

## MINDFUL TAPPING STEG 3 MED MINDFUL EYE POSITIONS

Fördjupa dina kunskaper i Mindful Tapping med EPICA modellen som fundament och förklaring. Lär dig fler kraftfulla tekniker och arbetssätt och utöka din terapeutiska verktygslåda.

Metoder som Mindful Eye Positions, Bildintegrering, Body Memory Integration eller Peripersonal Space (ditt personliga utrymme) samt Tapas Acupressure Technique, TAT. Dessutom lär du dig att på olika sätt stärka inre resurser.

Mindful Eye Positions, ögonpositioner, är förknippade med inläring av signifikanta händelser. Metoden används med fördel inom sport, sång och scenkonst, mentala problem, trauman och smärtor.

## VEM HAR NYTTA AV UTBILDNINGEN

Som yrkesutövande Mindful Tapper. För att öka effektiviteten och flexibiliteten i arbetet. För att bredda dina tjänster och nischa ditt utbud till specifika grupper, individer och ämnesområde.

Utbildningen är väl lämpad även för de som arbetar med EFT, KBT, hypnos, yoga, EMDR, psykodynamisk terapi, coaching, massage, akupunktur eller mental träning. Alla kommer att ha stor användning av de kunskaper som ges under kursen. Samtliga metoder och tekniker som ingår i EPICA modellen kan med fördel integreras i såväl samtals- som kroppsterapier med ett förstärkt resultat.

## OMFATTNING

Utbildningen går under cirka 8 veckor. Omfattar 6 lärarledda dagar plus ett antal kortare träffar mellan kursdagarna. Drygt 50 timmar under lärarledning.

Förkunskaper är Steg 1 & 2 med Mindful Movements.

Före kursens start skall anvisat instruktionsmaterial såsom videos, bloggar och kursmanual studerats. Det förklarar och visar hur vi arbetar med EPICA modellen som bas, oavsett metod (Mindful Tapping, Mindful Eye Positions, Bildintegrering eller TAT).

Teoretiska egenstudier via bloggar och videomaterial samt litteraturstudier (cirka 40 timmar). Omfattning och tidsåtgång avhänger av elevens tidigare kunskaper.

Praktik och övning med övriga kursdeltagare mellan kursdagarna. Egen-terapi. Sessioner med övnings-klienter.

En central del av utbildningen är praktik och övning med övriga kursdeltagare.

För certifiering tillkommer sessioner med icke-kursdeltagare och sammanställning av samtliga praktikfall. Litteraturstudier. Därutöver tillkommer ett stort antal videoinspelningar med demomaterial (xx timmar) vilket är obligatoriskt för godkännande och certifiering. Avslutas med individuell handledningsträff. Betalning sker separat för certifiering.

## INNEHÅLL & KURSUPPLÄGG

**DAG 1:** Presentation av kursen & kursdeltagarna. Genomgång av TAT med demo och övning. 3,5 timmar

Kort teorigenomgång av EPICA Modellen via videoinspelning.

### KALMAR

**DAG 2: ”Din kropp talar, visar vägen och ger budskap”. Transformera & integrera minnen.**

Mitt perifera space eller mitt personliga utrymme. Riskanalys av läget.

Hur man kan utlösa, komma i kontakt med, olika typer av händelser såsom operationer och skador men även upplevelser av att ha ”hört eller sett för mycket”.

Händelser och minnen som ligger dolda för det medvetna ihågkommandet.

EmoTrance och Logosyntes – metoder av hypnotisk karaktär. Demo, övningar och berättelser.

### **DAG 3: Mindful Eye Positions**

Framväxt och utveckling av metoden. Demo & övningar i par.

Olika sätt att arbeta med ögonrörelser och ögonpositioner, växla och arbeta flexibelt.

Skilda typer av övningar och demos.

### **DAG 4: MEP, tapping, rörelser, beröring - blanda metoder och arbetsätt.**

Anknytning, barndom. Hitta mönster från tidiga inlärningar.

Bildminnen mm.

Arbeta flexibelt med MEP och övriga metoder.

Övningar på temat – ”personal performance”. Sång, musik, deklamera, hålla föredrag mm.

*Frågestund. Genomgång och frågor kring deltagarnas övningar. 1,5 – 2 timmar*

### **DAG 5. Läk såren från det förflutna, barndomen. Tankekonflikter, bildintegrering.**

Komplexa problem och olika sätt att arbeta med dessa. Omvandla negativa händelser till neutrala eller resursfyllda tillstånd.

Tankekonflikter.

Inre landskap.

Trauma mm – läk såren från det förgångna.

8 timmar

*Frågestund. Genomgång och frågor kring deltagarnas övningar. 1,5 – 2 timmar*

## **DAG 6. Blanda och väva in flera metoder via specialövningar. Resurser.**

Blanda tekniker/metoder på ett flexibelt och sömlöst sätt (flyter i varandra).

Resurser som hjälp för att hitta trygga platser. Comprehensive Resource Model, CRM (stjärnor i kroppen) m.fl. tekniker.

Övningar på bl.a. teman som mål och veta vad man vill och varför man inte redan nått dessa. Företagande; att starta och/eller utveckla sitt företag och vad som hindrar. Utveckla dina talanger inom t.ex. dans, teater, sång & musik.

## **DATUM 2023**

**15 mars – 20 maj 2023**

DAG 1. 15 mars 3,5 timmar (kvällstid)	ZOOM
DAG 2. 25 mars (lördag) 9.30 – 17.30	KALMAR
DAG 3. 26 mars (söndag) 9.30 – 17.30	KALMAR
DAG 4. 27 mars (måndag) 9.30 – 17.30	KALMAR
DAG 5. 22 april (lördag) 9.30 – 17.00	ZOOM
DAG 6. 13 maj (lördag) 9.30 – 17.00	ZOOM

+ övningar mellan kursdeltagarna.

Zoom-möten för frågor och genomgång av praktiksessioner samt teorifrågor. ZOOM (2-3 tillfällen enligt senare överenskommelse)

### **Avslut**

Utbildningen pågår under cirka 8 veckor. 5 lärarledda dagar, ett antal kortare träffar mellan kursdagarna. Cirka 50 timmar under lärarledning. Mellan kursdagarna har deltagarna övningsuppgifter som de ska utföra med varandra i par.

## PRIS 2023

Pris på utbildningen 2023 ligger i stort sett kvar som tidigare trots ett ökat antal lärarledda timmar och utökad lärotid.

Kurspris: 7.400:- för privatperson & 9.250:- (varav moms 1850:-) för företagare.

50% rabatt om du gått motsvarande kurs tidigare.

Obligatoriskt demomaterial: 1.250:- (+ moms f. företag).

### TOTALT PRIS: KURS + DEMO

Privatperson: 8.600:- (inkl. moms)

Företagare: 10.800:- (inkl. moms 2.160:-)

## KURS-ORT

25 – 27 mars

Svanen Hotell & Vandrarhem, Rappegatan 1, 392 30 Kalmar

[www.hotellsvanen.se](http://www.hotellsvanen.se)

## CERTIFIERING

Efter kursen tillkommer certifiering vilken bör vara avslutad senast 6 månader efter kursavslut. Skriftliga inlämningsuppgifter som dokumenterar praktik, teoristudier, litteraturstudier, demos samt egna erfarenheter och reflexioner.

Individuell handledning, 1-1,5 timme, avtalas efter uppgifterna är inlämnade.

Pris 950:- / 1.188:-

## **ANMÄLNINGS & BETALNINGSVILLKOR:**

SKICKA IN ANMÄLNINGEN TILL OSS. FÅ BEKRÄFTELSE PÅ DEN. BEGÄR FAKTURA ELLER BETALA DIREKT.

DU SÄKRAR ENKLAST DIN PLATS GENOM ATT BETALA EN ANMÄLNINGSavgift PÅ 800:-.

ANMÄLAN ÄR BINDANDE.

AVBOKNING PÅ GRUND AV AKUT UPPKOMMEN SITUATION, EGEN ELLER NÄRA ANHÖRIGS SJUKDOM KAN GÖRAS.

OM AVBOKNING SKER INNAN KURS-MATERIAL ERHÅLLITS ÅTERBETALAS HELA KURSAVGIFTEN.

OM ANDRA SKÄL FÖR DELTAGANDE I KURSEN UPPSTÅR KAN DU DELTA I KURSEN VID ETT ANNAT TILLFÄLLE. ALTERNATIVT ATT VI ÅTERBETALAR EN VISS DEL AV INBETALD KURSAVGIFT VILKET BEROR PÅ UTSÄNT DEMO-MATERIAL.

EPICA EDUCATION AB HAR FULL RÄTT ATT STÄLLA IN KURS VID HÄNDELSE AV SJUKDOM ELLER ANNAN AKUT UPPKOMMEN SITUATION.

KURSDELTAGARNA FÅR I SÅDANT LÄGE TILLBAKS KURSAVGIFTEN OM DEN INBETALTS. EPICA EDUCATION STÅR EJ FÖR KURSDELTAGARES EVENTUELLA UTLÄGG FÖR RESOR OCH BOENDE.

## **DELBETALNING:**

VI ERBJUDER KOSTNADSFRI DELBETALNING. MEDDELA OSS DINA ÖNSKEMÅL SÅ GÖR VI EN ÖVERENSKOMMELSE.

## **ANSVARFRISKRIVNING:**

SOM KURSDELTAGARE TAR DU PERSONLIGT ANSVAR FÖR DITT DELTAGANDE I VÅRA KURSER OCH WORKSHOPS.