

# Fred i Verden

## ETT LIV OM GANGEN

### FOREDRAG

om selvutvikling og samfunnsendring  
med Jan Møller

Vi lever i en tid preget av krig, polarisering, usikkerhet og raske samfunnsendringer. Samtidig opplever mange mennesker stress, ensomhet, manglende tilhørighet og en følelse av å være frakoblet både seg selv og andre.

I diskusjoner om fred og samfunnsutvikling rettes oppmerksomheten ofte mot politiske, økonomiske og institusjonelle forhold. Dette foredraget utforsker et spørsmål som får mindre oppmerksomhet: Hvilken betydning har menneskers indre liv for de samfunnene vi skaper?

Historie og samtid viser hvordan frykt, mistillit, identitet, traumer og menneskelige behov kan påvirke både konflikt og samarbeid. Samtidig lengter de fleste av oss etter trygghet, tilhørighet, mening og gode relasjoner.

Jan Møller inviterer til refleksjon omkring hvordan individuelle og kollektive prosesser påvirker hverandre og hvordan større selvinnsikt, emosjonell modenhet og medmenneskelighet kan bidra til mer harmoniske relasjoner, institusjoner og samfunn.

Personlige forhold alene kan ikke forklare komplekse samfunnsutfordringer. Men en bedre verden krever mennesker som er i stand til å forvalte gode samfunnsstrukturer med klokskap, ansvar og medfølelse. Fred skapes derfor gjennom samspillet mellom individuell selvutvikling og kollektiv handling.



Jan Møller er lege, psykoterapeut, helsepedagog og organisasjonsrådgiver med mer enn 35 års internasjonal erfaring innen psykisk helse, stressforebygging, livsmestring og ledelsesutvikling. Han har undervist ved den internasjonale handelshøyskolen IESA i Caracas og vært konsulent for blant annet UNICEF og FNs migrasjons-organisasjon (IOM). Han har også vært veileder i kommunalt psykisk helseteam og har nå privat praksis i Lillehammer.



Tid



Dato



Sted

#### Informasjon

+47 92 12 62 67

jan@janmoller.com

janmoller.com

---

Kanskje den mest varige måten å skape verdensfred på  
er å begynne der vi har innflytelse – i vårt eget liv.

---