

| | |
|--------------------|--|
| Tittel | Ny SANSBAR og SANSEVAR – workshop: ”I dansen mellom nærhet og avstand” |
| Beskrivelse | <p>Er du gestaltterapeut, gestaltcoach eller gestaltstudent med interesse for hvordan vi skaper og skapes, former og formes i relasjon? Har du lyst til å videreutvikle din sansing og ditt kroppsoppmerksomme nærvær? Ønsker du bevisstgjøring og verdsettelse av ditt nåværende nonverbale bevegelsesrepertoar og utvidelse av repertoaret?</p> <p>Vi vil så gjerne dele av den kunnskapen vi har erfart som så kraftfull, betydningsfull og dypt berørende både i terapirommet og livet forøvrig. Derfor inviterer vi til SANSBAR og SANSEVAR gestaltlek og utforskning i en ny workshop lørdag 29. og søndag 30. oktober.</p> <p>Workshopen er både for deg som har vært på SANSBAR og SANSEVAR-kurs før, og deg som ikke har vært det. Du er velkommen enten du jobber med klienter eller ikke.</p> <p>13 timer PFO</p> <p>Max 12 plasser i gruppa - som et ledd i å skape trygghet til mer og mindre vågal utforskning for den enkelte og gruppa som helhet.</p> <p>Denne workshopen er en av tre beslektede SANSBAR og SANSEVAR-workshoper. Du kan ta ingen eller en eller to eller tre. Tre blir en utdanning. De to andre: SANSBAR og SANSEVAR i bunn og grunn, og SANSBAR og SANSEVAR - dine kvaliteter og ditt repertoar.</p> <p>I DANSEN MELLOM NÆRHET OG AVSTAND vil vi utforske BEVEGELSES-DIMENSJONENE:</p> <p>HORISONTAL dimensjon: Sidelengs og rotering, spredning og sammentrekning, breiing og smalning. Nøkkelord: Utforskning, kommunikasjons-næring, flyt og sensualitet, fundament for å gi og få, godta og avslå. Dominerende første leveår.</p> <p>VERTIKAL dimensjon: Oppover og nedover, lengding og korting. Nøkkelord: Intensjon, valg, sammenheng, klarhet, differensiering. Dominerende andre leveår.</p> <p>SAGITAL dimensjon: Framover og bakover, buling og hulning. Nøkkelord: Ut på eventyr, tid, tempo, gjennomføring, effektivitet, mot tilfredsstillelse av behov. Dominerende tredje leveår.</p> <p>Alle beveger vi oss tredimensjonalt. Noen mennesker beveger seg like mye i alle tre dimensjoner, men de fleste av oss bruker mest en eller to av dimensjonene som vårt foretrukne repertoar.</p> <p>Bevegelsene i de ulike dimensjonene fører med seg kontaktopplevelser og mening, og innebærer et kraftfullt og naturgitt vekstpotensiale i terapirommet og livet forøvrig.</p> <p>Workshopen er basert på nonverbale, opplevelsorienterte og relasjonelle øvelser, designet for å øke awareness på det nonverbale bevegelsesrepertoaret som mennesker utvikler i første leveår i samspill med omsorgspersoner, og videreutvikler i relasjoner gjennom resten av livet.</p> <p>Alt utvikles og innvikles i relasjon: Vi skaper og skapes, former og formes, kontinuerlig i samspill med våre omgivelser.</p> |

| | |
|----------------------------|---|
| | <p>Bevegelsesdimensjonene er en del av det nonverbale fundamentet i alt samspill, enten det er mellom klient og terapeut, i parforhold, mellom foreldre og barn eller i andre relasjoner. Det nonverbale samspillet er grobunn for all annen utvikling og fungering. Det påvirker oss mest og er paradoksalt nok noe de fleste mennesker er svært lite bevisste på.</p> <p>Workshopen holdes i en gestaltterapeutisk ramme, og er spesielt inspirert av etterutdanninger med: Ruella Frank i gestaltbasert Developmental Somatic Psychotherapy og James Kepner i Gestalt Body Process Psychotherapy.</p> |
| Timer for opptak *) | 13 timer PFO |
| Tid | 29.- 30. oktober, kl 10 -17:30 |
| Sted | Gestaltsentrum, Bygdøy Allé 21, 5. etg, Oslo |
| Ledere | Elisabeth Eie: 92031805 / eeie@me.com , og Sigrun Marie Skarsgard: 97734526 / gestaltsentrum@yahoo.no Begge er gestaltterapeuter/MNGF og NGF- godkjente veiledere |
| Pris | Kr 3800. Et ikke refunderbart beløp på kr 1000 innbetales til konto 9722 54 51609 ved påmelding. Restbeløp betales innen 14. oktober |
| Påmelding | Påmelding til Elisabeth eller Sigrun Marie. |