Spirituel Terapeut & Coach

HOS KRISTINA DAMGAARD

”Selvudvikling er dit livs bedste investering”

Har du en drøm om at leve i glæde og frihed?
Og længes du efter at skabe mening, retning og balance i dit og andres liv?

Så kan min uddannelse være noget for dig.

KRISTINA DAMGAARD

Ønsker du en kæmpe forandring i dit liv - det, du kun har drømt om, men aldrig troede, du kunne opnå?

Så er her en 2-årig uddannelse, hvor jeg har samlet de mest effektive udviklingsværktøjer, metoder og øvelser. Uddannelsen er sammensat af alt det, der er allermest meningsfyldt, relevant og givende for dig at lære, hvis du ønsker at stå stærkt og trygt i dig selv og ønsker at hjælpe andre med deres udvikling.

Uddannelsen giver dig redskaber til at skabe udvikling, vækst og succes, så du kan styrke din selvtillid og dit selvværd. Og du får de bedste spirituelle teknikker til at opnå en dyb indre ro og balance for at optimere dit personlige lederskab og blive den bedste terapeut og coach for andre.
Samtidig giver jeg dig et trygt sted i en positiv atmosfære, hvor du kan være dig selv 100 %.

Her kan du øve dig helt risikofrit, få teoretisk viden, konstruktiv feedback og fuld støtte og opbakning i din udvikling. Vigtigst af alt giver uddannelsen dig en helt grundlæggende forståelse af, hvorfor vi mennesker gør, som vi gør, hvad der blokerer os, og hvad der skal til for at få mere af det, vi ønsker os.

"Tanker og følelser er menneskets stærkeste værktøj. Vores hænder og fødder er blot slaver af vores tanker og følelser"

Derfor skaber denne uddannelse stor forandring i dit liv, fordi du får redskaber til at ændre dine følelser og tanker og højne din energi.

Hvorfor skal du tage uddannelsen?

- Du vil arbejde professionelt som Spirituel Terapeut & Coach
- Du ønsker at nå et skridt længere og dybere i din personlige udvikling
- Du brænder for at hjælpe andre
- Du har brug for at lære, hvordan du er tro mod dig selv, dine behov og dine grænser
- Du ønsker nye redskaber og kompetencer, så du kan hjælpe dig selv og andre til større livskvalitet
- Du ønsker at lære dig selv bedre at kende, blive klar på, hvem du er, og hvad du står for
- Du savner at have selvtillid og at være autentisk i forhold til at vise verden, hvem du er, og hvad du står for
- Du vil lære at elske dig selv og gøre op med krav om, at du skal være perfekt og vide alting på forhånd
- Du vil bryde de dårlige vaner og mønstre i dit liv
- Du ønsker at møde andre mennesker som den bedste udgave af dig selv
- Du vil have fri adgang til dine ressourcer og udleve dine potentialer
- Du ønsker at lære at bruge din spiritualitet til at opnå dine inderste drømme og ønsker
- Du ønsker at blive god til at meditere og bruger meditationen til at opnå indre ro og balance
- Du ønsker at få et netværk med andre mennesker, der også ønsker at udvikle sig, og som kæmper med nogle af de samme udfordringer som dig

Har du endnu ikke fundet passionen i dit liv? Det, der giver energi, det, du ikke kan lade være med at gøre, og som virkelig giver mening for dig?

Så tilmeld dig den Spirituelle Terapeut & Coach uddannelse og genfind passionen i dit liv

KRISTINA DAMGAARD

2 ÅRIG UDDANNELSE À 6 MODULER PR. ÅR

Uddannelsens forløb - 1. år

6 moduler à 4 dage
Torsdag til lørdag kl. 10.00-17.00
Søndag kl. 10.00-16.30

4 Terapidage à 6 timer
9 Supervisioner à 6 timer
6 Gruppeterapier à 2 timer
4 Egenterapier à 1 time

Modul 1: Kom i kontakt med den, du dybest set er

Det er her, du lærer dig selv at kende – på et helt nyt og meget dybere plan. Du får adgang til det inderste af dig (din essens), og du kommer til at forstå og elske alle dele af dig. Med udgangspunkt i NLP-teknikker får du adgang til en viden om dig selv og andre mennesker. Du får redskaber til at kommunikere bedre, og du lærer at forstå og rumme forskelligheder.

Modul 2: Bliv bevidst om dine værdier og få en forståelse af, at din krop husker alt

Her lærer du at se dig selv fra forskellige positioner og få en mere ren måde at opfatte dig selv og din omverden på. Du får øje på alt det ubevidste, der er forankret i din krop, og du lærer at bruge ankring positivt. Du kommer til at forstå, at alt er energi i din krop, og at dine tanker og overbevisninger kan højne/sænke dit energiniveau og påvirke dine omgivelser. Du bliver bevidst om dine værdier og opdager, hvorfor det er så vigtigt at være tro mod dem.
På dette modul får du et godt billede af dit liv ved hjælp af dit livskort, som gør det klart for dig, om der er noget, du skal ændre. Her starter din rejse henimod at forstå dig selv og skabe et nyt liv, der er mere sandt for dig.

Modul 3: Tag ansvar for alle dine følelser og sæt dig fri

På dette modul får du øje på, at når vi oplever, at et andet menneske gør noget forkert, så handler det om noget i os selv. Vi projicerer ofte vores egne skyggesider over på andre. Du får teknikker til at hjemtage både dine lyse og mørke projektioner og bliver i stand til at omgås mennesker på en ny og kærlig måde. Endelig lærer du at forstå og acceptere dine afhængigheder og slippe dem, når de ikke tjener dig mere.

Modul 4: Lær at lytte til din krops signaler og bliv bevidst om, hvordan du helbreder den

På dette modul lærer du at forstå, hvad kroppen har brug for, når den gør ondt. Du lærer teknikker til at dykke ned i de bagvedliggende følelser og hæmmende overbevisninger for at forstå kroppens behov og bringe din krop i balance – uden stress. Du træner dine evner til at afkode dit eget og andres sprog, der ubevidst kan signalere ubalancer. Dine selvhelbredende kræfter åbnes, så du igen kan leve et liv i balance.

Modul 5: Slut fred med omverdenen og accepter dig selv fuldt og helt

Her lærer du dine delpersonligheder at kende. Du får en forståelse af deres længsel og frygt, hvilket gør, at du kan acceptere og forstå, at de passer på dig, indtil du ikke længere har brug for dem. Det er på dette modul, du opnår fred med din omverden og forstår, at den kritik, du møder, også bor i dig. Du får teknikker til at heale dit indre sårede barn, så du kan slippe dine mønstre. Og du lærer, hvordan du giver slip på angst, bekymringer og stress, og hvordan du styrer din hjerne, for ellers styrer den dig.

Modul 6: Bliv bevidst om din mission og din passion, så du kan skabe det liv, du drømmer om

I film er det umulige muligt, og i eventyr ender alt lykkeligt. Her får du indsigt i Walt Disneys model, der inspirerer dig til at være visionær, effektiv og kreativ, og som motiverer dig til lettere at nå dine mål og drømme. Du kommer til at mærke din mission i livet, og det vil bringe mening og glæde ind i dit liv på en helt ny måde. Du lærer det terapeutiske redskab "De 7 neurologiske niveauer" at kende. Her lærer du at analysere og forstå både din egen og andres adfærd og blive bevidst om, på hvilket niveau der evt. er noget, der forhindrer dig i at føre din mission ud i livet.

Vi arbejder med meditation og energiarbejde hver dag på alle moduler for at skabe indre ro og balance i dig.
Du kommer i kontakt med din intuition og dit hjertes visdom og højner din vibration, så du kan åbne for din spiritualitet.

KRISTINA DAMGAARD

Uddannelsens forløb – 2. år

Modul 7: Tag ansvar for alt, hvad der sker i dit liv, og lev fra dit hjertes visdom

Her går du over forvandlingsbroen, og på den anden side møder du dig selv med et helhjertet JA.
Du går fra at være offer i dit liv til at tage fuldt ansvar på alle planer, og du lærer dine forsvarsmekanismer at kende. Her forstår du, at de passer på dig og ikke må brydes ned, før du har bygget et ægte forsvar op. Du lærer teknikker til at heale dine familierelationer, som har gjort dig til det menneske, du er i dag. Det gør, at du kan slutte fred med dig selv og dine relationer. Din historie er blevet til din styrke.

Modul 8: Forstå sorg og kriser og lær healingsteknikker

På dette modul kommer du i kontakt med din urkraft og indre power, der gør, at du kan handle frit. Du får en forståelse af, hvad chok, traumer og fobier er, og hvordan vores krop reagerer på dem. Du bliver bevidst om, hvordan de kan sætte sig ubevidst i os, og du lærer forskellige healingsteknikker til at forløse dem. Endelig får du værktøjer til at arbejde med livskriser og sorgprocesser.

Modul 9: Lær at coache og give terapi fra dit autentiske selv/din essens

Her lærer du at bruge trancesprog, som er den direkte vej til underbevidstheden, som styrer os. På dette modul arbejder vi med, hvordan du i det terapeutiske rum undgår at overføre dine egne problemer til klienten og i stedet forholder dig neutral og nysgerrig. Her visualiserer du dig selv i rollen som professionel terapeut. Hvem er du? Hvordan ser dit terapirum ud? Hvordan er du som terapeut? I din familie, på dit arbejde eller i livet generelt? Det skaber klarhed og retning, og du ved, hvor du er på vej hen.
Du lærer, hvordan du coacher klienter, så de når deres mål, og du får klarhed omkring forskellen på coaching og terapi.

Modul 10: Gør dig klar til at åbne helt op for din spiritualitet

Her får du klarhed over, hvilket bevidsthedsniveau, du befinder dig på, og vi arbejder med, hvad der står i vejen for, at du kan opnå et stærkt eksistentielt selvværd, skabe kærlige og støttende relationer og være tro mod din intuition, så du kan åbne op for din spiritualitet. Du bliver bevidst om, hvordan dine følelser påvirker din vibration, og hvordan du afbalancerer dine chakraer, så du kan tage fuldt ansvar for alt i dig, leve fra din essens og tage spirituelt lederskab i dit liv.

Modul 11: Åbn op for din spiritualitet – det, der er større end dig

Her får du øje på det, der står i vejen for, at du kan åbne op for din spirituelle udvikling. Det kan være frygt og andres tanker om dig. Du lærer spirituelle teknikker til at slippe dine blokeringer, så du kan være i tillid til livets proces og følge dit sjælskald.
Du kommer til at mærke, at du er en del af en større energi og en større kraft. Når du forstår at forbinde dig med denne kraft, bliver det endnu lettere at skabe det liv, du drømmer om.

Modul 12: Lær at bruge fremtiden i nuet

På dette sidste modul får du kendskab til progressionsteknikker, så du kan bruge fremtiden til at skabe klarhed i nuet og handle derudfra. Du arbejder med det, der står i vejen for, at du kan være den bedste udgave af dig som Spirituel Terapeut & Coach, og du laver din egen handlingsplan, som skal sikre, at du kan føre din mission ud i livet. Endelig får du gennem drømmetydning bevidsthed om, hvad underbevidstheden prøver at fortælle dig, mens du sover.

Uddannelsen afsluttes med en certificering, som består af:

- En skriftlig eksamen, hvor du beskriver en terapisession og den teori, du har anvendt
- En mundtlig eksamen, hvor du har en terapisession med en klivent

Vi arbejder med meditation og energiarbejde hver dag på alle moduler for at skabe indre ro og balance i dig.
Du kommer i kontakt med din intuition og dit hjertes visdom og højner din vibration, så du kan åbne for din spiritualitet.

KRISTINA DAMGAARD

OM MIG

Spiritualitet er for mig

"At forstå, at alting er energi, og hvor stor indflydelse vi hver især har på eget liv. Og hvor forbundet vi alle er. Følelser er skabende, fordi de skaber energifelter omkring hjernen og hjertet, der påvirker os selv og vores omgivelser. Når vi forstår det, får vi mulighed for at højne vores energi og komme i kontakt med den universelle kraft, som gør, at vi kan skabe det liv, vi drømmer om"

Siden 2012 har jeg været i den fantastiske position at være underviser for **mere end 500 terapeuter, coaches, psykoterapeuter og stresscoaches.** Samtidig har jeg haft flere tusinde mennesker i egenterapi. I arbejdet har jeg udviklet en særlig evne til at mærke, hvad det kræver for det enkelte menneske at udvikle sig.

Jeg har en intuitiv evne til at læse og løfte andre mennesker. At få bevidstgjort det ubevidste, der forhindrer dig i at leve dit liv fuldt ud. Jeg elsker at skabe, jeg elsker at inspirere og motivere, og det giver mig stadig kuldegysninger, når jeg ser andres udvikling.

Jeg er et spirituelt menneske, der er beriget med et særligt blik for at mærke, hvordan du har det, og et særligt blik for at hjælpe dig med at få dine uhensigtsmæssige mønstre frem i lyset.

Jeg elsker at flytte mennesker fra at være fanget i opvækst og gamle historier til et sted, der giver mening. Jeg nyder at lære dig at lytte til din intuition i en hverdag, hvor du lever fra dit hjertes visdom og er bevidst om din essens, så du opnår en større glæde i dit liv. Jeg dukker op i andre menneskers liv, når de er klar til forandring.

Det vil glæde mig at følges med dig på din rejse hjem i dig selv. Det er min mission at gøre det spirituelle jordnært, let og forståeligt for mennesker, så det bliver et konkret værktøj, du kan gøre brug af i din hverdag.

"Jeg brænder for at lære mennesker at elske og stå ved dem selv, som gør, at vi kommer til at mærke mere glæde og tilfredshed i livet. Det er fra denne sande kerne, vi udlever de vigtigste drømme og ønsker i livet."

Tid og Sted

Uddannelsen afholdes i Silkeborg i smukke omgivelser. Der er mulighed for online undervisning og terapi. Opstartsdato: Se hjemmeside.

Prisen pr. uddannelsesår kr. 46.000. Ved tilmelding betales et depositum på kr. 5.000.
Depositum refunderes ikke. Restbeløbet betales 30 dage før uddannelsesstart.
Mulighed for afdragsordning over 12 mdr. pr. år ved betaling af et adminstrationsgebyr på kr. 2.000.

Ønsker du at starte på uddannelsen eller høre mere, så kontakt mig endelig på mobil nr. 27 14 06 96 eller mail kristina@kristinadamgaard.dk

KRISTINA DAMGAARD

Ønsker du at starte på uddannelsen eller høre mere,
så kontakt mig endelig på

Mobil: (+45) 27 14 06 96

Mail: kristina@kristinadamgaard.dk

KRISTINA DAMGAARD

PSYKOTERAPEUT, STRESSCOACH, SUPERVISOR, UNDERVISER

Læs mere på www.kristinadamgaard.dk