

# 1-årig udviklings- og netværksgruppe

på eksistentielt og gestaltisk grundlag

**Udviklingsgruppen er for dig, som ønsker at vedligeholde og få inspiration til din personlige, relationsmæssige og faglige udvikling, og som er nysgerrig og optaget af eksistentielle livstemaer.**

Først afholdes 1 modul som internat på NGI i alt 3 døgn: Start og etablering af gruppen. Dernæst afholdes 1 hverdagsmøde 6 gange i det efterfølgende år med ca. 1½ måned mellem hvert møde. Samlet varighed: 9 dage.

## **Indhold:**

- Eksistentielle livstemaer og spørgsmål
- Mindfulness, hvad er det?
- Livsperspektiv
- Det professionelle liv
- De nære relationer
- Kommunikationsteknikker og problemløsning
- Handleplaner: Hvordan får jeg integreret mine indsigter i hverdagen?
- Grundværdier og livssyn – centrale livsdilemmaer

**Formål:** At udvikle og vedligeholde kontakten med dig selv og dine omgivelser. At skabe større opmærksomhed og bevidsthed omkring din måde at være i verden på. At skabe et støttende rum for følsomhed, udfordringer og klarhed. Målet er at øge livskvaliteten, overblikket og handlekraften.

**Form:** Forløbet er procesorienteret og kræver personligt engagement og villighed til at gå tæt på egne og andres reaktionsmønstre og udviklingspotentiale.

Der veksles mellem korte oplæg, individuelt arbejde, gruppearbejde og diskussioner i plenum. Indholdet justeres løbende i samarbejde med deltageres ønsker og behov. Der inviteres til, at deltagerne bruger hinanden som netværksgruppe.

**Datoer:** Modul: 20. august 2012, kl. 9.30 til 22. august 2012, kl. 16.00

1. møde: 24. september 2012, kl. 9.30 til 17.00
2. møde: 5. november 2012, kl. 9.30 til 17.00
3. møde: 10. december 2012, kl. 9.30 til 17.00
4. møde: 7. januar 2013, kl. 9.30 til 17.00
5. møde: 25. februar 2013, kl. 9.30 til 17.00
6. møde: 22. april 2013, kl. 9.30 til 17.00

**Sted:** Nordisk gestalt Institut, N.W. Gadesvej 4A, 3480 Fredensborg  
Hovedindgangen til NGI ligger på en parallelvej til N. W. Gadesvej – mellem frisøren (det gamle apotek) og frikirken på Benediktevej.

**Leder:** Jacob Wiemann (+45 2460 9936) Web: [jacobwiemann.dk](http://jacobwiemann.dk)

**Tilmelding:** Telefon +45 4975 8886 eller Email: [ngi@gestaltinstitut.dk](mailto:ngi@gestaltinstitut.dk)

Tilmelding kan ske efter gensidigt orienterende telefonsamtale med Jacob Wiemann, mob.: +45 2460 9936 og ved at udfylde tilmeldingsskema og sende det til NGI. Deltagerne optages i udviklingsgruppen i den rækkefølge, tilmelding og betaling indgår. Maksimalt deltagerantal er 9.

**Pris:** Kr. 9.500

**Depositum:** kr. 1.500 betales ved tilmelding – på bankkonto: 3544 – 51 75 275

IBAN: DK 193 000000 5175275 SWIFT – BIC: DABADKKK

**Restbeløbet:** Kan betales på 2 måder:

A: kr. 8.000 betales senest en uge før udviklingsgruppen starter – dvs. d. 16. januar 2012.

B: kr. 4.000 betales senest en uge før udviklingsgruppen starter, resterende kr. 4.000 betales senest 1. juli 2012.

**Kost og logi:** Deltagerne står i fællesskab for indkøb og madlavning på startmodulet. Du kan overnatte gratis – medbring selv sengetøj og håndklæde.



# Tilmelding til udviklings- og netværksgruppe