

Autenticitet, Passion og Selvværd – Intensiv udvikling af dine personlige færdigheder

Øg livsgejsten, energien og vovemodet i livet!
Få mere overskud til arbejde – og til at holde fri!
Styrk din evne til kontakt, nærvær, grænser - og at være i fred med dig selv!
Stop dine stressmekanismer - Tag kraften tilbage fra det, der tager kraften fra dig!

Dette og mere til vil du kunne opnå gennem 5 intense dages fordybelse i din autenticitet, din passion og dit selvværd. Kurset afholdes i et dejligt fritidshus beliggende i naturskønne omgivelser med mulighed for gode vandre- eller løbeture. Et ideelt sted til fordybelse, udfoldelse og udvikling.

Udvikling af dine personlige ressourcer

Udvikl eller styrk dine kompetencer, på de områder der er relevante for dig:

Nærvær	Skarphed	Kreativitet	Tilfredshed
Intuition	Grænser	Innovation	Trivsel
Kontakt	Konfrontation	Nysgerrighed	Nydelse
Intimitet	Tydelighed	Udforskning	Overskud
Empati	Handlekraft	Frækhed	Væren i nuet
Modtagelighed	Gennemslagskraft	Lethed og Leg	Begejstring
Engagement	Beslutsomhed	Risikovillighed	Hvilen i sig selv

Jo mere du bruger hele paletten af din personlighed, jo mere energi og overskud får du og opnår dermed både skarpere sanser, stærkere situationsfornemmelse, større følelsesregister, bedre påvirkning af din situation, øget perspektiv og markant forøgelse af trivsel og resultater.

Undervisningsformen er meget varieret, og består blandt andet af tematiserende undervisning, øvelser, fordybende dialoger, kreative udfordringer, integration af krop og sind, anvendelse af de smukke omgivelser, personlig refleksion i mindre grupper. Max. deltagerantal er 12 personer. Ansvarlige undervisere/coaches er Søren Ewans Porting og Petra Lindblom, som begge er certificerede gestaltpsykoterapeuter ved GIS-international. Kurset kvalificerer som terapierfaring til evt. gestaltpsykoterapeutuddannelse.

Vi forventer deltagere fra både Sverige og Danmark og tilpasser sproget, så alle kan være med.

Praktiske informationer

Kurset henvender sig bredt til voksne mennesker med behov for og lyst til at udforske sig selv og egne ressourcer uanset baggrund, uddannelse eller position. Kurset er stærkt personligt involverende og netop derfor meget berigende for livskvaliteten.

Kursusdatoer:

17. oktober kl. 09:00 – 21. oktober kl. 14:00 2016.

Kursusafgiften er inkl. ophold og fortæring DKK 10.450. Prisen er ekskl. moms og forfriskninger. Studerende og ledige har mulighed for at søge prisreduktion.

