

Ta Ditt Ledarskap!



Utveckla ditt professionella och personliga ledarskap genom personlig utveckling på gestaltteoretisk grund

Kursen ger behörighet att söka vidare till Gestalt Akademin, för att bli Dipl. Gestaltterapeut och Dipl. Gestaltpraktiker i Organisation.

Kursledare:
Eva Strömdahl & Bo Kåresjö



Därför ska du gå denna kurs

Du ökar din förmåga att skapa ett meningsfullt liv!

Genom att öka din medvetenhet om dig själv och andra, bli tydligare, sätta dina gränser och fatta beslut samt se konsekvenser!

Du utvecklas i ditt ledarskap, privat och professionellt!

Du får hjälp att utforska den upplevelse du har och som du vill förändra. Vi påstår inte att detta är enkelt, vi påstår att du kan!

Är du villig att arbeta med dig själv utifrån denna syn på människan finns stora vinster för dig själv att vinna. Vår egen erfarenhet, våra kursdeltagares och våra uppdragsgivares erfarenheter visar detta. Vi har en proaktiv syn på människan.

Målet är att utvecklas personligen samt professionellt.

Syftet är att ge dig möjlighet till personlig utveckling utifrån dina behov och eventuellt din arbetsgivares behov. Vi fokuserar bl a på:

- ökad medvetenhet om dig själv och hur din historia har påverkat dig
- aktiv bearbetning av det du vill fokusera på
- träna kommunikation samt ge/ta emot feedback
- konflikthantering
- kunskap om förändringsprocesser
- kunskap om systemnivåer på individ-, grupp- och organisationsnivå

Målgrupp

Vi riktar oss till privatpersoner och till personer som har någon form av ledaruppdrag i en organisation eller som egen företagare.

Kursledare

Kursen leds av en erfaren gestaltterapeut och en erfaren organisations- och ledarskapskonsult. Båda är utbildade vid Gestalt Akademin samt är medlemmar i sina respektive yrkesföreningar som har högt ställda krav för medlemskap; Sveriges Auktoriserade Gestaltterapeuter (SAG) och Föreningen Gestalt i Organisationer (FGO).



Upplägget är upplevelse-baserat och terapeutiskt. Du kommer att utmanas att gå utanför din trygghetszon. Där har du din utveckling! Kursledarna är etiskt medvetna och arbetar med respekt för individen.

Gå in på
www.gestaltakademin.se
för mer information!

Arbetsätt/Metod

Kursen är utplagd utifrån en upplevelsebaserad pedagogik och fenomenologisk inlärningsmodell. Vi utgår ifrån att man inte kommer sanningen närmare än sin upplevelse. Kursen bemöter varje deltagares särskilda behov och mål. Vi arbetar i internatform med syfte att använda den gruppdynamik och process som uppstår. Integrering samt praktisk färdighetsträning under och mellan kurstillfällena är det som ger effekt i din utveckling.

Vid första kurstillfället bildas näringsgrupper med syfte att ge deltagarna en möjlighet att träffas mellan kurstillfällena för stöd och utbyte. Detta moment är frivilligt.

Gestaltteori

Gestaltterapi är en relationell och existentiell terapiform som började utvecklas under senare delen av 40-talet av den tyskjudiske läkaren och psykoanalytikern Fritz Perls (1893–1970). Han med flera lät sig inspireras av olika terapeutiska riktningar som han sedan tillsammans med bl a sin hustru Laura Perls sammanförde i en ny psykoterapi.

I Sverige och många andra länder har gestaltterapi utvecklats så att den även kan användas i organisationer som pedagogiskt arbetsätt/metod.

Exempel på gestaltteoretiskt innehåll

- En relationell och existentiell människosyn
- Gestalpsykologi (figur/grund, gestaltlagar)
- Hollistisk och kroppsinriktad
- Medvetenhet (awareness) i nuet
- Lära sig se skillnad mellan "jag måste", "jag borde" och "jag väljer att..."
- Kommunikation och samtalsnivåer samt dialog
- Kontakt; gränser, kontaktformer och kontaktyckeln, behov och viktiga värden, synen på ansvar
- Utvecklingspsykologi; organismens självreglering, affektteori och anknytningsteori
- Förändring, krafter för och emot, motstånd
- Polariteter, hur jag tillåter och begränsar mig
- Fältteori och systemnivåer
- Den fenomenologiska metoden och förhållningssättet



Eva Strömdahl

Dipl. Gestaltterapeut, socionom

Sedan 1984 egen företagare och verksam som gestaltterapeut. Arbetar med individual- och parterapi samt personlig och professionell utveckling i grupp, coaching och handledning.

Arbetar som utbildningsterapeut inom Gestaltakademien. Är också utbildad Life Energy Therapist, (kroppsterapeutisk inriktning). Medlem i SAG; Sveriges Auktoriserade Gestaltterapeuter, (www.gestaltterapeuterna.com)

eva.stromdahl@comhem.se 072-230 27 22



Bo Kåresjö

Dipl. Organisationskonsult på Gestaltteoretisk grund Kognitiv terapeut/ACT

Driver sedan 1990 konsultverksamhet inom Ledarstöd KB med inriktning på individ-, grupp- och organisationsutveckling. Driver Terapicentrum, en mottagning för konsultation samt individual- och parterapi med mottagning i Stockholm och Gävle. Arbetar som organisationskonsult och privatpraktiserande kognitiv terapeut. Även utbildad inom psykodrama, kroppsterapi/bioenergetics och Acceptance Commitment Therapy (ACT).

Mångårig erfarenhet som pedagogisk ledare och lärare vid Gestalt Akademien. Medlem i FGO; Föreningen för Gestalt i Organisation (www.fgo.se), medlem i Svenska föreningen för Kognitiva och beteendearbetande terapier (www.sfkbt.se), medlem i Frisk & Fri – Riksföreningen mot ätstörningar (www.friskfri.se), ordförande för Frisk & Fri lokalavdelning i Gävle.

bo@karesjo.nu 070-924 27 06 www.terapicentrum.nu

Anmälan!

Plats:

Bogesunds Slottsvandrarhem & konferens.
Per Brahes väg 1, 185 93 Vaxholm



www.bogesundsslottsvandrarhem.se

När:

10–13 september/8–11 oktober/26–29 november 2014
14–17 januari 2015

Kursavgift:

Företagsbetalande 28 000 kr exkl moms.
Privatbetalande 16 000 inkl moms.
Kostnad för kost, logi, städning och del av konferenslokal tillkommer.

Intervju och uppföljning:

Före kursstart träffas vi för ömsesidig intervju och informationsutbyte.
Uppföljning sker kvällstid ca 6 månader efter kursstart.
Platsen för intervju och uppföljning är på Gestaltakademien i Stockholm.

Anmälan och villkor:

Intresse anmäls på Gestalt Akademiens hemsida (www.gestaltakademien.se). Ansökningsblankett till Ta Ditt Ledarskap skickas därefter till dig.

Via Gestalt Akademien får du en ansökningsblankett där du bifogar en kort beskrivning av dig själv, varför du vill gå kursen samt dina ev. erfarenheter av gestaltterapi. Antagning sker genom intervju vid ett informationsmöte ca 1 månad innan kursstart.
En anmälningsavgift på 1000 kr inkl. moms faktureras den som sökt till kursen. Anmälningsavgiften betalas inte tillbaka om den sökande tar tillbaka ansökan. Blir sökande inte antagen betalas hela anmälningsavgiften tillbaka. Delbetalning tillämpas till en något högre kostnad. Räntefritt utbildningslån erbjuds via Gestalt Akademiens samarbetspartner Human Finans, mer om detta på Gestalt Akademiens hemsida.