



Oversigt over træningen

Level 3 træningen er en specialiseret uddannelse og det sidste trin, du kan tage som IFS-terapeut eller -behandler. For at komme ind på en Level 3 træning skal du først have afsluttet en Level 2.

På vores Level 3 træning vil du arbejde intensivt sammen med andre avancerede terapeuter og behandlere for at udforske og videreudvikle din viden om IFS og forfine de færdigheder, du allerede har lært og bruger i dit arbejde. Målet er ikke blot at hjælpe dig med at blive en bedre terapeut, men også at give dig muligheden for at:

- Lære om blinde vinkler og afbebyrde aktiverede dele
- Fastholde selv-energi i din hverdag – selv når du bliver provokeret
- Afklare hvilken vision du har, både for din karriere og din livsvej
- Øve dig i at give og modtage selv-ledet feedback
- Opdage vigtige ledetråde i dit system
- Udforske din spiritualitet
- Blive en del af et selv-ledet fællesskab af ligesindede professionelle.

Uddannelsens mål er først og fremmest at fremme dit eget arbejde med dit indre system. Det sigter også mod at give dig nyt materiale, samt udvide og uddybe emner, du allerede kender, med vægt på modellens spirituelle aspekter.

Format

Vores Level 3 træning inkluderer demonstrationer, erfaringsbaserede gruppeøvelser, diskussioner i store og små grupper, udvidet meditation og intensivt personligt arbejde.

Som på alle Level 3 træninger er der ikke noget tilknyttet personale (som Program Assisterter), og du vil skulle foretage selv-evaluering og finde støtte hos andre terapeuter og practitioners.

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. Som nævnt ovenfor bliver man inviteret til at udforske sine egne indre verdener inden for træningens trygge og støttende rammer.

Sprog: Undervisningen vil foregå på engelsk, men der vil være mulighed for, at arbejdet i de små grupper kan foregå på dansk, når deltagerne alle taler det.

Ansøgere - målgrupper

Alle IFS terapeuter og practitioners, som har gennemført en Level 2 træning, kan ansøge om at blive optaget på Level 3.

Adfærdskodeks, sikkerhed og fortrolighedspolitik.

Læs venligst the IFS Institute code of conduct for IFS trainings (<https://ifs-institute.com/resources/code-of-conduct>). 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)).

Det samlede antal undervisningstimer for denne træning er 20 undervisnings-/kontakttimer og 10 timer dedikeret til personlig udvikling. Minimumskravet for COC er 16 undervisnings-/kontakttimer.

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 16 undervisnings-/kontakttimer, er det nødvendigt, at du tilmelder dig en ny træning (til fuld pris) igen for at kunne få et træningscertifikat (COC).

Datoer og tidspunkter

Fysisk fremmøde. NOR Health House, København med Lead Trainer Mariel Pastor.
27. – 31. oktober 2027

Skemaet for træningen er endnu ikke fastlagt.

Tildeling af pladser

Tildeling af pladser sker efter ansøgning om optagelse. Du kan ansøge ved at udfylde formularen her: [Ansøgningsformular](#). **Ansøgningsperioden løber fra d. 26. april - 10. maj 2027.** 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.

Tildelingen af pladser sker 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. Terapeuter og practitioners, der er bosiddende i et af de 5 nordiske lande, Danmark, Finland, Island, Norge og Sverige, prioriteres.

Hvis du kommer fra et land uden for Norden, anbefales det stadig at ansøge, da der kan være ledige pladser.

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.

Antal deltagere

Der vil maksimalt være 36 deltagere.

IFS Institut Lead Trainer: Mariel Pastor

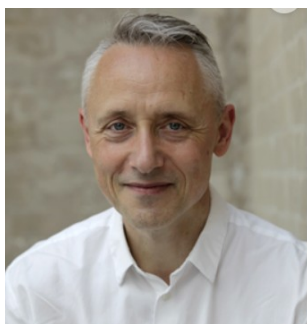


Mariel Pastor er IFS Lead Trainer og arbejder som par- og familieterapeut i Portland, Oregon i USA. Hun har arbejdet med IFS siden 1998 og er hovedforfatter til IFS Level 1 træningsmanualen og medskaber af IFS TelehealthCollective, en gruppepraksis, der spænder over mange stater i USA. Mariels baggrund i Integral Theory er udgangspunkt for hendes integration af somatiske psykoterapier, social retfærdighed og spiritualitet, alt sammen inden for rammerne af IFS. Hendes tidligere karriere i underholdningsbranchen

og hendes glæde ved samarbejdet med kunstnere inspirerede hende til at skabe Character Mapping – et psykologisk arbejdsredskab for skuespillere, forfattere og instruktører, der hjælper dem med at opbygge karakterer, samt at opnå en dybere erkendelse af sig selv. Læs mere om Mariel Pastor og hendes arbejde på:

www.marielpastor.com.

IFS Institut Assistant Trainer: Peter Legård Nielsen



Peter Legård Nielsen, psykoterapeut MPF, er en IFS-terapeut og IFSI Approved Clinical Consultant, som har arbejdet med IFS siden 2018. Han er også uddannet som autoriseret Avanceret Rolfer™ og arbejder med IFS og rolfig på sin privatklinik i Københavns centrum. Han har stor erfaring som PA og har også arbejdet som Lead PA og Assistant Trainer på mange træninger. Peter organiserer de officielle IFS-uddannelser i de fem nordiske lande.

Han har udgivet digte og romaner siden 1985 og er tidligere formand for Danske Skønlitterære Forfattere. I 2024 udgav han den faglitterære bog: *Alle dele er velkomne. Internal Family Systems i teori og praksis*, og i 2025 fagbogen: *Når Kundalini vågner. At hele skader med IFS*. Læs mere om Peter Legård Nielsen på: www.alle-dele-er-velkomne.dk

Pris

I euro: 2.800,00 (EUR).

Inkluderet i prisen er kaffe, te og snacks.

Optagne ansøgere kan sikre sig en plads mod betaling af et ikke refunderbart depositum. Depositum i euro: 735,00 (EUR).

Sidste frist for betaling af det resterende beløb (hvor depositum er betalt forud) er d. 23. august 2027.

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 www.selv-til-del.dk: [Link](#). Depositummet er ikke refunderbart. Frem til d. 23. august 2027 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 Nordics 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:

- Schwartz, RC and Martha Sweezy (2019). Internal Family Systems Therapy (2nd edition), Guilford Publications

Anbefalet læsning:

- Schwartz, RC (2023), Introduction to Internal Family Systems, Boulder, CO: Sounds True Publishing
- Anderson, Frank G., Sweezy, Martha, and Schwartz, Richard C. (2017). Internal Family Systems Skills Training Manual: Trauma-Informed Treatment for Anxiety, Depression, PTSD and Substance Abuse, Eau Claire, WI: PESI Publishing & Media
- 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 eller online: www.saxo.dk.

Ressourcer

Eventuelle ressourcer vil blive sendt digitalt, mens enkelte centrale dokumenter kan blive udleveret i papirudgave.

Pauser

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

Sted

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 \(https://online.nor.house/\)](https://online.nor.house/)

Parkering, offentlig transport & WiFi

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.

Overnatning og måltider

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 \(https://nor.house/om-nor/cafe/\)](https://nor.house/om-nor/cafe/).

I området omkring kursuscenteret 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 Nordics 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 50 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 spisning på café og restaurant, under indkøb osv.

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 Nordics 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 \(www.ifs-institute.com\)](http://www.ifs-institute.com)
- [IFS Nordics \(www.ifs nordics\)](http://www.ifs nordics)
- [IFS Danmark – Om Internal Family Systems \(www.ifs-danmark.dk\)](http://www.ifs-danmark.dk)

Ansøgning

Udfyld venligst ansøgning om optagelse via:

- [Ansøgningsformular \(https://forms.gle/2P1cktyQM4yyBc7S9\)](https://forms.gle/2P1cktyQM4yyBc7S9)