



3 dages træning – 28. februar – 2 marts, 2025

Med Lene Wisbom & Ivan Raphael



Forbedre dine nære relationer

Empatisk afstemning

Være i relationer uden at miste sig selv

Balancere i relationelle vanskeligheder

Tilknytning i en kropsorienteret tilgang handler om at inddrage de relationelle mønstre, som de er lagret i kroppen. Ved at styrke vores kropsbevidsthed kan vi ændre vores måde at relatere, som er i bedre overensstemmelse med vores dybere behov og længsler.

Reflekterende indlevelse eller Reflective Functioning indebærer både kognitiv og affektiv empati som en måde at møde sine egne og andres indre tilstande på. Det indebærer dybt at lytte til både sig selv og den anden.

Anerkende relationelle udfordringer indebærer udvikling af radikal accept for at kunne acceptere en situation mere fuldstændigt, som den er, i dit sind, i dit hjerte og i din krop.

Dato: 28. februar til 2 marts, 2025, fra 13-17 fredag og lørdag 10-17, søndag fra 10 - 14.

Sprog: Dansk + English - Max 10 deltagere

Undervisningssted: Wisbom ApS lokale på Sydfyn, Danmark.

Hvad er inkluderet: kaffe, the, frugt og guf – det er muligt at lave eller deltage i frokost/ aftensmad på egen beregning.

Akkommodation: Muligt i nærheden – ekstra udgift – skriv til Lene

Pris: 3.300 Kr./ 450 € for alle dage. **Early Bird:** 2.950 Kr./ 400 € før 15. januar, 2025.

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

Transfer: IBAN number: DK1920009035581283, SWIFT/ BIC CODE: NDEADKKK

Spørgsmål og tilmelding: to wisbomlene@gmail.com

