



## **Hvorfor er kroppens språk så viktig i traumeterapi ?**

Innenfor flere psykoterapeutiske, pedagogiske og medisinske retninger har man sett hvor relevant det er å legge vekt på den fysiske kroppens språk ved symptomer, kroppsholdninger og kroppsspråk for en god terapeutisk tilnærming. Innenfor Relasjonell Traumeterapi (RT) har vi lang erfaring med å forholde oss til hvordan traumemønstrene setter seg som kroppslige tilstander. Dette tolkes utifra et traumesensistivt systemisk og utviklingspsykologisk blikk.

På dette kurset vil deltagerne få en innføring i Relasjonell Traumeterapi med fokus på hvorfor kroppens språk er så viktig i traumeterapi. Sentrale temaer vil være hvordan traumer gir varige eller tidsbestemte kroppslige skader og hvordan det påvirker forholdet til egen kropp, emosjonsregulering, hukommelse og kognitive ferdigheter. Deltagerne vil få innføring i ressursorientert ferdighetstrening (ROF) som er psykomotoriske øvelser og metoder som støtter traumbearbeiding både individuelt og i grupper.

Undervisningsformen vil være en veksling mellom praksis og teori. Deltagerne vil få mulighet til å bli kjent med noen av sine egne traumemønstre og hvordan disse kan ha en mulighet for å komme i bevegelse. Samtidig vil de lære noen verktøy for å støtte bevisstgjøring og bearbeiding av traumer.

Kurset gjelder som innføring til å kunne søke på utdanning i Relasjonell Traumeterapi, traume 1, som starter 9-11 februar 2018 i København.

Lærer er Kolbjørn Vårdal. Han har sammen med Merete Holm Brantbjerg vært med på å utvikle Relasjonell Traumeterapi. Sin profesjonelle bakgrunn har han fra dans, naturmedisin, pedagogikk og psykoterapi. Han holder for tiden på med en master ved Institutt for klinisk medisin, Universitetet i Oslo om traumer. Til daglig jobber han som psykoterapeut, veileder og lærer i psykoterapi.

Dato og tid : 23-24 september 2017 fra kl 10-18 på lørdag og 10-16 søndag.

Sted: Oslo, Schafteløkken.

Pris: 2450,- NKR Studenter, arbeidsledige og pensjonister 30% rabatt.

Påmelding: Kolbjørn Vårdal, [kvaardal@online.no](mailto:kvaardal@online.no) eller + 4791893674