

KURSINTYG

MINDFULNESS OCH MEDKÄNSLA MED SIG SJÄLV OCH ANDRA

Påbyggnadsutbildning för Instruktör Steg 1

Christina Tunestål

Utbildningsperiod: 27 maj – 9 sep 2019

Deltagaren får en fördjupad praktik och kunskap i och förståelse för programmets uppbyggnad samt vad som skiljer detta program från andra. Leda och handleda grupper/individer utifrån programmet.

Fyra utbildningstillfällen via virtuellt klassrum á 2 timmar. Egen träning i e-kursen Mindfulness och medkänsla med sig själv och andra. Genomförande av pilotgrupp/individträning utifrån e-kurs, programupplägg och manual för Mindfulness och medkänsla.

Kurslitteratur

MBKT – Christoffer Germer "The Mindful Path to Self-Compassion" samt Handledarmanual och introduktion till kurs och manual.

Kurslärare

Beatrice Blidner, leg fysioterapeut, mindfulnessinstruktör Steg 2 och terapiutbildning Steg 1 (PDT, ACT)



Dr Ola Schenström

Kvalitetsansvarig för kurser/utbildningar hos Mindfulnesscenter AB
leg. läkare, mindfulnessinstruktör



MINDFULNESSCENTER.SE

Från forskning till praktisk tillämpning för ökad livskvalitet