
IZOBRAŽEVANJA

Helena GRMEK, mag. zdr. ved, dipl. med. sestra.

Za svojim imenom večinoma ne navajam kakršnih koli nazivov v povezavi s psihoterapijo, ker psihoterapija v Sloveniji še ni formalno urejena in bi bilo kakršno koli navajanje iz moje strani za moj imenom formalno netočno.

Splošno izobraževanje:

Visokošolski študij:

2019 – 2021: Alma Mater Europaea – Evropski center Maribor

- Magistrski študijski program druge stopnje zdravstvenih ved, smer javno zdravje.
- Magistrsko delo: Svetovalni programi, namenjeni starševstvu, kot pomemben dejavnik krepitev javnega zdravja v Republiki Sloveniji
- Obseg programa: 120 KT.

* 1 KT = 25 do 30 ur.

2007- 2011: Fakulteta za vede o zdravju, Izola. Univerza na Primorskem.

- Visokošolski strokovni program prve stopnje: zdravstvena nega.
- Diplomsko delo: Pomen vrednot in altruizma pri izbiri poklica medicinske sestre.
- Obseg programa: 210 KT.

Specialno izobraževanje:

2012 – 2016: Fakulteta za psihoterapevtsko znanost v Ljubljani. Sigmund Freud University Vienna.

- Program: specializacija iz sistemske & družinske psihoterapije.
- Program po merilih EAP za psihoterapevtsko izobraževanje kot samostojen poklic.

Predavanja, delavnice, seminarji ≥ 600 ur. Individualna in skupinska osebna izkušnja, min. 220 ur individualne osebne izkušnje, 80 ur skupinske osebne izkušnje. Psihoterapevtska praksa min. 630 ur, 150 ur supervizije. Praksa v psihosocialnih ustanovah 160 ur.

2008 – 2010: Fakulteta za psihoterapevtsko znanost v Ljubljani. Sigmund Freud University Vienna.

Začela sem s fakultetnim študijem psihoterapije (takrat SFU Dunaj v sodelovanju s Slovenskim inštitut za psihoterapijo), za pridobitev dodiplomskega izobraževanja iz psihoterapevtske znanosti. V 3. letniku sem spremenila študijsko smer. Na podlagi opravljenih 2. letnikov fakultetnega študija mi je bil priznan neposredni prehod na specialističen študij in pridobitev certifikata iz psihoterapevtske propedeutike v obsegu 43 KT.

- Program: fakultetni študij psihoterapije ... kasneje pridobitev certifikata iz psihoterapevtske propedeutike.
- Obseg programa: 43 KT.

Dodatna izobraževanja:

- Individualna psihoterapevtska izkušnja (300 + ur). *December 2009 – danes.*
 - Vpliv prehrane na zdravje: Klinična aplikacija za zdravstvene delavce – in pridobljen CFNIP (angl. Certified Functional Nutrition Informed Professional. Food as Medicine Certification: Clinical Applications for Healthcare Professionals, Pesi, UK – 20 ur. *Junij 2022.*
 - Vedenjsko kognitivna terapija pri nespečnosti (angl. CBT 1 Evidence-based insomnia intervention, dr. Collen Carney / dr. Meg Danforth, CBSM, Pesi, UK). *Spletno izobraževanje - 50 ur. April 2022.*
 - Izgorelost v starševstvu: diagnostika in zdravljenje - Trainig Institute for Parental Burnout. *Spletno izobraževanje - 25 ur. Maj 2022.*
-
-

-
-
- Perinatalno mentalno zdravje (angl. The Maternal Mental Health Intensive, Seleni Institute, New York). Izobraževanje je potekalo preko spleta in je del pridobitve certifikata iz organizacije Postpartum Support International, PSI - 20 ur. *Oktober 2021.*
 - Psihoterapevsko delo s klienti, ki imajo prepričanje o sebi, da »niso dovolj dobri« (angl. Working With Core Beliefs of "Never Good Enough"). NICABM – National Institute for the Clinical Application of Behavioral Medicine, 4 CE/CME. Spletno izobraževanje – 6 ur. *September 2021.*
 - Psihoterapevsko delo s klienti na področju srama in odporov (angl. How to Work With Shame). NICABM – National Institute for the Clinical Application of Behavioral Medicine, 4 CE/CME. Spletno izobraževanje – 6 ur. *September 2021.*
 - OCN 6 Holistic sleep coachih, Babyem. *Izobraževanje iz spanja dojenčkov in predšolskih otrok – 150 + ur. September 2020 – Maj 2021.*
 - OCN 6 EDS Sleep training for professionals. Izobraževanje o spanju predšolskih otrok – 100 ur. *September 2019 – Februar 2020.*
 - Nevroznanost in psihoterapija, doc. dr. Damir Del Monte. Fakulteta za psihoterapevsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani - 25 ur. *Marec 2018.*
 - Travma, odnosni stres in razvoj otroka. Inštitut za sodobno družino Manami – 4,5 ure. *September 2018.*
 - Izobraževanje iz psihoterapije otrok in mladostnikov. Fakulteta za psihoterapevsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani - 70 ur. *Januar 2015 – Junij 2015.*
 - Težave na delovnem mestu v očeh psihoterapevta – pogledi in praksa različnih pristopov. Evropski inštitut za realitetno terapijo - 12 ur. *Februar 2015.*
 - Izobraževanje za nudenje psihosocialne pomoči prizadetim ob naravnih in drugih nesrečah. Oddelek za zaščito reševanje in civilno obrambo IG Ljubljana - 70 ur. *Februar 2015 – Junij 2015.*
 - Delavnica o obsesivno-kompulzivni motnji, Inštitut Karakter-Inštitut za osebnostne motnje in oblikovanje osebnosti - 6 ur. *Marec 2014.*
 - Usposabljanje za ocenjevalce in vodje ekip prve pomoči, Rdečega križa Slovenije. Izobraževalni center za zaščito in reševanje Ig, Ljubljana - 12h. *(2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021)*
 - Usposabljanje za predavatelja prve pomoči Rdečega križa Slovenije. Izobraževalni center za zaščito in reševanje Ig, Ljubljana - 24h. *Oktober 2014. Obnova licence vsake tri leta.*
 - Krizne intervencije. GITA Inštitut za geštalsko terapijo, Ljubljana v sodelovanju s Slovenskim društvom za geštalt terapijo SLOGES - 10h. *Maj 2013.*
 - Seminar, Rak in psihoterapija. Slovenski inštitut za psihoterapijo - 3h. *September 2013.*
 - Cikel delavnic, obvladovanje stresa v vsakodnevnih situacijah. Slovenski inštitut za psihoterapijo - 80h. *Oktober 2012 – Oktober 2013.*
 - Tečaj socialno-ekološkega pristopa pri težavah, povezanih z alkoholom, po Hudolinovi metodi. Italija, Ligniano Sabbiaodoro - 24h. *Julij 2010.*
-
-