

Internal Family Systems

Level 1 træning 2025

L1 1211 Hybrid - fremmøde (med 2 dage online)



Afholdt i Danmark
af Peter Legård Nielsen

Oversigt over træningen

IFS Level 1 er et omfattende træningsprogram, hvor deltagerne udvikler en grundlæggende forståelse for IFS som model, samt lærer anvendelse af teknik og metode i forhold til forskellige klientgrupper.

Ud over deltagelsen i dybdegående undervisning inviteres deltagerne til at undersøge og gå på opdagelse i deres egen indre verden i en tryk og befordrende læringsramme.

Format

Træningen inkluderer undervisning, diskussioner, demonstrationer, gennemgang af videoer, eksperimenterende øvelser og supervision i små træningsgrupper. Allerede uddannede deltagere, kendt som Program Assistenten (PA'er), vil være til stede for at understøtte rummet for læring og arbejdet i små grupper.

Bemærk venligst: Som deltager bør man være opmærksom på, at den daglige erfaringsbaserede undervisning inkluderer træning i mindre træningsgrupper, hvor man øver sine færdigheder i modellen. Det er her man lærer, hvordan man bruger IFS-teknikkerne med sine klienter. Man vil også få mulighed for at være klient og observatør. Som nævnt ovenfor bliver man inviteret til at udforske sine egne indre verdener inden for træningens trykke og støttende rammer.

Sprog: Træningen foregår på engelsk, og manualen er på engelsk. I praksisgrupperne er træning på dansk mulig, når gruppen ledes af en dansktalende Programme Assistent (PA).

Ansøgere - målgrupper

IFS Level 1 træningen vil først og fremmest være relevant for fagprofessionelle inden for det psykologiske, psykoterapeutiske og social- og sundhedsfaglige område, men også andre faggrupper i beslægtede fag kan deltage og have nytte af IFS træningen.

Egnede deltagere kan for eksempel være: psykologer, psykoterapeuter, pædagoger, sygeplejersker, lærere, socialrådgivere, fysioterapeuter, kropsterapeuter, læger, præster, kunst-, og danseterapeuter, RAB-behandlere (registrerede alternative behandlere) eller andre beslægtede fagprofessionelle. Såvel som psykologi-, psykoterapeut- og kropsterapeutstuderende mv.

IFS træningen er først og fremmest skabt for professionelle inden for sundhedsvæsenet, men også for studerende inden for disse områder, samt for professionelle i tilsvarende professioner.

IFS Institutet har revideret sin optagelsespolitik fra februar 2024. Læs venligst meddelelsen nedenfor fra IFS Institutet for at se, hvordan dette kan påvirke dig.

Den reviderede optagelsespolitik er nu trådt i kraft for deltagere fra USA, Canada og Mexico. Alle indbyggere i de lande, der

ansøger om optagelse på niveau 1-uddannelser arrangeret af IFS Institutet eller af IFS Institutets internationale partnere, skal overholde den reviderede optagelsespolitik. Hvis du ansøger om optagelse på en uddannelse organiseret af en international partner, og du er fra et andet land end USA, Canada eller Mexico, så forbliver optagelseskriterierne uændrede.

Vi arbejder på en revision af optagelsespolitikken for uddannelser organiseret af internationale partnere, som skal træde i kraft i fremtiden, og vil gøre alt for at kommunikere disse ændringer på forhånd. Det betyder, at personer, der ikke er uddannet som terapeuter, og som ikke er fra USA, Canada eller Mexico, kan fortsætte med at søge ind på internationale uddannelser, så længe de kan påvise, at der er en professionel sammenhæng mellem deres behandlingsform og brugen af IFS-modellen.

Vi ønsker at præcisere, at optagelse på en uddannelse ikke betyder, at en deltager automatisk hermed opfylder kravene til IFS Certificering, som kan findes her: [IFS Certificering](#). Hvis dit mål er at blive IFS-certificeret som terapeut eller praktiserende læge, er det dit ansvar at gennemgå IFS-certificeringspolitikken og at afgøre, om du har de nødvendige kvalifikationer.

Adfærdskodeks, sikkerhed og fortrolighedspolitik.

Læs venligst [the IFS Institute code of conduct for IFS trainings](#). Du vil blive bedt om at acceptere dette kodeks, når du ansøger om at deltage på uddannelsen. Ansøg kun, hvis du kan acceptere adfærdskodeksen.

Kontakt info@selv-til-del.dk, hvis du ønsker at diskutere det nærmere.

Mindstekrav for udlevering af træningscertifikat (Certificate of Completion (COC)).

Antallet af timer på træningen er 89½. Det kræver som minimum 75 timers deltagelse at få udleveret et træningscertifikat (COC).

På grund af de gruppedynamikker, som opstår under et træningsforløb, er det desværre ikke muligt at få godtgjort manglende timer ved at deltage i andre træninger. Hvis du har under 75 timers undervisning, er det nødvendigt, at du tilmelder dig en ny træning (til fuld pris) igen for at kunne få et træningscertifikat (COC).

Datoer og tidspunkter

Modul 1: Fysisk fremmøde. NOR Health House, København, med Lead Trainer Osnat Arbel.

28. marts – 2. april, 2025

Dag 1: 09.30 – 17.30, CET

Dag 2,3,4 og 5: 09:15 – 17:30, CET

Dag 6: 09:30 – 14.00, CET

Bridge days: Live online med Lead Trainer Osnat Arbel.

27. og 28. april, 2025

Begge dage: 09:00 – 17.30 CET

Modul 2: Fysisk fremmøde. Salig, København, med Lead Trainer Osnat Arbel.

16. - 21. May, 2025

Dag 1: 09:30 17.30, CEST

Dag 2,3,4 og 5: 09:15 – 17:30, CEST

Dag 6: 09:30 – 14:00, CEST

Tildeling af pladser

Tildeling af pladser sker efter ansøgning om optagelse. Du kan ansøge ved at udfylde formularen her: [Link til ansøgning](#). Ansøgningsperioden løber fra d. 12. september til d. 30. september 2024. Se mere om kriterierne for optagelsen nedenfor. Ansøgere, der er blevet optaget, kan sikre sig en plads mod betaling af et depositum. Deltagere der ikke er blevet optaget vil få besked herom via email.

IFS UK tildeler pladser efter følgende prioriterede rækkefølge:

1. Ansøgere, som opfylder kriterierne fra "Ansøgere - målgrupper"-afsnittet i denne folder, har erfaring med IFS modellen (ved at deltage i workshops, fra læsning, ved at gå i terapi osv.), og som er permanent bosat i Danmark.
2. 50 % af pladserne (18) vil blive reserveret til deltagere, som har residens i Danmark. De resterende 18 pladser vil blive fordelt blandt deltagere, der har residens i Finland, Island, Norge og Sverige.
3. Ansøgere fra traditionelt marginaliserede grupper er velkomne til at ansøge og vil blive prioriteret for at skabe en balanceret og divers gruppe af deltagere.

Hvis der er flere ansøgere, end der er pladser på træningen, vil optagelse ske via lodtrækning.

Deltagere og grupper

Der vil maksimalt være 36 deltagere, som bliver assisteret af 12 Programme Assistants (PAs) i grupper i forholdet 3:1. (PA'ere har som minimum deltaget i en IFS Level 1 træning).

IFS Institut Lead Trainer: Osnat Arbel



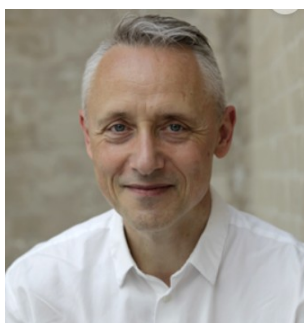
Dr. Osnat Arbel, PhD, LMFT, er Senior International Lead Trainer ved IFS Institutet. Hun har en ph.d. i Counselor Education og supervision med speciale i Familierapi fra University of Northern Colorado med fokus på mindfulness og eksistentielle/humanistiske terapitilgange.

Med over 30 års erfaring er Dr. Arbel en AAMFT Clinical Fellow og godkendt supervisor, en certificeret IFS-terapeut og en IFS-I-godkendt klinisk konsulent. Hun er også medstifter og meddirektør af det israelske institut for IFS (www.ifs-israel.org). Siden 2008 har hun tilført ledelsen og faciliteringen af IFS Level 1 og Level 2 træninger, workshops og seminarer verden over sin store entusiasme.

Dr. Arbel er dybt engageret i uddannelse, træning, supervision af og mentorskab for tusindvis af studerende globalt, og legemliggør IFS-modellen i både sit personlige og professionelle liv. Hendes passion ligger i at undervise, supervisere og vejlede terapeuter under uddannelse, med særligt fokus på terapeutens nærvær, arvebyrder og arbejde med unge dele, forviste og beskyttede, især dem med dybe tilknytningssår.

Ud over sine professionelle bestræbelser nyder Dr. Arbel at bruge tid med sin familie og sin hund, løb, træning til triatlon, skabe kunstværker og lytte til musik.

Lead PA: Peter Legård Nielsen



Peter Legård Nielsen er uddannet på Level 1 i 2018, Level 2 og 3 i 2019 og blev certificeret i 2020. Han er også uddannet som Advanced Certified Rolfer og arbejder med IFS og

rolfing på sin private klinik i centrum af København. Han har stor erfaring med at være PA og har også arbejdet som Lead PA mange gange. Peter har udgivet digte og romaner siden 1985 og er tidligere formand for Danske Skønlitterære Forfattere. Læs mere om Peter Legård Nielsen via: www.alle-dele-er-velkomne.dk

Pris

1 Pund Sterling (£): 4150.

Inkluderet i prisen er IFS L1 manualen fra IFS Instituttet, samt kaffe, te og snacks på modul 1 og 2.

Optagne ansøgere kan sikrer sig en plads mod betaling af et ikke refunderbart depositum. Depositum i Pund Sterling (£): 500.

Sidste frist for betaling af det resterende beløb (hvor depositum er betalt forud) er d. 28. januar 2025.

Vilkår og Betingelser

Hvis du får brug for at framelde dig træningen, kan du læse mere om vilkår og betingelser (Terms & Conditions) som findes på IFS UK's website:

www.internalfamilysystemstraining.co.uk/t-and-c.

Depositummet er ikke refunderbart. Frem til d. 28. januar 2025 vil det være muligt at få refunderet det herudover betalte beløb, men efter denne dato er det ikke muligt.

Vent venligst med at bestille rejse og overnatning, indtil du har fået besked om, at du er optaget på træningen. IFS UK kan ikke holdes ansvarlig for tabte omkostninger som udgifter til rejse og overnatning ved en eventuel aflysning af træningen. Som deltager opfordres du til at tegne en forsikring, der dækker i et sådant tilfælde.

Pensum

Obligatorisk læsning forud for træningen:

- Richard Schwartz: *Introduction to Internal Family Systems Therapy* (Trailhead Publications, 2021), and
- Richard Schwartz: *Internal Family Systems Therapy* (The Guilford Press, 2019)

Anbefalet læsning:

- Frank G. Anderson, Martha Sweezy and Richard Schwartz: *Internal Family Systems Skills Training Manuel* (PESI Publishing & Media, 2017)
- Peter Legård Nielsen: *Alle dele er velkomne. Internal Family Systems i teori og praksis.* (Forlaget Blå, 2024)

De engelske bøger er tilgængelige i netboghandlen på: www.ifs-institute.com eller via for eksempel: www.amazon.co.uk, mens den danske bog kan købes i [boghandlen](#).

Ressourcer

IFS Instituttets Manual for Level 1 bliver udleveret på den første træningsdag. Andre ressourcer vil blive sendt digitalt, mens enkelte centrale dokumenter vil blive udleveret i papirudgave.

Pauser

Der er 1 times pause ved frokosttid samt små pauser på sammenlagt en halv time på hver træningsdag.

Sted for Modul 1

NOR Health House
Hejrevej 30, 5. sal (med elevator)
København NV.

Tlf.: +45 23921901
E-mail: info@nor.house

Læs mere om NOR Health House: [NOR: online](#)

Sted for Modul 2

Salig
Masnedøgade 20, 2. sal
2100 København Ø

Telefon: +45 31131462
Email: info@saligdig.dk

Læs mere om Salig: [Salig](#)

Parkering, offentlig transport & WiFi

NOR Health House

Der er fri WiFi på NOR.

Ved NOR er der et mindre antal parkeringspladser, og rundt om NOR er der offentlig parkering. Der er mulighed for at trække en parkeringsbillet fra en billetautomat eller at betale ved brug af en parkeringsapp som www.easypark.dk

Bruger du offentlig transport, ligger Nørrebro Station tættest på NOR. Både S-tog, busser og Metroen (Cityringen M3) har stop ved Nørrebro Station.

Se evt. www.rejseplanen.dk for nærmere planlægning med offentligt transport.

Det tager ca. 9-12 minutter at gå fra Nørrebro Station til NOR Health House.

For taxi kan du for eksempel ringe til Dantaxi på tlf.: +45 48484848 eller til TAXA 4x35 på tlf.: +45 35353535.

Salig

Der er fri WiFi på Salig.

Det er muligt at parkere i de omkringliggende gader, hvor parkering er gratis i de 2 første timer. Registrer bilen i en app, som fx Easypark (www.easypark.dk) eller træk en parkeringsbillet fra en af billetautomaterne.

Hvis du kommer med offentlig transport, er der følgende muligheder:

Metrostationen Poul Henningsens Plads (Cityringen M3) ligger 5 minutters gang fra Salig (400 meter).

S-togsstationen Svanemøllen ligger 10 minutters gang fra Salig (750 meter).

Bus 14 går bl.a. fra Nørreport station og stopper ved Poul Henningsens Plads St. tæt på Salig (stoppested på Jagtvej).

Bus 1A stopper ved Poul Henningsens Plads St. tæt på Salig (stoppested på Østerbrogade).

Se evt. www.rejseplanen.dk for nærmere planlægning med offentligt transport.

For taxi kan du for eksempel ringe til Dantaxi på tlf.: +45 48484848 eller til TAXA 4x35 på tlf.: +45 35353535.

Overnatning og måltider under modul 1 & 2

Overnatning, transport, samt måltider er ikke inkluderet i prisen.

Der er mange muligheder for booking af overnatning i København. For eksempel via www.booking.com eller www.airbnb.com

På NOR Health House kan du købe både morgenmad og frokost. Det er muligt at forudbestille frokost ved ankomst om morgenen.

Menuen i Caféen er hovedsagelig vegetarisk og tager hensyn til forskellige diætistiske behov. Læs mere om menuen på: [Cafe - Nordic Health House](#)

På Salig er der ikke nogen café.

I området omkring begge kursuscentre er der rige muligheder for at spise frokost på caféer og restauranter, købe take-away eller at gå i supermarkeder.

I løbet af en træningsdag serveres der 3 gange kaffe, te, frugt og nødder uden ekstra betaling.

Helbreds- og sikkerhedspolitik under træningen (Terms & conditions)

IFS UK følger kursusstedets vejledning for sikkerhed og sygdom og/eller den danske regerings vejledning angående protokoller for sikkerhed og sygdom.

Bemærk venligst at protokoller kan ændre sig, ophæves eller pålægges før, under og efter en træning. Overvej venligst også følgende, før du beslutter at ansøge om optagelse på træningen:

- Hver træning omfatter typisk omkring 45 personer, der mødes i både store og mindre grupper.
- Deltagere kan være rejsende fra nær og fjern og komme fra internationale destinationer.

Vilkår og betingelser (T & C's) gælder også i de tilfælde, hvor det kan blive nødvendigt for dig at forlade træningen, hvis NOR og/eller den danske regering ændrer eller pålægger os protokoller i forbindelse med sikkerhed og sygdom.

Desværre er det ikke muligt at deltage virtuelt i den del af træningen, der kræver personligt fremmøde.

Som deltager er du selv ansvarlig for at følge eventuelle protokoller, der måtte være gældende under rejsen, på overnatningssteder, ved spising på café og restaurant, under indkøb osv.

Online-krav for Bridge Days

2 dage før træningen starter bliver der sendt et Zoom link ud.

I god tid før træningen starter, bedes du have installeret Zoom, samt undersøgt om det virker. Det er muligt at hente Zoom på følgende link, hvis du ikke allerede har det installeret:

- [Download for Windows – Zoom](#)
- [Downloading the Zoom desktop client and mobile app – Zoom Support](#)

Hvis du allerede har Zoom installeret, bedes du opdatere softwaren i god tid før træningen starter, hvis du får meddelelse herom af Zoom.

Dit IT-udstyr skal kunne køre med den simpleste version af Zoom.

Træningen på Zoom fungerer bedst, hvis du benytter en computer, en bærbar eller en

tablet med en stor skærm. Det er ikke anbefalelsesværdigt at bruge en mobiltelefon.

Du bedes også undersøge, om din internetforbindelsen har bredbånd og hastighed nok til at kunne køre Zoom.

Under træningen bedes du holde din mikrofon slukket, når du ikke bruger den.

Vær venligst også opmærksom på om din mikrofon virker, så andre tydeligt kan høre dig.

Af hensyn til sikkerhed og fortrolighed under træningen, bedes du deltage fra et privat sted, hvor du ikke bliver afbrudt, og hvor andre ikke kan høre dig. Deltag venligst ikke i denne træning fra offentlige steder.

Lyd- og videoptagelse

For alle IFS træninger gælder en strikt politik, som forbyder lyd- og videoptagelse af nogen som helst del af træningen, hvis du er deltager. Selv om IFS UK i visse tilfælde optager dele af træningen til brug for træneruddannelsesformål, vil disse optagelser vil ikke være tilgængelige for deltagere.

Anden information

Du kan hente mere information om Internal Family Systems, herunder bøger og DVD'er. Læs mere herom via:

- [What is Internal Family Systems? | IFS Institute](#)
- [Internal Family Systems • IFS Training UK](#)
- [Selv til del – Om Internal Family Systems](#)

Ansøgning

Udfyld venligst ansøgning om optagelse via:

- [Book your IFS training course • IFS Training UK](#)