

# 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:

1-2 december (tider: 14.00 – 20.00, 9.00 – 16.00), centralt i Stockholm

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

Ledare:

**Anette Oké-Brådman** är personalvetare, diplomerad i lednings- och organisationsutveckling vid Gestaltakademien i Skandinavien och utbildad mindfulnessinstruktör. Hon är verksam som organisationskonsult och har lång erfarenhet som egen företagare. Hon arbetar med ledarutveckling, handledning, grupputveckling samt omställning inom både offentlig och privat verksamhet. Hon drivs av att människor växer. Hemsida: <http://www.okeconsulting.com/>

**Annika Bramsen** är organisationskonsult och auktoriserad gestaltterapeut. Hon har lång erfarenhet av utvecklingsarbete både som chef, ledare, coach och terapeut och arbetar med individ-, grupp- och organisationsutveckling i såväl privata näringslivet som i offentlig verksamhet samt med privata klienter. Hemsida: <http://www.ccorgs.se>

Anmälan:

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

