

WORKSHOPS

ANGER FACILITATOR UDDANNELSEN 2025



Alle workshops
afholdes i
SOULHOUSE
Hørsholmsgade
20A Kbh. N

15. marts
10-16

weekender
fredag 10-17
lørdag 9-16

WORKSHOP 1 15. MARTS

Forudsætningen for at vi kan arbejde dybt med andre, er at vi har lavet arbejdet selv.

På denne workshop får du en dyb forståelse for dit eget forhold til vrede, følelshåndtering og evnen til at udtrykke behov. Du får sat din egen opvækst i perspektiv – og redskaberne til at hjælpe andre med dette.

DAG 1
Sund vredesforløsning
Bevidst aggression
Anger Grove
Anger Release

DAG 2
Følelsskaping, triggering, regression
Regressionsprocessen™ how-to
Øve Regressionsprocessen™

WORKSHOP 2 20+21 JUNI

DAG 1
I dybden med grænser
Grænsesætningsmodellen™ how-to
Øve Grænsesætningsmodellen™

DAG 2
Sårbarhed og heling
Selvtilgivelse og tilgivelse
Spiritual bypassing
Indre barn

WORKSHOP 3 15+16 AUGUST

ANGER
FACILITATOR
PERNILLE MELSTED