

Stressmestringskurs for ansatte som jobber med traumatisert mennesker

TEMAER FOR SAMLINGENE OG TIDSRAMMER

Sted: Fyrhuset konferansesenter v/Åsgård. Åsgårdveien 40, Tromsø

Tidsramme: dag 1: 10:00 – 17:00 og dag 2: 09:00 – 15:30

17 september 2019

09:30 Registrering

Her og nå arbeid

Velkommen

- Bakkekontakt øvelser
- Bevegelse og pust
- Speiling
- Dannelse av trygghet i individ og gruppen

18 september 2019

Tryggingsarbeid

- Det trygge landskapet
- Imaginasjonsøvelser
- Det visuelle uttrykket

23 mars 2020

Kraft/leder dyret

- Finne dyr som har kvaliteter du trenger for å kunne stå i din gruppelederrolle: ørn, løve, delfin osv.

24 mars 2020

Scenario arbeid

- "Desentrering"- metoder som anvendes i håndtering av konflikter i grupper og team.
- Scenario arbeid. Glemte ressurser fra fortiden blir del av framtidens visjoner i scenarioarbeid

Kurset ledes av:

Melinda A. Meyer, PhD og M.A. i Expressive Arts, psykodramaregissør, og psykiatrisk sykepleier/sosialantropolog Oddny Igland v/RVTS Nord.

PRAKTISKE OPPLYSNINGER

Det blir servert gratis lunsj alle dagene.

Klær: Ta på deg klær som er gode å bevege seg i. I tillegg anbefaler vi å ta med en skjorte eller annet som du ikke er redd for å få malingsflekker på.

Vi ser fram til å møte deg! Velkommen!