



**SOLSTRANDSEMINAR
LØRDAG 01. OG SØNDAG 02. SEPTEMBER 2018**

Program lørdag 01. september

10.00 – 10.30 Mottagelse, registrering og kaffe m/tilbehør

10.30 – 11.00 Velkommen v/Christine Lingjærde, styreleder LPP.

11.00 - 12.30 Hovedinnlegg: «**Positiv kommunikasjon**» ved psykolog Christine Lien. Målet med kurset er å forstå bedre de mekanismene som ligger bak kommunikasjon og hvordan få løst oppgave «kommunisere bedre med hjelpeapparatet» sammen. Hvordan forberede seg? Hvordan organisere sin sak? Hvordan stille spørsmål? Hvordan oppnå svar og bebreftelser? Hvordan få den andre til å lytte? Hva kan man si for at den andre ikke føler seg personlig kritisert? Øke bevissthet over ikke-verbal kommunikasjon og viktighet av å ha skriftlig referat.

Christine Lien er utdannet psykolog ved Universitetet i Bergen. I tillegg har hun tre års videreutdanning innen emosjonsfokusert terapi (EFT) med ytterligere to års videreutdanning i emosjonsfokusert parterapi, samt kurs i foreldreveiledning innenfor EFT. Hun har også to års videreutdanning innenfor traumer, komplekse traumer og dissosiering, samt masterclass innenfor behandling av pasienter med kompleks dissosiativ lidelse. Hennes første private praksis var ved Engen psykologsenter. Der drev hun full klinisk praksis og arbeidet terapeutisk med voksne og unge, par og med stressmestringsgrupper. I dag arbeider hun i full klinisk praksis ved Klinikk for krisepsykologi (tidligere Senter for Kriseberedskap), og holder foredrag om sorg, kriser, følelser, kommunikasjon, mestring av stress og mindfulness. Hun gir også veiledning i emosjonsfokusert terapi som et nyttig kommunikasjonsredskap.

12.30 – 13:00 Spørsmål

13.00 – 14.30 **Lunsj og kaffe. Innsjekking.**

14.30 – 15.00 Underholdning

15.00 – 16.00 Styrets rolle og oppgaver. Rekruttering. Valgkomitéen v/ leder Kim F. Lingjærde og medlem Tone Digranes.

Tiden frem til middag kan du benytte til f. eks en tur i bassenget eller en spasertur i vakre omgivelser.

19.00 **Middag**

Program søndag 02. september

08.00 - 11.00 Frokost m/utsjekking av rom



- 11.00 – 12.45** Del 1) Vibeke Erichsen rapporterer om Tvangslovutvalgets arbeid så langt. Del 2) LPPs aktiviteter. Utvidelse av Ressursgruppen.
- 13.00** Lunsj + kaffe. Avslutning ved styreleder Christine Lingjærde

Påmelding

Påmelding til Solstrandseminaret skjer ved å betale inn egenandel på kr. 1000.- per deltaker til bankkonto **3640 60 49749 innen 30. juli 2018.**

OBS! Vær spesielt påpasselig med å fylle ut «**Melding til mottaker**» med **Solstrand 2018** og **NAVN på hver deltaker betalingen gjelder.** Bruk gjerne flere linjer. Hvis ikke dette gjøres nøye er det umulig for oss å vite hvem betalingen kommer fra.

Hvis det er vanskelig å bruke nettbank, husk å be om kvittering når du betaler direkte i banken og be banken om å merke betalingen med ditt navn.

OBS! Begrenset antall plasser. Ved behov blir det opprettet venteliste.

Styret i LPP Bergen ønsker alle hjertelig velkommen til Solstrandseminar 2018!

I mellomtiden gleder vi oss til å se dere på:

- 1) KaféTreff: Tirsdag 24. april og tirsdag 29. mai, kl. 18.00. Sted: Wesselstuen.**
- 2) Utflukt med piknik: Torsdag 7. juni kl. 17.30.** Vi skal besøke Troldhaugen med ekspertguiden Johanne Grieg Kippenbroek. Ta med termos og nistepakke. **OBS!** Av hensyn til bestilling av transport, er det også **påmelding** til utflukten på lppbergen@lpp.no

Vi samles foran Julehuset på Bryggen (se bildet nedenfor).



Vel møtt! ☺

PS: Ønsker du å få epost fremfor brev fra LPP, vennligst send din epostadresse til lpp@lpp.no