



# KURSUSBEVIS

Det bekræftes hermed at

**MAGNUS MAIMONIDE**

har gennemført kurset

**Metakognitiv stresscoach – teori og metode**

*(36 timer/6 dage: 11+12 januar, 22+23 februar samt 27+28 marts 2023)*

og kan således benytte titlen

## **CERTIFICERET METAKOGNITIV STRESSCOACH** **(NKI-certificering)**

*Underviser:* Linda Burlan Sørensen, autoriseret klinisk metakognitiv specialistpsykolog i psykoterapi og supervision (aut. cand.psych.)

Kursisten har bl.a. gennemgået følgende emner:

- Introduktion til metakognitiv teori og metode
- Den metakognitive forståelse af de psykiske mekanismer, der ligger bag stressoplevelsen samt vedligeholdelsesfaktorer
- Metakognitioner, metakognitive processer, metakognitiv bevidsthed
- En grundlæggende forståelse af metakognitionernes afgørende betydning for oplevelsen af psykisk mistrivsel
- Metakognitiv sagsformulering ved bl.a. stressrelaterede tilstande
- Socialisering til modellen
- CAS (kognitivt opmærksomhedssyndrom)
- DM – Detached Mindfulness
- Opmærksomhed og opmærksomhedstræning
- Diverse metakognitive metoder og teknikker

København, den 20. april 2023

Linda Burlan Sørensen, Institutleder