

## Utvärdering från några grupper som gått Fas 2 utbildningen: Familjeliv, 2009.

### **Delar som jag upplevt som extra givande på utbildningen**

*"Jag har blivit stärkt i min inställning om mitt förhållningssätt till den missbrukande. Jag har fått verktyg till hur jag ska börja lyssna på mej själv och må bättre".*

*"När vi tagit upp "egna" känsliga saker i vårt liv inför andra i gruppen och öppnat oss för andra".*

*"Meditationer, vad jag har som mål att förändra mig själv, insikt om inre ego."*

*"Arbeta med och få upp ögonen för egot o mina delpersonligheter. Att få illustrera genom att rita och berätta."*

*"Allt faktiskt, svårt att välja ut nåt"*

*"Samtalen omkring hur vi kan förändra oss, vilka vägar man kan gå."*

*"Att våga lyssna och lita på den inre rösten"*

### **Övriga kommentarer**

*"Det var bra att det var 2 grundutbildningstillfällen före fas 2. Det blev en helhet och hemuppgifterna och kontakt med andra + coachen kommer att fortstätta. Det blir förändring."*

*"Har varit en stor helg med mycket och en känsla av tro på mig och att jag duger. Men jag vet att jag har mycket kvar och att jag får stöd av FMN"*

*"Helt fantastisk utbildning! Jag är så jätteglad att jag fått gå den."*

*"Den bästa kurs jag nånsin varit på."*

*"Jag går härifrån med stor förhoppning inför livet."*