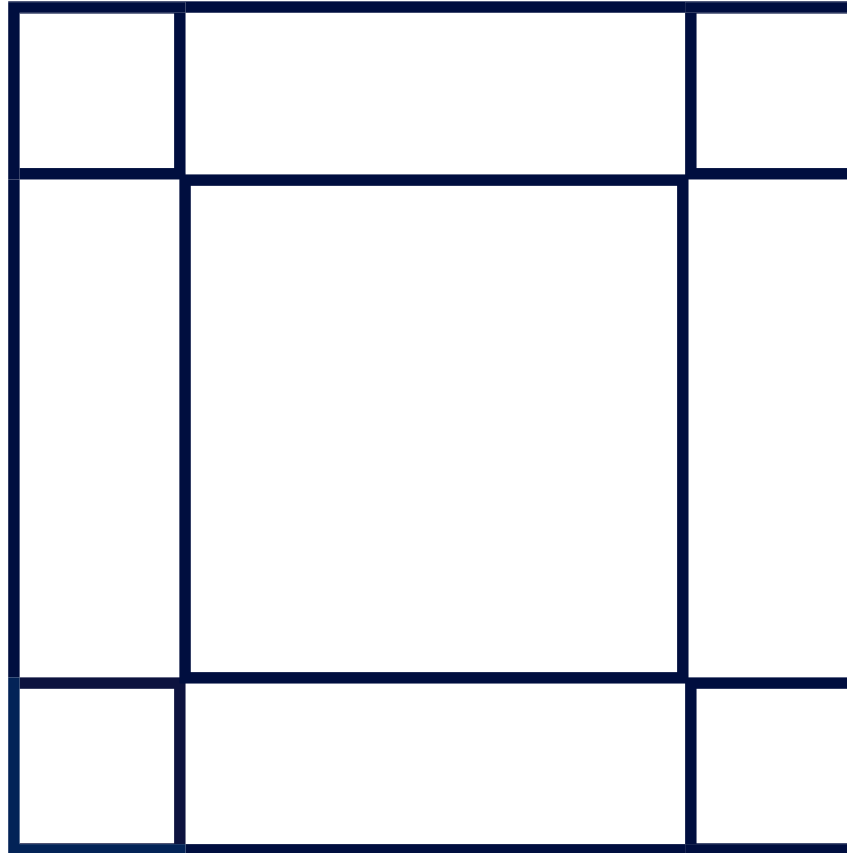


NUTID

At se realiteterne
At forankre sig i nutid/hverdagsliv



HJEM FAMILIE

At forholde sig til sit hjem (f.eks. bosted, rum, ting, økonomi, mm) + / –

Tilsvarende forholde sig til det der foregår i hjemmet (f.eks. spisning, hygge, hvile, samvær) + / –

KROP HELBRED

Mærke og genkende kroppen og dens tilstand + / –

F.eks. hvad kan jeg godt lide med min krop, hvad er jeg glad for – og hvad er mere besværligt?

SOCIALITET NETVÆRK

At forholde sig til de forskellige gøremål i hverdagen (når du ikke er hjemme eller på dit arbejde) + / –

F.eks. kultur, underholdning, fitness, foreningsliv, skovture, ol.

ARBEJDE ØKONOMI

At forholde sig til sit arbejdsliv + / –
F.eks. hvad kan du godt lide ved dit arbejde og hvad er mere udfordrende.

At forholde sig til sin økonomi + / –
F.eks. er det balance mellem din løn og arbejdsindsats. Hænger din økonomi iøvrigt ok sammen.

LIVSKORT del1

Efteruddannelse i Systemisk Traumearbejde

Modul 2 – Gearskifte til NUTID