



Hvad taler vi med os selv om og hvordan relaterer vi os til andre?

Det er meget almindeligt, at vi går og snakker med os selv i løbet af dagen. Sommetider også om natten, når vi egentlig bare skulle sove. Det hjælper os til at få styr på vores tanker og dem bliver der ikke færre af, jo flere fødselsdage, vi har haft.

Vi ændrer os gennem livet, vi kan måske ikke helt det samme som tidligere og de mennesker vi er sammen med, er også begyndt at se på os med nogle andre øjne. Det skal vi tale om, og om hvordan vores relationer kan ændre sig.

Vi skal tale om at have voksne børn og om at få børnebørn.

Vi skal også tale om hvad der er den gode samtale og hvordan man kan blive bedre til at lytte. Om vi får sagt fra, når der er noget vi ikke har lyst til?

Det gør vi i en hyggelig lille debatgruppe.

Vi mødes 6 gange hver anden mandag i to timer i en lille gruppe på 7-8 deltagere. Til hver gang vil I få udleveret et kapitel fra en relevant bog eller en artikel, som vi bruger som udgangspunkt.

Lise Dithmer er cand. Psych. med masser af undervisningserfaring. Derudover har hun haft sin egen psykologpraksis i Lyngby.

Datoer: mandage d. 12. og 26. januar, 9. og 23. februar samt 9. og 23. marts

Kl.: 13.00 – 15.00

Sted: Dagligstuen på 1. sal

Gruppetørrelse: ca. 8 deltagere

Pris: Kursuset er gratis der skal dog påregnes en lille udgift til fotokopier

Tilmelding: På kontoret eller på mail til Kirsten: kisp@rudersdal.dk