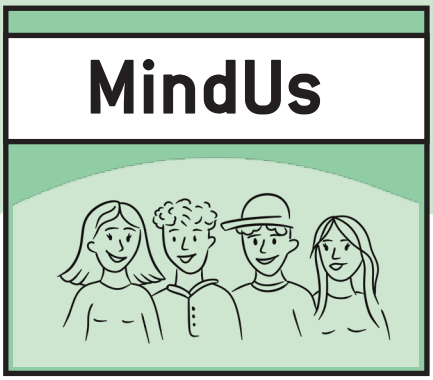
Kursusbevis



_____

har gennemført kurset MindUs

MindUs er et mentaliseringsbaseret gruppeprogram til unge.
Kurset består af en blanding af undervisning, diskussion og øvelser.
Kursisten har tilegnet sig viden om mentalisering samt trænet sin mentaliseringsevne.

Kurset har bestået af i alt seks sessioner med hver sit overordnede tema:

- Session 1 - Hvad er mentalisering og hvorfor er det vigtigt at kunne mentalisere?
- Session 2 - Når det er svært at mentalisere
- Session 3 - Hvad er følelser?
- Session 4 - Regulering af følelser
- Session 5 - Traumereaktioner og hjernen
- Session 6 - Mig om mine relationer

_____ Gruppeleder

_____ Gruppeleder

CENTER FOR MENTALISERING