wisemind.se](http://www.wisemind.se) under "Kontakt och Kursanmälan" *Sista anmälningsdag den 27 april 2012*

*Välkommen med Din anmälan*