



Inbjudan till Stimulansdagar 2023

Torsdag 24 augusti till lördag 26 augusti 2023

Plats : Tofta Herrgård på Västkusten mellan Kungälv och Marstrand

Obs begränsat antal platser 14 st

”Symboldrama i grupp vid Grön Rehabilitering”

med Ulla Silkens, läkare och Symboldramakollega

Hej alla, nu gör vi ett nytt försök att samlas på Västkusten för både vilsamma och stimulerande dagar. Visualiserande Psykoterapi Symboldrama i grupp fungerar väl i samband med Grön Rehabilitering och potentierar effekten av övriga insatser. Jag vill beskriva hur jag använde metoden i ett projekt som pågick mellan 2016 och 2018 och som utvärderades av Skaraborgs Institutet. 63 patienter gick igenom en behandling på 14 veckor, fyra av dem gick två sådana behandlingsperioder. Remisser hade kommit från vårdcentraler, medicinklinik, företagshälsor och psykiatri. Diagnos var stressutlöst utmattningssyndrom.

Torsdag den 24 augusti

Incheckning från kl. 15.

Kaffe, te, kaka och smörgås serveras

16.00-18.00 Presentation. Kort om Grön Rehab projektet.

Ramar för grupparbetet.

19.00 Tre-rätters middag

Samling efter middagen med ett Symboldramamotiv.



Fredag den 25 augusti

8.00-9.00 Frukost

9.00-12.00 Grupparbete. Stressens positiva och negativa sidor. Affektfokusering.

12.00 - 13.15 Lunch i Herrgården.

13.15 -15.00 Symboldramamotiv med måleri och grupparbete.

15.00 – 16.30 Eftermiddags kaffe och promenad i den vackra omgivningen. Möjlighet till havsbad.

16.30- 18.30 Fortsatt grupparbete. Ramar och rambrott. Ulla beskriver ett dokumenterat improviserat gruppsamtal. Den vita sidan och den gröna sidan. Vad var bra och vad var svårt? Erfarenheter från behandlingen och utvärderingen.

19.00 Trerätters middag.

Lördag 26 augusti

8.00 - 9.00 Frukost

9.00 - 12.00. Utvärdering av våra dagar. Vilka möjligheter finns för oss symboldramaterapeuter att arbeta inom Grön Rehabilitering? Vad vet ni om verksamheter på olika platser i landet? Hur kan vi arbeta för att göra vår metod mer känd och använd? Förmiddagsfika i passande paus.

Tofta Herrgård- www.toftaherrgard.se ligger naturskönt mellan Kungälv och Marstrand och är en oas av lugn och stillhet med fantastiska omgivningar och mycket god mat. Den som kommer med tåg kan bli upphämtad i Göteborg av någon bilburen.

Kostnad för kurs, kost, logi och lokaler: 5900 kr inkl moms.

Anmälningsavgift 1000 kr betalas vid anmälan till Karin på kansliet kansli@symboldrama.se senast den 31 maj till Symboldramaföreningens pg 4309027-3 och återbetalas inte. Skriv Stimulansdagar och ditt namn på inbetalningen så att du hamnar på deltagarlistan. Slutavgift 4900 kr (eller eventuell avbokning) behöver betalas (göras) senast 30 juni, därefter bindande anmälan.

Kost (frukost, lunch, fika, frukt och trerättersmiddag torsdag och fredag), logi i mysiga enkelrum med sköna sängar samt inspirerande möteslokaler i den k-minnesmärkta Herrgården ingår i priset.

Obs Specialkost behöver meddelas snarast till andine_maria@hotmail.com

Ta med badkläder (bastu, badtunnor och nära till havsbad), bekväma promenadskor samt målar material: kritor och/eller akvarellfärger. Möjlighet att hyra cykel finns.

Begränsat antal platser, först till kvarn.

Vid eventuella frågor kontakta Ulla mail: ulla.silkens@gmail.com mobil: 0707404817 eller Maria mail: andine_maria@hotmail.com mobil: 0705495089

Varmt välkomna!