

Terapi i gruppe på Syd Fyn

I landskabet omkring stress & traumer møder vi de mest kraftfulde tilstande, vi som mennesker har i vores repertoire.

Træning og terapi i lille gruppe – kontakt mig for muligheder.

Enten hver 14. en aften af 3 timers varighed, eller en hel lørdag 1. gang om måneden

Med Bodydynamic Analytiker

Lene Wisbom

Arbejde med de stress og traumemønstre der begrænser dig i hverdagen

med en lille gruppe som støtte

Inde i den måde vi lever/overlever på, ligger der en eller flere oplevelser gemt. At finde ressourcerne og lære at bruge dem i hverdagen er livsændrende. At gøre det i en lille gruppe er givende for alle parter.

Vi har færdigheder og tilgængelige netværk der er afgørende for om vores stress og traumemønstre kan være forløsende eller forblive låst.

Gennem færdighedstræning i personligheden – kropsligt, følelsesmæssigt og kognitivt – øges vores evne til at kunne mestre mønstrene og lære at række ud og tage imod støtte,

genoprette fornemmelsen af et sikkert nok sted og sikre personer.

Fordele ved at arbejde i en gruppe

Hver aften vil bestå af øvelser og terapi af den enkelte i gruppe. Efter mange år som terapeut, er det min erfaring at være i terapi i en gruppe er givende og man får en masse forærende når de andre arbejder.

Sted: I min private klinik på Sydfyn i Ulbølle – adresse oplyses ved tilmelding

Datoer endnu ikke fastlagt, men kontakt mig hvis interesseret.

Pris: pr. aften 500 Kr. Max 6 deltagere – Hele lørdage 1.000 Kr. Max 6 deltagere

Tilmelding: lene@bodydynamic.dk.

Betaling til: Wisbom ApS, Nordea, DK: Reg.nr: 2680 Kontonr: 9035581283

Lene Wisbom: Oprindeligt uddannet Psykomotoriker, Bodydynamic Analytiker siden 1994, været international lærer i Bodydynamic International. Haft klinik som terapeut og supervisor i over 25 år og har speciale i chok traume, SCT og Neurofeedback. Medlem af Dansk Psykoterapeut Forening