

Finseseminar 9. – 11. januar 2026

HVORDAN ERFARER VI KONTAKT I PSYKOTERAPAUTISK SAMMENHENG?

I dette seminaret vil vi utforske ulike modaliteter av kontakt, både individuelt og relasjonelt – med utgangspunkt i teori, klinisk erfaring og gjennom opplevelsesorienterte øvelser.

Program:

Fredag: 19:30: Peisestuen for en samlende aktivitet

20.00: Felles middag

Lørdag: 10:00: Velkommen

10:15: **Psykologspesialist Bente Gahnstrøm**

Å berøre og bli berørt: Nærhet og avgrensning. Hva kan psykoterapeuter lære av kontaktimprovisasjon?

12.30: Lunsj/fritid – skitur, snøbading, avslapning

16:00: **Psykomotorisk fysioterapeut Mette Albertsen**

«Til helvete med fantasien. Nå har jeg fått ekte venner.» En terapeutisk reise mot kontakt med virkeligheten og egen vilje (til 18:00)

19.30: Felles middag

Søndag: 10:00: **Psykologspesialist Stig Hjelland**

Å komme i kontakt er å bli sett – en utforskning

11.30: Pause

11:45: **Psykologspesialist Are Sorkmo**

Oppmerksomhet og affektregulering: -
Kan terapeuter trekke veksler på elementer fra yoga?

13:15: Avslutning/oppsummering