

---

Internal Family Systems

# Level 1 træning 2027

L1 1678 Hybrid – fysisk fremmøde og online

---



## 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 Assisterter (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 Program Assistent (PA) og kun består af dansktalende deltagere.

## Ansøgere - målgrupper

**IFS Institutet har revideret sin optagelsespolitik fra 1. januar 2025.**

IFS Level 1 træningen er nu især relevant for fagprofessionelle inden for det psykologiske og psykoterapeutiske område. Den henvender sig først og fremmest til psykologer og psykoterapeuter, samt psykiatere og socailrådgivere med en psykoterapeutisk videreuddannelse og klinisk erfaring. Hvis du er uddannet som speciallæge i psykoterapi eller psykiatrisk sygeplejerske har du også mulighed for at ansøge.

Fra d. 1. januar 2025 gælder der specifikke adgangskrav for hvert enkelt land. Adgangskravene er for de fem nordiske lande kan findes på

<https://ifs-danmark.dk/uddannelse/>. Hvis du er ansøger fra et land uden for Norden, skal du kontakte den internationale IFS partner for dit land for at få oplyst adgangskravene. Hvis du ansøger fra et land, hvor der ikke er en international IFS partner, skal du kontakte IFS Institutet: [info@ifs-institute.com](mailto:info@ifs-institute.com).

### **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](mailto: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, HumaNova, Skeppsbron 32, 111 30 Stockholm, Sverige med Lead Trainer Ann-Katrin Bockmann  
**2. - 7. Marts 2027**

**Bridge Days:** Online med Lead Trainer Ann-Katrin Bockmann  
**23. - 24. April 2027**

**Modul 2:** Online med Lead Trainer Ann-Katrin Bockmann  
**8. - 13. Juni 2027**

Det daglige skema er endnu ikke fastlagt.

### **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 1. - 14. September 2026. 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 Nordics 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.).

2. Pladserne vil blive fordelt mellem deltagere, som har residens i Danmark, Finland, Island, Norge og Sverige.

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.

### **Deltagere og grupper**

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

### **IFS Institut Lead Trainer: Ann-Katrin Bockmann**



IFS Lead Trainer Ann-Katrin Bockmann (ph.d.) er en psykolog og psykoterapeut, der arbejder på Hildesheim Universitet (undervisning, forskning, ambulatorium) og i privat praksis med enkeltpersoner, grupper og par. Hun er certificeret IFS-terapeut, video anmelder og Approved Clinical Consultant, bosiddende i Tyskland.

For IFS Instituttet har hun faciliteret IFS-træninger i forskellige lande som Co-Lead Trainer og programassistent. Hun er somatisk IFS-terapeut, uddannet i IFIO og har mange års klinisk erfaring i at arbejde med voksne, børn, unge, forældre, organisationer og professionelle inden for hjælpearbejde samt uddannelsesområdet. Ann-Katrin er involveret i den officielle tyske psykoterapi-uddannelse som underviser, supervisor og udbyder af egenterapi og sigter mod at bringe IFS ind i det officielle tyske sundhedssystem. For hende er IFS et paradigme, der grundlæggende støtter psykoterapeuten, har et stort potentiale til at transformere psykoterapi og giver svar på den verdensomspændende meningskrise. Uden for arbejdet elsker Ann-Katrin naturen, vandsport og at komme i kontakt med mennesker.

## 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 er også præsident for IFS Nordics.

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](http://www.alle-dele-er-velkomne.dk)

### Pris

I euro: 4.200,00 (EUR). Inkluderet i prisen er IFS L1 manualen fra IFS Instituttet, samt kaffe, te og snacks på modul 1.

Optagne ansøgere kan sikrer 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. 4. januar 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.ifs-danmark.dk](http://www.ifs-danmark.dk): [Link](#).

Depositummet er ikke refunderbart. Frem til d. 4. januar 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](http://www.ifs-institute.com) eller via for eksempel: [www.amazon.co.uk](http://www.amazon.co.uk), mens den danske bog kan købes i boghandlen eller online: [www.saxo.dk](http://www.saxo.dk).

## 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

Kursuscenter: HumaNova.  
Adresse: Skeppsbron 32  
By: 111 30 Stockholm  
Land: Sweden

Tlf.: +46 08 442 99 00

E-mail: [info@humanova.com](mailto:info@humanova.com)

Læs mere om HumaNova: <https://www.humanova.com/humanova-stockholm/>

## Parkering, offentlig transport & WiFi

Der er fri WiFi på HumaNova.

Der er ingen dedikerede parkeringspladser til deltagere på HumaNova. Offentlig gadeparkering og parkeringshuse er tilgængelige i Skeppsbron og Gamla Stan-området, selvom tilgængeligheden kan være begrænset, især på hverdage.

Parkeringsafgifter kan betales ved parkeringsautomater eller via parkeringsapps som EasyPark eller Parkster.

Deltagerne opfordres til at bruge offentlig transport, når det er muligt, da HumaNova er centralt beliggende og let tilgængelig med både metro og bus.

Hvis du rejser med offentlig transport, ligger HumaNova i hjertet af Gamla Stan. Den nærmeste metrostation er Gamla Stan, der betjenes af både den røde og den grønne linje. Stedet ligger cirka 3 minutters gang fra stationen.

Du kan også tage bus 2, som stopper ved Skeppsbron, lige ved siden af stedet. For mere detaljeret rejseplanlægning med offentlig transport, besøg venligst: <https://sl.se>

Taxaer kan bookes via f.eks.:

Taxi Stockholm: +46 8 15 00 00

Sverigetaxi: +46 200 21 20 00

### **Overnatning og måltider under modul 1**

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

Der er mange muligheder for booking af overnatning i Stockholm. For eksempel via [www.booking.com](http://www.booking.com) eller [www.airbnb.com](http://www.airbnb.com)

HumaNova tilbyder ikke morgenmad eller frokost. På grund af sin centrale beliggenhed i Gamla Stan er der dog mange caféer, restauranter og takeaway-muligheder i gåafstand.

Deltagerne er ansvarlige for at arrangere deres egne måltider under træningen.

Te, kaffe, frugt og lette forfriskninger vil være tilgængelige uden ekstra omkostninger i løbet af træningsdagen.

### **Helbreds- og sikkerhedspolitik under træningen (Terms & conditions)**

IFS Nordics følger kursusstedets vejledning for sikkerhed og sygdom og/eller den svenske 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 HumaNova 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.

## **Online-krav for Bridge Days og Modul 2**

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 \(https://zoom.us/download#client\\_4meeting\)](https://zoom.us/download#client_4meeting)
- [Downloading the Zoom desktop client and mobile app – Zoom Support \(https://support.zoom.us/hc/en-us/articles/4415294177549-Downloading-the-Zoom-desktop-client-and-mobile-app\)](https://support.zoom.us/hc/en-us/articles/4415294177549-Downloading-the-Zoom-desktop-client-and-mobile-app)

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 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 \(ifs-institute.com\)](https://www.ifs-institute.com/what-is-internal-family-systems/)
- [IFS Nordics \(www.ifs-nordics.com\)](http://www.ifs-nordics.com/)

## Ansøgning

Udfyld venligst ansøgning om optagelse via:

[Link til ansøgning \(https://forms.gle/ubZG4J1aDpPxtjyd9\)](https://forms.gle/ubZG4J1aDpPxtjyd9)