

Tisdagsseminarier med Gestalt

Inspiration • Kunskap • Gemenskap

Varannan tisdag har du möjlighet att ta del av olika perspektiv på gestalt i praktik och i teori. Tre organisationer har bjudit in gäster för att väcka frågor och undersöka olika synsätt. Många av seminarierna bjuder in till att lära genom att göra. Alla som är nyfikna på vad gestalt är, oavsett tidigare erfarenheter eller om det är nytt för dig, är välkomna. Inget av seminarierna kräver några förkunskaper.

Anmälan görs via e-mail till respektive arrangör. Skriv det datum du vill gå, ditt namn och om du är medlem i någon av de arrangerande organisationerna.

Avgiften är 150 kr per gång och 50 kr för digitala möten. Betalas via swish på plats. För medlem i FGO ingår anmälningsavgiften i medlemskapet. När vi ses fysiskt bjuder vi på fika! Håll koll på våra hemsidor och sociala medier för uppdaterad information.

Varmt välkomna önskar **SAG** Sveriges Auktoriserade Gestaltterapeuter,
FGO Föreningen Gestalt i Organisation och **GA** Gestaltakademin.

VÅREN 2023

24 januari kl 18–20

Stockholm, Hälsans hus, Fjällgatan 23B

Svåra samtal i vården

De nödvändiga samtalen. Att lösa en uppgift eller att möta en människa. Hur kan vårdpersonal träna sig i att samtala med patienter och deras närstående, som drabbats av livshotande sjukdom? En läkare, en handledare och en skådespelare, alla med Gestaltterapi som gemensam nämnare, samtalar om detta och visar exempel på hur det kan gå till. Med *Ingrid Lindroth*, läkare, *Anders Danielsson*, gestaltterapeut och organisationskonsult samt *Jarinja Thelestam Mark*, gestaltterapeut och skådespelerska.

Anmälan till styrelsen@gestaltterapeuterna.se

7 februari kl 18–20

Stockholm: Ekskäret/Klustret, Odengatan 81

Om din inre förändring för ett hållbart samhälle

Du vill ta ditt ansvar! Ansvar för utveckling av den grupp eller organisation du arbetar med. Ansvar för ett hållbarare samhälle. Du har med intresse tagit del av den internationella rörelsen *Inner Development Goals (IDG)* och/eller *Sustainability Development Goals (SDG)* – men vet inte hur du kan tillämpa dem i praktiken. I seminariet utgår vi från de mål som finns under "Relating - caring for others and the world". Du får ta del av ett sätt att arbeta med både IDG och SDG på alla nivåer i en organisation. Seminarieledare är *Eugenio Moliní* med mångårig erfarenhet att arbeta med såväl små som mycket stora system.

Anmälan till info@gestaltakademin.se

21 februari kl 18–20

Digitalt. [Här är länken!](#)

Verktyg för att dämpa din och andras oro och inre stress. En digital repris från i höstas där *Johan Nordenfelt* delar med sig av sina erfarenheter kring *metacognition* (tankar om tankar) och forskning om hjärnan. Är det alltid bra att gå in i känslan/tanken, eller kan det vara bättre att låta dem vara?

Johan Nordenfelt är gestaltterapeut och organisationskonsult och har tillsammans med kollegor skapat *Mcog-metoden*.

Anmälan till admin@fgo.se

7 mars kl 18–20

Stockholm, Hälsans hus, Fjällgatan 23B

Gestaltsalong med SAG

Mer information kommer snart.

Anmälan till styrelsen@gestaltterapeuterna.se

21 mars kl 18–20

Stockholm, Ekskäret/Klustret, Odengatan 81 samt digitalt på Zoom. [Här är länken!](#)

Hur kan vi använda IDG?

Hur kan vi använda IDG-ramverket för att identifiera de förmågor vi behöver odla, för att adressera de utmaningar vi som organisationer har i en snabbföränderlig värld? Hur skulle det rent praktiskt kunna gå till i vår vardag och på vår arbetsplats?

Madelene Segertoft bjuder in till ett samtal om detta; hon är organisationskonsult med fokus på att facilitera grupp- och ledarutveckling samt involverad och engagerad i IDG.

Anmälan till admin@fgo.se

4 april kl 18–20

Digitalt. [Här är länken.](#)

I utkanten av det påverkbara; traumaterapins utmaningar för psykoterapeuters självomsorg

Petra Juneholm, gestaltterapeut, leg psykoterapeut och handledare, pratar om självomsorg, dvs att ta hand om sig då man arbetar med svåra processer hos klienter.

Som terapeuter möter vi dagligen människor som kommer till oss med sitt lidande. Detta lidande gör också något med oss. Petra har varit med och undersökt vilka utmaningar vi kan uppleva att vi ställs inför då det handlar om vår egen självomsorg och vad dessa utmaningar består av.

Vill du ta del av exempel och själv få reflektera över dina utmaningar med oss är du välkommen att anmäla dig. Alla utövare i behandlande och människobemötande yrken är välkomna!

Anmälan till styrelsen@gestaltterapeuterna.se

18 april kl 18–20

Stockholm. Ekskäret/Klustret, Odengatan 81

Skriv dig friare. Att skriva om sina erfarenheter är att sortera och bearbeta. Du förstår dina reaktioner bättre och kan försonas med det som hänt. Tyngden av de svårare minnena lättar och påverkar dig mindre. Låt dig den här kvällen inspireras till att själv fatta pennan och med hjälp av dina egna ord erövra större frihet och manöverutrymme i nuet. *Monika Trozell* berättar om skrivandets möjligheter, ger skrivråd och låter dig prova på praktiska skrivövningar. Monika är psykoterapeut och journalist och leder kurser på temat skrivande som personlig utveckling.

Anmälan till admin@fgo.se

2 maj kl 18–20

Stockholm. Ekskäret/Klustret, Odengatan 81.

En ny systemisk nervsystemutbildning med *Judith Beerman Zeligson*.

Mer information kommer snart.

Anmälan till info@gestaltakademin.se

16 maj kl 18–20

Digitalt. [Här är länken.](#)

Energi – ett nyckelbegrepp inom Gestalt

Vilka är de krafter som stödjer eller hindrar oss i det vi vill? Ibland är energin hög och ibland tar det stopp. Oavsett om det handlar om våra professionella eller personliga liv har vi erfarenheter av hur energi påverkar oss. Inom Gestalt finns teorier och metoder som beskriver detta, t ex *energicykeln* och *fältteorin*. I seminariet utforskar *Sari Scheinberg* tillsammans med deltagarna hur begreppet energi kan definieras och tillämpas. Sari är gestaltpsykolog, organisationskonsult och forskare. Samtalet kommer även ge input till ett kapitel om Gestalt och energi som Sari skriver för en kommande bok. Seminariet är på engelska men deltagarna får gärna prata svenska.

Anmälan till admin@fgo.se