



**”Alle mennesker kunne få gavn af dette kursus. Man lærer sig selv bedre at kende og får mange aha-oplevelser. Derudover kan alle øvelserne bruges derhjemme, så der er god mulighed for at arbejde videre senere.”**

Sådan siger Emily Wittnebel, der netop har afsluttet Speculars 1-årige Psykologiske Grundkursus.

Emily kan også bruge kurset i sit arbejde: ” Jeg har arbejdet meget på at sætte grænser og er så småt begyndt at gøre det på min arbejdsplads. Det er stadig ikke let, men når det sker føles det fantastisk!”. Og erfaringerne fra kurset kan selvfølgelig også bruges i Emilys personlige liv. Her siger Emily: ” Igennem kursets indsigter og redskaber er jeg blevet opmærksom på mig selv, f.eks. hvordan jeg kommunikerer og føler i bestemte situationer. Her er jeg nået frem til en god måde at håndtere kommunikation og følelser på, når jeg havner i en svær situation.” og Emily slutter med at sige, ” helt fantastisk kursus med meget beundringsværdige psykologer”.

**Det nye hold af Speculars Psykologiske Grundkursus starter 12. september 2017. Læs mere her:**  
<http://www.specular.dk/kurser/speculars-psykologiske-grundkursus>