

DAC's Kursusafdeling tilbyder kursus:

## Ny styrke og empati

- ❖ Et kursus for alle der arbejder med andre mennesker, f.eks DAC'ere, pædagoger, sygeplejersker, socialrådgivere, sosu'er og andre.

Skal man tilegne sig en vedvarende styrke til at imødekomme de stadige forventninger og krav om fleksibilitet, rummelighed, empati, grænsesætning mv. må man først opdage, at denne styrke allerede findes i én selv.

Kurset søger at kaste lys på og åbenbare de mønstre, der står i vejen og hæmmer den enkelte i at udfolde det iboende potentiale. Mønstre som vi bevidst og ubevidst holder fast i og gentager, selvom vi måske rationelt godt ved, at vi kan gøre noget andet, som ville tjene os bedre. Det kommer ofte mest til udtryk i vores samspil med andre mennesker – i det nære liv og i arbejdslivet.

Vi vil nærværet, ægtheden og omsorgen, men rammer i stedet forstillelsen, omklamringen eller distancen. Og vi oplever stress og måske udbrændthed.

Det er på 'bagsiden' af processen og i bevidstgørelsen af de uhensigtsmæssige mønstre og tankesæt, at vi kommer i kontakt med det, som vi oplever som ny styrke og empati.

Kurset indeholder terapeutisk undervisning, refleksion samt individuelle og gruppebaserede cases. Og 'langsomheden' som en bevidst metode til at opnå indre klarhed.

Underviser er Sten Knudsen, som i mere end 27 år har haft selvstændig virksomhed som terapeut, supervisor, underviser og facilitator.

Dato: Kurset afholdes i weekenden **d. 21 & 22 januar 2023**.

Tid: **kl. 9.30 - 16.00**

Sted: DAC-Uddannelsen, Kong Georgs Vej 37a, 2000 Frederiksberg

Pris: **kr. 1025,00**

Der indgår forplejning i prisen – frokost, kaffe, the og kage / frugt.

Tilmelding: Pr. mail til [kontakt@dac-uddannelsen.dk](mailto:kontakt@dac-uddannelsen.dk). Du får herefter tilsendt en faktura.

De bedste hilsner

DAC-Uddannelsen / Kursusafdelingen

