

REFERENCER

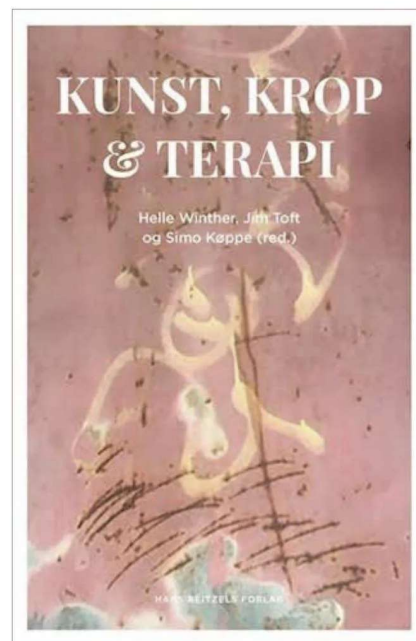
- Childre, Doc et al. 2016. *Heart Intelligence. Connecting with the Heart's Intuitive Guidance for Effective Choices and Solutions*. HeartMath Institute.
- Gilbert, Paul & Choden 2015. *Mindful Compassion. How the science of compassion can help you understand your emotions, live in the present and connect deeply with others*. Robinson. London
- Hojat M, DZ Louis, V Maio, JS Gonnella: *Empathy and Health Care Quality*. Editorial Am. J. Med. Qual. 2013;28(1):6-7. doi:10.1177/1062860612464731.
- Holland Hansen, Nanja 2022. *Compassion udmatter ikke*. Fagligt Selskab for Kræftsygeplejersker.
- Klimecki, OM, S Leiberg, M Ricard & T Singer 2014. *Differential pattern of functional brain plasticity after compassion and empathy training*. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 9(6), 873-879.
- Nielsen HGH & C Tulinius. *Preventing burnout among general practitioners: is there a possible route?* *Educ. Prim. Care* 2009; 20(5): 353-359.
- Ostenfeld-Rosenthal, Ann: *Mindfulness og medfølelse*. Tidsskrift for Psykoterapi nr. 1, 2016.



Ann Ostenfeld-Rosenthal har en ph.d. i medicinsk antropologi og har bl.a. forsket i ritualer, alternativ behandling, patienter med funktionelle lidelser, cancerpatienter, placebo, behandler-patient relationen og mindfulness og compassion.

Er UMASS-certificeret MBSR-lærer med speciel interesse for medfølelsesdelen af MBSR-programmet.

NON-VERBALT KROPSLIGT OG SANSELIGT



Helle Winther, Jim Toft & Simo Køppe (red.): *Kunst, krop & terapi*. Hans Reitzels Forlag 2023. 344 sider. 350 kr.

De tre redaktører vil med denne antologi forsøge at bygge bro mellem og uddybe sanselige og æstetiske elementer i såvel kunstneriske som kropslige psykoterapiformer. Der er tale om en vigtig og meget relevant

bog, der giver et samlet overblik over de mange forskellige psykoterapiformer, der har primær fokus på det non-verbale, det kropslige og det sanselige i den terapeutiske relation og terapeutiske udviklingsprocesser.

Specielt kredser bogen om begrebet 'embodiment' og om, hvordan dette begreb er en essentiel del af den holistiske og fænomenologisk inspirerede menneskeforståelse, der ligger til grund for terapiformerne. Elleve af de tretten kapitler beskriver og diskuterer dette begreb, og det er spændende at følge, hvordan de samme teoretikere anvendes i beskrivelsen og diskussionerne, og samtidig er der ret forskellige nuancer i beskrivelserne af fænomenet baseret på, hvilken terapiform det beskrives ud fra.

Bogen dækker et bredt spektrum af terapiformer såsom danseterapi, musikterapi, billedkunstterapi, dramaterapi, legeterapi, kropsterapi og kropspykoterapi, *rewritalize* skrivegrupper og endelig naturen som terapi. Der er i alle kapitler fokuseret på 1) den historiske baggrund for terapiformen, 2) embodiment og en beskrivelse af, hvilke teorier terapiformen tager udgangspunkt i, 3) hvor og hvordan terapiformen kan anvendes i praksis – herunder case-fortællinger, og endelig 4) hvordan og hvorfor terapiformen virker.

Læseren bliver grundigt og levende indført i, hvad der er fælles for alle disse terapiformer. Som forberedelse til læsning om de forskellige terapiformer er der i starten et kapitel om det æstetiske og sanselige grundlag for terapi af Lea Isabel Sidenius, hvor hun ud fra psykologiske, filosofiske og fænomenologiske perspektiver giver et indblik i historiske strømninger og

i udviklingen af teorier omkring de sanselige og æstetiske dimensioner. Hun slutter sit kapitel med en sætning, som jeg vil mene dækker hvad denne bog gerne vil formidle, nemlig: "en opprioritering af de sanselige og æstetiske dimensioner i psykologien – der for længe har været udeladt og overset i videnskabelige og kliniske sammenhænge – kan reflekteres i de terapeutiske retninger der præsenteres i denne bog. Der ligger således et stort klinisk potentiale i terapiformer, der trækker på det sanselige og æstetiske."

Jeg tænker, denne bog giver en fantastisk samling af kliniske eksempler og teoretisk reflekterede begrundelser for, hvorfor denne helhedstænkning af krop og psyke er altafgørende, og hvordan de forskellige terapiformer kan bidrage til mange niveauer af forebyggelse, behandling og rehabilitering i det danske sundhedsvæsen, i undervisningssektoren og i sociale tilbud.

Bogen er dog svær at klassificere med hensyn til, hvilke læsere den primært er rettet mod. Den beskrives bl.a. som værende vigtig læsning for terapeuter, pædagoger, undervisere, mentorer, psykologer, kontaktpersoner og praktikere, der søger at give plads til det sanselige og kunstneriske i deres praksis. Den beskrives ligeledes som en bog, der henvender sig til professionelle, som dagligt arbejder med helingsprocesser for mennesker med livsudfordringer – herunder personale i psykiatrien.

Psykoterapipraktikere vil måske løbe lidt sur i de mange psykologiske, filosofiske og fænomenologiske forklaringer og definitioner og vil formentlig elske de mange fantastiske

og levendegjorte case-beskrivelser samt afsnittene om, hvorfor og hvordan de forskellige terapiformer virker. Arbejdsgivere og sundhedspersonale vil formentlig savne, at det ikke konsekvent er beskrevet, hvordan de forskellige kunst- og kropsterapeuter er uddannede.

Overordnet savner jeg en beskrivelse af, hvordan de forskellige terapiformer, der beskrives i bogen, udbydes som uddannelsesmuligheder i Danmark. Det er nævnt i nogle kapitler, men det er gennemgående primært betonet, at de enkelte terapiformer er internationalt anerkendte, og at udøverne af terapiformen er anerkendt af europæiske/amerikanske foreninger etc. De steder, hvor der skrives om uddannelse, viser en spændvidde på en fem-årig fuldtids kandidatuddannelse på universitetsniveau (musikterapi), til en beskrivelse af at der ikke findes en grunduddannelse i Danmark (naturterapi), men at der findes en masteruddannelse i landskab og planlægning, hvor man kan specialisere sig i naturbaseret terapi og sundhedsfremme. Jeg savner en samlet diskussion af det stigende behov for uddannelse af alle de retninger, beskrevet i denne bog i Danmark, og en diskussion af, hvordan bogen kan bidrage til at vise og efterspørge dette behov.

Jeg undrer mig over, at det i kapitlet om billedkunstterapi af Hanne Stubbe Teglbjærg ikke er nævnt, at der har eksisteret en kunstterapiuddannelse i Danmark siden 1987 – Institut for Kunstterapi ved cand.psych., ph.d., glas- og billedkunstner Vibeke Skov. Det formuleres i kapitlet, at "manglen på en fælles samtale har skabt stor uklarhed i begrebsligheden, som gør den videre udforskning af kunstterapien rigtig svær". Jeg tænker, at udela-

delse af beskrivelse af den eneste og meget velbeskrevne kunstterapiuddannelse i Danmark også gør den videre udforskning rigtig svær. Det er heller ikke nævnt, at der findes en to-årig uddannelse til kunstterapeut på UCL (University College Lillebælt).

Jeg er dog ikke i tvivl om, at bogen her vil interessere og sætte sig spor hos mange forskellige læsere. Selv oplever jeg det som berigende at kunne læse om så mange terapiformers historiske rødder, teoribaggrund, refleksive beskrivelser af den helhedsorienterede forståelse af mennesket og de levende case-beskrivelser samt læse om, hvorfor terapien virker. Ud over begrebet *embodiment* går begreber som samklang, resonans og leg igen i mange af kapitlerne, og det er engagerende at fornemme, hvordan det sanselige og kropslige også gennemsyrrer beskrivelserne af, hvorfor og hvordan de forskellige terapiformer virker. Helle Winther skriver eksempelvis i kapitlet om danseterapi følgende: "netop det øjeblik hvor det ikke handler om at bevæge sig, men om "at blive bevæget", handler om, at både terapeut og klient lytter til den dybe samklang mellem krop, bevægelser og følelser, herunder til "den indre bevægelse" og nuets muligheder for at følge det, der sker i processen." (Winther 2008).

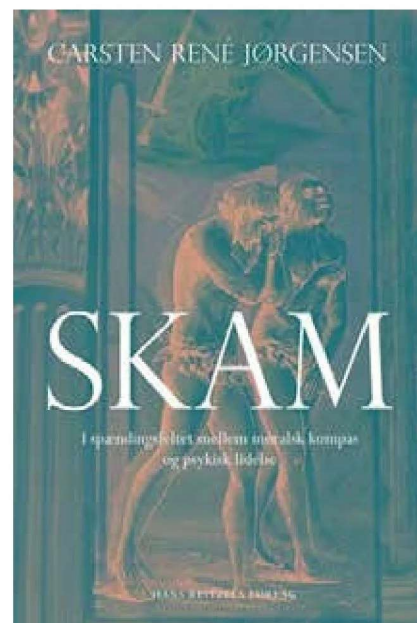
Jeg blev også meget optaget og beriget af at læse Hanne Mette Ochsner Ridders sansefilosofiske forståelse af musik i kapitlet om musikterapi, hvor hun illustrerer en meget kompleks forståelse af stemthed og resonans i en enkel og overskuelig figur.

Det tog mig lang tid at læse bogen, da alle kapitlerne er mættede med faktuelle informationer, refleksioner, nye idéer, kreative beskrivelser og le-

vende case-beskrivelser. Men bogen er læsetiden værd, og jeg håber, den kan medvirke til at bringe mere dialog ind i det danske sundhedsvæsen, og at Simo Køppe får medhold, når han i sit kapitel om psykoterapiens historie i psykiatrien skriver: "Den medicinsk baserede videnskabelige erkendelsesgenererende metode bør i høj grad tilføjes den kvalitative metode, som fremhæver de subjektive og meningsproducerende aspekter af erkendelsen, hvilket er nødvendigt for at lade de vitale processer udfolde sig til nytte for behandling af traumer og psykiske problemer. Bogen viser, at dette perspektiv er i vækst og har et stort fremtidigt potentiale, som kan udvikles og (burde) fylde mere i fremtiden."

Inge Nygaard Pedersen
Lektor Emerita, ph.d.
Musikpsykoterapeut MPF

STORE FOR- VENTNINGER



Carsten René Jørgensen: *Skam. I spændingsfeltet mellem moralsk kompas og psykisk lidelse*. Hans Reitzels Forlag 2023. 443 sider, kr. 390. Også som i-bog.

Psykologen Carsten René Jørgensens stort anlagte bog *Skam. I spændingsfeltet mellem moralsk kompas og psykisk lidelse* kredser grundigt om begrebet skam. Lige fra syndefaldet i Edens Have, hvor Adam og Eva opdagede, de var nøgne, over diverse forskningsresultater, undersøgelser og sociologiske overvejelser til de problemstillinger, psykoterapeuten møder i klinikken.