

1½-ÅRIG EFTERUDDANNELSE I INTEGRATIV KROPSTERAPI

...fordi forfinelse af dit håndværk tager tid



◆ HVORFOR DENNE EFTERUDDANNELSE?

Som hovedundervisere på flere kropsterapiuddannelser har vi mærket, hvad et stærkt fællesskab, samt god tid til at øve sig og få personlig sparring kan bidrage med. Noget, mange terapeuter fortæller, at de savner efter endt uddannelse.

Derfor introducerede vi i 2025 denne unikke 1½-årige efteruddannelse med særligt fokus på at skabe et tillidsfuldt og inspirerende læringsrum for faglig fordybelse, personlig udvikling, specialisering og indføling.

Undervisningen foregår på små hold med **Sonayia** og **Nikolej** som de gennemgående undervisere, suppleret af en håndfuld gæstelærere, som alle er efterspurgte specialister på deres felt.

Uddannelsen er bygget op af moduler på 2-3 dage - dvs. med tid nok til at alle elever kan nå at få personlig kontakt og målrettet individuel sparring på alle moduler.

◆ EFTERUDDANNELSENS 5 BEN

I løbet af de 1½ år kommer vi omkring både teori, praksis og personlig udvikling. For helhedsorienteret integrativ behandling kræver et bredt fundament. Du får dog også rig mulighed for at gå i dybden, ikke mindst når du efter 6 måneder vælger 1-2 emner, som du specialiserer dig i.

1. Viden og indsigt

Vi bygger på dit teoretiske fundament: du træner at navigere præcist mellem krop, energi, psyke og sind, detaljer og helhed.

2. Praksis og erfaring

Du får masser af tid ved briksen til at øve, udforske og gøre dine egne erfaringer. Og du får masser af sparring undervejs, både teknisk, teoretisk og i forhold til terapeutiske processer.

3. Indføling og kommunikation

Indføling handler først og fremmest om dig som modtager: om dine sansninger og din evne til at gå i kontakt. Men også om de valg, du træffer: hvad, hvornår, hvor meget / hvor lidt. Dvs. om dosering og timing.

Kommunikation handler også om at formidle i et sprog, som klienten kan høre, mærke og føle sig genkendt og mødt i.

4. Personlig udvikling

Viden og erfaring er ikke bare noget, du "får" i bøger og ved briksen. Som Integrativ kropsterapeut **er** du også den viden, erfaring, rummelighed og indsigt, du trækker på. For du går selv vejen og kender den indefra.

Og du kender til dine egne styrker, sårbarheder, skygger og blinde pletter.

5. Personlige talentkerner (kvaliteter) og kompetencer

Der er områder, som du har særligt let ved, har en naturlig forkærlighed for, eller som du har fordybet dig særligt meget i.

Disse områder skal have lov til at fylde ekstra på DIN efteruddannelse. Derfor sætter vi god tid af til at hjælpe dig med at udvikle og forfine dine personlige kompetencer.



◆ HVAD KRÆVER DET AT ARBEJDE MED MENNESKER?

Som kropsterapeut har du brug for en række forskellige ting, for at kunne hjælpe andre mennesker:

- ◆ Et effektivt håndværk: en kombination af teknikker, håndelag og erfaring.
- ◆ Diagnoseværktøjer til at se klientens situation både i detaljer og i sin helhed.
- ◆ Samt evnen til at gå i kontakt og kommunikere på en måde, så klienten føler sig mødt, forstået, og kan få adgang til ny indsigt i sig selv og sin situation.

Dette er det grundlæggende – det faglige fundament. Og det skal gerne være nogenlunde på plads efter endt grunduddannelse. Samtidig kan det selvfølgelig udvikles og fintunes hele livet. Derfor har det også sin naturlige plads på denne efteruddannelse. Helt konkret omtrent to tredjedele.

Men det er ikke nok. For som kropsterapeut har din egen måde at være i livet på også betydning for, hvad du konkret kan bidrage med ved briksen.

Den irske healer **Bob Moore** har formuleret 3 simple spørgsmål, man kan stille sig selv når og efter, man har arbejdet med andre mennesker:

✨ Var jeg rolig?

✨ Var jeg autentisk?

✨ Hvilede jeg i mine kvaliteter?

Disse 3 spørgsmål opsummerer tilsammen rigtig godt, hvad den sidste tredjedel af efteruddannelsen kommer til at handle om.

◆ ER JEG ROLIG?

- ★ Har jeg tillid til mine egne færdigheder?
- ★ Er min egen rygsæk nogenlunde gennemarbejdet?
- ★ Har jeg udlevet nok til, at jeg kan give slip på at præstere over for min klient?

◆ ER JEG AUTENTISK?

- ★ Er der overensstemmelse mellem mine værdier, og det jeg siger og gør?
- ★ Bruger jeg alt det, jeg mestrer fuldt ud?
- ★ Og står jeg ved, når der er noget, jeg ikke ved eller kan?

◆ HVILER JEG I MINE KVALITETER?

- ★ Har jeg kontakt til mit personlige særkende og mine talenter?
- ★ Og udfolder jeg dem i mødet med mine klienter?

Kan man svare ja til ovenstående, sker der ofte noget magisk i ens arbejde: Det føles meningsfuldt og berigende at gå på arbejde. Og de rigtige klienter har det med at finde en på det rigtige tidspunkt.

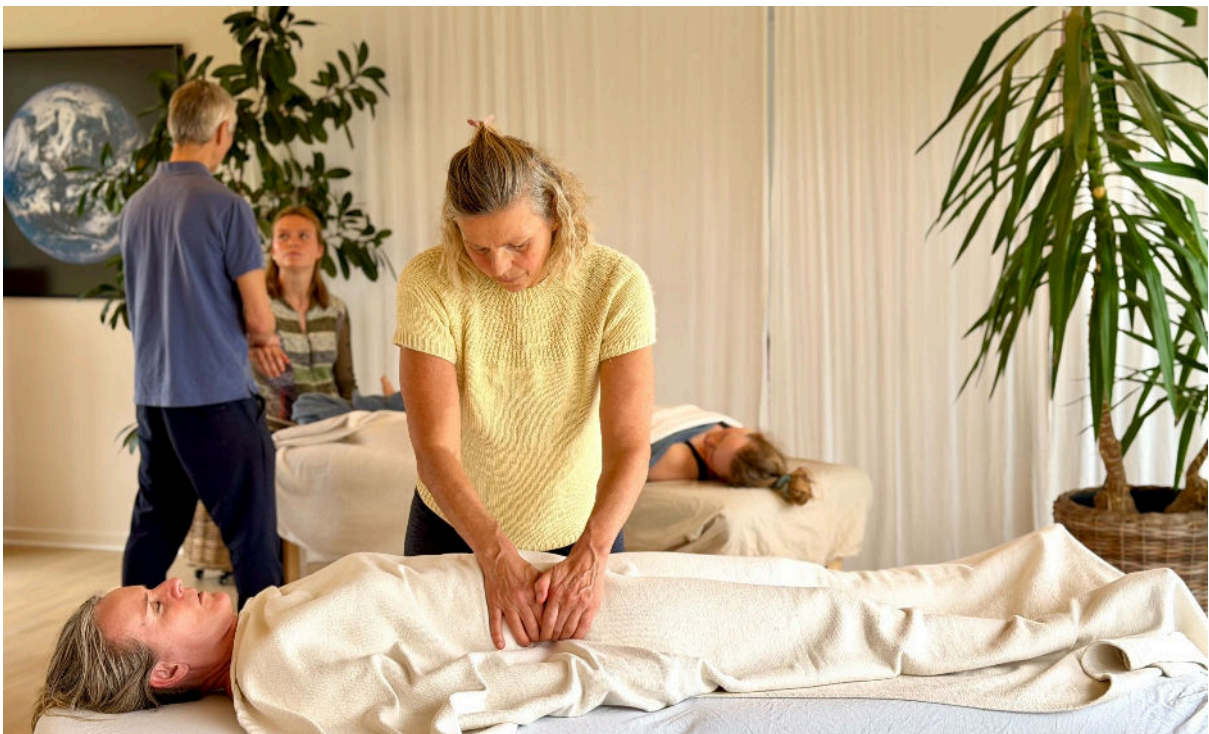
Det handler om at hvile naturligt afspændt i sig selv, samtidig med at fokus er på, hvad man kan bidrage med. Og dét er tiltrækkende, uanset hvor synlig du er på Facebook og Google.

For når du hviler roligt i dig selv og samtidig kan træde lidt til side, så kan inspiration og hjælp flyde mere frit igennem dig - farvet af dine kvaliteter. Og det er dét, der for alvor giver dit håndværk luft under vingerne - til glæde for andre.

◆ OVERORDNET HANDLER VORES EFTERUDDANNELSE DERFOR OM AT:

- ◆ skabe et tillidsfuldt rum til fordybelse og læring
- ◆ inspirere, udfordre og støtte dig undervejs - både fagligt og personligt
- ◆ sætte god tid af til de langstrakte processer, der hører med til dybere udvikling
- ◆ hjælpe dig til at udvikle og fintune dine talentkerner

Alt dette, så du står så stærkt som muligt både fagligt, personligt og i dine unikke kvaliteter, når de 18 måneder er gået. Og så lade resten gøre sig selv.



*“Personligheden næres og vokser af den kærlighed, den får.
Sjælen næres og vokser af den kærlighed, den giver.”*

Citat: Jes Bertelsen

◆ OVERSIGT OVER INDHOLD PÅ UDDANNELSEN

TEKNIK

- Ledbehandling inkl. rygsøjlen samt bækkenets og kraniets led
- Behandling af udvalgte muskler, fascier, bindevæv og organer

TEORI

- Nervesystemet inklusiv det polyvagale nervesystem
- 5-element loven, meridianlære og energikroppens anatomi

PSYKOLOGI OG SAMTALE

- Udvalgte emner fra både vestlig og østlig psykologi
- Samtalens niveauer, meditativ lytning, spejling, perspektivering m.m.

DIAGNOSTIK

- Integrativ helhedsorienteret diagnostik: dvs. en kombination af teoretisk og praktisk forståelse, samtale, og fysisk/psykisk/energetisk sansning

KONTAKT OG INDFØLING

- Hjertekontakt og meditativ terapeutisk kontakt
- Sansning af hyper- og hypo-tilstande

TRÆNING OG ØVELSER

- Elementer fra kropsterapeutisk grundtræning, yoga og Qi gong
- Åndedrætsøvelser, indre øvelser og visualiseringer

MEDITATION

- Indre øvelser og meditation ud fra "5-kanten" (Jes Bertelsen og Vækstcenteret)

ENERGIARBEJDE OG HEALING

- Energisansning, Healing og bioenergiøvelser (Helen Gamborg, Bob Moore m.fl.)

EGENTERAPI OG SELVUDVIKLING

- Egenterapi, skyggearbejde og selvkonfrontation
- Kollektive processer og gruppearbejde

TALENTKERNE UDVIKLING

- Udvikling af egne talentkerner
- Speciale med afsæt i egne talentkerner

SPECIALEFAG

- Du vælger 1-2 specialefag, som du fordyber dig særligt i (for eksempel: ledbehandling, Indre rum, Samtaleterapi, eller Healing)

LEKTIER

- Mellem modulerne skal du påregne tid til at arbejde med de emner, vi tager op i undervisningen: små daglige/ugentlige øvelser, eller noget du skal læse/studere.

ØVEDAGE OG ØVESESSIONER

- Mellem modulerne er der mulighed for at mødes hos os med dit hold for at øve.
- Du skal desuden sætte tid af til at give "øve-behandlinger", hvor du kan eksperimentere, fordi din klient på forhånd ved, at du øver dig.

◆ STRUKTUR PÅ UDDANNELSEN

- ◆ 10 2-dages moduler (mandag-tirsdag)
- ◆ 3 3-dages moduler (søndag-tirsdag)
- ◆ 5-dages internat (fredag - tirsdag)
- ◆ 6 individuelle sessioner
- ◆ 12 online sessioner (onsdag aften)
- ◆ Lektier, øvelser og øvesessioner mellem modulerne
- ◆ Fælles øvedage (1 gang ml. hvert modul)
- ◆ 3 ugers opgaveskrivning/produktion
- ◆ Eksamensmodul (mandag-tirsdag)
- ◆ Afslutningsfest!



◆ STED

Al undervisning på nær retreat og online sessioner foregår i Center for Kropskulturs lokaler i Nørre Snede. Mulighed for overnatning fra dagen før første undervisningsdag.

◆ TIDER

Der undervises på følgende tidspunkter:

- ◆ Søndage 17:00-21:00
- ◆ Mandage 9:00/10:15-17:00 + 18:30-20:00
- ◆ Tirsdage 09:00-16:00
- ◆ Online: Onsdage 18:45-21:00
- ◆ Internatet starter fredag kl 13:00 og slutter tirsdag kl 15:00

Undervisning i alt: 280 timer / 373 lektioner (ekskl. eksamen)

Undervisningsdage: 35 dage med fysisk fremmøde, 12 online sessioner og 6 individuelle lektioner.

◆ EKSAMEN

For at kunne gå til eksamen, skal du have **deltaget i 85% af undervisningen**.

Til sidst i uddannelsen laver du en skriftlig opgave eller et andet kreativt projekt om et emne fra uddannelsen, som du har valgt at specialisere dig i.

Gennemførelse af opgave/projektforløbet er en forudsætning for at du kan gå til eksamen. Men slutresultatet vurderes ikke fagligt, og afgør derfor ikke, om du består eller ej.

Til eksamen viser du en behandling af en klient foran en af dine undervisere samt en ekstern censor. Det foregår i et så trygt rum som muligt.

På baggrund af dit samlede forløb på uddannelsen, gennemførelsen af dit projektforløb og din eksamen, vurderer vi, om du behersker det, du har lært på uddannelsen i tilstrækkelig grad til, at vi kan anbefale dig som **specialiseret kropsterapeut** efterfølgende.

Kan vi det, har du bestået. Hvis ikke, tager vi sammen stilling til hvad der er brug for.

