

Velkommen til

# coaching og kunstterapi

hos Bodil Behrmann - m.a. Dansk Psykoterapeutforening



Coaching foregår enten som enkeltsessioner eller som en serie af sessioner alt efter behov. Derudover tilbyder kunstterapi og Reikihealing samt personlig udvikling i form af workshops samt foredrag. Jeg har 37 års erfaring med undervisning, 10 års erfaring som kunstterapeut. Desuden er jeg uddannet Nordlys-coach. Jeg tilbyder

## En coachingsession

Ved starten af en coachingsession aftales der en ramme for sessionen ud fra den enkeltes behov. Coachingen tager udgangspunkt i et tema eller en problematik, det være sig personlig udvikling, stress, følelsen af ikke at have værdi, skilsmisse, tab af ægtefælle, barn eller anden nær person mv.

Som coach vil jeg være behjælpelig i den proces det er at få kastet lys på problematikken, se dine potentialer og se nye muligheder.

Jeg har et holistisk menneskesyn og bruger i mit møde min erfaring og uddannelsesbaggrund forenet med empati og nærvær som grund for udvikling af dine potentialer.

## Jeg tilbyder personlig coaching

- Emotionscoaching, hvor vi ser på de følelser, der fylder i din hverdag, og som hæmmer dig i at gøre de ting, du har lyst til.
- Relationscoaching - det være sig arbejdsrelationer, venskaber, familie.
- Narrativ coaching / Historiecoaching - kig på din fortid, kig på din historie - er der

noget i din fortid, der spænder ben for dig nu? Ved et kig på din vanskelige eller smertefulde historie kan en historiecoaching være en hjælp til dig.

- Stresscoaching.

## Praktiske oplysninger

En session varer 1 time og prisen er 800 kr.

E-mail: [bodil@coachingogkunstterapi.dk](mailto:bodil@coachingogkunstterapi.dk)

Afbud sendes senest 1 døgn før vores møde.

Ved et senere afbud betales sessionen.

*Jeg ser det enkelte menneske som noget ganske særligt, hvert enkelt med sine potentialer. Jeg tror, at vi alle har en iboende evne til heling af vores sår, og at i takt med at vi får større indsigt og større adgang til vores ressourcer, øges vores muligheder som menneske til at leve et indholdsrigt og tilfredsstillende liv, hvor livet kan folde sig ud.*