

# GESTALTAKADEMIN

Europas bredaste utbildningsprogram inom gestaltmetodik.



## Nyfiken på gestaltmetodiken

Är du nyfiken och vill upptäcka mer om dig själv? Vill du utveckla och använda dina egna personliga styrkor professionellt? Vill du pröva något nytt och upplevelsebaserat? Under två innehållsrika dagar får du möjlighet att satsa på din egen utveckling och under ledning av erfarna ledare lära känna gestaltmetodiken.

Kursen vänder sig till dig som:

- Har en längtan att stanna upp och reflektera över dig själv och dina val.
- Vill öka din förståelse för vem du är.
- Är nyfiken på vad gestaltterapi och gestaltmetodik är.

Syfte och mål:

- Att under trygga former pröva personlig utveckling på gestaltmetodisk grund i en mindre grupp, 6-10 personer.

Innehåll och upplägg:

- Under två kursdagar i följd får du pröva olika metoder för personlig utveckling, som till exempel kroppsmedvetenhet, utforskande dialog, mindfulness, målning och guidningar.
- Du ges möjlighet att reflektera över din arbets- och livssituation och får med dig teorianknytningar till det vi gör i gruppen.

Kursdatum, tider och ort:

10-11 mars (tider: 14.00 – 20.00, 9.00 – 16.00), Gestaltakademien, Duvnäsgratan 14, Stockholm

Kostnad: 950 SEK inkl moms (760 SEK exkl moms)

Ledare:

**Maria Linde** är diplomerad i lednings- och organisationsutveckling vid Gestaltakademien (samt civilingenjör och MBA). Hon är verksam organisationskonsult med lång erfarenhet som chef i konsultföretag. Nyfikenhet, helhetssyn, samspel och dialog är utgångspunkten för Marias arbete. Ofta bidrar det till ökad öppenhet och tillit, en ökad förmåga att se och låta olika perspektiv få finnas, förutsättningar för förändring och utveckling.

**Lotta Eriksson** är Diplomerad gestaltterapeut, socionom och handledare med erfarenhet som kurator, chef och även i ledning för det psykologiska omhändertagandet vid allvarliga händelser inom sjukvården. Hon har också arbetat inom ungdomsverksamhet och kultur. Idag är hon verksam som gestaltterapeut och handledare vid egen mottagning. I relation, med dialog och kreativitet, utforskar Lotta tillsammans med klienter hur vi påverkar och påverkas i omgivningen. Genom ökad medvetenhet om oss själva i relation med omgivningen, synliggörs behov och ofta öppnas möjligheten för nya medvetna val.

Anmälan:

Via hemsidan, [gestaltakademien.se](http://gestaltakademien.se)

