



Självvård till vardags

Kursen vänder sig till ideella, volontärer, förtroendevalda, anställda som genom uppdrag i kyrkor/samfund/församlingar/organisationer i sin vardag möter människor med behov av att samtala om livsfrågor.

Kursstart i Göteborg i februari 2023

Kursen omfattar totalt fyra kurstillfällen fredag-lördag med två heldagar varje gång:

3–4 februari och 21–22 april 2023 samt två tillfällen under höstterminen 2023 – meddelas senare.

Kursens mål

- Att ge deltagarna teoretisk och praktisk kunskap i ämnet självvård, att ge redskap för möte och samtal.
- Att ge möjligheter till utbyte av erfarenheter, bidra till personlig utveckling, ge andlig orientering och vägledning.

Innehåll

Självvårdens sammanhang och egenart, självvård i livets olika skeden, mötet – samtalet, att vara självvårdare/aktivt lyssnande medmänniska, handledning.

Kursupplägg och pedagogik

- Storgrupp – för introduktion och genomgång av teori- och metodavsnitt
- Seminariegrupp – för bearbetning av litteraturstudier till varje kurstillfälle.
- Basgrupp – för personlig utveckling.
- Handledningsgrupp – för handledning av självvårdsärenden/situationer, eget förhållningssätt

Kursupplägget bygger på eget ansvarstagande för inläring och utveckling och förutsätter deltagande vid alla kurstillfällen.

Kursavgift

Totalt 20 000 kr exkl. moms, dvs 5 000 kr exkl. moms faktureras varje kurstillfälle. Kostnad för kurslitteratur tillkommer.

Plats

Centralt i Göteborg.

Kursledning

Lill Molén, leg. psykoterapeut och handledare samt Roger Samuelsson, pastor och leg. psykoterapeut

Ansökan

Senast 15 januari 2023 via bifogad ansökningsblankett.

För mer information birgitta.liden@sanktlukas.se

Jag ansöker härmed till **Själavård till vardags**

med start vt/ht _____ i _____

Efternamn _____

Förnamn _____ Personnr _____

Adress _____ Postnr _____

Tfn bostad _____ Tfn arbete _____

Mobil _____ E-post _____

Skäl till att jag söker denna kurs (beskriv kortfattat på sep blad)

Bilaga nr

Tidigare utbildningar

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Anställningar

fr o m – t o m

Tidigare _____

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Nuvarande _____

Beskriv ditt självvårdande uppdrag i kyrkan/organisationen

Till ansökan bifogas:

Intyg att församling/organisation tagit del av och stödjer mina avsikter att söka denna utbildning.

Personliga referenser.

Jag har fått kännedom om utbildningen

genom annonsering i _____

på annat sätt _____

Ort och datum _____

Namnunderskrift _____

Ansökan skickas till:

Förbundet S:t Lukas - självvård

Brunnsgatan 26

111 38 Stockholm

OBS!

Om du vill ha ansökningshandlingarna returnerad, bifoga frankerat kuvert med namn och adress.