



Sissel Kristianne Helberg Bøhn

Tlf. +45/50907250

siskris@mail.dk

www.psykodramastedet.dk

Nyt psykodramakursus i KBH 18.-19. April 2020

Tilgivelse & Forsoning

Når vi oplever krænkelser, kan vi ofte komme i kontakt med følelser som både had og hævnlyst.

Nogle gange kan disse følelser blive så plagsomme at de forpester andres og vores eget liv.

Hvilken indflydelse kan dette have i forhold til vore relationer og i vores eget liv?

Er det et mål at kunne tilgive, uanset hvor store krænkelser vi har oplevet?

Og hvad er forskellen på tilgivelse og forsoning?

Mange spørgsmål er knyttet til tilgivelse og forsoning, og vi lever i en tid hvor dette tema er meget aktuelt både på et samfundsplan og i vores personlige liv. I denne gruppen vil vi dykke ned i følelser, tanker, oplevelser og holdninger omkring vores forhold til tilgivelse og forsoning.

Vi søger at løfte frem i lyset/blive bedre kendt med, hvordan vi møder og håndterer, disse områder i os selv. Og vi vil undersøge hvilken betydning dette kan have for den måde vi møder andre og omverden på.

Vi vil bruge forskellige kreative udtryksformer, hvor både krop og sanser aktiveres, og vi vil også udtrykke os ved brug af farver og papir.

Der lægges vægt på at skabe en tryk og tillidsfuld atmosfære i gruppen, med rum for både individuel fordybning, samspil og dialog.

Dette kursus giver også et godt indblik i hvad psykodrama har at byde på, og der er plads til faglige refleksioner og spørgsmål både omkring metoden og processen.

Sissel Kristianne Helberg Bøhn

Uddannet psykodramaterapeut/regissør ved Norsk Psykodrama Institutt.

Efteruddannelse i kropsterapi, og har klinisk kompetence i gruppeterapi.

Bor i Haderslev, og har egen praksis med terapigrupper, kurser, undervisning, supervision og individuelle konsultationer. Med mer end 20 års erfaring som psykoterapeut har hun "Senior Kompetence" indenfor mange områder.

Et område hun har meget erfaring med, er traumebehandling/seksuelt misbrugte.

Lærer i psykodrama ved Institut for Kunstterapi i Norge og Danmark siden 2002.

Godkendt psykoterapeut af The European Association for Psychotherapy.

Har udgivet bogen "Livsbilder i bevægelse".

Sted: Centralt i København (adresse oplyses ved tilmelding)

Tid: Kl 10 – 17 begge dage.

Pris: Kr. 1800,- (inklusive kr 50 til brug af materiale)

Ved tilmelding indbetales et depositum på kr. 550,- (mærket dit navn og kursus), til Kreditbanken konto 7932-0001127981

Tilmelding til: siskris@mail.dk inden 1. april. Der er plads til 9 deltagere.

For nærmere info eller spørgsmål, er du velkommen til å kontakte mig på mail eller telefon 50907250.