

# Weekend kursus ved Stensbæk, Den Holistiske Højskole, Gram 19. - 21. juni 2020



## Længslen som vejviser & drivkraft

Har du en længsel i din sjæl – eller i dit hjerte? Ved du hvad den handler om?

Længslen kan være en kraft i os som strækker sig mod noget udover os selv, efter en kontakt med en højere dimension, eller vor essens. Den kan være en drivkraft som peger mod en drøm eller en vision, som en vejviser i din personlige og spirituelle udvikling.

En længsel kan nogle gange være svært at forholde sig til og sætte ord på, da den kan opleves som diffus og lidt uhåndgribelig. På dette kursus vil vi forsøge at gribe længslens sprog og udforske dens potentiale. Ved brug af forskellige kreative metoder og udtryk, vil vi undersøge hvilken betydning den har i vores liv. Vi vil bl.a. udtrykke os ved brug farver og papir, via aktivering af vore sanser, og gennem bevægelse og kropslige udtryk. I en legende og tryk atmosfære, både individuelt og i samspil med andre, vil vi skabe rum for at længseens væsen kan udtrykke sig.

### Kursus leder Sissel Kristianne Helberg Bøhn

Uddannet psykodramaterapeut/regissør ved Norsk Psykodrama Institutt. Har efteruddannelse i kropsterapi, og klinisk kompetence i gruppeterapi. Hun er lærer i psykodrama ved Institut for Kunstterapi siden 2002. Bor i Haderslev, har egen praksis med kurser, undervisning, supervision, og individuelle konsultationer. Godkendt psykoterapeut af The European Association for Psychotherapy. Med over 20 års erfaring, kan hun tilbyde «Senior Kompetence» indenfor:

- *Stress, Angst & Depression - Traumer & Seksuelle overgreb -*
- *Parterapi - Sorg & Krise - Spirituel & Personlig Udvikling -*
- *Supervision & Undervisning - Samspil & Kommunikation -*



Tider: Fred. kl. 19 - 20.30 Lørd. kl. 9.30 -18 Sønd. kl. 9.30 - 15

Tilmelding og praktisk info: Tlf. 51361809 eller [info@holistisk-hojskole.dk](mailto:info@holistisk-hojskole.dk)

Nærmere info om kurset: [siskris@mail.dk](mailto:siskris@mail.dk) eller tlf. 50907250