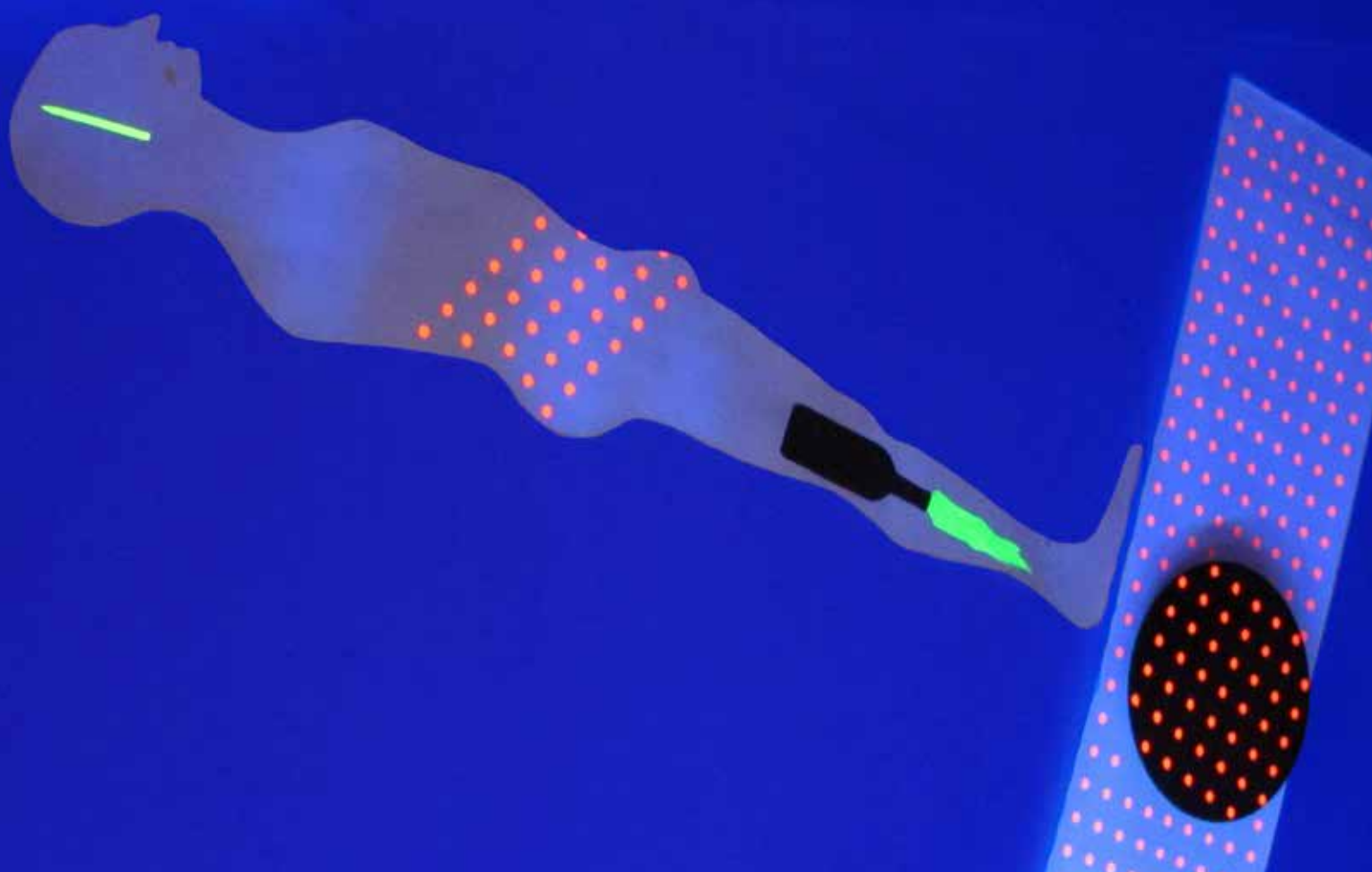


# Psykioterapeuten

Nr. 3 || Oktober 2013



**TEMA: PSYKOTERAPI OG SOMATISK SYGDOM**

Stress, depression og lænderygsmerter || Teater og mentalisering || Oplys-  
nings- og underretningspligt || Nonspecifikke faktorer || Debat ||



## FORMANDEN SKRIVER

### Medlemsundersøgelse

En stor tak til alle, der deltog i foreningens spørgeundersøgelse før sommeren. I alt deltog 684 medlemmer ud af 1409 mulige. Det gør undersøgelsen ganske repræsentativ.

Undersøgelsen er et godt arbejdsredskab, for ikke at sige en guldgrube, for bestyrelse og udvalg i foreningen. En af de første beslutninger, bestyrelsen har truffet på grundlag af undersøgelsen, er, at der skal lægges mere vægt på foreningens profil hos befolkning og politikere. Bestyrelsen har derfor indledt samarbejde med en kommunikationskonsulent, der skal være procesleder for os, i foreløbig i et år fremover.

Når jeg ser på medlemsundersøgelsens resultater, er en af de interessante informationer, at 38 % af svarerne er fuldtidspraktiserende, 33 % er deltidspraktiserende, 20 % er i en stilling hvor den psykoterapeutiske uddannelse evt. anvendes, 6 % andet og 4 % er ikke beskæftiget.

Når dette sammenholdes med den gennemsnitlige indtægt, får jeg det til, at vi som samlet faggruppe udgør en arbejdskraftreserve på det psykoterapeutiske område

### Kendskab til foreningen

Og det er indlysende, at der er et stort behov for kvalificeret psykoterapi, på en række forskellige områder.

Vores opgave er at få udbredt kendskabet til foreningens medlemmer, f.eks. til kommunale beslutningstagere. Jeg tror faktisk, at der er mange i den gruppe, der ikke ved ret meget om, hvad medlemmerne af foreningen egentlig har at tilbyde.

Et af de spørgsmål, vi vil arbejde på i den kommende tid, er, hvordan vi får kommuner og kommunalpolitikere i tale. Jeg har på det seneste hørt rygter om, at flere, også større kommuner, overvejer at åbne officielt op for at henvise borgere til psykoterapeuter. Vi har, som de psykoterapeutiske håndværkere vi er, meget at tilbyde og til en yderste rimelig pris.

### Samarbejde

Vi er en forening af en efterhånden stor gruppe af psyko-

terapeuter, der arbejder for nogle fælles mål. Det at være forening betyder set fra mit synspunkt, at man som medlem ikke bare kan sætte sig med hænderne i skødet og forvente at 'foreningen' skaber alle resultaterne. Der er brug for, at alle er aktive.

Jeg tror, at noget af fremtiden for psykoterapeuter kunne ligge i at samarbejde i grupper og fx tilbyde 'pakker' til forskellige sammenhænge. Til forskellige patientorganisationer, til forebyggelsesområdet, til virksomheder og til uddannelsesinstitutioner, der har brug for hjælp til at fastholde elever.

Det vil muligvis falde nogle for brystet, at vi må blive bedre til at sælge os selv, men det tror jeg nu er vejen til overlevelse som faggruppe.

Vi må finde ud af at få klargjort, at selvom vi er en blandet flok i forhold til teorier, så har vi nogle meget væsentlige fælles kernekompetencer, fx i forhold til menneskelig kontakt og etablering af et konstruktivt samarbejde med andre mennesker.

Nogle af de områder, der er oppe i den offentlige debat, er forebyggelse af skilsmisser og støtte til personer med psykiske lidelser og ikke mindst deres pårørende. Det er indlysende, at her kan og bør foreningens medlemmer spille en meget større rolle på det forebyggende område.

Jeg hører oftere og oftere om medlemmer af foreningen, der får jobs, hvor de er ansat overvejende på grund af deres psykoterapeutiske uddannelse.

### Esrum-arrangementet

I starten af september afholdt foreningen sit hidtil største arrangement, 'Medmenneskelighed og medfølelse i arbejdet med mennesker'. Der deltog over hundrede mennesker, og jeg tror, at alle syntes, at det var en stor og berigende oplevelse.

En tak til foreningens kursusudvalg, der har lagt et kæmpe frivilligt arbejde i arrangementet.

**Erik Wasli**

Formand for Dansk Psykoterapeutforening



## FRA REDAKTØREN

### Lille ændring i udgivelsestidspunkter

*Psykiaterapeuten* vil fremover udkomme i februar, juni og oktober. Det vil sige, at majnummeret er blevet til et juninumner. På denne måde udkommer tidskriftet mere jævnt fordelt på året.

Det er især vores annoncører, der skal være opmærksomme på ændringen til juni måned. Deadlines for annoncer er fremover normalt 1. januar, 1. maj og 1. september.

### Psykioterapi og somatisk sygdom

Temaet til dette nummer om psykioterapi og somatisk sygdom blev ikke den store sællert. Jeg modtog kun en enkelt artikel, og det undrer mig, for for mig at se må sygdom have store implikationer i folks liv. Fx diabetes, som er ved at være en folkesygdom – Dansk Psykiologisk Forlag har lige udgivet en bog om de psykologiske udfordringer ved at lide af denne sygdom. Eller hvad med sclerose, piskesmæld, hjerte-kar sygdomme, kræft ...? Eller sygdomme, der muligvis kan være psykisk betingede?

Men måske kan det også have noget at gøre med den gode, lange sommer?

Under alle omstændigheder kan man vel ikke ramme plet hver gang, og så var det jo dejligt også at modtage en spændende artikel om teaterarbejde og mentalisering, så det blev til to gode artikler at læse i dette nummer.

### Næste tema spiseforstyrrelser

Temaet til februarnummeret er *spiseforstyrrelser*, og det må der være mange af jer, der kender til og arbejder med. Så spids blyanten, dyp pennen eller tænd for computeren og send mig din artikel senest den 15. december.

### Kommende tema

Idéen til temaet til juninumneret opstod ud af en drøftelse på et medieudvalgs-møde, jeg husker ikke helt hvordan. Men det endte med at blive til *psykioterapeut i en digital tid*, og det bliver spændende, hvad det kan kaste af sig. Der må helt klart være erfaringer blandt medlemmerne.

### Send også gerne andre artikler

I er altid velkomne til at sende artikler, der ikke har med temaet at gøre. Der er tit plads i bladet. Artikler behøver i øvrigt ikke nødvendigvis at være skrevet af medlemmer, andre er også velkomne. Jeg sender gerne en artikelvejledning.

I er også altid velkomne til at komme med forslag til temaer. Emner må hverken være for brede eller for smalle ...

**Susanne van Deurs**  
Redaktør, psykioterapeut MPF

## Psykioterapeuten

er medlemsblad for Dansk Psykioterapeutforening  
– Foreningen af uddannede psykioterapeuter og  
uddannelsessteder.

**Psykioterapeuten udkommer**  
i februar, juni og oktober.

**Redaktion og layout**  
Susanne van Deurs  
Melanders Vænge 4, 2970 Hørsholm  
Tlf./fax: 4586 1560, 4144 0921  
E-mail: susvd@net.telenor.dk

**ALT STOF SKAL SENDES ELEKTRONISK  
DIREKTE TIL REDAKTØREN.  
VEJLEDNING TIL SKRIBENTER KAN  
INDHENTES.**

### Deadline

for artikler til næste nummer er **15. dec. 2013**.  
**Annoncer og øvrigt stof 1. januar 2013**,  
men alt stof modtages gerne så tidligt som muligt.

### Formater

Artikler og andre tekster sendes i Word.  
Annoncer sendes som reproklar pdf eller i Word.

### Indsendt stof

Artikler og andet stof, herunder annoncer, dækker ikke nødvendigvis redaktionens eller foreningens holdninger. Redaktionen forbeholder sig ret til at afvise, forkorte eller redigere indsendte artikler og andet stof og påtager sig ikke ansvar for stof, der indsendes uopfordret.

### Annoncepriser excl. moms:

	Medl.	Ikke-medl.	
¼ spalte	kr. 300	kr. 400	ca. 8 x 5 cm
½ spalte	kr. 500	kr. 650	ca. 8 x 7 cm
¾ spalte	kr. 700	kr. 850	ca. 8 x 10 cm
1 spalte	kr. 950	kr. 1150	ca. 8 x 13 cm
Hel side	kr. 1250	kr. 1500	ca. 8 x 21 cm
Opslag	kr. 2200	kr. 2700	ca. 17 x 21 cm
Indlæg i bladet efter aftale.	kr. 4300	kr. 5050	

Sort/hvid og farve samme priser.

Ekstraordinært arbejde med annonceopsætning kan blive faktureret.

Deadline for annoncer normalt 1.1., 1.5. og 1.9.

### Tryk

Christensen Grafisk. Tlf. 3536 0144  
E-mail: jc@christensengrafisk.dk  
Papir fra bæredygtig nordisk skovdrift.



Psykioterapeuten er medlem af  
Danske Medier

Kontrolleret oplag: 1132 i perioden  
1. juli 2011 - 30. juni 2012.



Trykoplæg dette blad: 1575 eksp.

**Abonnement** Kr. 295 pr. år.

**Forside: Den syge mand. Lysinstallation. Steen T. Krarup.**

Foto: Peet Thomsen, Black Box Gallery, Købehavn

## DON'T QUIT

When things go wrong, as they sometimes will,  
And the road you're trudging seems all uphill,  
When the funds are low and the debts are high  
And you want to smile, but you have to sigh,  
When care is pressing you down a bit,  
Rest if you must — but don't you quit.

Life is queer with its twists and turns,  
As every one of us sometimes learns.  
And many a failure turns about  
When he might have won had he stuck it out;  
Don't give up, though the pace seems slow,  
You may succeed with another blow.

Success is failure turned inside out,  
The silver tint of the clouds of doubt.  
And you never can tell how close you are,  
It may be near when it seems afar;  
So stick to the fight when you're hardest hit,  
It's when things seem worst that you mustn't quit.

Ukendt digter

## DON'T QUIT

Digtet på den modsatte side faldt jeg over på en opslagstavle hos en børnepsykolog. Hun havde fået det fra en klient, en 19-årig ung mand, som i nogle år havde været i behandling hos hende for angst. Han havde fundet digtet på en opslagstavle i en indisk restaurant og fortalte sin psykolog, at digtet og dets budskab var kommet til at betyde meget for ham.

Der var ingen forfatter anført, så jeg gik i gang med Google. Og det blev sjovt. Det viste sig, at man kunne finde digtet mange steder på nettet på engelsksprogede hjemmesider. En tid var jeg ret sikker på, at det var skrevet af Edgar A. Guest (1881-1959), som var en populær digter i USA, og som gennem sit liv bl.a. skrev 11.000 (!) digte i en stil, der passer meget godt på *Don't Quit*. Men efterhånden fandt jeg flere forfattere anført og til sidst tilmed en hjemmeside med 35 indlæg fra 26 personer, skrevet i årene 2005-2013. Adskillige af skribenterne fastholder, de selv har skrevet digtet – også selv om det (vistnok) står fast, at digtet blev offentliggjort i en bog (Hazel Felleman: *The Best Loved Poems of the American People*) i 1936, og de pågældende anfører, at de har skrevet digtet på senere tidspunkter.

Så mon ikke vi skal holde os til, at digtet er skrevet af en ukendt.

Mange anfører i øvrigt i deres indlæg, at deres forældre eller bedsteforældre altid bar digtet med sig i tegnebogen eller havde sat det op på toiletspejlet eller lign. En del andre skrev, at de havde fået digtet af en lærer eller en pårørende. Måske kan digtet ligefrem siges at være amerikansk 'folkeje'?

SvD

## VORES HELT EGEN VEDE

Jeg har set svarene vedrørende *Psyko-terapeuten* i foreningens medlemsundersøgelse og har glædet mig over dem.

På spørgsmålet om, hvordan man helst vil modtage bladet, svarer hele 87 %, at de er godt tilfredse med den nuværende form som trykt blad. Kun 11 % vil foretrække det i elektronisk form, og 2 % har andre forslag.

Hele 94 % af medlemmerne vurderer, at *Psyko-terapeuten* altovervejende er relevant læsning. Det følger naturligvis heraf, at medlemmerne læser bla-

det – 97 % svarer, at de åbner bladet og læser en større eller mindre del af det.

Det er jo dejligt for 'den gamle redatrice' at vide.

SvD

Hjælp mig med  
stof til KORT NYT.  
Skriv til redaktionen  
susvd@net.telenor.dk

TEMA I FEBRUARNUMMERET 2014

## SPISEFORSTYRRELSER

DEADLINE FOR ARTIKLER 15. DECEMBER 2013  
ØVRIGE STOF 2. JANUAR 2014

TEMA I JUNINUMMERET 2014

## PSYKOTERAPEUT I EN DIGITAL TID

DEADLINE FOR ARTIKLER 15. APRIL 2014

INDHENT ARTIKELVEJLEDNING

# STRESS, DEPRESSION og langvarige LÆNDERYG- SMERTER

**Stress er dominerende hos patienter med depression og langvarige lænderygsmerter.**

**En kvalitativ undersøgelse af psykoterapeutiske samtaler med patienter med uspecifikke lænderygsmerter af 3-12 måneders varighed.**

**Af HANNE ELLEGAARD**

Patienter med langvarige smerter i ryggen ses ikke sjældent at udvikle en depression. Årsags-sammenhænge kan være mangfoldige, og det enkelte menneske responderer forskelligt på belastninger, fysiske såvel som psykiske (1). Vi har med en størrelse at gøre, der på visse punkter kan klassificeres i symptomer og diagnoser, og som på visse punkter må ses på som individuelle situationer i en større sammenhæng. Med

en baggrund og interesse for smerte og psyke fik jeg mulighed for at udføre en kvalitativ undersøgelse af samtaler, jeg havde udført året før, hvor jeg var koblet på et randomiseret projekt som psykoterapeut.<sup>1</sup> Jeg havde i alt haft samta-

<sup>1</sup> Undersøgelsen er offentliggjort på engelsk i BioMed Central.: Ellegaard and Pedersen BMC *Muskuloskeletal Disorders* 2012,13:166 [www.biomedcentral.com/1471-2474/13/166](http://www.biomedcentral.com/1471-2474/13/166)

ler med 46 patienter, der alle havde rygmerter og depression. Beskrivelser af samtalerne i hver session var stadig tilgængelige. Lektor, ph.d., cand.cur. Birthe D. Pedersen fra Enheden for sygeplejeforskning, Syddansk Universitet, blev min vejleder, og processen med litteratursøgning og metodevalg kunne begynde. Efterfølgende opsatte vi sammen kriterier for, hvilke af

ventory Scale (BDI), (på en skala fra 0-30, og hvor højere end 30 svarer til svær depression), smertescore for lænd på 7-10 (på en skala fra 0-10, hvor 10 er værst tænkelige smerte) samt at have gennemført 5-6 samtaler med psykoterapeut. Seks patienter ud af 46 opfyldte disse kriterier (figur 1). Alle havde lændesmerter med en varighed på tre til tolv måneder.

Køn	Alder	Depression Score (BDI)	Smerte score (0-10)	Antal samtaler	Antidepressiv medicinsk behandling
Kvinde	20	26	7	5	Ja
Kvinde	30	25	7	6	Nej
Mand	33	25	8	5	Nej
Kvinde	31	25	9	6	Nej
Mand	27	23	8	6	Ja
Kvinde	33	28	9	5	Nej

Figur 1. Oversigt over inkluderede patienter

de 46 patienter der kunne indgå i en kvalitativ undersøgelse.

### Formål

Formålet var at undersøge, hvordan psykoterapeutiske samtaler influerede på patienters kapacitet til at mestre rygmerter, når smerterne var koblet med depression.

### Teoretisk ramme

Teoretisk ramme for undersøgelsen var gestaltterapi samt metoden *Somatic Experiencing* (SE-metode) (2), begge anvendt som intervention i samtalerne.

### Kriterier for at indgå

Patienter til kvalitativ undersøgelse blev valgt ud fra følgende inklusionskriterier: *Moderat depression på 23-30 iflg. Beck Depression In-*

de 46 patienter, der kunne indgå i en kvalitativ undersøgelse. Af de seks patienter, der indgik i dette kvalitative studie, sås en lav gennemsnitsalder. To patienter var i antidepressiv medicinsk behandling, en patient var netop stoppet, og tre ønskede ikke medicin mod depression. I optegnede data sås, at alle havde en uafklaret arbejdssituation.

### Datindsamling og bearbejdning

Datamaterialet er en tekst, der er fremkommet som en beretning fra 33 samtaler med de inkluderede patienter. Efter hver terapitime, ca. et år forinden, blev en A4 side om psykoterapiens forløb skrevet ned.<sup>2</sup>

Databearbejdning foregik ud fra den Ricoeur-

<sup>2</sup> Det må erindres, at der på interventionstidspunktet endnu ikke var beskrevet noget studie, og teksten var skrevet ud fra patientens fortælling, indeholdende citater, patientens adfærd mv. med henblik på refleksion og som arbejdsredskab for bedst mulige opfølgning ved næste samtale.

inspirerede metode, der bestod af analyse og fortolkning på tre niveauer: Naiv læsning, strukturanalyse og kritisk fortolkning og diskussion.<sup>3</sup>

### Resultater

Ud fra den naive læsnings overblik og helhedsforståelse fremkom der i strukturanalysen følgende tre overordnede temaer: *tidligere oplevelsers betydning, begrænsninger i hverdagen samt ressourcer*. Et galleri af belastninger i mange afskygninger fremgik af de 33 siders tekst. Blandt andet som følgende:

#### Tidligere oplevelsers betydning

Analysen viste, hvorledes tidligere oplevelser har haft indflydelse på patientens nuværende liv og funktion. Eksempelvis havde tab af nærtstående familiemedlem udløst vrede og sorg, der kunne se ud til at have ført til en selvdestruktiv adfærd, som en patient udtrykte på følgende måde:

*"Jeg er vred over at min søster tillod sig at dø fra sin datter, der var et år gammel. Jeg ville ønske, at jeg selv var død i stedet. Det er sørgeligt og trist at tale om. Jeg har været ude i tovene siden."*

Og videre udtrykkes:

*"Jeg fik så meget Somadril (muskelaflappende og sløvende medicin), så bare tanken giver mig kvalme. Jeg var sovset ind i medicin. Jeg forstår ikke, at det er så let at få medicin skrevet ud. Det var Somadril, der fik mig helt ned i dybet. Jeg har oplevet, at jeg ikke aner hvad jeg gør, når jeg får så meget medicin. Og det var ikke for at tage mit eget liv, at jeg tog så meget og blev indlagt."*

<sup>3</sup> Interesserede i metoden kan læse den fulde beskrivelse i artiklen *Stress is dominant in patients with depression and chronic low back pain*. Eller i rapporten *Psykoterapi til patienter med ondt i ryggen og depression*. Begge kan downloades fra forfatterens hjemmeside [www.gestaltterapeut.com/publikationer](http://www.gestaltterapeut.com/publikationer).

Igennem citaterne blev udtrykt en følelse af sorg, som synes at have medført en selvdestruktiv adfærd i form af medicinoverforbrug. Velkendt er det, at efterladte kan have en ubevidst trang til selv at 'ville i graven' og kan miste grebet i eget liv. I denne situation førte overforbruget af medicin til forgiftning og indlæggelse. Ses dette i relation til teorien om personlighedslaget i gestaltterapien (3), ser det ud til, at et overforbrug af medicin holdt patienten i 'beskyttelseslaget', også kaldet *det fobiske lag*. Hvis det er for smerteligt eller ubærligt at mærke sine følelser, kan beskyttelseslaget, der omkranser det autentiske lag, være det sted, hvor man ubevidst kan gemme sig, så kontakt til egne følelser undgås, herunder angsten for ikke at overleve eller for at blive afvist.

#### Skyld og skam

Andre temaer, der viste sig i undersøgelsen, var skyld og skam. (4) Skyld betyder, *jeg har gjort noget forkert*, og skam betyder, *jeg er forkert*. Skyld har således fokus på handlingen og kan være sund, hvis man vitterligt har gjort noget dumt over for andre. Og det kan man måske rette op på. Hvorimod skammen er syndens og mindreværdighedens holdeplads. Skam føles som en indre tortur, som en sjælens sygdom. Ud fra ovenstående citat ser det ud til, at patienten følte det skamfuldt at tage så meget medicin og gik i forsvar ved at projicere skylden på den praktiserende læge, der udskrev medicinen, da det syntes at være for ubehageligt for patienten selv at tage ansvaret på sig. Gestaltterapien åbnede op for, at patienten kunne få lettet den tyngende følelse af skyld og skam.

#### Pludselige hændelser

I relation til tidligere oplevelser fandtes i materialet en beskrivelse af en pludselig hændelse, der viste sig at medføre frygt for at være blevet lammet. Patienten faldt bagover og tre meter ned. Han fortalte:



*”Jeg faldt ned fra en frontlæsserskovl, faldt tre meter ned. Jeg var hejst op og fik åbenbart at vide, at nu ville jeg blive sænket, men jeg hører det ikke, og vi har ikke øjenkontakt, som vi ellers plejer. Jeg registrerer ikke beskeden, før jeg pludselig får overbalance og falder bagover. Der skete noget i ryggen, og jeg kunne ikke rejse mig og løbe væk. Det er ellers det, jeg altid har gjort alle de andre gange, jeg er faldet ned af stiger og lignende. Nu ville jeg kravle væk, men jeg kunne ikke bevæge mine muskler.”*

Citatet åbnede for, hvordan en patient efter et pludseligt fald følte sig ude af stand til at bevæge sig. Han blev skrækslagen og frygtede at være blevet lam. Det kan antages, at der har været tale om en chokreaktion. Hans hidtidige overlevelsereaktion havde været flugt, hvilket han ikke var i stand til i denne hændelse, da kroppen formodentligt instinktivt reagerede med en stivnereaktion/freeze-respons (2). Ved fare stiger adrenalinproduktionen, sanserne skærpes, instinktmæssigt foregår det i reptilhjernen/hjernestammen i løbet af et splitsekund – flugt, kamp eller stivnereaktion. Jo mere uventet og pludseligt en hændelse sker, jo større risiko er der for, at en chokoplevelse kan udvikle sig til en posttraumatisk stressreaktion (5).

Det autonome nervesystem påvirkes ved en traumatisk hændelse. Den sympatiske gren har med opladning af systemet at gøre, den er nervesystemets speeder. Den parasympatiske gren aflader aktiveringen og får os tilbage i afslappet tilstand, den er nervesystemets bremsepedal. Under normale omstændigheder er der en blid rytme mellem de to og inden for en vis grænse. Ved en voldsom hændelse oversvømmes mennesket af stimuli/high arousal og kan føle sig overvældet af frygt og/eller opleve andre kraftfulde følelser, som fx raseri (sympaticuspåvirkning).

I nævnte faldulykke lå patienten ubevægelig. Når det ikke er muligt at handle på en voldsom hændelse, vil kroppen tilbageholde aktiveret energi. Efter en hændelse vil mennesket have behov for fred og ro i timer til dage derefter til regulering af det autonome nervesystem, hvilket dog sjældent er en mulighed på grund af fx ambulance, indlæggelse, afhøringer osv. Når et menneske, som her, ’siddet fast’ i stivnereaktionen (parasympaticus), kan det efterfølgende opleve bl.a. meningsløshed, depression, dødhed, udmattelse og manglende evne til at handle. I ovennævnte situation blev patienten akut indlagt, han havde meget ondt i ryggen, og den ophobede energi må formodes at være forblevet i kroppen og formodentlig fortsat være til stede ti måneder senere.

Han fortalte endvidere følgende:

*”Jeg blev indlagt, men fik at vide, at jeg ikke fejlede noget. Jeg fik morfin, så jeg til sidst kunne sidde op, og dagen efter måtte jeg selv hente min mad, hvis jeg ville have noget. Det var ikke nogen rar oplevelse. Og jeg afskyr sygehuse, de lugter af død. Jeg har oplevet så mange dødsfald. Mine kammerater, der kørte sig ihjel, mine bedsteforældre samt en nær ven på 19 år, der døde af sygdom. Så jeg skulle hurtigt hjem fra sygehuset og kom det, men fik så ondt der hjemme.”* Græder og siger: *”Derhjemme græder jeg meget. Før ulykken var jeg en frisk fyr, der tog ud og hjalp alle og enhver.”*

Citatet åbner op for, hvorledes patienten fornemmede, at han ikke blev taget alvorligt og oplevede mangel på ro, omsorg og tryghed. Efter en chokoplevelse følger ofte utryghed. Han blev ked af det. Endvidere oplevede han at ”sygehuset lugtede af død”, hvilket gav ham stress, angst og ubehag, hvorfor han valgte at lade sig udskrive, thi hans overlevelsereaktion var at komme væk derfra. Faldet medførte stærke smerter samt et brud på rygsøjlen, der hæmme-

**“ Når det ikke er muligt at handle på en voldsom hændelse, vil kroppen tilbageholde aktiveret energi.**



**Psykologisk set vil behandlingen skulle rettes mod at få patienten til at forholde sig til, at han overlevede og har sin førlighed i behold, samt at hjælpe kroppen til at forstå, at faren er overstået.**

de patienten i vante aktiviteter, chokoplevelsen forblev i kroppen, og han udviklede en depression og oplevede magtesløshed.

Psykologisk set vil behandlingen skulle rettes mod at få patienten til at forholde sig til, at han overlevede og har sin førlighed i behold, samt at hjælpe kroppen til at forstå, at faren er overstået. Desuden arbejde med sansning og finde ressourcer, nænsom tilgang til hændelsen (titrering) og pendulere mellem ressourcer og traume, alt sammen medvirkende til at nedtone stress og uro og samtidig undgå retraumatisering. Dertil arbejde med at få patienten ud af dødhedsoplevelse (og depression) ved fx at stimulere nervus vagus anterior (fx woo lyde) samt færdiggøre *flightrespon*s, begge dele ved hjælp af SE-metode (2). Psykoterapeutisk kan der arbejdes (6) nede fra reptilhjernen til det limbiske system og videre op til neurocortex, også kaldet at arbejde *'buttom up'*, hvor krop, emotion og bevidst opmærksomhed samles. Denne integration indeholder en balancering af arousalsystemerne i det sympatiske og parasympatiske nervesystem. Bessel van der Kolk har beskrevet, hvordan traumatiserede mennesker ofte *"lose their way in the world"* (7). Reptilhjernen er ikke omkodet til vor moderne vestlige verden, til skade for naturlig forløsning af traumer.

### Begrænsninger i hverdagen

Undersøgelsen viste blandt andet, hvorledes begrænsninger i hverdagen kan påvirke selvværd og identitet.

En patient havde det svært med ikke at kunne det, han tidligere tog som en selvfølge, og det så ud til at påvirke hans oplevelse af sin identitet. Han udtalte følgende:

*"Jeg kan ikke længere være 100 % håndværker. Kroppen, armene, hvor al min styrke sidder, er nu begrænset pga. ryggen."*

Ved nedsat funktionsevne, som her i forbindelse med ondt i ryggen, kan mennesket blive påvirket i forhold til sin identitet, det være sig i forhold til familien såvel som i forhold til arbejde. Selvværdet kan dale i takt med fysiske og psykiske begrænsninger og oplevelse af ikke at føle sig noget værd.

Han fortsatte:

*"Jeg kan ikke mærke nogen følelse, der er ikke noget, der gør mig ked af det, jeg var nok mere til at rase ud, men det gør man jo ikke. Jeg får det (vreden) ikke ud af kroppen som tidligere, hvor jeg arbejdede og spillede fodbold."*

Udtalelsen kan tolkes at indeholde en indelukket følelse af vrede. I ovennævnte situation så det ud til, at vreden var ophobet og blevet forbudt eller vanskelig at udtrykke. Vrede kan give spændinger i kroppen og være med til at forstærke smerte. Terapeutisk og fænomenologisk arbejdede patienten med smerten og vreden og opdagede, at spændingerne i ryggen forsvandt. En anden teori kunne være, at vrede var opstået efter en ufuldført kampsituation (5), og at der var tale om sympaticus påvirkning, såkaldt *overcoupling* iflg. SE-terminologi. Denne patient havde to gange været ude for ubehagelige hændelser.

### Ressourcer

Undersøgelsen viste, især i slutningen af beskrivelser af psykoterapien, hvordan ressourcer trådte frem. En kvinde, som havde oplevet tab og sorg og havde været selvdestruktiv, udtalte i en afsluttende samtale:

*"Mit mål er at komme tilbage til arbejdet inde i byen og blive boende i det lille samfund, så mine børn kan fortsætte i skole der. Jeg mærker, at jeg er ved at vågne op, frem for at være den lille ynkelige."*

Det sås, hvorledes patienten i terapiforløbet var nået frem til selv at tage ansvar og udtrykte, at hun ville tage ansvar både for sig selv og for sine børn, hun ville give sine børn de bedste vilkår. Endvidere at hun ville tilbage til arbejde og ud af offerrollen. Og, som det så ud på dette tidspunkt, ligeledes at have styrke og vilje til at gennemføre et videre genoptræningsforløb.

En anden patient arbejdede kropsligt og sanseligt i en afsluttende session og udtrykte: *"Jeg vil åbne mit hjerte for mig selv."* På denne måde syntes patienten at fortælle, at hun var nået frem til den indsigt, at hun var noget værd og selv måtte tage ansvar for at komme videre. Det var ikke nok, at hun som hidtil havde stået til rådighed for alle andre. Hun udtrykte, at hun oplevede en indre glæde og befrielse, en vej ud af depressionen, og oplevede at have det anderledes godt i hele kroppen efter at have sanset, hvad der skete i hendes krop.

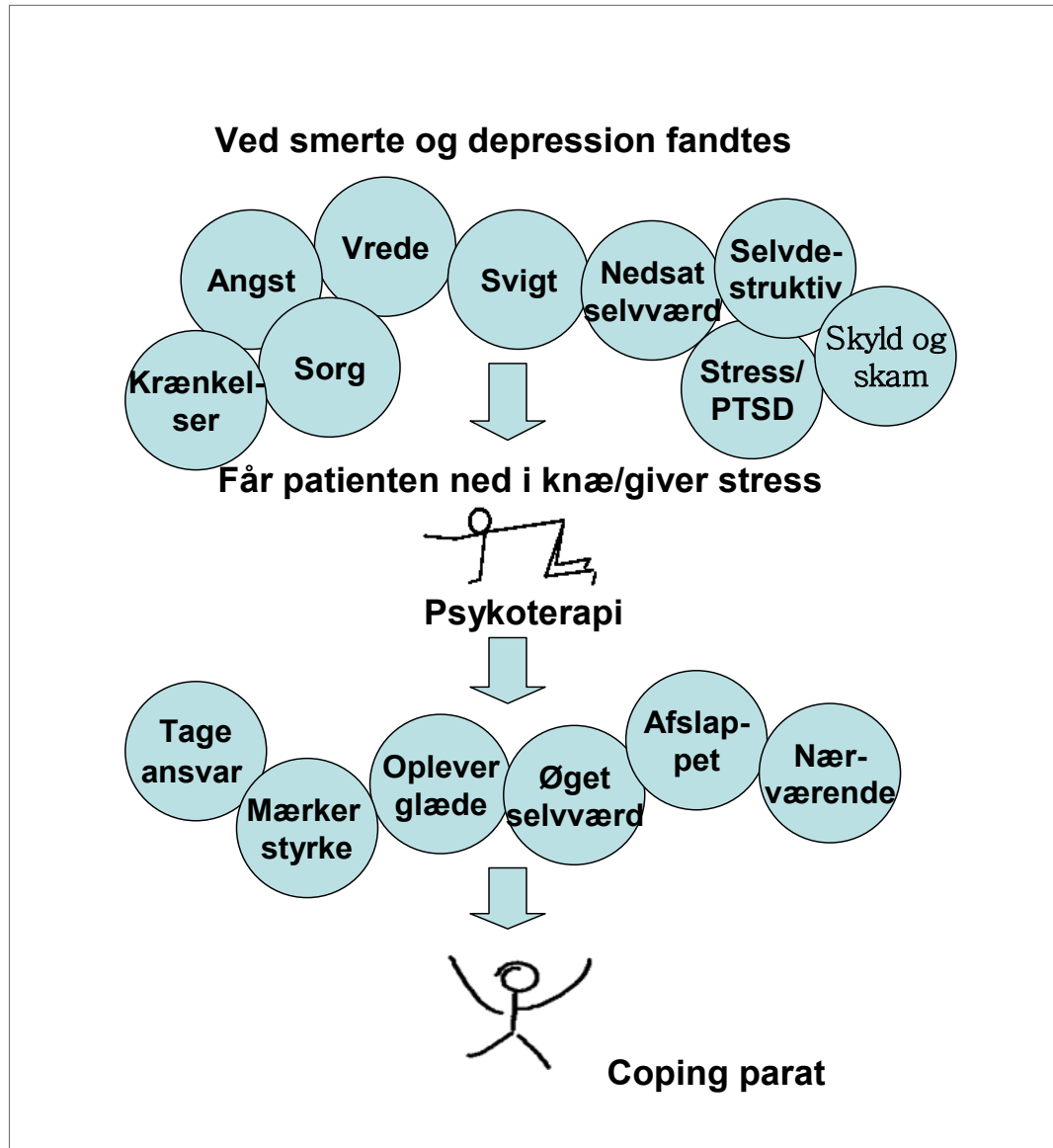
### Stresssymptomer, et overordnet fund

I teksterne sås beskrevet, hvordan nogle patienter med lændesmerter kom med anspændte, stressede og ufokuserede øjne, når de havde det værst. Øjne, som vi alle kender til at få, efter fx mange timers intenst arbejde foran en computer til over midnat eller mange timers kørsel i regnvej og mørke. Vi bliver stressede, trætte og får behov for en pause. Patienter med konstante smerter kan sjældent på egen hånd finde pause for smerte, søvnmangel, tristhed, angst, magtesløshed mv. Ved langvarig stress er det velkendt, at mennesker har behov for støtte og ro for at klare sig ud af situationen (8). Ved psykoterapeutisk tilgang, hvor patienter i dette studie bogstaveligt talt fandt fodfæste via grounding og blev mødt som dem, de var, oplevede de afslapethed og endda ofte velbehag i kroppen. Øjnene slappede af, blev klare, og patienterne blev nærværende, kom til stede i nuet, fandt ro og var

oftest selv overraskede over at opleve en rar fornemmelse i en ellers smerteplaget, anspændt og stresset krop. Det er velkendt, at stress påvirker til øget kortisoludskillelse fra binyrerne medførende depressionsrisiko. Desuden, at hippocampus, en del af det limbiske system i hjernen (9), kan ses atrofiere ved længerevarende depression og stress. Ses langvarige smerter som en evig stressfaktor, der i forlængelse deraf udmønter sig i depressive symptomer, ser det ud til, at det



Tegning: Jens Nex



alt sammen er selvforstærkende. Dette fund af stress i forbindelse med smerter i ryggen og høj depressionsscore anses at være overordnet og det mest interessante i dette studie.

I undersøgelsen sås, hvordan ressourcer blev genvundet, selvværdet øget, og patienter udtrykte lyst til at handle og tage vare på sig selv.

Forskellige teorier ses i litteraturen forklare

sammenhængen mellem lænderygmerter og depression, men ingen er fundet fulgyldige. I litteraturen ses beskrevet, hvordan patienter med rygmerter ofte ses med en maskeret depression, kendetegnet ved at tristheden mangler (10). Det interessante i relation til maskeret depression synes at være, at der i stedet kan være tale om stresspåvirkning mere end en atypisk depression, eller det kan tænkes at være en både-og situation. Et aspekt, som nærværende undersøgelse kan være med til at pege på, da det overordnede fund netop er stresssymptomer. Det må dog understreges, at de seks patienter i dette kvalitative studie ikke er screenet for stress, det er beskrivelsen af den kliniske intervention, der ligger til grund for denne konklusion.

Med fundet af stresssymptomer hos patienter med stærke rygmerter og moderat depression skønnes behandling med gestaltterapi og/eller SE-metode hensigtsmæssig, da stressreaktioner blev dæmpet, og evnen til at udføre handling og tage ansvar blev øget. Dertil kom, at patienterne opnåede indsigt, fik erkendelse og igen blev i stand til at mærke egne ressourcer. Alt i alt medvirkende til øget kapacitet til at mestre smerterne i ryggen.

#### Litteratur

1. Ellegaard H: *Ondt i ryggen*. Tidsskriftet Sygeplejersken, nr. 14/2003; 14-26.
2. Levine Peter A: *Den tavse stemme. Hvordan kroppens sprog kan opløse traumer og skabe velvære*. Hans Reitzels Forlag 2012.
3. Clarkson, Petruska og Mackewn, Jennifer: *Fritz Perls*. Sage Publications Ltd. London; 1993; 78-98.
4. *Her og Nu. Klassiske og nye gestaltterapeutiske tekster*. Redigeret af Jørgen Lumbye. Paludans forlag, 3100 Hornbæk. 2004; 162-186.
5. Heller, Diane Poole og Heller, Laurence S: *Traumeheling. Guide til forløsning af traumer efter trafikuheld og andre ulykker*. Borgen 2005; 57-86.
6. Hart, Susan: *Betydningen af samhørighed*. Hans Reitzels Forlag 2006; 319-338.
7. Van der Kolk BA: *Clinical Implications of Neuroscience Research in PTSD*. Ann NY Acad Sci 2006;1071:277-293.
8. Prætorius, Nadja U: *Stress – det moderne traume*. Dansk Psykologisk Forlag 2007; 34-43.
9. Videbech, P: *Depression, stress og hjernefunktion: Moderne depressionsopfattelse*. Månedsskrift for Praktisk Lægegerning nr. 11-2005.
10. Joukamaa, M: *Depression and back pain*. Acta psychiatr Scand 1994; Suppl 377: 83-86.



Hanne Ellegaard er psykoterapeut MPF. Diplomeret gestaltterapeut fra Nordisk Gestalt Institut. Uddannet choktraume terapeut/Somatic Experiencing® Practitioner (SE). Har basisuddannelse som sygeplejerske. Ansat i Rygcenter Syddanmark, Middelfart, som psykoterapeut og med udviklings- og forskningsfunktion. Er desuden privat praktiserende.

# TEATER

træner evnen til at

# MENTALISERE

**Om kunstterapi med udgangspunkt i en æstetisk ambition**

Af LISE LOTTE HELM

**Drama- og teateraktiviteters potentialer i forhold til mentalisering eksisterer ikke mindst i kraft af teaterformens grundlæggende og unikke egenart, karakteriseret af kommunikation om kommunikation og arbejde med sammenhængen mellem krop og sind. Øvelse i at kunne se sig selv udefra og andre indefra og at kunne regulere sine følelsesmæssige affekter ser ud til at være nogle udviklingsmæssige sidegevinster for de medskabende deltagere i teaterproduktion i pædagogisk regi. Den anvendte arbejdsmetode bygger langt hen i processen på improvisation og karakteropbygning inspireret af film- og teaterproducenten Mike Leigh.**

Rent sprogligt er det relevant at oversætte ordene teater (theomai: at se) og drama (handling) fra græsk til det at se andre, at handle (og deri spejle sig selv) – eller set fra skuespillerens

synspunkt: at handle ud fra forestillingen om andres intention og sind og at blive set og spejlet i andres øjne og eventuelle handling. Så kan mentaliseringsfunktionen med sit fokus på det interpersonelle såvel som de kropslige og kulturelle aspekter vel ikke ligge meget tættere på ...?

Denne tese har jeg forsøgt at dokumentere i en masterafhandling med baggrund i 20 års teaterpædagogisk praksis. Resultatet viser, at teaterproduktionen, ud over en række andre positive sideeffekter, indeholder rige potentialer i forhold til at bidrage til udviklingen af deltagernes evner til mentalisering.<sup>1</sup>

Afhandlingens empiri er hentet inden for ungdomspsykiatrien, men det betyder ikke, at so-

<sup>1</sup> Diskussion om de lange seje træk frem for Katharsis i Helm, 2011.

cialpsykologisk udvikling gennem teater kun refererer til det patologiske felt. Teater og produktionsformens potentialer virker også for deltagere inden for det såkaldte normalområde. Udfordringerne og forandringerne eksponeres imidlertid meget tydeligt i et felt, hvor deltagernes personlighed og adfærd er præget af lidelser som fx borderline, Aspergers syndrom og skizofreni.

### At blive set, hørt og spejlet

Alle mennesker har et grundlæggende behov for at blive spejlet, set og hørt. Psykisk sårbare mennesker kan ofte have et særligt behov for at blive set og hørt – og måske netop på andre måder, end de oplever det i hverdagslivet.

Mit udgangspunkt for at lave teater har altid været at skabe forestillinger af maksimal æstetisk værdi (Helm, jan. 2011), men de socialt-emotionelle sidegevinster ved den æstetiske proces har ikke været til at tage fejl af.

Teaterproduktionsprocesserne kan karakteriseres som *konceptuel devising* (Kjølner). Konceptuel devising er en arbejdsproces, der i begyndelsen, materialegenereringsfasen, er meget åben over for forskellige muligheder inden for en given ramme (konceptet), og hvor disse langsomt, men løbende, 'lukkes af' i kompositionsfasen, og først under iscenesættelsesfasen lægges forestillingen endeligt fast.

Jeg skriver synopsis til forestillingerne, og de unge udvikler i fællesskab karaktereridéer og replikker inden for den skitserede ramme. Dette giver deltagerne ejerskab i såvel proces som produkt og modvirker bl.a. traditionelle skolekomediers påklistede dialog og stive diktion.

Det at arbejde seriøst omkring den æstetiske skabelse, oplevelse og efterbearbejdelse ses som en del af det at tage sig selv alvorligt som aktør, udøver, recipient og dermed som menneske. Der er meget at lære om sig selv og verden i den måde, publikum responderer på, og ambitionen om et kunstnerisk set optimalt produkt bliver en fælles sag, der spontant og prompte spejles i publikums feedback.

Der er altså ikke tale om psykodrama, men om teaterskabelsesprocesser, hvor værket, det æstetiske produkt, er i højsædet – et forsøg på at skabe kunst – og dette på kunstens præmisser. En af pointerne er, at kunsten ikke skal instrumentaliseres for at have sin berettigelse i pædagogisk eller behandlingsmæssig sammenhæng, men at kunstnerisk aktivitet i sig selv indebærer nogle processer og æstetiske valg, der kan være helende og støttende for psykisk trivsel og social-emotionel udvikling.



**Mike Leigh og hans 'metode'<sup>2</sup>**

Teater- og filmproducenten Mike Leigh er valgt som parallel og inspiration, idet han i høj grad inddrager sine skuespillere i den dramaturgiske proces. Han prioriterer arbejdet med improvisationer højt og har et menneskesyn, der må betegnes som kritisk socialkonstruktivistisk. At udvikle værkets kunstneriske værdi via mellem-menneskelige processer står højt i hans æstetiske hierarki (Szatkowski, 2005).

Leigh's skuespillere har stor indflydelse i arbejdsprocessens første fase (materialeproduktionsfasen), der i hans produktioner strækker sig

over meget lang tid. I kompositions- og iscenesættelsesfasen har skuespillerne kun ringe indflydelse. Leigh påtager sig de endelige kunstneriske valg, og der bliver således ikke tale om endeløse diskussioner, som det ofte forekom 70'ernes kollektive teaterproduktionsformer.

Leigh's principper for skuespillernes arbejde dannede i Danmark i midten af 1990'erne grundlaget for en 'skole'<sup>3</sup> og udgør fortsat inspiration for såvel film- som teaterproduktion, ofte med konceptuel devising, som produktionsstrategi.

Vedrørende produktionsprocesserne handler det

<sup>2</sup> Clements, 1993

<sup>3</sup> Fx på Odsherreds Teatercenter, DK

**Jacko's fotoalbum**

Dette eksempel er udvalgt blandt de mange forestillinger, jeg har sat op med børn og unge inden for såvel det normal- som det specialpædagogiske område.

Forestillingen blev gennem arbejdsprocessen til en mosaik af billeder og facetter fra Michael Jacksons liv, tanker og musik, inspireret af hans død og de mediemæssige effekter heraf. Der blev lavet et grundigt researcharbejde i forhold til forskellige elementer og personer i Jacksons og udvalgte familiemedlemmer og venners liv, og dramaholdets elever deltog i såvel research som karakteropbygning, improvisation, fortolkning og stillingtagen. Dette forarbejde blev en lang proces, forestillingen var endnu ikke helt færdig til generalprøven, men den blev på alle måder en succes, ikke mindst fordi de unge havde arbejdet så grundigt med karakterudviklingen og havde erfaret noget om sindets og personlighedens kompleksitet.



Fotos fra Jacko's fotoalbum, Holmstrupgård, 2009.



for Leigh om at skabe arbejdsituationer, hvor skuespillerne kan være kreative og udfolde deres potentialer, som han så kan trække på. Leigh fortæller, at når en skuespiller har indvilget i at arbejde med ham, sætter de sig ned og snakker længe om alle mulige forskellige mennesker, som skuespilleren kender, og Leigh vælger så en eller flere af disse personer som udgangspunkt for den karakter, der skal udvikles, ud fra sit kendskab til de mennesker, de andre skuespillere bringer ind i projektet. Leigh kalder 'de virkelige mennesker' et slags stillads, som bruges til at skabe helt nye karakterer. Leigh er ikke interesseret i disse 'levende modeller' i sig selv, men i skuespillernes *forestillinger* om disse mennesker, som noget imaginært, der indgår i den kreative proces. Når så de enkelte karakterer er skabt og sættes over for hinanden, begynder de at udvikle og ændre sig i kraft af den måde, hvorpå de påvirker hinanden.

Dette udgangspunkt er tydeligvis et ganske andet end det mere traditionelle, hvor en dramatiker skriver et stykke, som instruktøren så iscenesætter ved, at skuespillerne, udvalgt gennem casting, tilstræber at 'udfylde' den foreskrevne rolle via en mere eller mindre guidet opbygning af figuren, der i bedste fald bliver til en karakter. Leigh vægrer sig ved at tale om en egentlig 'Mike Leigh-Metode' (Jørholt, 2008), idet han oplever sig selv som intuitiv, telepatisk og kreativ i sit instruktørarbejde, hvilket bestemt ikke gør ham mindre relevant i en pædagogisk/behandlingsmæssig kontekst.

### Mentalisering

*"To hold mind in mind"* (Peter Fonagy, 2007). Begrebet kan kort sagt forklares således: *Det at kunne forstå andre indefra og os selv udefra i den forstand, at vi kan forstå, hvordan andre kan forstå os* (2007). Mentalisering er en samlebetegnelse for implicit og eksplicit fortolkning af egne og andres handlinger som meningsfulde

udtryk for et indre liv, fx behov, ønsker, følelser og fornuft. Det foregår oftest ubevidst (førbevidst) og handler bl.a. om intuitive, emotionelle reaktioner på sociale samspil.

Psykiaterne Bateman og Fonagy (2007) oplister fire centrale og forbundne områder, hvor mentaliseringsvanskeligheder især slår igennem, nemlig i forbindelse med *impulsivitet, emotionsregulering, relationer og identitetsdannelse*.

Mentalisering er evnen til at erfare og fortolke andres intentioner, sætte sig i andres sted og have forståelse for sine egne sindstilstande. Vi er afhængige af gode gensidige relationer til andre for at udvikle evnen til at forstå os selv. Mentaliseringsevnen er grundlæggende for, at vi kan holde os mentalt sunde, og spiller en nøglerolle i forhold til vores selvorganisering/selvforståelse og for evnen til at regulere effekter, altså fx at kunne udholde modgang uden at blive selvmordstruede, at være begejstrede uden at blive urealistisk grandiose og omnipotente eller at kunne føle aggression uden at slå.

Kroppen bliver ofte anvendt som regulator, når "følelselivets bremsemekanismer" (2008, p.200) ikke slår til. Oplevelsen af ikke at kunne udholde vanskelige følelser kan fx ligge bag spiseforstyrrelser, selvskadende adfærd, fx cutting, eller misbrug af alkohol eller euforiserende stoffer.

Nedsat mentaliseringsevne og dermed reduceret affektregulering kan bidrage til en tilnærmelsesvis forklaring på nogle tilfælde af bl.a. vold og selvmordshandlinger.

Mentaliseringsevnen udvikles i relationen til andre. I første omgang i den primære relation til den nære voksne, men også påvirkninger senere i livet kan have afgørende betydning.

Vanskeligheder i forhold til mentaliseringsevnen ses tydeligt i sammenhæng med psykiske lidelser, men også uden for det patologiske felt kan vi alle i perioder under særlig belastning/stress have reduceret vores evne til mentalisering.

Mentaliseringsbaseret behandling er først og fremmest udviklet og beskrevet i forbindelse med borderlinepersonlighedsforstyrrelser. Mine erfaringer og undersøgelsen af den Mike Leigh inspirerede teaterproduktion synes imidlertid at underbygge en teori om, at bl.a. mennesker med

Aspergers syndrom, som har svært ved at forudse andres opførsel og forstå de intentioner, der ligger bag den, som har svært ved at føre en gensidig samtale, fordi de ikke kan leve sig ind i andres tanker og følelser, samt har vanskeligheder med at forklare egen adfærd og med at forstå, hvordan andre opfatter den, også udvikler deres mentaliseringsevne gennem denne form for teaterproduktion.

Bateman og Fonagy angiver nogle byggesten i forhold til egentlig mentaliseringsbaseret intervention (p.149). Mindst tre af disse er i denne

**Det er her forsøgt helt konkret at sammenfatte og opliste mentaliseringsfænomener og give eksempler på, hvordan der ud fra en æstetisk hensigt kan arbejdes med disse fænomener i drama- og teaterproduktion.**

Mentaliseringstemaerne står med kursiv. Herunder gives der eksempler fra drama/teaterpraksis:

*Integrativ tænkning af krop og sind:*

Krop og stemme skal udtrykke, hvad der sker i sindene.

Teater er ofte bygget op over konflikter mellem rolleforventninger og følelser udtrykt gennem kropslige artefakter.

*Kende og kunne navngive mentale tilstande gennem egen oplevelse og erkendelse:*

I en karakter/rolle kan man forholde sig til en stol/avis/de andre spillere – ud fra den stillede opgave, fx "du er jaloux på ...", "du er bange for ...". Man kommunikerer om følelsesudtryk efter improvisation og under instruktion.

Følelsesaffekter italesættes under udvikling, i instruktion og selektion.

I teater er følelsesaffekter ofte karakteristiske og danner ligefrem grundlag for tema og handlinger.

*Genkende mentale tilstande hos sig selv og andre:*

Man forholder sig til, spejler og responderer på, hvad andre udtrykker – både i en tilskuerrolle og i rollen som medaktør.

*Nuancere:*

Improvisationer og øvelser, der træner nuancering og graduering af følelsesregistret, bl.a. for at modvirke klichéen.

*Opleve ligheder og forskelle:*

Man træner modspil og medspil (i fiktionen og evt. i det reelle samarbejde). Italesættelse og evt. dialog om følelsesmæssige ligheder og forskelle. Evt. refleksioner i forhold til harmoni eller konflikt.

*Rummelighed:*

Fordres og øves, især under improvisation, øvelser og indstudering

*Spejle:*

Fx helt konkret under fysiske spejløvelser.

Under spillet opleves det tydeligt og ofte meget konkret, når karakterer spejler hinanden. Stern (2011) beskriver, hvorledes imitation gengiver form, mens afstemning gengiver følelser. I drama og teater opstår oplevelser i varieret grad i dette spektrum mellem polerne imitation og emotionel/affektiv afstemning. (Stern 2011).

*Eksperimentere – afprøve nye historier om sig selv:*

Forandre/regulere:

Der improviseres inden for en givet ramme, alene eller sammen med andre. Dvs. der afprøves kontinuerligt nye måder og historier.

Evt. kan man via teater få skabt nye historier om sig selv – for spillere såvel som for publikum. (Jf. Michael White).

sammenhæng umiddelbart interessante og kunne til forveksling minde om noget af det, der ligger implicit i den analyserede drama/teaterpraksis, og måske i teater generelt, nemlig:

1. *Affektfokusering* (kærlighed, begær, krænkelser, katastrofe, ophidselse),
2. *Relatering til aktuel hændelse eller aktivitet* og
3. *Mindre vægt på ubevidste problemer til fordel for næsten bevidst eller bevidst indhold* (at fastholde forløbet frem for/før indholdet fortolkes).

Fonagy og Bateman skriver, hvorledes der i

terapeutiske sammenhænge kan være en risiko for pseudomentalisering, hvis der fokuseres på dybe, ubevidste problemer. De fremhæver, at hvis målet er at styrke mentaliseringen, er det hensigtsmæssigt at holde sig til det bevidste eller næsten bevidste indhold i processen frem for at frembringe egentlig indsigt via forsøg på fortolkning.

Netop denne pointe oplever jeg som central i forhold til teaterskabelsesprocesserne. Min erfaring er, at der ofte kan ske langt mere på mentaliseringsplanet under en teaterproduktions-

Der kan opleves fornemmelse og bevidsthed om sammenhæng mellem krop og sind.

I kraft af oplevelse og erfaringer fra fx spejling og improvisation – i det (kropsligt-) æstetisk-relationale felt.

Sampil og samspil(s-relationer) er centrale i øvelser, spil og plots. Teater som kommunikation om kommunikation.

*Fortolkning af følelser, tanker og intentioner bag andres handlinger:*

Man øver sig i at se sin karakter udefra og træne forståelsen af, hvad der sker i den andens sind. (Se figur 1).

I samspillet reageres ud fra fortolkningen af den andens adfærd/handling. I figurobygning digter man videre på fortolkning af andres (og egne) følelser, tanker og intentioner som udgangspunkt for handling.

Danner ofte udgangspunktet for hele den dramatiske fiktion.

*Reflektere:*

Det kan være en hjælp at sprogliggøre, hvad der sker under spillet på fiktionsplan (evt. også på realplan).

Der diskuteres og reflekteres ofte i fællesskab over, hvad der ses og høres – også efterfølgende ved hjælp af videooptagelser.

Her kommunikerer om kommunikationen i kommunikationen.

*Modvirke afpersonificering:*

Det, at andre mennesker som grupper gøres til 'ikke-personer', er ikke alene et fænomen rele-

vant i forhold til mentalisering og socialisering, men i høj grad noget, der er i spil i forhold til fx mobning og terrorisme.

En form for 'humanisering' er nødvendig og sker under research og figurobygning.

Dette gør sig også gældende for instruktør og staben omkring spillerne, hvis der arbejdes efter Leigh's principper, hvor indsigt i både figur og person ikke kan undgås.

Det unikke ved mennesker sættes i fokus.

*Opbygning af tryghed og tillid:*

Opbygning af tillid er instruktionsmæssig forudsætning. Der arbejdes ofte med tillidsøvelser i drama/teatergrupper.

Der må opbygges tillid til, at materialegenereringsfasens løse ender og de valg, der foretages, ender med at fungere som samarbejde, som værk.

Konstruktion af en tryk ramme og et trygt rum som forudsætning for, at spillernes mod til eksperimenter og kreativitet kan udfolde sig.

Trygheden ligger implicit i det ufarlige og det uforpligtende i den æstetiske fordobling (når man spiller end anden end sig selv).

Der trænes tryghed i forhold til det at stå frem og blive set og hørt.

*Opbygning af selvtilid/identitet (min tilføjelse):*

Et dobbelttydigt aktørbegreb er i spil: Jeg er særlig med det, jeg kan som spiller + min karakter er unik som den, hun er.

Her ses en transferværdi ofte tydeligt i konkrete hverdagssituationer.

proces end under længere samtaleforløb, hvor klienten kan anvende masser af ord, betegnelser og begrundelser for sine egne mentale tilstande og problemer, men måske slet ikke magter at skabe levet forandring.

### Omverdensinteresse

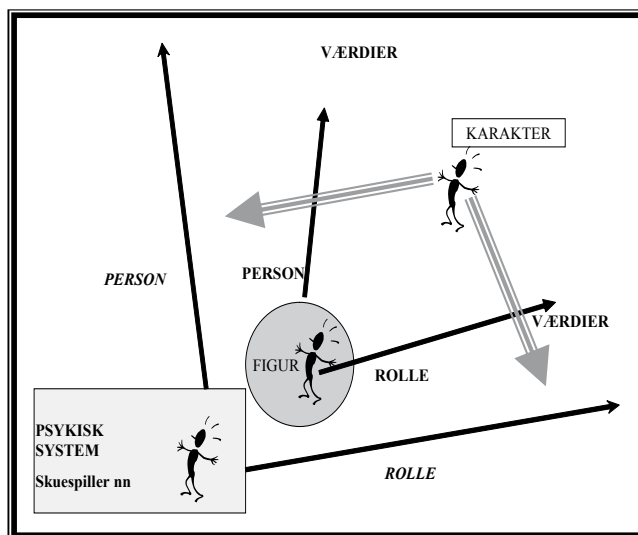
I psykisk sårbare sind kører tanker og problemer let i ring og bliver selvforstærkende. At kunne distancere sig fra dette og fokusere på noget andet (decentrering) kan være udgangspunktet for at vende en nedadgående spiral. At engagere sig i teaterkunsten som et fælles tredje (Lihme, 1988) indebærer i sig selv både ovennævnte decentrering og et fokus på andres sind, kroppe og kommunikation. Heraf muligheden for egen udvikling.

Skårderud (2010) skriver, at ”Den som er tryk, kan koste på seg luskusen å være åpent og nysgjerrig interessert i andre og i sig selv”. Denne åbenhed og nysgjerrighed i forhold til andre er vel netop en af hovedpointerne i Leigh-inspireret skuespilteknik og en af de fordringer, som de unge skuespillere i her-værende projekter bliver nødsaget til at udvikle af hensyn til det æstetiske produkt. Bateman og Fonagy (p.46) skriver endvidere i forbindelse med tilknytningsteori, at etablering og udvikling af mentaliseringsevnen bedst sker gennem ”en tryk, legende relation mellem barn og omsorgsperson”. Da hjernen har vist sig at være plastisk hele livet igennem, kunne man antage, at den trykke og legende relation, der er en fordring for en bevidst teaterpædagogik og en etisk teaterproduktion, virkelig rummer nogle potentialer i forhold til mentalisering.

Ud over ovenstående skal her også argumenteres for, at oplevelsen af synergieffekt, fællesflow (Csikzentmihalyi 2006) og en fornemmelse af emotionel merværdi i det æstetiske felt, sammen med chancen for at blive set, hørt og spejlet, i det mindste for en stund vil give spillerne glæden ved at være integreret i en social sammenhæng, muligheden for afledning og evt. følelsen af mening.

### En feedback-model

Ovenstående argumenter for teaterproduktionsprocessens implicite potentialer i forhold socialpsykologisk udvikling kunne overordnet set sammenfattes og illustreres ved hjælp af forenkling af og tilføjelse til Szatkowskis model for ’Person/rolle distinktionen i teater’ (*den æstetiske fordobling*) (fig. 1) (2011).



Figur 1: Udvikling gennem feedback fra karakteropbygningen jf. "Person/rolle distinktionen i teater".

Det er hensigten med de tilføjede grå pile at anskueliggøre, hvorledes processen med at skabe karakteren i fiktionen gennem improvisation og eksperimenter kan inspirere spillerne i forhold

til aspekter af deres personlighed og i opfattelsen af deres egen identitet og roller i virkelighedens verden.

### Udvikling og forandring

Sammenfattende kan det beskrives således, at der gennem teateraktiviteter kan ske en udvikling af mentaliseringsevnen. I ovennævnte teaterproduktionsformer handler det om at afprøve nye elementer i historien om sig selv og at repetere disse i forskellige forklædninger med hensigten om en evt. hensigtsmæssig internalisering på længere sigt. Uanset om dette sker i tilskuer- eller skuespillerrollen, vil vitalitetsdynamik (Stern 2011), stemning, timing og de mellem menneskelige relationer udgøre de grundlæggende elementer, ligesom oplevelsen af nuværende øjeblikke (Helm 2008) vil kunne have forandrende effekt.

Hermed være ikke sagt, at teatermediet pr. automatik er helende, men der kan ikke herske tvivl om potentialerne.

### Litteratur

- Bateman, Anthony og Fonagy, Peter (2007): *Mentaliseringsbaseret behandling af borderlinepersonlighedsforstyrrelse*. Introduktion af Finn Skårderud og Sigmund Karterud. Akademisk Forlag, København.
- Csikzentmihalyi, Mihaly (2006): *Flow og engagement i hverdagen*. Dansk Psykologisk Forlag.
- Clements, Paul (1983): *The Improvised Play*. Methuen, London.
- Jørholt, Eva (2008): Filmagasinet Ekko nr. 42, oktober.
- Fonagy, Peter (1991): *Thinking about Thinking*. International Journal of Psychoanalysis, 72, p 639-656.
- Helm, Lise Lotte (2008): *Drama, Daniel Stern og Det nuværende øjeblik*. Drama og Teater, nr. 2.
- Helm, Lise Lotte (maj 2011): *Drama og Teaterproduktion med psykisk syge unge*. Tidsskriftet Specialpædagogik, nr. 3.
- Helm, Lise Lotte (jan. 2011): *Fra Undertow til Travellers Nest*. DPU/AU.
- Helm, Lise Lotte (maj 2011): *Mike Leigh's Metode og Mulighederne for Mentalisering*. Masterafhandling i Drama og Teaterpædagogik, DPU/AU.
- Kjølner, Torunn (2004): *Devised Theatre, Experimental*

- drama*. Nordic Voices, Landslaget drama i skolen.
- Kjølner, Torunn: *Devising og konceptuel devising*. I Kobbernagel, red. (2009): *Skuespilleren på arbejde*. Frydenlund.
- Leigh, Mike (2007): *Behind the Wheels*. DVD materiale i forb. m: Happy-Go-Lucky, UK.
- Lihme, Benny (1988): *Socialpædagogik for børn og unge*. Socpol, Holte.
- Rasmussen, Bjørn K: *Spillforståelse i psykologien*, del 4. UNIT. Trondheim.
- Skårderud, Haugsgjerd og Stänicke (2010): *Psykiatriboken, Sinn-kropp-samfunn*. Gyldendal Akademisk, Oslo.
- Stern, DN (2007): *Det Nuværende øjeblik i psykoterapi og hverdagsliv*. Hans Reitzels Forlag.
- Stern, DN (2010): *Vitalitetsformer, dynamiske oplevelser i psykologi, kunst, psykoterapi og udvikling*. Hans Reitzels forlag.
- Stern, DN (2011): *Affektiv Afstemning*. I Hart, Susan: *Neuroaffektiv psykoterapi med børn*. p. 131 ff. Hans Reitzels Forlag.
- Szatkowski, Janek (2005): *Kompleks Dramaturgi*. Peripeti, nr. 3.
- Szatkowski, Janek (juni 2011): *Performative Former*. Peripeti, Særnummer.
- Trondalen, Gro og Skårderud, Finn (2007): *Playing with Affects*. Research Article, Nordic Journal of Music Therapy, 16(2).
- White, Michael (2006): *Narrativ Teori*. Hans Reitzels Forlag.



Lise Lotte Helm er kunst- og psykoterapeut MPF. Projektleder. Billedkunstner DBF. Underviser i drama/teater og billedkunst. Master i drama- og teaterpædagogik, DPU/AU. Master i social integration, Psykologisk Institut/AU. Kandidat-supplering i pædagogisk psykologi, DPU/AU. Medforfatter til bogen Stille Piger – Silent Power, et kunstterapeutisk projekt.

# TAVSHEDSPLIGT og UNDERRETNINGSPLIGT

## Hvornår kan og skal psykoterapeuten bryde sin tavshedspligt?

### Orientering om underretningspligt m.v.

Etikpanelet har i forbindelse med en forespørgsel fra et medlem af etikudvalget indhentet oplysninger om underretningspligt for psykologer, som er den faggruppe, som må betragtes som værende tættest på psykoterapeuters virke. Derfor følger en gennemgang af psykologers underretningspligt på børne- og ungeområdet, som dermed også må regnes for gældende for psykoterapeuter MPF.

For at eksemplificere praksis har vi valgt at beskrive et maskeret forløb, hvor en privatpraktiserende psykoterapeut MPF i forbindelse med en familierapi følte sig forpligtet til at underrette de sociale myndigheder om sin bekymring for en 14-årig drengs trivsel.

Vi har samtidig valgt kort nedenfor at orientere om offentlige kontrolopgaver, om vidnepligt og vidneudelukkelse samt at give en orientering om samtykkeregler i forbindelse med offentlige myndigheder.

### Underretningspligt

Psykologer har *en generel underretningspligt og en særlig udvidet underretningspligt*.

1. Psykologer har *på linje med alle andre borgere* pligt til at underrette kommunen, hvis man får kendskab til, at et barn under 18 år af forældre eller fra anden opdragers side udsættes for vanrøgt, nedværdigende behandling eller lever under forhold, der bringer barnets sundhed eller udvikling i fare. (Lov om social service § 154).
2. *Alle offentligt ansatte* har pligt til at underrette kommunen, når de i deres arbejde bliver bekendt med forhold for et barn under 18 år, der må give *formodning om*, at barnet har behov for særlig støtte. Dette betyder med andre, ord at den *udvidede* underretningsretningspligt kun gælder for psykoterapeuter, som er lønnet af det offentlige. (Lov om social service § 153).

### Offentlige kontrolopgaver

Med hensyn til *offentlige kontrolopgaver* kan myndighederne uden patientens/klientens samtykke kræve relevante oplysninger udleveret, såfremt der er tale om, at myndigheden har tilsyns- eller kontrolopgaver. Her nævnes som eksempel psykologer med ydernumre, som kontrolleres af sygesikringsmidler – så dette handler p.t. ikke om privatpraktiserende psykoterapeuter.

Men lønnes en psykoterapeut af det offentlige for at udføre tilsyns- eller kontrolopgaver, fx af en kommune, må vi gå ud fra, at psykoterapeuten er underlagt de samme regler. Relevante patient/klientoplysninger kan dog kun udleveres uden samtykke, hvis dette er specificeret i en konkret lovgivning. Dette skal med andre ord være tilladt og nødvendigt for sagsbehandlingen.

### Vidnepligt og vidneudelukkelse

Generelt har enhver pligt til at afgive forklaringer for retten som vidne. Bliver psykologer indkaldt som vidne i en sag, skal de gøre opmærksom på, at de er bundet af deres tavshedspligt. Det er herefter op til retten at afgøre, om den pågældende skal bryde sin tavshedspligt. Det er kun sket to gange i Dansk Psykologforenings historie. Så vi må insistere på, at de samme forhold i praksis gælder for medlemmer af Dansk Psykoterapeutforening. Retsplejelovens §§ 168 og 170.

### Samtykke

Når en klient har givet samtykke til, at en myndighed eller andre kan få aktindsigt, kan oplysninger videregives i henhold til samtykket. Samtykket skal være skriftligt – og dette samtykke kan trækkes tilbage.

# Underretning til de sociale myndigheder

## En anonymiseret sag

Et forældrepar deltager gennem 11 måneder i et terapiforløb hos en privatpraktiserende familierapeut MPF. Parret har en fælles søn på 14 år. Kvinden henvender sig til terapeuten med ønske om hjælp til sig selv i forbindelse med et voldsomt kompliceret parforhold og hjælp til forældrenes store uenigheder og konflikter omkring deres søn.

Kvinden starter i individuel terapi – et forløb på nogle måneder præget af afbud, kortvarigt ophør og derefter genoptagelse af forløbet inkl. parsamtaler. Kvinden fastholder primært fokus på sin ægtefælle og beskriver ham som en ekstremt ambitiøs, karriereorienteret og egocentrisk mand, som er hård og voldsom over for sønnen. Ægtefællen presser på med ønske om samtaler hos samme terapeut og helst parsamtaler, hvilket kvinden i starten på ingen måde ønsker. Manden har et kortere forløb, hvor hans fokus er på kvinden, og han beskriver hende som en mor uden empati, selvoptaget, løgnagtig, som med sikkerhed har et forhold til anden mand. Parret indvilger til en række fælles samtaler, hvor terapeuten fokuserer på afdækning af sønnens trivsel og udvikling, da forældrene over tid afslører et ekstremt destruktivt samarbejde og familieliv, hvor alle, og især sønnen, vurderes at lide både psykisk og fysisk overlast. Formålet med de fælles samtaler er også at få etableret tillid mellem forældrene og til terapeuten, således at det i første omgang bliver muligt også at få kontakt med sønnen. Dette lykkedes, da både forældre og søn indvilger i en familiesamtale i hjemmet.

### Familien

Inden familiesamtalen har forældrene i brudstykker fortalt historien om en kvinde, der ikke ønskede sig børn, havde en meget svær graviditet og barselsorlov, som 'afgav' sønnen til sin mand fra drengen var spæd, flyttede i eget værelse i huset og fortsat oplever sig bremset i egen karriere og udfoldelse, og som gennem længere tid har boet uden for hjemmet 'on and off' – noget som sønnen har opdaget. Om en meget ambitiøs mand, hvis høje status og indtjening er ekstremt vigtig, og en mand, som i sit ægteskab har oplevet sig afvist på alle måder, som er alvorligt stresset og bl.a. forløber sig fysisk over for sønnen. Om forældre, der yderst sjældent er sammen med sønnen samtidig, men

lever adskilt i samme hus. Om et forældrepar, der enten er totalt tavse eller skændes voldsomt og højlydt. Om en undervægtig dreng med abnorme spisevaner, der stadig sover på en madras i farens soveværelse pga. angst og mareridt, og en dreng, som i løbet af det sidste års tid enten isolerer sig i skolen eller slet ikke er der, ofte bor hos en kammerat og nægter at være sammen med forældrene på én gang. Om en dreng, som skolen siger udviser tegn på alvorlig mistroiselse, og hvor skolen derfor ad flere gange har indkaldt forældre og søn til samtaler, som forældrene aflyser efter få gange, da de finder samtalerne unyttige. Om et forældrepar, der enten beskylder hinanden for tilstandene eller benægter sammen, da de gennem skolen anbefales at få hjælp via et kommunalt rådgivningstilbud. Forældrene oplever ikke dette tilbud som relevant for dem, men som et tilbud til belastede familier, og derfor søgte de hjælp hos privatpraktiserende psykoterapeut.

### Hjemmebesøg

Forældrene siger ja til, at terapeuten deltager i én familiesamtale i hjemmet, og er indforståede med, at formålet for terapeuten er at høre, hvordan sønnen selv oplever sin situation, og hvad hans behov er. Forældrene accepterer også, at formålet med de fortsatte samtaler er øget hjælp og rådgivning til dem som forældre, så sønnen derved snarest får det væsentligt bedre.

Ved hjemmebesøget møder terapeuten en ekstremt tynd, bleg og sky dreng, som i begyndelsen af samtalen spiser fra en dåse tun. Han er mestendels tavs, mens terapeuten taler med forældrene, og drengen derigennem hører, hvorfor samtalen finder sted. På et tidspunkt fortæller sønnen dog, at det er forældrene, som er 'syge', og begrundet det med et par episoder. Forældrene reagerer med frustration og vrede over for sønnen, som isolerer sig på sit værelse med det voldsomme resultat, at faren forsøger at bryde døren op, moren lægger sig imellem, og terapeuten må stoppe forældrene. Sønnen forbliver på sit værelse. Herefter forsøges en opsamling med forældrene og bud på flere forskellige muligheder i den nærmeste tid, men de ønsker ingen hjælp, hverken fra egen læge, skolens personale, familie, venner, terapeuter eller rådgivende institutioner.

Terapeuten tilbyder at være støtte/deltage, hvis forældrene alligevel skulle sige ja til yderligere hjælp – dette virker umiddelbart beroligende. Forældrene bekræfter at ville deltage i næste aftalte samtale, hvilket de gør med forskudt forsinkelse. Samtalen præges af beskyldninger, trusler og tilbageholdelse af informationer. Kvinden er fraflyttet til anden mand og ønsker skilsmisse og fortæller om en voldsom episode, hvor manden kaster en støvsuger ned ad deres trappe efter sønnen. Ægtefællen bliver rasende og rystet i forhold til konens ønske om skilsmisse og udviser truende adfærd vedrørende økonomi. Begge truer hinanden med advokater og udviser stor uenighed om, hvor sønnen skal bo. Sønnen har erklæret, at han ikke vil se sin mor, før hun får ny bopæl og bor helt for sig selv. Forespurgt indrømmer faren, at sønnen sjældent er hjemme, og begge siger, at de ikke har hørt fra skolen.

## Underretningen

Forældrene ønsker ikke længere at samarbejde med terapeuten, som de mener kun kan se børns behov og ikke voksnes. Terapeuten oplyser forældrene om, at det er nødvendigt at skrive en underretning til de sociale myndigheder, da sønnens trivsel og udvikling vurderes at være alvorligt truet og forældrenes omsorg for ham helt utilstrækkelig. Endvidere at underretningen vil blive afleveret til parret i to eksemplarer på deres aktuelle adresse, samt at det er muligt at gennemgå den sammen, hvis de ønsker dette. Det vil de overveje, og et tidspunkt aftales på forhånd.

Underretningen skrives. Terapeuten ringer til begge forældre vedrørende samtalen om den, enten hos sig eller i hjemmet. Det bliver i hjemmet. Sønnen er i mellemtiden fyldt 15 år, og forældrene bliver bedt om at fortælle ham, at terapeuten har skrevet en underretning, samt at sønnen har ret til at deltage. Terapeuten sender brev til sønnen på bopælsadressen, hvori disse ting står. Terapeuten kommer til aftalt tid, men ingen lukker op. Herefter lægges underretningen i forældrenes postkasse, og der sendes en sms til begge herom. Forældrene får ligeledes tilbud om en ny samtale, hvor underretningen kan gennemgås. Forældrene reagerer ikke på dette. Underretningen sendes anbefalet til de sociale myndigheder, og terapeuten får nogle dage senere telefonisk svar fra sagsbehandler om modtagelsen samt oplysning om, at de gør, hvad der skal gøres. Herefter ender forløbet.

## Overvejelser og konsekvenser

Som beskrevet tidligere i orienteringen har vi som privatpraktiserende psykoterapeuter på linje med alle borgere en generel indberetningspligt, når vi får kendskab til, at børn

under 18 år udsættes for vanrøgt, nedværdigende behandling, eller deres sundhed og udvikling er i fare.

I ovenstående sag vurderer terapeuten på et tidspunkt, at drengens sundhed og udvikling er alvorligt truet, og at yderligere samarbejde med forældrene ikke er mulig. Det er derfor nødvendigt og lovpligtigt at underrette de kommunale myndigheder. Så længe der er tale om børn og unge under 18 år, er det ikke svært at vide, hvad der skal gøres – det vanskelige ligger i, hvornår og på baggrund af hvilke informationer, vurderinger, normer og hensyn, vi skal gøre det. Der er mange både etiske og menneskelige spørgsmål at tage stilling til.

På trods af at det altid er barnets trivsel og velfærd, der er i fokus, er etableringen af en troværdig og tillidsfuld alliance med forældrene afgørende for et godt samarbejde, hvor det som udgangspunkt må være, at forældrene over tid enten selv bliver i stand til at drage omsorg for barnet eller bliver i stand til at modtage den fornødne støtte, så barnet hurtigt kommer i god udvikling og god trivsel. Alliancen er asymmetrisk og skrøbelig, og for os opstår der ofte undervejs et stort dilemma mellem barnets tarv og forældrenes tillid. Vores interesse og undersøgelse af barnets tilstand og forældrenes formåen kan få samarbejdet til at bryde. Frygten for, at det sker, kan bevirke, at vi bliver usikre på vores evne til at vurdere, usikre på om vi overfortolker eller overser noget, og vi bliver måske nervøse for forældrenes reaktioner – i værste fald kan vi overse nødvendigheden af en underretning. Det er også en alvorlig intervention, og mange spørgsmål, også personlige, dukker op: ”Kunne jeg have gjort noget andet? Havde det været muligt at undgå bruddet, selv med en underretning? Overså jeg en frivillig indsats? Tog jeg håbet fra forældrene? Svigtede jeg barnet? Hvad sker der med barnet nu?” og mange flere.

Ud over de mange faglige spørgsmål kræver et forløb som det beskrevne yderligere kræfter: de mange timer med overvejelser, timer med journalskrivning, krævende opmærksomhed i alle samtalerne, timerne i supervision og energi med at lægge tvivl og tanker væk. Dette er selvfølgelig et vilkår i vores arbejde, og det bedste råd er som altid at hente al den faglige og personlige støtte blandt kolleger og i supervisionsgrupper, vi kan. Det er sundt for os og dermed også for vores klienter – voksne som børn.



## The Quest for the Nonspecific Factors in Psychotherapy

# JAGTEN PÅ DE NONSPECIFIKKE FAKTORER I PSYKOTERAPI MED BØRN

Fire internationalt anerkendte psykologer/psykiatere – kendt for hver deres psykoterapeutiske behandlingsmetode – havde to dage i juni måned sidste år sat hinanden stævne i Mogens Dahls Koncertsal i København i jagten på de nonspecifikke faktorer i psykoterapi ud fra gennemgang af egne videooptagelser af udvalgte terapisesioner med børn.

### Af psykolog FRANK OLSEN

Traumeheling ApS og Mogens Dahls Koncertsal leverede båden og cand.psych. Susan Hart og psykoterapeut MPF Marianne Bentzen kompasset, da fire internationalt anerkendte børnepsykologer og børnepsykiatere stod ud på en opdagelsesfærd på ”de nonspecifikke faktorer i psykoterapi med børn”, belyst med videofremlæggelser af oplægsholdernes – meget forskelligartede – psykoterapeutiske behandlingsmetoder med børn. Det blev en uforglemmelig færd for de 240 fremmødte familie- og børnebehandlere fra hele Norden, der var med som passagerer.

#### De nonspecifikke faktorer

I en tid, hvor forskellige psykoterapeutiske retninger ellers konkurrerer om at være mest videnskabeligt evidensbaserede og effektfulde, var det en fornøjelse at Susan Hart og Marianne Bentzen havde inviteret repræsentanter fra fire så forskellige psykoterapeutiske retninger som *Dr. Peter Levine, Somatic Experiencing*, *Jukka Mäkelä, Theraplay*, *Haldor Øvreeide, udviklingsstøttende samtaler med børn og forældre* og *Eia Asen, multi-familie- og mentaliseringsbaseret børne- og familiebehandling* til at mødes om det, der er fælles i psykoterapeutisk behandling, i stedet for det, der adskiller de enkelte metoder.

Som bekendt er der foretaget mange metastudier og meget forskning omkring effekten af forskellige psykoterapeutiske metoder, der meget overraskende har påvist, at den terapeutiske metode, der anvendes, er af mindre betydning i forhold til alliance og allegiance faktorer benævnt: ’de nonspecifikke faktorer’. (Se bl.a. B. Wampold i *The Great Psychotherapy Debate*. New York: Lawrence Erlbaum, 2001).

Susan Hart og Marianne Bentzen havde sat sig for, sammen med de fire repræsentanter, at afdekke og undersøge disse faktorer, belyst ud fra hver enkelt oplægsholders videofilmene sessioner, som oplæg til fælles undersøgelser og refleksioner imellem hver enkelt oplægsholders indlæg.



## De tre kompasser

Projektet kunne umiddelbart tage sig ud som en lidt farefuld færd, men heldigvis viste Marianne Bentzen og Susan Hart – gerningsmændene bag den nu så berømte neuroaffektive udviklingspsykologiske teori (NAU) – sig at være fuldbefarne sømænd, der kunne levere både et kompas og et landkort for en sikker færd.

Ud fra det teoretiske 'landkort' NAU har Marianne Bentzen og Susan Hart udviklet de neuroaffektive kompasser, som de startede med at præsentere. Disse kompasser er udviklet ud fra de udviklingsfordringer, barnet stilles overfor i løbet af hjernens tidligste modning og udvikling, fra en *instinktiv* til en *følede* og til sidst til en *mentaliserende* hel menneskehjerne. Herudfra har de skabt tre kompasser over centrale intrapsykiske tilstande, der kan udfoldes på de tre niveauer og kortlægges i et autonomt sansende, et limbisk følede og et præfrontalt mentaliserende kompas. Kompasserne gav rig mulighed for at beskrive, hvordan udviklingen ideelt set skal gå, men også hvor let barnet kan slå ud af kurs på denne udviklingsfærd, og endelig hvordan man i voksenlivet fortsat kan præges af indlærte ubalancerede tilstande, som kan forstås ud fra kompasserne.

På baggrund af denne forståelsesramme beskrev oplægs- holdere deres interventioner og viste tilhørerne nogle af deres effektive øjeblikke i den psykoterapeutiske proces. Det, der er slået ud af kurs i kontakten eller tilknytningen, kan nemlig genoprettes gennem den rigtige type møde på det rette kompas-niveau og den rigtige kontakt i en tilknytningsrelation. Godt tænkt!

## Det autonome nervesystem

Konferencen begyndte sin opdagelsesrejse nedefra med en undersøgelse af hjernens tidligste strukturer: *det autonome nervesystem*. Peter Levine har udviklet metoden *Somatic Experiencing*, der på et kropsligt niveau møder og fjerner hæmningen af de instinktive forsvarsreaktioner, som er skabt under livstruende hændelser. Peter Levine viste gennem videogennemgang af to filmede sessioner, hvorledes han med fokus på *arousalbølger* og kropslige *kontaktrytmer* tillader ufuldbårde forsvarsreaktioner fra den oprindelige livstrussel at komme til udtryk, uden at barnet overvældes, men derimod integrerer og reorganiserer sin glædesfyldte interaktionsevne med en bedring af selvreguleringen i det autonome nervesystem til følge.

## Det limbiske system

Herefter fortsatte opdagelsesrejsen til strukturerne i midt-

hjernen, *det limbiske system*, hvorfra tidlig tilknytning udvikles og styres.

Jukka Mäkelä, finsk børnepsykiater samt trænet børnepsykoterapeut og uddannet i *Theraplay* i Chicago, demonstrerede med videoklip metodens potentialer med hensyn til at reorganisere og genoprette utrygge tilknytningsmønstre. I *Theraplay* benytter terapeuten en aktiv, intensiv og dybt anerkendende interaktion, som giver barnet mulighed for at overvinde de følelsesmæssige vanskeligheder, som opstår ved alvorlige tilknytningsforstyrrelser. Mere end nogen anden terapi benytter *Theraplay* sig af følsom og organiserende berøring, tumleleg med den voksne og glædesfyldte samspil. Dette er centrale modningsskabende interaktionsformer på det limbiske kompas-niveau, og derfor er det muligt at få adgang til de dybere lag af de mentale og emotionelle funktioner, der dannes i mellemhjernen og i de limbiske strukturer.

## Neocortex

På anden dag i opdagelsesrejsen startede den norske psykolog Haldor Øvreide, som har udviklet metoden *den udviklingsstøttende dialog*. I denne tages der udgangspunkt i, at barnet er født med anlæg for at genkende andre og til at finde, svare på og tilpasse sig 'den Anden'. I den dialogiske samtale motiveres barnet til at udtrykke sig på egne præmisser inden for en tilpasset ramme, og barnet får mulighed for at udtrykke sit subjektive perspektiv og bliver respekteret i sin måde at organisere sig selv på. I kompasforståelsen støtter dette udviklingen af barnets præfrontale selv-narrativer.

Opdagelsesrejsen afsluttedes med en overraskende videogennemgang af et familierapeutisk forløb foretaget af Eia Asen, børnepsykiater og direktør for *Marlborough Family Service* og ophavsmand til FTF (*flerfamilierapi*) og MBFT (*mentaliseringsbaseret familierapi*). Han viste, hvorledes han i mentaliseringsbaseret behandling i forhold til familier ser det som opgaven at afdække dysfunktionelle mønstre, hvad angår familiemedlemmers indbyrdes interaktion og kommunikation, og at eksperimentere med nye mere funktionelle mønstre, som der så kan reflekteres over. Asen sætter relationelle observationer i forgrunden frem for individuelle, og hans udgangspunkt er, at hvis konteksten ændres, tvinges barnet eller forældrene til at mentalisere. Endvidere støtter han den præfrontale mentaliseringsevne med en lang række spørgsmål som fx til barnet: "Hvad tror du, din mor ville sige om, hvor godt det er gået med spisningen siden sidst?"

### De nonspecifikke faktorer

Konferencens helt store clou var de enkelte paneldiskussioner efter hvert indlæg med deltagelse af alle oplægsholderne, modereret af Susan Hart og Marianne Bentzen.

Da det på forhånd var givet, at de udvalgte terapeutiske retninger ikke var i modstrid med hinanden, men blot mødte forskellige niveauer af barnets udvikling, fik paneldiskussionerne fokus på konferencens egentlige formål, nemlig at afdække de nonspecifikke faktorer i psykoterapeutisk behandling af børn.

Det blev hurtigt klart, at forudsætningen for nuværende effektivt øjeblikke eller *'golden moments'* i psykoterapi består af, at barnet og forældrene føler sig set, hørt og forstået, men det indebærer også, at mødet finder sted med et relevant og helbredende sigte, hvor terapeuten stiller sin viden og erfaring til rådighed for at afhjælpe situationen, men altid ud fra barnets og forældrenes forudsætninger og på deres betingelser.

Hvis man ser på de fire oplægsholderes forskellige behandlingsformer, må man sige, at disse krav blev opfyldt inden for de enkelte metoders egne præmisser. Balancen i den terapeutiske relation kom fint til udtryk i Halvor Øvreeides indledning til sit oplæg. Han fremhævede, at psykoterapi ganske vist begynder som et asymmetrisk forhold, hvor terapeuten altid har et formål og en bestemt hensigt med terapien, som han tillige har ansvaret for at rammesætte. Men inden for denne rammesætning udspiller processen sig som en symmetrisk og fælles undersøgelse af barnets og forældrenes øjeblikkelige problem, som de selv løser igennem deres egne opdagelser. Det samme kan siges at være tilfældet med Eia Asen, der dog går mere radikalt til værks: "På vores klinik er vi vældigt konkrete. Har forældrene et spiseproblem med barnet, deltager jeg i spisningen, har forældrene et søvnproblem med barnet, er jeg med i deres soveværelse, har de et WC-problem med barnet, så er jeg med dem på WC"; det sidste sagt med ironisk distance, men stadig med det samme formål, nemlig at holde rammen omkring familien, mens barnet og forældrene foretager deres egne undersøgelser af problemet, som såvel barn som forældre finder deres egne kreative og uforudsigelige løsninger på.

Det samme kan siges om Jukka Mäkelä og Peter Levine, selvom de i deres behandling adresserer mere arkaiske hjernestrukturer og møder og igangsætter aktiviteter, der – med deres egne ord – flyver under barnets/forældrenes radar. Som udgangspunkt er deres interventionsformer

mere oplevelsesorienterede og førsproglige. Her er det blot de arkaiske strukturer og impulser, der mødes på deres egne betingelser og rammesættes af psykoterapeuten således, at organismen får mulighed for at udfolde sine egne kreative løsninger på de ubesvarede udviklingsforordringer.

Metoderne bærer alle præg af at være udviklet i klinisk praksis, og det virksomme element er troen på systemernes egen iboende visdom, som præsenteres af barnet i det 'passerende nu'. Haldor Øvreeide gav udtryk for, at hvis psykoterapeuten forstår at gribe det nuværende øjeblik og reflektere det tilbage til barnet og forældrene, bliver det 'passerede nu' til et 'levet nu', bevidnet, delt og forløst med den betydningsfulde Anden, som terapeuten for en tid repræsenterer.

Peter Levine og Jukka Mäkelä reflekterede afslutningsvis over sammenfaldet mellem terapeuten og arketyperne 'den magiske fremmede', hvor terapeuten, som en anden Mary Poppins hidkaldt af børnene selv, lander og møder en udvikling, der er gået i stå, med nye samspilsmuligheder præget af følelser, fantasi, leg og kreativitet.

### Menneskeret

Man kan sige at de fire terapeuter hver på deres måde arbejder inden for rammerne af, hvad der burde være en menneskeret. Nemlig at genoprette den naturlige ret til at blive mødt kærligt, forstående og omsorgsfuldt og på det rette niveau, når livet er blevet truet, eller når retten til kærlighed, nærhed, nærvær og påskønnelse er blevet nægtet. Hver på deres måde praktiserede de fire oplægsholdere netop disse enkle leveregler over for hinanden, og det gjorde denne konference til en enestående begivenhed, der med Susans Harts indledende ord aldrig kan gentages. Det møde, der fandt sted imellem de fire oplægsholdere, Marianne Bentzen og Susan Hart, forbliver unikt, og der blev skrevet historie for os, der deltog. Den historie, der skrives, når noget nyt opstår. Så lad os håbe, at konferencen og denne form for møder ikke bliver en Stella Nova, men en ledestjerne, der kan navigeres efter i tider, hvor psykologien og psykologerne selv står i fare for at miste kursen i mødet med omverdenens definitioner af, hvad mennesker skal blive og gøres til, i stedet for at møde dem der, hvor de er, og lade dem udvikle deres iboende potentiale ud fra et kærligt, nænsomt og tilknytningsrelateret perspektiv.

For som Haldor Øvreeide sagde i en paneldiskussion om samtaler med børn: "Ord uden følelser er ikke ord."

# Dansk psykoterapi 85 år

Det er et tilfælde, der kunne ligne en tanke, at der i Rosengården 14, en lille gade i det københavnske latinerkvarter, er oprettet en PsykInfo-butik på den selvsamme adresse, hvor Danmarks første privatpraktiserende psykolog åbnede sin praksis i 1928. Det var psykoanalytikerens Sigurd Næsgaard (1883-1956), der således blev Danmarks første psykoterapeut. Det meste af sit liv var han optaget af at hjælpe mennesker med at frigøre sig fra seksuelt betonede traumer og skyldfølelser. Han skrev et hav af artikler om pædagogik, børneopdragelse og psykoterapi og udgav mere end 30 bøger. Hvor Næsgaard arbejdede på at hjælpe mennesker til at bære livets byrder, viser det sig, at PsykInfo formidler det modsatte synspunkt, for så vidt som oplysningen søger at formidle den opfattelse, at menneskene ikke har nogen skyld eller noget ansvar. Det formidles gennem forretningens ”Information, rådgivning og vejledning om psykisk sygdom og psykiatri”, under mottoet: ”Viden der får dig videre”.

Er retorikken således ganske nutidig, går det snart op for en, at den indstilling, der dermed formidles, ikke hører vor tid til. Der står skrevet på en væg i butikken, at man skal huske at skille personen fra diagnosen. Det vil sige, at psykisk sygdom og diagnose er noget, der er personligheden fremmed. Psykisk sygdom er således noget, man bliver påført på samme måde, som man kan risikere en forkølelse. Det var en tilsvarende opfattelse, der var gældende i middelalderen, hvor man ikke blot kunne forkøle sig, men også uforvarende kunne blive besat af djævelen. Denne besættelse kunne få mennesket til at begå de frygteligste ting, men i grunden uden skyld, for det var alt sammen djævelens værk. For at få rensset det djævelske ud måtte man i hine tider gennem skærsilden, inden man blev lukket ind i Paradis. Opholdet i denne skærsild kunne imidlertid afkortes, for som det hed: ”Når mønten du ned i bøssen bringer, straks sjælen ud af skærsilden springer”. En moderne udgave kunne lyde: ”Når psykiaterens diagnose lyder, straks skylden ud af øret flyder”.

”Ingen forbrydelse er simpel,” skrev Oscar Wilde, ”men enhver simpelhed er en forbrydelse.” Og umiddelbart er det en plat simpelhed, når der på PsykInfos plakater står, at ADHD skyldes en hjernefejl. Det er der ikke er noget

som helst videnskabeligt belæg for. Og man kan med rette fundere over, hvorfor der ikke står, at ADHD skyldes, at forældre undlader at opdrage deres børn.

Når ADHD helt automatisk kædes sammen med hjerne-skade, så er det fordi, det følger ganske naturligt af psykiatriens middelalderlige tankegang. I dag er det ganske vist ikke Fanden, der er på spil, nu er det biologien, der driver gæk med os. I begge tilfælde har det den fordel, at det fritager mennesket for ansvar, for konflikter, ubehag, fortvivlelse og frustration. Det er alt sammen afskaffet og pænt anbragt i en diagnose, således at man kan opretholde forestillingen om at være som et ansvarsløst barn. Altså i en selvvalgt umyndighed. Spørgsmålet er, om et demokratisk samfund kan leve med en ideologi, der forhindrer borgerne i at tage livets alvor på sig. Karl Marx, der ellers ikke er kendt for sin demokratiske tankegang, sagde i sin ungdom, at ”ufriheden er den egentlige dødelige fare for mennesket”. Og den fare er overhængende, når fx en sorg bliver diagnosticeret som depression, hvorefter man behandles med medicin. Den fortvivlelse og smerte, som er en normal del af et normalt liv, er dermed blevet reduceret til en fejl i apparatet, en diagnose, og mennesket mister sig selv.

Gode forklaringer er gode, fordi de passer ind i det verdensbillede, man i forvejen er tilfreds med. For tiden er det fremherskende verdensbillede præget af en polaritet, der på den ene side omfatter dem, der besidder veludviklede formyndertalenter, og på den anden side en gruppe af mennesker, der føler sig hjælpeløse som børn. Det er en polaritet, der har erstattet den efterhånden forældede sondring mellem højre- og venstreorienterede. Gruppen af barnlige sjæle, der er afhængige af hjælp, synes i hastig vækst. En udvikling, som psykiatriens middelalderlige idéer i høj grad bidrager til.

En psykiatrisk diagnose kan ganske vist være nødvendig, men skal bruges med omtanke og bør ikke anvendes i et forsøg på at gøre nogen skyldfrie. Den bør bygge på en klar sammenhæng mellem organisk årsag, altså fx en fejl i hjernen, og adfærdsmæssig virkning, nemlig ADHD-symptomerne. Men en sådan sammenhæng eksisterer

ikke. Og det er misforstået hensyn at udpege ADHD som en hjernesygdom i et forsøg på at imødekomme et pres fra desperate forældre, som kræver en forklaring på deres børns uro. Desto mere blindt forældre søger at komme af med ansvaret, desto mere beredvilligt synes psykiaterne parate til at tage skylden fra forældrene. Hvilket vil sige, at forældre søger syndsforladelse hos psykiateren ligesom børn, der nok kan mærke, at noget er galt, men som bliver mødt med ros og forsikring om, at de er verdensmestre.

**Finn Korsaa**  
Cand.psych.

## Kommentar fra PsykInfo

I PsykInfo noterer vi os, at Finn Korsaa's indlæg ikke er et angreb på PsykInfo (Psykiatrisk Informationscenter), men en kritik af psykiatrien og dens måde at arbejde på. Vi mener ikke, det er vores opgave at kommentere på dette syn på psykiatrien, men vil gerne benytte lejligheden til at belyse, hvad det er for en vigtig opgave, PsykInfo løfter.

PsykInfo er et sted, hvor mennesker med psykisk sygdom, deres pårørende og borgere generelt kan henvende sig anonymt og få information, vejledning og rådgivning om psykisk sygdom og dermed få hjælp til at komme videre. Det kan være en ung kvinde, hvis kæreste netop har fået stillet en psykiatrisk diagnose, og som nu har brug for at vide mere om denne sygdom, behandling og recovery. Det kan være et forældrepar, som søger et råd til, hvordan de kan hjælpe en søn, der ikke har sygdomserkendelse. Eller det kan være en ældre mand, der lider af angst, og som søger information om patientforeninger. Men det kan også være en gruppe studerende, der i forbindelse med en opgave har brug for baggrundsviden om psykiatrien. For PsykInfo er for alle, der ønsker mere viden om psykiske sygdomme og psykiatri.

PsykInfo er placeret centralt i København, fordi vi prioriterer, at borgere har let adgang til viden og hjælp. Samtidig giver placeringen synlighed i gadebilledet. Det er udtryk for en anden målsætning med PsykInfo – nemlig at bidrage til aftabuivering og afstigmatisering af psykisk sygdom og af psykiatrien. Når man ser på antallet af mennesker, der har en psykisk sygdom, burde det være meget naturligt at tale om. Men det sker ikke, fordi mange ikke ved nok om disse sygdomme, og dét er grundstenen til myter og fordomme. Det betyder også, at mange mennesker med psykisk sygdom oplever at blive stemplet og ikke blive set på som et ligeværdigt menneske. Når der på væggen i PsykInfo står ”Se mennesket før diagnosen”, er det for at understrege vores budskab om, man ikke *er* sin diagnose, men at man *har* en diagnose.

PsykInfo holder desuden informations- og temaarrangementer, der er for alle interesserede. Senest i Hillerød med arrangementet ’Vejen ud af borderline’ i samarbejde med Borderlinenetværket, og interessen var stor. Det vidner om, at der er brug for – og efterspørgsel på – viden om psykiske sygdomme. PsykInfo deltager også i forskellige events rundt om i Region Hovedstaden, for borgere er ikke kun velkomne i PsykInfo i Rosengården, vi kommer også ud, hvor borgerne er.

PsykInfo er en del af Region Hovedstadens Psykiatri, og vores formidling tager udgangspunkt i evidensbaseret viden og i det samarbejde, vi har med kollegaer, der til daglig behandler vores patienter: Psykologer, psykiatere, sygeplejersker, terapeuter, ja i dag har vi i behandlingspsykiatrien mange forskellige professioner og dermed en bred vifte af kompetencer.

Læs mere om PsykInfo på [www.psykinfo-regionh.dk](http://www.psykinfo-regionh.dk) eller ring på 3864 1300.

**Anette Echwald**  
Leder, PsykInfo

# SÆT ORD PÅ ...

Inger Thormann og Inger Poulsen: *Spædbarnsterapi*. Hans Reitzels Forlag 2013. 200 sider, kr. 225.

## BOGANMELDELSE

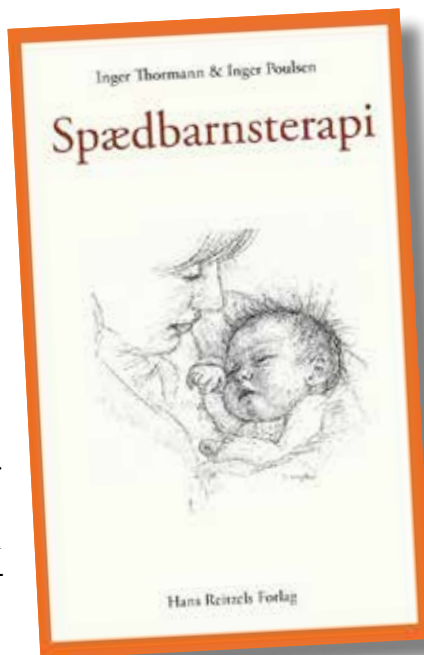
Denne bog beskriver på fineste vis, hvor sårbare små børn er i forhold til belastende oplevelser tidligt i livet, og hvor dygtige de er til at finde på overlevelsesstrategier for at kunne håndtere dem. Hovedtemaet i bogen er dog en beskrivelse af den metode, som forfatterne, cand.psych. Inger Thorman og psykoterapeut MPF Inger Poulsen, har udviklet til at arbejde terapeutisk med de små børn.

Læser man bogen fra start til slut, er det som at være på et kursus i spædbarnsterapi. I første del bliver læseren præsenteret for den forskning, der danner baggrund for udviklingen af behandlingsmetoden. Dernæst beskriver forfatterne deres egne erfaringer fra praksis på henholdsvis Skodsborg Observations- og Behandlingshjem og Familiehuset i Horsens. I anden del af bogen beskriver forfatterne, hvordan metoden også kan bruges i forhold til større børn og voksne med tidlige traumatiske oplevelser.

Kigger man i litteraturlisten bagerst i bogen, vil man kunne se, at forfatterne har sat sig grundigt ind i den nyeste viden om tilknytnings-teorier og neuroaffektiv udviklingspsykologi. Denne viden bliver i et let forståeligt sprog formidlet til læseren og bliver gennem hele bogen suppleret med det ene eksempel efter det andet på terapiforløb.

Essensen i spædbarnsterapi, som det bliver nævnt mange gange i bogen, er: ”Alt usagt binder energi”. De små børn kan hverken sætte ord på deres oplevelser eller følelser.

Vi tror, vi hjælper børnene ved ikke at tale om det, der er svært, men for det lille barn med ringe livserfaring skaber det blot indre kaos. Barnet kommer til at mangle historien om, hvad der skete. Ved at få fortalt historien med ord af spædbarnsterapeuten, skabes der orden i barnets indre kaos, den bundne energi frigøres, og barnet falder til ro.



Bogen er skrevet i et meget let forståeligt sprog, og de mange eksempler på spædbarnsterapi er beskrevet meget enkelt. Det kan lyde, som om spædbarnsterapi er en let metode at praktisere, hvilket jeg absolut ikke tror er tilfældet. Kendskab til metoden og teorien, der ligger til grund for denne, kan dog efter min mening integreres i enhver terapeutisk praksis. Her kan anden del af bogen, med eksemplerne fra terapier med større børn og voksne, være særligt inspirerende.

Jeg mener, at bogen burde læses af alle praktiserende psykologer og psykoterapeuter, idet der inde i enhver voksen er et lille barn, der kan være traumatiseret i en tidlig alder. Jeg mener også, at alle, der professionelt har med børn at gøre, kan have stort udbytte af at læse bogen. Den kan bruges som inspiration til at møde små og store børn med en sådan forståelse, at svære situationer ikke udvikler sig til traumer.

**Benedikte Hertel**  
Psykoterapeut MPF

# HJÆLP I NATUREN

Lene Jensen: *Den indre have*. Eget forlag 2013. 88 sider, kr. 250.

## BOGANMELDELSE

Forordet til denne lille bog starter med et citat af Grundtvig: ”Spildt er den viden, der ikke er levet”. Lene Jensen, psykolog og MPF, deler med læserne, hvordan hun har været i stand til at leve og bruge sin samlede erfaring og viden til at finde sin vej gennem tabene af sine to voksne børn og få genskabt meningen og livslysten.

Først mistede Lene Jensen sin 25-årige datter, der døde efter en trafikulykke, og ni år efter sin 39-årige søn, der døde under en løbetur.

I bogen anvender forfatteren to meget forskellige skrivestilvinkler. Den ene er skrevet med en meget personlig og kontaktfuld stemme. Den bruger hun, når hun fortæller om, hvordan hun oplevede omstændighederne omkring de konkrete dødsfald, og hvordan hun fandt sin vej igennem. Her får hun fat i mig, jeg berøres og mærker stærkt nærværet.

Den anden er en mere objektiv eller næsten undervisende stemme. Her bliver skrivestilen af og til i staccato og opremsning. Den bruger hun i afsnit, hvor hun generaliserer, hvordan det, der har hjulpet hende, kan hjælpe alle. Her mister jeg ind imellem kontakten med fortælleren og indholdet.

Lene Jensen fortæller os om den store hjælp, hun fandt i naturen, konkret gennem brug af sommerfuglen og mælkebøtten som symboler. Her veksler hun mellem den flydende og personlige stil og den mere undervisende stil. Begge dele helt relevant. Men i den undervisende del synes jeg, hun bliver for generaliserende. Jeg læser det, som der menes, at naturen og symboler kan hjælpe alle! Her mangler jeg erkendelse af, at ingen metoder virker for alle.

Forfatterens formål med bogen er, at vi som læsere får styrket håbet og troen på, at vi rummer kræfter, der kan hjælpe os videre, ”når livets alvor banker på” (s.8). Det tror jeg, mange læsere vil kunne få. Især de, der i forvejen har en god og stærk relation til naturen. Så min konklusion er, at det kan være en inspirerende og hjælpsom bog for mange, der selv bliver kastet ud i den fortvivlende og meningsløse situation at miste.



**Lise Nielsen**  
Psykoterapeut MPF

# GOD BOG OM PSYKOTERAPI – MEN MED FEJL

*Bo Møhl og Morten Kjølbye (red.): Psykoterapiens ABC. Psykiatrifondens Forlag 2013. 464 sider, 295 kr.*

## BOGANMELDELSE

Redaktørerne af denne bog ønsker at give alle, der ønsker at vide mere om psykoterapi, et overskueligt overblik over, hvad psykoterapi er, og hvordan det praktiseres, samt at give fagfolk et overblik over psykoterapiens mange retninger og anvendelsesområder. Det er et ambitiøst projekt, men lad mig starte med at sige, at resultatet er rigtig godt. Det er i blevet en spændende og relevant bog.

Som gammel garvet psykoterapeut får man et indblik i nogle af de nyere metoder, man interesserer sig mindre for, men gerne vil være orienteret i. Perspektiverende er det også at læse om metoder, man er erfaren i – og rent fagligt er indholdet fyldestgørende til formålet samt klart og tydeligt.

Derfor bør denne bog være på enhver psykoterapistuderendes pensumliste. Bogen rummer glimrende viden om mange forskellige metoder, der anvendes i praksis til specifikke klientgrupper, men også et historisk indblik i forskellige terapier og idégrundlag. Højest anvendelig viden, når man skal vurdere, om man selv er i stand til at hjælpe en klient, eller om andre behandlingsmuligheder bedre kunne møde klientens/familiens/gruppens behov.

Bogen lægger sig et sted imellem en anerkendelse af de nonspecifikke faktorerers indflydelse i terapi og dermed anerkendelse af, at de terapeutiske metoder ikke er afgørende for udbyttet, og samtidig er hele bogens opbygning og idé bygget på netop diverse empirisk støttede behandlingsformer og tager derved det afsæt, at noget virker bedre på nogle end andet.

Imidlertid er der også mindre fyldestgørende passager, selvmodsigelser og udsagn, hvor der både kan og bør stilles spørgsmålstegn ved sandhedsværdien i det skrevne. Et gennemgående dobbelttydigt skisma slås an allerede på bagsiden af bogen, hvor der står at: ”Det mest afgørende for at få udbytte af psykoterapi er interessant nok ikke terapeutens uddannelse og retning, men derimod menneskelige egenskaber som empati, varme og rummelighed – viser forskning”. Dette uddybes i bogen, men selvom forfatterne utvivlsomt er højest kompetente og ved, hvad de taler om, synes jeg ikke, at der gives tilstrækkelige referencer til, hvilken forskning der peges på. Det kan virke lidt tyndt i betragtning af, at bogen har hele 21 psykologer og 11 psykiatere samt en musikterapeut og en fysioterapeut som forfattere, hvor alle vel vægtlægger netop empirisk dokumentation.

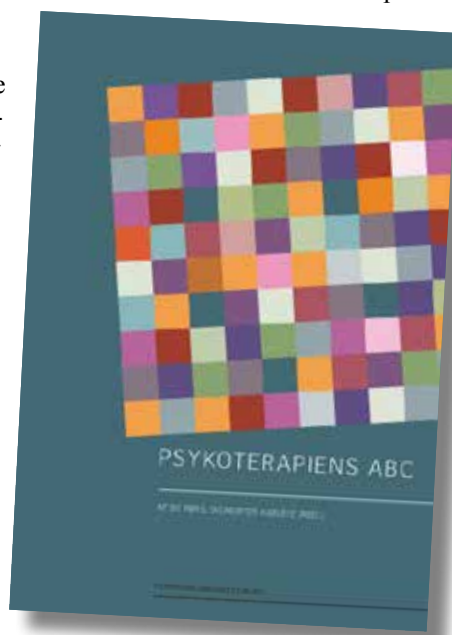


Bogen har en række vel gennemarbejdede kapitler om forskellige metoder. Det er svært at fremhæve nogle fremfor andre, da det meste af indholdet var læseværdigt i et letforståeligt, tilgængeligt sprog og samtidig på et fagligt lødigt niveau. Dog vil jeg kritisere kapitlet om kropsterapi for at være for tyndt. Hvorfor har man dog ikke har fået en psykoterapeut til at skrive om kropsterapi i stedet for at bringe et kapitel om psykomotorisk fysioterapi?

Er psykoterapeut MPF'ere omtalt i denne bog om psykoterapi? Ja, det er vi! Især i bogens kapitel 4, hvor forfatteren (Claus Haugaard Jacobsen, cand.psych., ph.d.) bl.a. argumenterer for en psykoterapeutisk titelbeskyttelse for psykologer og psykiatere. Samtidig refererer han til en international undersøgelse, der viser, at den faktor, som terapeuterne peger på har haft den største indflydelse på deres faglige udvikling, er: 1. Mange klientforløb, 2. Supervision, 3. Egenterapi. Hvor er så underbygningen af, at 7-11 års universitetslæsning er den vigtigste faktor, når man taler om at levere psykoterapi af høj kvalitet?

I et skema (fig. 1, s.47) siger han, at Dansk Psykoterapeutforening har 704 medlemmer inklusive medlemmer under uddannelse. Men vi er jo dobbelt så mange medlemmer og optager ikke medlemmer under uddannelse – og har i øvrigt aldrig gjort det! Der står også, at kun 430 af os har privat praksis, samt at kun 20 af vores

medlemmer er specialister i psykoterapi. Ifølge vores nyeste undersøgelse har 71 % af medlemmerne privat praksis svarende til snarere 994 fremfor 430. Hvor mange af os, der er specialister i psykoterapi, vides ikke. Så er det bare, jeg spørger: Hvor kommer de tal fra? Det virker useriøst at spytte sådanne usande tal ud i en bog om psykoterapi.



Det påstås endvidere, at "Medlemmerne af Dansk Psykoterapeutforening typisk orienterer sig imod kropsterapi (fx Bodydynamic) og gestaltterapi". Vores nyeste undersøgelse viser, at de mest vægtige repræsentationer iblandt medlemmerne er: Eksistential & humanistisk terapi, gestaltterapi samt familie- og parterapi. Mens kun 8 % er uddannede i kropsterapi. Der er ikke nogen, der kan fortænke Claus Haugaard Jacobsen i ikke at vide dette, men jeg må rette kritik imod, at der bringes deciderede usande og udokumenterede oplysninger om vores faggruppe i en bog om psykoterapi uden at anføre, at det er egne antagelser, som muligvis ikke stemmer.

Ærgerligt, da bogens indhold i øvrigt er allethings, at man kan få den fantasi, at der også er en fagkamp på dagsordenen med dette valg af forfattere og manglende viden om psykoterapeut MPF'ere.

**Gitte Sander**  
**Psykoterapeut MPF**

# PSYKOTERAPEUTEN – og METODEN

*Lone Algott Jeppesen og Leif Vedel Sørensen: At leve sin terapi – Ni psykoterapiportrætter om forholdet mellem terapeut, klient og praksis. Forlaget Mindspace 2013. 256 sider, kr. 298. Som E-bog ca. kr. 208.*

## BOGANMELDELSE

**Hvad er det, som motiverer psykoterapeuters valg af én metode frem for en anden? Hvordan forholder de sig til og omsætter deres teoretiske og metodiske grundlag i praksis bag den lukkede dør, sammen med klienten, alene og uobserverede?**

Psykologerne Lone Algott Jeppesen og Leif Vedel Sørensen har lavet en spændende bog om forholdet mellem terapeut, klient og metode. Den indeholder en samling portrætter af ni forskellige terapeuters metodevalg. Forfatterne har interviewet dem om deres forhold til disse valg – hvordan de i deres karriere er nået frem til at arbejde på netop denne måde, hvad det betyder for dem, hvilke motiver der ligger bag etc.

Samtidig har de bedt dem om en videooptagelse af en terapisesion, som demonstrerer det metodiske grundlag, de arbejder ud fra. Udskrift af denne session samt interviewet danner så grundlaget for en klargøring af, hvilke tanker de gør sig om selve sessionen, hvordan den spejler deres intentioner og udtrykker den terapiretning, de identificerer sig med. Derudover får vi en introduktion til hvert portræt, som oversigtligt og instruktivt beskriver hver enkelt teoretiske og metodiske tilgang.

Bogens ni portrætter omfatter:

1. Medfølelsesfokuseret terapi ved psykiater Bodil Andersen.
2. Acceptance and Commitment Therapy ved psykolog Camilla Grønlund.
3. Intensiv korttidsdynamisk psykoterapi ved psykolog Elad Chone.
4. Narrativ terapi ved psykolog Jacob Mosgaard.
5. Hypnoterapi ved læge Jens-Jørgen Graven.
6. Kognitiv adfærdsterapi og Mindfulness-baseret kognitiv terapi ved psykolog Kirsten Bonfils.
7. Relationsfokuseret terapi ved psykolog Kirsten Seidenfaden, MPF, og psykiater Piet Draiby.
8. Gestaltterapi ved psykolog Mikael Sonne
9. Mentaliseringsbaseret terapi ved psykiater Morten Kjølbye.

Der er en ualmindeligt velgørende tone gennem hele bogen. Det er lykkedes forfatterne at formidle hver enkelt terapeuts særlige udtryk og atmosfæren omkring vedkommende. Men også omkring sig selv. De nærmer sig deres kolleger med respekt, varme og nysgerrighed på en måde, som gør spotlightet på ”rummet bag den

lukkede dør” både muligt og autentisk. Vi får en god fornemmelse af, hvordan en metode ikke bare er noget, man hiver ned over hovedet på en klient, men at kontakten med og forståelsen af klienten er afgørende for, hvordan man omsætter den i praksis.

Nogle af de fælles tråde for de ni terapeuter er, at de arbejder på en måde og på et grundlag, som de føler sig *godt tilpas* med, og som er *overensstemmelse med deres personlige værdier*; bl.a. politiske. Man er optaget af at komme væk fra ekspertrollen, at etablere et ’ligeværdigt’ forhold til klienten. De første valg i karrieren har for nogles vedkommende følt sig for snævre, de referencer, man har haft som yngre, har ikke passeret til ens værdier og person senere i livet, har følt sig som en spændetrøje

For mig har det efter endt læsning været fint at blive introduceret til de forskellige terapiretninger. Det er virkelig lykkedes forfatterne at formidle ’den levede version’ samtidig med, at jeg let og venligt bliver indført i metoder og tankegange, hvoraf nogle kun var overfladiske bekendtskaber.

Det er dog den del af bogen, som handler om terapeuternes personlige forhold til deres arbejde, som fanger mig mest. Den måtte for mig gerne have fyldt meget mere. Og sådan som jeg forstår forfatterne, har det også været deres ærinde at sætte lys på netop den del af psykoterapiforskningen, som siger, at et vellykket terapeutisk forløb væsentligst er afhængigt af det, der ofte kaldes ’de non-specifikke faktorer’ (alliancen mellem klient og terapeut samt terapeutens for-

hold til sit teoretiske og metodiske grundlag), mens *metoden i sig selv* kun har marginal betydning for udbyttet.

Jeg sidder (igen) tilbage med følelsen af, hvor absurd det er at blive ved med at forske i de forskellige metoders succesrate, når det dog er alliancen og terapeutens engagement, der betyder så meget mere. Den svenske psykolog og psykoterapeut Sverker Belin har givet sin sidste bog titlen *Relation før metode*, netop med baggrund i denne indsigt.



Hvad betyder det for os terapeuter at skulle skabe så betydningsfulde relationer igen og igen? Dag efter dag? Hvordan lever vi med det, og hvad kræver vi af os selv, både i arbejdet og uden for arbejdet, for at kunne det? Hvilke *personlige* ressourcer trækker vi på? Hvad gør vi for at være nærværende, åbne, afgrænsede? Hvad gør vi når, vi lukker ned for vores empati, ikke kan lide det vi hører, har svært ved at rumme, sagen kommer til at invadere vores privatliv etc.? Hvordan lever vi med alt det, vi ved ind imellem

hindrer en positiv alliance?

*At leve sin terapi* har inspireret mig til disse og mange yderligere spørgsmål og er således lykkedes som *inspirationskilde* – udover at være så solidt informerende. Jeg har gennem hele bogen følt mig i spændende, kompetent og også personligt selskab med 11 forskellige terapeuter – taknemmelig over, at de har villet vise mig noget af sig selv.

**Susanne Bang**  
Psykoterapeut MPF

“ Jeg sidder (igen) tilbage med følelsen af, hvor absurd det er at blive ved med at forske i de forskellige metoders succesrate, når det dog er alliancen og terapeutens engagement, der betyder så meget mere. Den svenske psykolog og psykoterapeut Sverker Belin har givet sin sidste bog titlen *Relation før metode*, netop med baggrund i denne indsigt.

# Hjælp til at TALE MED BØRNENE

*Karen Glistrup: Snak om det ... med alle børn – en bog om angst, depression, stress og traumer. 2. reviderede udg. Illustreret af Pia Olsen. Forlag PsykInfo Midt 2013. 56 sider, kr. 200. E-bog på dansk eller engelsk kr. 75.*

## BOGANMELDELSE

I *Psykoterapeuten* nr. 2 2011 anmeldte jeg den første udgave af denne bog af psykoterapeut MPF Karen Glistrup. Bogen er nu udkommet i en ny og udvidet udgave.

Det er en samtalebog, hvor Pia Olsens sjove og søde tegninger tager brodden af det alvorlige og farlige. Bogen kan hjælpe os voksne til at tale åbent og ærligt med vores børn og samtidig give både børn og voksne en reel viden. En bog, der udover at være en bog til forældre og bedsteforældre også burde stå i reolen i børnehaver og ligge i venteværelser hos lægen og andre steder, hvor børn og voksne kommer.

Bogens sider er opdelt i tre kolonner. Den ene kolonne er tegninger, der gør det nemt at læse og tale om indholdet med små børn. Den anden kolonne er med let forståelig tekst, beregnet for skolebørn, og den sidste er skrevet til voksne, men som store børn også kan læse.

Jeg har læst bogen som familietераpeut, som kunstterapeut, som pædagog til små og store børn og som forælder.

Som familietераpeut holder jeg en bog i hånden, der minder mig om mine mange familiesamtaler, hvor alle bliver hørt, og hvor alle får noget relevant at vide om hinanden. En viden, der giver nærhed og omsorg.

Som kunstterapeut skaber bogen og billederne både humor og mulighed for at rette blikket mod bogen, så man slipper for at have øjenkontakt, når man snakker om 'farlige' ting.

Som pædagog, der skal læse for mindre børn, er billederne oplagte og medrivende, især hvis den voksne stiller relevante spørgsmål, der kan åbne for en større fortrolighed til de enkelte børn.

Forældre/voksndelen er skrevet i et varmt forklarende sprog med anvisninger på, hvad den voksne kan gøre for at støtte og mildne. Teksten giver den voksne mod og redskaber til at give børn forklaring på uforståelige følelser og til at bryde tavsheden om det usagte.



I den nye udgave er titlen og teksten udvidet til også at omfatte flygtninge samt traumatiserende børn og voksne. Og noget af det, der glæder mig mest er, at indholdet nu i større omfang kan berøre alle børn. Også de børn, vi voksne ikke umiddelbart tænker har problemer. Børn, som selv går og rumsterer med tanker, som de måske ikke en gang har ord for. Denne bog kan 'låne' børnene (og

måske også os selv) ord.

I den nye udgave har Kronprinsesse Mary skrevet forordet og Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse har støttet denne og en engelsk udgave af bogen tilegnet engelsktalende flygtningefamilier. Psykiatrifonden udvikler nu med støtte fra Trygfonden og Egmont Fonden samt opbakning fra Børnerådet et digitalt undervisningsmateriale for 0.-6. klasse på baggrund af bogen. Det bliver frit tilgængeligt på [www.snak-om-det.dk](http://www.snak-om-det.dk)

**Lucy Ludvigsen**  
Familie- og kunstterapeut MPF

# Integrering i GESTALTTERAPI

Mikael Sonne og Jan Tønnesvang: *Integrativ gestaltpraksis*. Hans Reitzels Forlag 2013. 239 sider, kr. 300.

## BOGANMELDELSE

Bogen viser en ny vej til at arbejde med kompleksitet og helhed i menneskers liv. Den sammentænker de mest fundamentale grundprincipper fra gestaltterapien med en integrativ begrebsramme i Ken Wilbers kvadrantmodel. Forfatterne er psykologer, som gennem en år-række har udviklet og afholdt kurser i denne interventionspraksis, de kalder integrativ gestaltpraksis (IGP).

Bogen beskriver gestalttilgangens teoretiske grundprincipper som feltforståelse, organismebegrebet og gestaltdannelse bl.a. og er for så vidt tro med Fritz Perls beskrivelser, selv om han netop omtalte gestaltterapien som ateoretisk, men i stedet var fænomenologisk og oplevelsesorienteret.

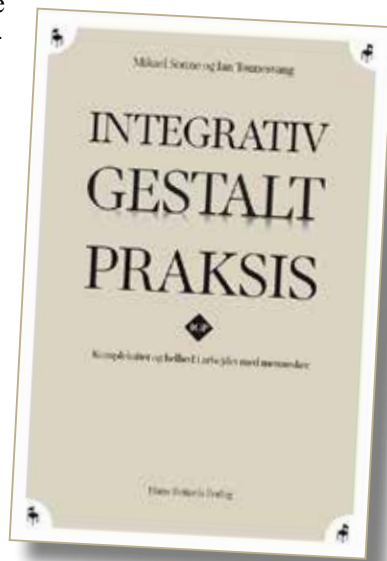
Der henvises i bogen med en beskrivelse bl.a. til "gestaltterapiens klassiker *Gestalt Therapy – Excitement and growth in the human personality* (Perls, Hefferline & Goodman, 1973/1951) nok en anelse svært tilgængelig". Klassikeren var jo rent fænomenologisk og oplevelsesorienteret og dermed for mig i min tid som gestaltterapeutstuderende lige til at gå til.

Denne bog har også sine øve- og tænkebokse, som findes meget inspirerende. Sine steder har den også en stor teoretisk tyngde, hvor bogen bliver meget udfordrende og krævende. Den in-

tegrerer på imponerende vis ret forskellige og komplicerede teoretiske tilgange.

Der er et spændende kapitel om mange forskellige terapiretninger, der kan integreres i en IGP-ramme. IGP er således både en ramme og en praktisk tilgang. IGP kan også fungere som en forståelses- og arbejdsmodel i mange forskellige kontekster. Både inden for psykoterapi og i organisationsarbejde, coaching og pædagogik.

Bogens bagside lægger på eksistentialetisk vis op til, at metoden kan benyttes i arbejdet med menneskers livsudfordringer og ved vidensudvikling om menneskers livsprocesser. Den er således meget rummelig og favnende. For mig forekommer Wilbers kvadrantmodel visse steder dog så kompliceret og fortænkt, at hele verden skal tænkes med – alt skal rummes, så det kan efterlade én helt uden



overblik.

Bogen henvender sig ikke til begyndere. Den forekommer mig at være henvendt til studerende af denne særlige integrative metode. Desuden til praktikere af metoden, som kan have modellen som baggrund for forskning, hvilket hilses velkommen i disse tider med krav om evidens.

**Majse Albeck**  
Psykolog, psykoterapeut MPF

# DANSK BOG OM PSYKODYNAMIK

*Claus Haugaard Jacobsen og Karen Vibeke Mortensen: Psykoterapeutisk praksis på psykodynamisk grundlag. Hans Reitzels Forlag 2013. 300 sider; kr. 300.*

## BOGANMELDELSE

**”Vi kender ingen teorier, der kan sammenlignes med psykoanalysen, hverken med hensyn til dybden af forståelsen eller kompleksiteten af metoder. I vores øjne er det den behandlingsform, der tilbyder den mest dybtgående, men indimellem også svært tilgængelige teori til forståelse af alle former for psykopatologi.” (Citat fra bogen s.16).**

Så kom den endelig. En bog af danske forfattere om psykodynamisk psykoterapi. Eller rettere om de forskellige måder, psykodynamisk praksis udføres på i Danmark. Bogens sigte er både at bevæge sig på det praksisnære plan og drøfte principper for god praksis. Bogen beskriver de teorier, kernebegreber og interventionsformer, som den psykodynamiske terapi benytter sig af, og hvorledes de forskellige teorier anvendes. For eksempel hvis tilknytningsmønsteret er det dominerende fokus, vil opmærksomheden være på klientens tilknytningsadfærd, som også vil spilles ud i relationen til terapeuten. Er opmærksomheden på objektrelationer, arbejdes med klientens indre billeder af sig selv og andre, primitive forsvar, og hvordan det folder sig ud i overføringen.

”Uden en teoretisk forståelse af rationalerne for en given metode, kan man ende blindt, rigtigt og repetitivt udføre tillærte procedurer”, s.15.

Den psykodynamiske teori og metode har i mange år levet et tilbagetrukket liv, og begreber som overføring og modoverføring har næsten været fyord. Hjerneforskningen, tilknytnings- og traumeteorierne samt øget opmærksomhed på nærvær og medmenneskelighed i relationen

mellem terapeut og klient er medvirkende til, at den psykodynamiske psykoterapi er ved at komme mere i fokus. Komplekse psykiske og følelsesmæssiges tilstande kræver en kompleks og nuanceret psykoterapi for ikke kun at lindre symptomer, men også ”afhjælpe psykiske forstyrrelser, mindske lidelse og ikke mindst opbygge en stærkere psykisk struktur, der er mere modstandsdygtig over for belastning”, s.25.

Det er forfatterens lange erfaring, både som psykoterapeuter og supervisorer i psykodynamisk psykoterapi og med undervisning i psykoanalytisk psykoterapi på universiteter og videreuddannelser, der har inspireret dem til at skrive denne bog.

Bogen henvender sig til psykoterapeuter inden for flere fagområder, og det er forfatterens erfaring, at også terapeuter med andre referencerammer har glæde af den særlige opmærksomhed og begrebsdannelse omkring kontrakt, ramme og setting og ikke mindst den terapeutiske relation, som den psykoanalytiske tradition indeholder.

Bogen er velegnet som lærebog ved psykoterapeutuddannelser og på andre uddannelsesinstitutioner som indføring i psykodynamisk teori og metode. Den beskriver mange af de problemstillinger og tvivlsituationer, man kommer ud for som psykoterapeut i terapiforløbet, fx hvor meget skal terapeuten gøre brug af selvafsløring.

Svaret på det spørgsmål er ligesom mange andre i bogen nuanceret, og de giver ingen facitliste. Det er så op til læseren at lave sin egen selvrefleksion i forhold til netop den enkelte klient.

”Vi har ofte oplevet, at de problemer, som psykoterapeuter bringer til supervision, kan henføres til nogle helt basale forhold omkring psykoterapi, fx at man ikke er omhyggelig nok under den indledende undersøgelse og vurdering af klienterne, men haster til behandling uden at have tiltrækkeligt kendskab til klientens anamnese, personlighedsorganisering og kerneproblematik. Eller at der ikke er etableret en tryk og veldefineret ramme om terapien, og at rammebrud ikke italesættes, så rammen kan genetableres. (...) Ramme og setting, kontrakt og caseformulering udgør sammen med kontakt, nærvær og den terapeutiske alliance psykoterapiens grundlag. Det er det fundament, som den terapeutiske holdning og proces (med dens forskellige specifikke metoder) hviler på.” (Fra bogens forord).

Forskellige perspektiver bliver underbygget med litteraturhenvisninger – det viser også den store teoretiske spændvidde, der eksisterer i dag.

Bogen er bygget op med de væsentlige elementer, der indgår i et terapeutisk forløb. Kapitel 1 er et kort rids af de forskellige teorier, som er den dynamiske psykoterapis teoretiske grundlag, klassisk driftsteori, egopsykologi, objektrelationsteori, tilknytningsteori, den interpersonelle og den relationelle psykoanalyse og selvpsykologi. Kapitel 2 til 5 handler om selve forberedelsen og starten af et terapiforløb, fra undersøgelse og vurdering (kap. 2) til problemformulering og indgåelse af psykoterapeutisk kontrakt (kap. 3). I kapitel 4 og 5 handler det om terapiens rammer og – ligeså vigtigt – rammebrud.

Kapitel 6 til 9 omhandler de metoder, der anvendes, når man udøver dynamisk psykoterapi, og endelig et kapitel om afslutningen på et terapiforløb. Et sidste kapitel handler om de særlige forhold, der gør sig gældende, når man har børn og unge i behandling.

Bogen kan læses fra begyndelsen til enden, men kan også bruges som en opslagsbog. Man behøver ikke nødvendigvis at have læst fx kapitlet om forandringsteorier for at læse om interventioner. Forfatterne formår at skrive i et klart og præcist sprog, som er en fornøjelse at læse. Det lykkedes for dem at forene et stærkt teoretisk

ståsted med en klædelig ydmyghed over for den enkelte klients unikke personlighed. Det fremgår tydeligt igennem hele bogen, at ingen metode passer til alle mennesker, og at det derfor er vigtigt i hvert enkelt tilfælde at lave sit forarbejde godt, inden man starter terapien, og at have en stor opmærksomhed undervejs i processen på både klientens og egne temaer. Psykodynamisk psykoterapi er svært at udøve, og der

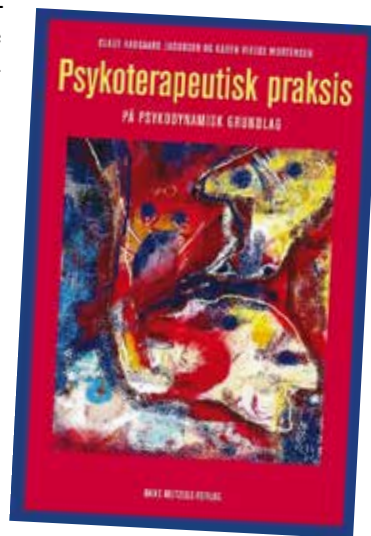
er til forskel fra andre terapiformer ingen fast manual for, hvordan man gør. ”Forståelse går forud for teknik”, og ”det er holdningen, den indre overbevisning, der finder frem til den nødvendige teknik”, s.20.

Der er ikke mange konkrete eksempler på samtale mellem klient og terapeut. Det kunne nogle måske savne. Det gør jeg ikke, og det er måske min positive overføring på de to forfattere, der gør, at jeg ikke synes, det betyder så meget. At den udkommer nu er forhåbentlig et udtryk for, at den psykodynamiske tænkning og metode vinder

mere indpas i Danmark.

Det er en god bog. En god bog for mig er, når jeg får lyst til at referere og fremhæve vigtige forskningsresultater, refleksioner og klare formuleringer. Dem er der rigeligt af – læs den og bliv klogere eller få genopfrisket gamle og slidte vaner og terapeutiske rutiner.

**Birgitte Jacobsen**  
Psykiater MF



# NORMALISER SORGEN

*Jesper Roesgaard Mogensen og Preben Engelbrekt: At forstå sorg – teoretiske og praktiske perspektiver. Samfundslitteratur 2013. 208 sider, 249 kr.*

## BOGANMELDELSE

Lige mit store arbejdsområde og mit hjertebrun: At hjælpe og støtte børn, unge samt familier i sorg. Så jeg var rigtig spændt på, om det bliver bogen, jeg skal have med rundt i tasken til lærerne på skolerne, pædagogerne i børnehaverne og eventuelt også som anbefalelsesværdig læsning til pårørende.

Der findes mange fantastiske bøger om sorg, så hvad mon denne vil bidrage med, som ikke allerede er skrevet? Jeg havde store forventninger, ikke mindst da jeg tidligere har læst og fulgt den ene af bogens forfattere Preben Engelbrekts arbejde. Han er uddannet socialrådgiver og psykoterapeut MPF og har gjort et fantastisk arbejde for børn og unge i sorg. Han er medstifter af og i dag direktør for Børn, Unge & Sorg og har tidligere været ansat i Kræftens Bekæmpelse og tilknyttet Den Sociale Højskole i København som underviser og supervisor. Hans medforfatter Jesper Roesgaard Mogensen er psykolog i Børn, Unge & Sorg og har bred erfaring i at arbejde med sorg, krise og traumer.

Bogen indfører os i vigtige teoretikere inden for sorgområdet og giver en grundig forståelse for de mange sorgreaktioner, man kan møde hos børn, unge og deres netværk. Bogen hjælper absolut til at få en bred forståelse for, at sorg er en proces, og de beskriver grundigt med ek-

sempler, hvordan man kan skelne mellem den normale sorg og den komplicerede sorg, og hvordan man som professionel skal turde gå ind i sorgens verden med dem, man møder, og være til stede til at støtte og hjælpe den sørgende.

Forfatterne gør meget ud af at normalisere sorgen og med denne bog hjælpe de professionelle og netværket omkring de sørgende til at turde være der med den sørgende. De skriver: ”Der synes at være en tendens til at tænke, at følelser er noget, der hører hjemme i terapilokalet, men at tale sammen om følelser er ikke terapi, det er en helt naturlig måde at være sammen på, når livet er dejligt, voldsomt, smertefuldt og sorgfuldt.”

Bogens centrale budskab er, at 80 % af alle børn og unge med sorg har et ’normalt’ sorgforløb, som kan håndteres via nærvær fra de professionelle voksne, der er i børnenes hverdag, og at vejen hertil er at turde og have mod til at gå ind i sorgens land med de sørgende.

Denne bogs budskab og meget seriøse faglige og veldokumenterede viden er spændende læsning. Forfatterne formår at sætte ord på sorgteoriens historie fra Freud til Bowlby, Wordens, Stroebe, Schuts og Michael White.

“  
**Bogens centrale budskab er, at 80 % af alle børn og unge med sorg har et ’normalt’ sorgforløb, som kan håndteres via nærvær fra de professionelle voksne, der er i børnenes hverdag, og at vejen hertil er at turde og have mod til at gå ind i sorgens land med de sørgende.**



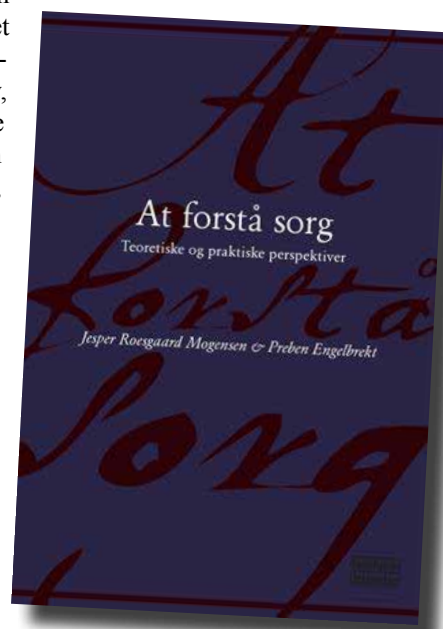
Sorgteoriens udvikling giver så stor mening i forhold til at forstå, hvorfor det kan være svært for lærere, pædagoger, sygeplejersker mm. helt at vide, hvordan de skal møde de hårdt ramte børn, unge og deres familier. Mange voksne i dag er selv blevet mødt med, som Freud udtrykte det: "... at sorgarbejdet er en individuel og indre proces, hvorigennem sørgende kan få arbejdet med deres følelser til afdøde." Jeg oplever også selv, at mange af disse voksne ikke har lært, hvordan man kan blive mødt med sorg, idet praksis har været, at det klarede mange selv i overbevisning om, at det var det bedste.

Jeg oplever min iver stiger med at læse videre, da jeg kommer til kapitlet "Om sorg som en relationel udfordring". Kombinationen af teori og cases gør det meget levende og samtidig nærværende læsning, hvor vigtigheden af de professionelle i barnets hverdag gøres endnu vigtigere.

Forfatterne argumenterer senere i bogen for kronisk sorg som diagnose ved kompliceret sorgforløb – en vanskelig diskussion, og fremlæggelsen bliver da også lidt tung læsning. Der er mange henvisninger i bogen, som underbygger fagligheden, men jeg synes, det kan forstyrre læsningen med de mange kildebeskrivelser inde i teksten.

Bogen vil jeg klart have med i min taske rundt

og anbefale til lærerne, pædagogerne, sygeplejerskerne, præsterne – til alle, der så gerne vil gøre det 'rigtige'. Og pointen er netop, at der ikke er noget rigtigt, for børnene og de unge er forskellige, men et har de tilfælles, at de gerne vil mødes i deres sorg og ikke kun tre måneder efter dødsfaldet.



Jeg ønsker for børnenes skyld, at denne bog kan blive pensum på seminarer, sygeplejerskoler og psykoterapeutuddannelser, for selvom der allerede er gjort et stort arbejde med sorgplaner, så er der mange, som er usikre på tiden efter de første måneder.

Det eneste, jeg savnede, var flere cases om de noget mindre børn omkring akutte dødsfald, mord, selvmord og ulykker. Det er min erfaring, at lærerne og pædagogerne ofte står magtesløse over for at møde både forældre, de andre elever og den ramte familie med disse børn.

Tak til forfatterne for en berigende bog, som jeg varmt kan anbefale, og som i mine øjne bør stå på den faglige hylde om børn og unge i sorg. En grundig og vigtig bog, som støtter et vigtigt formål: at hjælpe vores børn, unge og familier, som har mistet tidligt i livet.

**Anette Gernow**  
Psykoterapeut MPF

# OM AT ÆLDES

Bent Eikard og Bent H. Claësson (red.): *Ældrestyrken. Om at blive og være gammel. Antologi med bidrag af bl.a. MPF'erne Emilie Melchior, Mogens A. Lund, Maria Marcus og Bent Claësson. Tiderne Skifter. 252 sider, pris kr. 250.*

## BOGANMELDELSE

Først for nylig – og som noget temmelig overvældende – er det at ældes noget, der fylder i mine tanker. Redaktøren af *Psykoterapeuten*, Susanne van Deurs, hørte dette og opfordrede mig til at læse og anmelder denne bog. Jeg oplever den paradoksale situation, hvor jeg dagligt støder ind i nogle af de begrænsninger, som alderen medfører, samtidig med at jeg ikke bruger min faglige viden ved at fortrænge – ikke bevidst at forholde mig til den proces.

Denne glidende bevægelse ind i den tredje og fjerde alder er netop, hvad 30 personer af begge køn i alderen 72-93 år har beskrevet i bogen *Ældrestyrken. Om at blive og være gammel*. 'Ældrestyrken' brugt som den positive reformulering af begrebet 'ældredrebyrden'.

Det er en fin bog! Den er let at læse, morsom og velskrevet, og bidragene kan læses både forfra, bagfra og ved tilfældige nedslag.

Gennem dette kig ind ad vinduet hos så mange forskellige kloge og eftertænksomme folk bliver jeg hjulpet til at mindes og mærke, hvad der er vigtigt – hvad der har betydning, og hvad der kan gøre livet meningsfuldt. Beskrivelserne har en fylde og en mangfoldighed, der er livgivende og inspirerende.

Dejligt er det, at flere af forfatterne har den selvironiske, humoristiske og optimistiske indfaldsvinkel. "Vi er den første generation, der ikke bliver gamle. Vi ser bare sådan ud." (Maria Marcus MPF refererer Lisbeth Dahl s.177)

Der er indlæg, der beskriver overgangen fra arbejdsliv til pensionisttilværelse. Om at gøre ting af lyst og ikke af tvang. Om hvordan ens fokus forandrer sig, og noget træder i baggrunden, og andet kommer i forgrunden. Nogle beskriver livet med de fysiske og psykiske begrænsninger og udfordringer. Andre fortæller om det at være ble-

vet alene efter et langt ægteskab og den nyorientering, der trænger sig på.

De enkelte historier er meget forskellige. Nogle tangerer mere selvbiografiske beskrivelser af, hvad var det så, jeg nåede i mit liv. Mange vægter alle de positive muligheder, der ligger i at være i den sene alder med inspiration til bl.a. at fordybe sig i det mere filosofiske og spirituelle.

Jeg kan bedst lide de indlæg, der er personlige frem for analyserende. Her kan jeg spejle mig i betragtningerne og i flæng identificere mig med den ene forfatter og differentiere mig fra den anden. På denne måde stimulerer det hele til den erkendelsesproces, som jo må være en personlig (min!) forståelse af, hvordan vi (jeg!) møder begrænsningerne med tålmodighed, omtanke og kreativitet. Det fremstår klart af teksterne, at aldrig er lige så forskellig og personlig som alt andet i livet. Ved at blive præsenteret for så mange forskellige tilgange inspirerer det til – måske forebyggende – så at sige at tage sagen i egen hånd.

Bogen gør mig mere vågen over for denne umærkelige proces: Den opmærksomhed, som uafsladeligt og utrætteligt var vendt mod planlægning af nye projekter for fremtiden med tilhørende søgen efter ny viden og kompetencer, som nu mere bliver til rolig udveksling, hvor de faglige erfaringer træder i baggrunden. Hvor det umærkeligt dels bliver en opmærksomhed på fortiden samtidig med en optagethed af det helt aktuelle – alt det, der foregår lige netop nu. Tiden bagude taber sin påtrængende intensitet – og tiden forude er pludselig ikke uendelig længere.

Bogen er derfor en guldgrube for psykoterapeuter både fagligt og personligt.

**Kirsten Seidenfaden**  
Psykolog MPF



# NYT ØKONOMISYSTEM

## Vigtigt at medlemmernes mailadresser er korrekte

I løbet af efteråret får Dansk Psykoterapeutforening etableret et nyt økonomisystem, hvilket kommer til at betyde, at der fremover sker en ændring i måden, kontingentet bliver opkrævet på.

Den næste opkrævning, der bliver fremsendt i januar 2014, vil blive sendt *via mail/vores website* til den mailadresse, du har opført i din profil.

*Det er derfor meget vigtigt, at der er anført en korrekt mailadresse i din profil.*

### Tjek din profil

Du kan tjekke oplysningerne i din profil ved at gå ind på vores hjemmeside [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk).

Log dig ind på medlemsiderne ved hjælp af dit brugernavn og din adgangskode, gå ind i menupunktet 'din profil' og se de enkelte faneblade igennem.

Har du ændringer, kan disse foretages ved at gå ind i menupunktet 'rediger profil' – gå ind under det faneblad, du har ændringer til, og *husk* at klikke på 'opdater profil' efter hver enkelt rettelse, du foretager, ellers bliver det ikke gemt.

Kontingentet skal fremover kun betales én gang årligt. Kontingentsatserne er uændrede: For medlemmer bosiddende i Danmark er det fremdeles kr. 1.400 årligt, for medlemmer bosiddende i udlandet kr. 750 og for pensionister kr. 500.

**Winnie Johansen**  
Adm.leder

## Ny medarbejder



Pr. 1. marts 2013 er Stine Eg blevet ansat som sekretær 20 timer ugentlig i Dansk Psykoterapeutforening.

Stine tager sig primært af opgaver vedrørende kursusadministration og indmeldelse af nye medlemmer samt andre administrative opgaver.

## Afbud til kurser

Efter tilmelding til og betaling af et af foreningens kurser har man ifølge købeloven 14 dage til at fortryde købet, og ved evt. framelding vil den fulde kurspris blive refunderet.

Når de 14 dage er gået, er tilmeldingen bindende, og man hæfter i princippet for betalingen.

Vi har dog forståelse for, at man kan blive forhindret, og ved afbud *inden sidste tilmeldingsdag* vil kursprisen blive refunderet, dog minus kr. 450 til administration.

Efter sidste tilmeldingsdag er der ingen tilbagebetaling.

## Udmeldte

I perioden 1. juni – 12. sept. 2013 har nedenstående medlemmer meldt sig ud af foreningen:

Rikke Berg, Astrid Rahbek, Janne Gerlach, Lise Holst, Inge Brandt Jensen, Tom Rømer Klausen, Marianne Laursen, Inge Marianne Klyver Nielsen, Susanne Sandholm Nielsen, Bente Rosengreen og Karen Thomas.

Desuden har Dansk Institut for Psykoterapi og Uddannelse (DIPU) meldt sig ud af Forum for Psykoterapeutuddannelser.

Omtalen bygger på oplysninger fra forlagene og indeholder ikke redaktionens vurderinger. Priserne er vejledende.



*Clea Bruun Johansen, Anne Hvarregaard Mose:*

### **Et bedre liv med diabetes – en psykologisk håndbog**

Over 300.000 mennesker lever med diabetes i Danmark. Det svarer til mere end hver 20. dansker. Denne bog handler om de psykologiske udfordringer, der ofte knytter sig til livet med diabetes, og om, hvordan man kan få hverdagen med diabetes til at fungere så godt og tilfredsstillende som muligt. Det er også en bog om, hvordan man gennem arbejde med vaner, motivation og kommunikation kan optimere egenomsorgen og dermed forhåbentlig på sigt opnå en bedre regulering af diabetes.

*Dansk Psykologisk Forlag 2013. 315 sider, kr. 278.*

*Dicte Susse Pedersen:*

### **Kærligheden og den destruktive dans – om vold i parforholdet**

Bogen handler om vold i parforholdet. Om den dans, mange voldsramte par er fanget i, hvor hvert et skridt fra både manden og kvinden fører til mere vold. Fire autentiske historier giver indblik i, hvordan det er at leve i et voldeligt parforhold, men også i, hvordan man kan komme fri af volden. Bogens teoretiske dele gør op med myten om, at kvinden er offeret, og manden er bøddlen, og belyser volden som en relationel dysfunktion. Forfatteren er medlem af Dansk Psykoterapeutforening.

*Forlaget Indblik 2013. 217 sider, kr. 199.*



*Ingelise Nordenhof, Gunnar Eide:*

### **Børne og ungegrupper**

Bogen formidler, hvordan professionelle gennem arbejdet med grupper kan støtte udsatte børn og unge i at finde veje til mestring, når livet bliver svært. Læseren introduceres for en narrativ gruppepraksis, hvor børn og unges fortællinger danner grundlag for udveksling af erfaringer og læring. Gruppesamtaler om alvorlige emner veksler mellem leg og kreative aktiviteter, metaforer og eventyr, der kan gøre det lettere at tale om udfordringer og problemer. Teorier og metoder understøttes af fortællinger om arbejdet med grupper for børn og unge i sorg, børn med flygtningebaggrund og børn af psykisk syge forældre.

*Akademisk Forlag 2013. 240 sider, kr. 299.*

*Susan Hart, Marianne Bentzen:*

### **Jagten på de nonspecifikke faktorer i psykoterapi med børn**

Bogen er vokset ud af et møde i København 2012 mellem fire børnepsykoterapeuter: Eia Asen, Haldor Øvreeide, Peter Levine og Jukka Mäkelä. I bogen samler cand.psych. Susan Hart og psykoterapeut MPF Marianne Bentzen beskrivelser og refleksioner fra de fire børneterapeuters praksis og formidler via neuroaffektiv udviklingspsykologi deres bud på, hvordan det fælles menneskelige potentiale, som skaber psykiske forandringsprocesser, kan identificeres på tværs af forskellige terapeutiske tilgange.

*Hans Reitzels Forlag 2013. 272 sider, kr. 325.*



*Jan Nielsen, Per Sørensen:*

### **Brug gruppen. Psykodynamisk gruppeterapi**

Bogens ærinde er at give et opdateret signalement af moderne gruppeterapeutisk psykoterapi på dynamisk grundlag. Den henvender sig til professionelle og fagfolk, der arbejder terapeutisk med grupper, eller som gerne vil i gang med arbejdet med psykodynamiske aspekter af gruppeterapeutisk behandling. Bogen giver et nuanceret billede af, hvad gruppeterapeutisk psykoterapi er, og den kan læses af både erfarne gruppeterapeuter og nybegyndere inden for feltet.

*Hans Reitzels Forlag 2013. 272 sider, kr. 325.*

*Inge Nygaard Pedersen (red.):*

**Kunstneriske medier i supervision af psykoterapi. Indsigt og vitalitet**

Bogen handler om supervisionsprocesser, når der sammen med samtale anvendes kunstneriske medier samt en legende og udforskende tilgang til problemløsninger. Bogen indeholder illustrationer af teknikker og beskrivelser af supervisionsprocesser samt tilbyder teoretiske forståelsesrammer for de forskellige tilgange til supervision. Bogen er tænkt som en inspirationsbog for alle, der interesserer sig for supervisionsprocesser og for vekselvirkningen mellem forskellige materialer og bevidsthedstilstande i disse processer.

*Aalborg Universitetsforlag 2013. 318 sider, kr. 325.*



*Thomas Iversen, Nicole K. Rosenberg (red.):*

**Professionel kontakt i samtalebehandling**

Bogen præsenterer forskellige teorier om og erfaringer med det professionelle forhold til svære menneskelige problemer i en behandlingskontekst. Forfatterne beskriver professionel kontakt med patienter og klienter med selvmordstanker, svær psykisk lidelse, uhelbredelig sygdom mv. Nogle af kapitlerne tager udgangspunkt i etiske overvejelser, andre i terapeutisk teori, kultur og tradition. Der gives ingen facitlister, men bidragene kan medvirke til, at læseren kan udvikle sin egen professionelle identitet.

*Hans Reitzels Forlag 2013. 204 sider, kr. 249,95.*

*Peter Høeg (red.):*

**Det drejer sig om kærlighed. Undervisning med Jes Bertelsen**

Bogen er en invitation til at deltage i Jes Bertelsens undervisning gennem et helt år. Vi er alle er involveret i to projekter: Udfoldelsen af vores individuelle særlighed og forsøget på at få dybere kontakt til os selv og andre. De to projekter er lige vigtige, men det er kun det første, der støttes af kulturen og samfundet. Det andet er stadig kontroversielt. Og kræver træning. Bogen handler om denne træning. Trin for trin gennemgår den vejen fra den dagligdags normalbevidsthed til dybere erfaringer af kærlighed og vågenhed, en vej der går over indlæringen af de centrale meditative redskaber neutral iagttagelse og dobbelttrettet bevidsthed.

*Rosinante 2013. 383 sider, kr. 349.*



*Jens-Erik Risom:*

**Mindfulness og meditation i liv og arbejde**

Mindfulness er blevet beskrevet som en anden måde at bruge opmærksomheden på – en måde, som kan være en virksom modvægt til en række psykiske og fysiske belastninger, som fx stress, angst, kronisk smerte og depression. Bogen gennemgår mindfulness-metodens baggrund og sammenhæng med psykologiske og eksistentielle problemstillinger. Centralt står bevidsthedslivets grundvaner, som meditationstræningen konkret rettes imod.

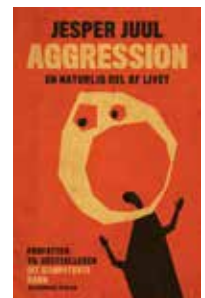
*Hans Reitzels Forlag 2013. 223 sider, kr. 300.*

*Jesper Juul:*

**Aggression. En naturlig del af livet**

I denne bog opfordrer Jesper Juul, MPF, til radikal nytænkning. Aggression kommer til udtryk på mange måder, men udspringer fra samme kilde. Vi bliver irritable, irriterede, vrede, rasende eller selvdestruktive. Disse følelser har vi brug for at bearbejde, ellers går det ud over vores mentale sundhed. Dette er særligt vigtigt, når det gælder børn og unge. Jesper Juul fortæller, hvad der sker, når vi undertrykker disse legitime følelser, hvor vigtigt det er at indrømme dem, og hvordan vi som forældre, pædagoger og lærere kan møde dem hos andre og i os selv.

*Akademisk Forlag 2013. 160 sider, kr. 225.*



# ESRUM BLEV EN STOR SUCCES



FOTO: ERIK WASLI

ET STORT UDBYTTJE OG EN GOD FÆLLES OPLEVELSE – er blot nogle af de mange positive tilbagemeldinger, redaktøren har fået fra forskellige af de mere end 100 deltagere – medlemmer såvel som ikke-medlemmer – i Dansk Psykoterapeutforenings 2-dages workshops om 'Menneskelighed og medfølelse i arbejdet med mennesker' på Esrum Kloster i dagene 2. og 3. september. Workshops'ene var inspirerende, der var en god stemning og åbne, engagerede, positive deltagere. Det gamle kloster var et skønt sted at være, og maden omtales som perfekt – alt gik op i en højere enhed.

På billedet byder Anne Ahlefeldt – en af hovedkræfterne bag arrangementet – velkommen til deltagerne.

SvD

## Fyraftensmøder i København

Dansk Psykoterapeutforening, Admiralgade 22, København K

**Onsdag den 6. november 2013 kl. 17-19**

Psykoterapeut MPF, SE<sup>®</sup>Practitioner, Cert. Mindfulnessinstruktør Judith Beermann Zeligson

### ER DU I FAMILIE MED NOGEN FRA MODSTANDSBEVÆGELSEN? "Så kan du være stolt!"

Ved du, at flugt, forfølgelse og krig og det at vælge at gå imod strømmen sætter dybe spor på godt og ondt i vores måde at møde livet og opfatte os selv og andre? Ikke kun hos dem, der var med, men også i den næste generation, som er født i trygheden efter 1945.

Judith Beermann Zeligson startede i 1984 projektet *Ridsen der blev til en rose*, der henvender sig til børn af de jøder og modstandsfolk, som overlevede Nazitysklands KZ-lejre ved at gemme sig, flygte eller finde en falsk identitet.

Hun kender de dybe spor på krop og sjæl, som ikke kun er familiedynamik og generationspåvirkninger, men en del af samfundshistorien og tidsånden.

Med øjebliksbilleder fra 30 års arbejde inviterer hun til at sætte deltagernes familiehistorie ind i en større ramme og bryde den tavshed og fortielse, som ofte findes bag fortællingerne. Så kan du være stolt! Ja, og med mange flere nuancer af, hvordan eksistentielle temaer som tillid/mistro, styrke/sårbarhed, magt/afmagt viser sig i dit liv *nu*. Måske giver aftenen os også et bud på, hvorfor mange psykoterapeuter har denne baggrund? Åbent for alle med interesse for at kaste lys på flygtningeliv, civilcourage og det ansvar, vi har for os selv og hinanden.

**Pris:** Kr. 100 inkl. kaffe mv.

**TILMELDING OG BETALING** som anført nedenfor. Alle er velkomne. Max 30 deltagere.



## Netværk Sydvestjylland

Tangevej 92 B, Ribe

**Tirsdag den 29. oktober 2013 kl. 18-20.30**

Psykoterapeuterne MPF Bente d'Andrade og Susanne Bundgaard

### NEUROAFFEKTIV UDVIKLINGSPSYKOLOGI

En aften for psykoterapeuter, der er interesserede i at dele og sparre om neuroaffektiv udviklingspsykologi.

Program:

kl. 18-19 Networking

kl. 19-20.30 Oplæg, dialog og sparring om neuroaffektiv udviklingspsykologi.

**Pris:** Kr. 50.

**TILMELDING OG BETALING** som anført nedenfor.

**TILMELDING** på [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) > Aktiviteter > [arrangementet].

**BETALING:** Betaling *samtidig* med tilmelding til reg.nr. 3129 konto nr. 60016615. Oplys arrangementets navn og dit eget navn.

**AFBUD TIL FYRAFTENSMØDER/FOREDRAG:** Når du tilmelder dig et fyraftensmøde/foredrag, skal du være opmærksom på, at din tilmelding er bindende og du hæfter for den fulde betaling. Ved afbud til fyraftensmøder/foredrag er der ingen tilbagebetaling.

**TJEK** [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) > Aktiviteter > [arrangementet] for evt. ændringer vedr. arrangementet.

**YDERLIGERE OPLYSNINGER:** [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) og Dansk Psykoterapeutforening, kontakt@dpfo.dk eller tlf. 7027 7007.

## Netværksmøder på Fyn

Historiens Hus, Klosterbakken 2, Odense C

**Mandag den 4. november 2013 kl. 18-20**

Elene Fleicher, ph.d. Daglig leder og faglig ansvarlig for NEFOS, Netværk for selvmordsramte

### STØTTE OG RÅDGIVNING TIL SELVMORDSRAMTE

At opleve selvmord eller selvmordsforsøg blandt de nærmeste familiemedlemmer er voldsomt. Både børn, unge og voksne går i krise og oplever kaos med risiko for selv at udvikle selvmordsadfærd. De professionelle rådgivere i landsorganisationen NEFOS, Netværk for selvmordsramte, yder støtte og rådgivning, således at den enkelte kommer igennem denne voldsomme belastning. Gennem rekruttering, opkvalificering og ekstern supervision er de frivillige rådgivere klædt på til at være rådgivere i denne kaotiske periode.

Støtten tager sit udgangspunkt i 'her og nu situationen'. Grundstenen er den kognitive tilgang med fokus på kommunikationsstrategier og handlemuligheder.

**Pris:** Kr. 60.

**TILMELDING OG BETALING** som anført nedenfor senest den 30. oktober.

**Tirsdag den 25. februar 2014 kl. 18-20**

### NETVÆRKS MØDE FACE TO FACE

Vi netværker på Facebook, LinkedIn osv.

Nu indbyder vi til netværksmøde *face to face* i Den Fynske Netværksgruppe.

Kom og vær med, mød kollegaer, bliv beriget, oplev, lyt og fortæl.

På forskellig måde vil der blive rig mulighed for at netværke.

Vi byder på ost, brød og frugt.

**Pris:** Kr. 60 (forplejning og leje af lokale).

**TILMELDING OG BETALING** som anført nedenfor senest den 28. januar.

**TILMELDING** på [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) > Aktiviteter > [arrangementet].

**BETALING:** Betaling *samtidig* med tilmelding til reg.nr. 3129 konto nr. 60016615. Oplys arrangementets navn og dit eget navn.

**AFBUD TIL FYRAFTENSMØDER/FOREDRAG:** Når du tilmelder dig et fyraftensmøde/foredrag, skal du være opmærksom på, at din tilmelding er bindende og du hæfter for den fulde betaling. Ved afbud til fyraftensmøder/foredrag er der ingen tilbagebetaling.

**TJEK** [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) > Aktiviteter > [arrangementet] for evt. ændringer vedr. arrangementet.

**YDERLIGERE OPLYSNINGER:** [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) og Dansk Psykoterapeutforening, kontakt@dpfo.dk eller tlf. 7027 7007.

## Fyraftensmøder i Aarhus

**Tirsdag den 22. oktober 2013 kl. 17.30-19.30**

Mag.art., aut. psykolog, psykoterapeut MPF  
Allan Holmgren

### BEVIDNING DEL 2

Dette fyraftensmøde følger op på mødet i efteråret, hvor Allan Holmgren introducerede de grundlæggende principper i bevidning, og hvor deltagerne afprøvede principperne i en mindre øvelse.

Denne gang vil være en kort repetition af de grundlæggende principper i bevidning og en undersøgelse af, hvordan deltagerne kan anvende bevidning i eget arbejde og i eget liv – hvad end det er terapi, behandling, pædagogik, børneopdragelse, venskaber eller parforhold.

Allan Holmgren vil også fortælle om, hvordan han brugte bevidningens principper i et sorgarbejde med en stor gruppe unge og deres forældre, da en 14-årig dreng pludselig var blevet dræbt af et tog – fem timer efter at hændelsen var sket.

**Pris:** Kr. 50 betales ved indgangen. Tilmelding ikke nødvendig.

**Sted:** Marselisborgcentret, bygn. 8 (over varmtvandsbassinet), P.P. Ørumsgade 11, Aarhus C.

Alle er velkomne.





## Netværk Nordjylland

**Tirsdag den 15. oktober 2013 kl. 17-19**

Cand.mag., psykoterapeut MPF, familierapeut og mindfulnesslærer Rikke Braren Lauritzen

### MINDFULNESS FOR PSYKOTERAPEUTER

Som terapeut har vi brug for at være i kontakt med os selv for at kunne være til stede med klienten uden at brænde ud eller lave uhensigtsmæssig modoverføring/konfluens. Mindfulness tilbyder denne fordybelse på en måde, så vi bliver i stand til at passe på os selv, være til stede i kroppen, i tanker og følelser og i kontakten til klienten. Mindfulness (MBSR) har en dokumenteret effekt mod bl.a. stress, angst og depression.

På mødet vil vi lave nogle praktiske meditationsøvelser, så deltagerne får en personlig oplevelse af mindfulness.

**Pris:** Kr. 100 inkl. kaffe mv. Max. 20 deltagere.

**Sted:** Fremtiden, Vesterbro 18, Aalborg.

**TILMELDING OG BETALING** til netværksmødet som anført nedenfor senest to dage før mødet. Alle er velkomne.



**Onsdag den 27. november 2013 kl. 17-19**

Birgitte van der Burg, supervisor fra Søgaard & Burg

### SUPERVISION – EN SÆRLIG DIALOG

Hvordan videreudvikler du dine faglige kompetencer i forhold til supervision? Fyraftensmødet vil have fokus på, hvordan du tager lederskab og arbejder med følgeskab, hvordan man bliver en kompetent supervisor. Mødet vil tage udgangspunkt i et oplæg og en demo-supervision. Birgitte van der Burg har mange års erfaring inden for supervision af offentlige og private virksomheder siden 2002.

**Pris:** Kr. 100 inkl. kaffe mv.

**Sted:** Endnu ikke kendt, men vil senere blive meddelt pr. mail fra Dansk Psykoterapeutforenings kontor.

**TILMELDING OG BETALING** til netværksmødet som anført nedenfor senest to dage før mødet. Alle er velkomne.

**Onsdag den 15. januar 2014 kl. 17-19**

Mag.art., aut. psykolog, psykoterapeut MPF Allan Holmgren

### BEVIDNING

Bevidning er 4,2 gange så effektiv som enkeltsamtaler. Bevidning handler om at blive set og hørt på sine egne præmisser. At have vidner til sit liv betyder, at man ikke er alene om sine problemer og henvist til sig selv.

Allan Holmgren vil dels fortælle om grundtankerne i bevidning og dels demonstrere bevidning i praksis, så deltagerne med det samme kan gå hjem og bruge bevidning i egen terapeutisk praksis.

**Pris:** Kr. 150 inkl. kaffe mv.

**Sted:** Endnu ikke kendt, men vil senere blive meddelt pr. mail fra Dansk Psykoterapeutforenings kontor.

**TILMELDING OG BETALING** til netværksmødet som anført nedenfor senest to dage før mødet. Alle er velkomne.

Forårets møder i Netværk Nordjylland vil finde sted den 18. marts og den 23. april.



**TILMELDING** på [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) > Aktiviteter > [arrangementet].

**BETALING:** Betaling *samtidig* med tilmelding til reg.nr. 3129 konto nr. 60016615. Oplys arrangementets navn og dit eget navn.

**AFBUD TIL FYRAFTENSMØDER/FOREDRAG:** Når du tilmelder dig et fyraftensmøde/foredrag, skal du være opmærksom på, at din tilmelding er bindende og du hæfter for den fulde betaling. Ved afbud til fyraftensmøder/foredrag er der ingen tilbagebetaling.

**TJEK** [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) > Aktiviteter > [arrangementet] for evt. ændringer vedr. arrangementet.

**YDERLIGERE OPLYSNINGER:** [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) og Dansk Psykoterapeutforening, kontakt@dpfo.dk eller tlf. 7027 7007.

## METTE KNUDSEN

### Psykiater MPF

Mette Knudsen har privat praksis og 20 års erfaring som psykiater og supervisor, specialiseret i bl.a. energiarbejde, arbejde omkring døden og transpersonlig psykiateri. I årene 1998-2005 fuldtidsunderviser af psykiaterstuderende, bl.a. om døden, og har siden 2001 i eget regi undervist mange fortløbende efteruddannelsesgrupper i energiarbejde og transpersonlig psykiateri. Har modtaget meditationsundervisning af Jes Bertelsen siden 1996 og fået undervisning i energiarbejde, drømmeanalyse og transpersonlig psykiateri hos Helen Gamborg 1992-2001. Gennem mange år modtaget belæringer om transpersonlig psykiateri, døden og meditation hos talrige tibetanske mestre.

### 3-dages kursus om

## DØDEN

### Dødens livfuldhed, døden som spejl for dit liv nu

Vi vil undersøge de temaer, der naturligt lejr sig omkring dødsprocessen. Det være sig følelser af frygt og forhåbning, glæder, fantasier og længsler, muligheden for fordybet kærlighed og en ændret oplevelse af tid og væren. Vi forbinder tit automatisk døden med sorg. Fordi vi mister. Derved skaber vi i sindet et tungt billede af døden. Vi vil på kurset snarere give plads til den dybe og berigende konfrontation, der kan åbne os til at møde både det ukendte og den livfuldhed og mulighed for transformation, der danser i og omkring dødsprocessen. Og give os mod og redskaber til at konfrontere døden, både i os selv og blandt vores klienter og pårørende.

Vi vil se, hvordan disse emner påvirker vores liv nu, så døden ikke kun er noget, der kommer ved enden af livet, men kan være en vejviser for, hvad der er værdifuldt i livet nu. Den holdning, vi har til døden, leves i livet nu. Den afspejles bl.a. i vores lykkestunder og besværligheder, begrænsninger og frygt, dybden i kontakt, vores inderlighed og evne til at give slip og overgive os. Konfrontationen med døden kan gøre livet mere levende nu. Og livet nu kan gøre mødet med døden anderledes, når den kommer. Kurset bliver en undersøgelse og arbejde med den enkeltes, gruppens og generelle temaer omkring døden med henblik på at kunne berige vores eget og vores klienters liv nu. Samtidig er kurset en træning i at møde klienter med døden inde på livet, det være sig livstruede, døende og pårørende.

**TID OG STED:** Fredag-søndag den 4.-6. oktober 2013 kl. 10-18. I Københavns-området.

**PRIS:** Medlemmer kr. 3.500, ikke-medlemmer kr. 3.950. Inkl. morgenmad og eftermiddagskaffe/te og kage.

**TILMELDING** som anført nedenfor, **senest 1. sept. 2013.**

**TILMELDING** til kurser, foredrag og fyraftensmøder på [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) > Aktiviteter > [arrangementet].

**BETALING:** Betaling skal ske *samtidig* med tilmelding til reg.nr. 3129 konto nr. 60016615. Oplys arrangementets navn og dit eget navn. **AFBUD TIL KURSER:** Du skal være opmærksom på, at du ifølge købeloven har 14 dage til at fortryde din tilmelding til et kursus. Efter 14 dage er din tilmelding bindende, og du har derfor ikke mulighed for at fortryde din tilmelding, men hæfter for betaling af den fulde kursusprijs. Vi har dog forståelse for, at du kan blive forhindret. Vi vil derfor ved framelding inden sidste tilmeldingsfrist returnere kursuspriisen fratrukket kr. 450 til dækning af administration. Herefter ingen tilbagebetaling.

**TJEK** [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) > Aktiviteter > [arrangementet] for oplysninger om stedet for afholdelsen samt evt. ændringer i tilmeldingsfrist mv.

**YDERLIGERE OPLYSNINGER:** Dansk Psykiaterforening, kontakt@dpfo.dk eller tlf. 7027 7007.

## HENRIK LAURIDSEN-KATBORG

### Cand.psych.

Henrik Lauridsen-Katborg er sammen med sin hustru, Ingrid Katborg, grundlægger og leder af Institut for Somatisk Psykologi. Han er specialist og supervisor i psykiateri og forfatter til fagbøger om psykologi og udvikling: *Vejen til fordybelse. En kropsterapeutisk analyse af det menneskelige udviklingspotentiale*, Modtryk 2003 og *Kærlighed, hengivelse og længsel. En bog om voksenalderudvikling*, Modtryk 2007.

### En dag om

## VOKSENUDVIKLING, DET UDVIDEDE NU OG PSYKIATERI

Belysning af personlighedens grundlag og ændringer i sindets arkitektur, når et menneske fordyber sig.

Der vil i undervisningen blive givet et overblik over voksenalderudviklingen med vægt på især to forhold: Hvordan kan fortidens arkitektur i psyken – tavs viden og karakterologiske mønstre – blive til trædesten på vejen mod selvforydelse og kærlighed? Og dernæst og ikke desto mindre samtidig: Hvordan kan næste udviklingszone – 'fremtid' i det nuværende øjeblik – anes og hjælpes ind i en virkeliggørelse?

Disse spørgsmål er for Henrik Lauridsen-Katborg centrale i den psykiaterapeutiske proces og fordrer stort selvkendskab hos psykiateren og en sublim evne til at kunne afstemme sig flerdimensionelt med klienten fra øjeblik til øjeblik.

Der vil på temadagen også blive peget på nogle retningslinjer for psykiateri og gjort rede for behandlingsmetoder, der kan katalysere en bevægelse mod dybdeintegration i sindet og opbygning af essensstruktur.

Henrik Lauridsen-Katborg lægger især vægt på psyke- og soma-sammenhænge, udviklingspsykologi og dybere eksistens og åndsforståelse i det psykiaterapeutiske arbejde mhp., at nærvær og kontakt kan skabe øjeblikke, der fremmer tilblivelse og selv-virkeliggørelse.

*For psykiaterer og andre behandlere.*

**TID OG STED:** Fredag d. 29. november 2013. Anholtsgade 4, Aarhus C. Der undervises kl. 10-13 og igen kl. 14 -16.

**PRIS:** Medlemmer kr. 1.200. Ikke-medlemmer kr. 1.550. Min. 15 og max. 25 deltagere. Prisen inkluderer kaffe/te, vand og frugt. Frokost kan evt. spises på de nærliggende caféer.

**TILMELDING** som anført nedenfor, **senest 15. oktober 2013.**

## MERETHE HOLM BRANTBJERG

### Psykiater MPF, Bodydynamic Analytiker

Merete Holm Brantbjerg arbejder som supervisor og individu-  
alterapeut og laver kurser på institutioner, arbejdspladser og in-  
teressegrupper. Hendes speciale er at udvikle ressoursorienteret  
færdighedstræning til en psykomotorisk metode, der bygger bro  
mellem personligheden og højintense tilstande som stress og  
traumer. Hun er international underviser, supervisor og terapeut  
samt medskaber af Bodydynamic Analyse. Leder af Moaiku.

## TRAUMER OG TILKNYTNING

Hvilken betydning har tilknytningsmønstre i en traumehelings-  
proces? Og hvordan kan man konkret række ind i mønstrene og  
påbegynde en helingsproces?

I kraftfulde traumetilstande kan vi møde oplevelsen af at 'falde  
ud af tilknytning'. Vi kommer ind i oplevelsesverdener (kollaps,  
håbløshed, kaosprægede udadreaktioner), hvor vores tilknytning  
til mennesker, os selv og verden forandres eller mistes. Hvordan  
'kommer vi tilbage' igen?

To forskellige helingsstrategier præsenteres på kurset:

- finde vej/blive hentet ind i en tilknytningsrelation igen, dvs.  
forlade den låste arousaltilstand og
- integrere de låste arousaltilstande som del af at være menne-  
ske – gennem en gensidig affektregulering/running af tilstanden  
sammen med en anden eller flere andre.

Begge disse helingsstrategier er efter Merete Holm Brantbjergs  
erfaring en del af traumearbejde og kan potentielt skabe nye til-  
knytningserfaringer.

Psykomotorisk færdighedstræning på kurset har fokus på

- at optimere tryk og kropsligt og relationelt
- at regulere kontakt – balance mellem at blive rummet, rumme  
en anden og rumme sig selv
- gensidig arousal- og emotionsregulering.

Færdighedstræningen på kurset vil blive relateret til begge strate-  
gier. Teori om organiserede og disorganiserede tilknytningsmøn-  
stre og om affektregulering som et væsentligt aspekt i tilknyt-  
ningsrelationer vil blive præsenteret.

Undervisningen er oplevelsesorienteret suppleret med teori.

*Kurset henvender sig til psykoterapeuter og andre behandlere.*

**TID OG STED:** Onsdag-fredag 15.-17. januar 2014. Gl. Rye  
Kro.

**PRIS:** Medlemmer kr. 3.400, ikke-medlemmer kr. 3.775. Pri-  
sen inkluderer morgenmad, frugt, frokost, eftermiddagskaffe/te.  
Overnatning kan tilkøbes. Min. 15 og max. 30 deltagere.

**TILMELDING** som anført nedenfor, **senest 16. dec. 2013.**

## MISSE BERG

### Psykiater MPF

Misser Berg er jungiansk analytiker IAAP og psykoterapeut  
MPF. Hun har privat praksis i Allerød og er studieleder ved C.G.  
Jung Institutet København. Formand for Jung Foreningen Kø-  
benhavn samt bestyrelsesmedlem i *International Association for  
Analytical Psychology* (IAAP).

## En dag om

## SØSKENDERELATIONER

I den terapeutiske verden er indflydelsen fra søskende, søsken-  
derelationer og søskende som indre objekter et stærkt forsømt  
område, som hidtil har stået i skyggen af indflydelsen fra foræl-  
dre. De senere år har der dog været stigende interesse for tema-  
et søskende, både hvad angår søskendes indflydelse på hinanden  
under opvæksten og senere i livet og søskende som intrapsyke  
organiserende faktorer. Søskenrelationer har stor betydning for  
den psykiske udvikling, for selvforståelsen, for parforhold og ar-  
bejdsrelationer – i det hele taget for vores livshistorie og for den  
måde, hvorpå vi møder omverdenen.

Vi har alle søskende: helsøskende, halvsøskende, 'papsøskende',  
ja selv enebørn har, ligesom alle andre, indre søskende. Histo-  
risk og mytologisk optræder søskende hyppigt, lige som søsken-  
derelationer ofte beskrives i bøger, teater, film etc., og disse re-  
lationer er ofte skæbnesvangre. På samme måde rummer mange  
af vores klienthistorier hyppige beretninger om søskendejalou-  
si, søskendekærlighed, søskenderivalisering, polarisering mellem  
søskende etc. – historier, som ofte er forbundet med stor smerte  
eller stor glæde, og som har været afgørende for udviklingen.

Der ligger en terapeutisk guldgrube gemt i området søskende.  
Ved fokusering på de overvejende symmetriske relationer mel-  
lem søskende kan man i det terapeutiske rum afdække og gen-  
nemarbejde en hel række komplekse emotioner og affekter, som  
vanskeligere lader sig behandle, hvis der fokuseres på de mere  
traditionelle asymmetriske forældre-barn relationer.

Dagen vil ud fra forskellige perspektiver beskrive søskenrela-  
tioners betydning i og uden for det terapeutiske rum. Kurset vil  
være en blanding af teoretiske oplæg, diskussioner i grupper samt  
personlige refleksioner.

*Kurset henvender sig til psykoterapeuter og andre med lignende  
arbejde.*

**TID OG STED:** Tirsdag den 21. januar 2014 kl. 9-17. I Kø-  
benhavns-området.

**PRIS:** Medlemmer kr. 1.400, ikke-medlemmer kr. 1.800. Inkl.  
kaffe/te. Min. 15 og max. 30 deltagere.

**TILMELDING** som anført nedenfor, **senest 15. dec. 2013.**

**TILMELDING** til kurser, foredrag og fyraftensmøder på [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) > Aktiviteter > [arrangementet].

**BETALING:** Betaling skal ske *samtidig* med tilmelding til reg.nr. 3129 konto nr. 60016615. Oplys arrangementets navn og dit eget navn.  
**AFBUD TIL KURSER:** Du skal være opmærksom på, at du ifølge købeloven har 14 dage til at fortryde din tilmelding til et kursus. Efter 14  
dage er din tilmelding bindende, og du har derfor ikke mulighed for at fortryde din tilmelding, men hæfter for betaling af den fulde kursus-  
pris. Vi har dog forståelse for, at du kan blive forhindret. Vi vil derfor ved framelding inden sidste tilmeldingsfrist returnere kursusprisen  
fratrullet kr. 450 til dækning af administration. Herefter ingen tilbagebetaling.

**TJEK** [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) > Aktiviteter > [arrangementet] for oplysninger om stedet for afholdelsen samt evt. ændringer i tilmeldingsfrist mv.

**YDERLIGERE OPLYSNINGER:** Dansk Psykoterapeutforening, kontakt@dpfo.dk eller tlf. 7027 7007.

## LONE MERETE PAAVIG

Aut. cand.psych., psykoterapeut MPF

Lone Merete Paavig har godt 30 års erfaring med psykoterapi, undervisning og supervision. Speciale i systemisk familierapi. Uddannet i psykodrama og familieopstillinger i USA, England, Holland og Tyskland. Efteruddannet til klinisk psykolog på Odense Universitetshospital, hvor hun arbejdede i psykiatrien. Godkendt specialist i psykoterapi og supervisor på videreuddannelsesniveau. Stifter og leder af Dansk Center for Psykodrama, der tilbyder uddannelsesgrupper for professionelle. Medlem af Dansk Psykoterapeutforening.

## FAMILIEOPSTILLING

Ud fra psykodramaterapi og systemteori

På kurset gives en indføring i familieopstillingens teori og metode samt anvendelsesmuligheder. Deltagerne afprøver familieopstilling i praksis. Der arbejdes ud fra fire kreative og systematiske faser, der er udviklet ud fra en syntese af psykodrama og systemteori.

Familieopstilling er en oplevelsesorienteret metode, hvor en hovedperson opstiller sine familiemedlemmer på gulvet ved hjælp af symboler eller stedfortrædere fra gruppens deltagere.

I opstillingen opstår hurtigt et visuelt overblik over familiemedlemmernes indbyrdes relationer – set ud fra hovedpersonens optik. Noget af metodens styrke er, at man kommer om bag det talte ord, og skjulte mønstre, negative bindinger og ressourcer synliggøres i processen.

I samspillet erhverves indsigt ved skift i placering, kropsudtryk, bevægelser, korte sætninger samt dialog. I rolleskiftet skabes mulighed for empati for familiens andre medlemmer. Den nye forståelse samt en eventuel ønskeopstilling kan skabe kimen til forsoning og nye handlemuligheder.

Metoden kan anvendes til relationer i barndomsfamilien samt nuværende familie. Rammen for en opstilling kan her være gruppeterapi, familierapi, parterapi samt individuel terapi.

*Kurset henvender sig til psykoterapeuter og andre med lignende arbejde.*

**TID OG STED:** Fredag og lørdag d. 21 og 22. marts 2014 kl. 9-17.30. I Københavns-området.

**PRIS:** Medlemmer kr. 2.450, ikke-medlemmer kr. 2.850. Inkl. morgenmad, kaffe/te, kage, frugt. Max 30 og min. 16 deltagere.

**TILMELDING** som anført nedenfor, **senest 14. februar 2014.**

**TILMELDING** til kurser, foredrag og fyraftensmøder på [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) > Aktiviteter > [arrangementet].

**BETALING:** Betaling skal ske *samtidig* med tilmelding til reg.nr. 3129 konto nr. 60016615. Oplys arrangementets navn og dit eget navn. **AFBUD TIL KURSER:** Du skal være opmærksom på, at du ifølge købeloven har 14 dage til at fortryde din tilmelding til et kursus. Efter 14 dage er din tilmelding bindende, og du har derfor ikke mulighed for at fortryde din tilmelding, men hæfter for betaling af den fulde kursusprijs. Vi har dog forståelse for, at du kan blive forhindret. Vi vil derfor ved frmelding inden sidste tilmeldingsfrist returnere kursuspriisen fratrukket kr. 450 til dækning af administration. Herefter ingen tilbagebetaling.

**TJEK** [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) > Aktiviteter > [arrangementet] for oplysninger om stedet for afholdelsen samt evt. ændringer i tilmeldingsfrist mv.

**YDERLIGERE OPLYSNINGER:** Dansk Psykoterapeutforening, kontakt@dpfo.dk eller tlf. 7027 7007.

## MARIANNE DAVIDSEN-NIELSEN

Psykoterapeut MPF, socialrådgiver

Marianne Davidsen-Nielsen arbejder som konsulent, supervisor og underviser bl.a. inden for krise- og sorgbehandling. Hun er forfatter til *Blandt løver – At leve med en livstruende sygdom* (2. udgave 2010, Hans Reitzels Forlag) og sammen med Nini Leick til *Den nødvendige smerte – Om tab, sorg og adskillelsesangst* (2. udgave 2001, Gyldendal).

3-dages workshop om

## TAB OG TRAUMER

MED FOKUS PÅ ANGST OG KOMPLICEREDE TILKNYTNINGS- OG ADSKILLELSESPROCESSER

Vi indbyder til et kursus om de komplicerede forandringer, der sker, når man rammes af svære tab og sjælsrystende begivenheder, og den grundlæggende livsforandring, dette kan medføre. Efter 20 års arbejde med kurser, uddannelsesforløb og supervision med fokus på komplicerede tab og traumer udkom i 2001 en revideret udgave af *Den nødvendige smerte* med en ny undertitel: *Tab, sorg og adskillelsesangst*.

Bogen handler om sorgarbejde som adskillelse og forandring og om at kunne analysere en tilknytningsproces for at kunne finde vej i den nødvendige adskillelse. Den nye undertitel betyder en dyberegående fokusering på adskillelsesangstens navnløse væsen, som rammer ind i det, vi benævner som sjælens dybeste lag – det lag som bl.a. beskytter os mod at blive overvældet af eksistensens grundvilkår i mødet med døden, meningsløsheden, aleneheden og friheden. Ikke mindst kan mødet med aleneheden udløse den form for forladtheddepression, som fremprovokerer den såkaldte offer-, krænker- og redderadfærd, som er et effektivt forsvar mod vores depressive lag. Og dermed opstår diskussionen om tab, traumer og medicinsk behandling.

På kurset vil vi komme ind på den nødvendige skelnen mellem sorg og depression. Det er et værkstedskursus, hvor der veksles mellem teori og personligt arbejde med bl.a. tilknytnings- og adskillelsesprocesser.

*For behandlere.*

**TID & STED:** Tre dages internat torsdag den 3. til lørdag den 5. april 2014. Kildegaard i Tisvildeleje.

**PRIS:** Medlemmer 6.950 kr., ikke-medlemmer 7.300 kr. inkl. måltider og eneværelse. Min. 9 og max. 11 deltagere.

**TILMELDING** som anført nedenfor, **senest 2. marts 2014.**

## SUSANNE BANG

### Psykiater MPF

Susanne Bang er socialrådgiver og privatpraktiserende psykiater MPF. Hun har mangeårig erfaring som underviser, supervisor og konsulent for social- og sundhedspersonale og som træner af behandlere i Danmark, Norge, England og det tidligere Jugoslavien. Hun har udstrakt erfaring med supervision af psykiatere og har lavet en række 1-årige supervisionskurser for Dansk Psykiaterforening.

Susanne Bang er forfatter til bogen *Rørt, ramt og rystet. Supervision og den sårede hjælper*, Gyldendal 2002. Sammen med Ken Heap har hun bl.a. skrevet *Skjulte ressourcer – Supervisionsgruppen og dens arbejdsmåder*, Hans Reitzel 2008.

## AT SUPERVISERE I GRUPPE

### KURSUS I TO DAGE + EN OPFØLGNINGSDAG

Formålet med kurset er at udvikle din sikkerhed og kreativitet og nuancere dine handlemuligheder, når du som supervisor hjælper gruppen til at arbejde for den kollega, som er i centrum. Dette kræver, at du som supervisor har en bevidsthed om, hvor du er i processen, og hvad der kunne være hjælpsomt for denne superviserand i netop dette øjeblik. Samtidig kræver det sans for gruppens dynamik samt dens evner til at give respons og reflektere. Således er der mange faktorer at tage hensyn til, når vi som supervisor skal kunne slippe styringen og lade gruppen arbejde. Under kurset kommer vi til at træne forskellige metoder i forhold til dette:

Hvordan og hvornår bruger du reflekterende team? Hvilke instruktioner giver du gruppen på hvilke tidspunkter?

Hvordan og hvornår bruger du rollespil, 'tuning in' og andre levedeagende teknikker?

Hvordan bruger du gruppen, når superviseranden eksponerer særligt sensitive temaer?

Vi vil på kurset også komme ind på brug af supervisionsrelevante guidede fantasier, parøvelser o. lign.

*Kurset er for psykiatere, herunder uddannede af psykiatere, og andre behandlere, men kræver i øvrigt ikke specielle forudsætninger.*

**TID OG STED:** Mandag den 3. marts og tirsdag den 4. marts 2014 samt opfølgingsdag tirsdag den 1. april 2014. Alle dage fra kl. 9-17. I Københavns-området.

**PRIS:** Medlemmer kr. 3.500, ikke-medlemmer kr. 3.950. Inkl. morgenmad, kaffe/te, frugt og kage. Max. 18 og min. 12 deltagere.

**TILMELDING** som anført nedenfor, **senest 3. februar 2014.**

**TILMELDING** til kurser, foredrag og fyraftensmøder på [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) > Aktiviteter > [arrangementet].

**BETALING:** Betaling skal ske *samtidig* med tilmelding til reg.nr. 3129 konto nr. 60016615. Oplys arrangementets navn og dit eget navn. **AFBUD TIL KURSER:** Du skal være opmærksom på, at du ifølge købeloven har 14 dage til at fortryde din tilmelding til et kursus. Efter 14 dage er din tilmelding bindende, og du har derfor ikke mulighed for at fortryde din tilmelding, men hæfter for betaling af den fulde kursusbetaling. Vi har dog forståelse for, at du kan blive forhindret. Vi vil derfor ved fremsending inden sidste tilmeldingsfrist returnere kursusbetalingen fratrukket kr. 450 til dækning af administration. Herefter ingen tilbagebetaling.

**TJEK** [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) > Aktiviteter > [arrangementet] for oplysninger om stedet for afholdelsen samt evt. ændringer i tilmeldingsfrist mv.

**YDERLIGERE OPLYSNINGER:** Dansk Psykiaterforening, kontakt@dpfo.dk eller tlf. 7027 7007.

## JØRGEN BORUP HANSEN

### Speciallæge i psykiatri

Jørgen Borup Hansen har været overlæge flere år på Psykiaterambulatorium på Psykiatrisk Center Ballerup. Han har i mange år arbejdet med psykiatri i egen psykiatrisk praksis. Har undervist i psykiatri og været censor ved eksamination på flere private psykiateriske uddannelser. Han har uddannelser i gestaltterapi, eksistentiel psykiatri og kognitiv terapi. Jørgen Borup Hansen er endvidere master i organisationspsykologi, og han har mangeårig træning i meditation knyttet til lærere på Vækstcenteret i Nørre Snede.

## PSYKIATRI FOR PSYKIATRE

**Hvornår er psykiske lidelser egnet til psykiaterisk behandling, og hvornår er det mest hensigtsmæssigt også at involvere psykiatrien i behandlingen?**

Ikke alle psykiske lidelser kan behandles med psykiatri. Forklaringen vil ofte være, at der ligger en mere biologisk funderet lidelse til grund. Det er vigtigt, at psykiateren er i stand til at identificere, hvornår psykiatri kan være gavnlige, om terapien skal understøttes af psykiaterisk behandling, eller om psykiaterien direkte bør pauseres.

Hovedformålet med psykiateriske diagnoser er at søge at finde den optimale behandling. I undervisningen gennemgås de kriterier, der inden for psykiatrien er internationalt anerkendt ved definition af de forskellige diagnoser.

Undervisningen tager udgangspunkt i tilstande beskrevet i det internationale diagnosesystem ICD-10 og omhandler lidelser med særlig interesse for psykiatere, herunder angstlidelser, depression, personlighedsforstyrrelse og psykotiske lidelser. Fokus er på, hvilke tilstande der kan behandles med psykiatri alene, og hvilke tilstande som kræver integration af andre behandlingsmodaliteter, og hvornår disse bør iværksættes.

Kurset vil inddrage deltagerne i diskussion af, hvordan man kan tilvejebringe en samlet forståelse af psykiatriens både naturvidenskabelige og humanistiske baggrund med henblik på mere optimal behandling af psykiske lidelser, herunder ikke mindst i samarbejde med psykiaterien.

*Kurset henvender sig til psykiatere og andre interesserede behandlere.*

**TID OG STED:** Fredag den 25. og lørdag den 26. april 2014 i København. Begge dage fra kl. 9.30 til kl. 17.

**PRIS:** Medlemmer kr. 2.400, ikke-medlemmer kr. 2.800. Inkl. morgenmad, frugt, kaffe/the og kage. Max 30, min. 16 deltagere.

**TILMELDING** som anført nedenfor, **senest 20. marts 2014.**



## Naturskønt kursussted til internater eller dagskurser

Skovåsen har en helt unik beliggenhed lige ud til Storebælt, skov, mose og strand, lige syd for Korsør.

Stedet er velegnet til kurser, hvor man arbejder med fordybelse – såvel terapeutisk og personligt som fagligt.

Stort lyst højloftet undervisnings-/terapilokale på 54 m<sup>2</sup>.

Mulighed for overnatning i syv enkeltværelser og fire dobbeltværelser.

Kontakt os vedrørende program, pris eller dato.

[www.skovåsen.dk](http://www.skovåsen.dk)  
[psykolog@lisewiemann.dk](mailto:psykolog@lisewiemann.dk)  
Tlf. 4090 3390 eller 2084 3390



### Workshop for psykoterapeuter:

#### Skam – hvad er det?

- om skammens indflydelse på menneskelige relationer.

Fredag 17. januar 2014, kl. 9-15

Spar 500 kr. ved tilmelding inden den 1. dec.

Tilmelding på [www.plan-a.nu](http://www.plan-a.nu)

#### Lokaleudlejning:

Plan A udlejer sine lokaler på dags- og weekendbasis.

Lokalerne ligger centralt, tæt på søerne og er ideelle til workshops, foredrag eller anden form for undervisning.

Se billeder og priser på vores hjemmeside.

Plan A • Terapi- og Kursuscenter • Vodroffsvej 13 st. • 1900  
Frederiksberg C • Tlf.: 35 55 20 00  
[info@plan-a.nu](mailto:info@plan-a.nu) • [www.plan-a.nu](http://www.plan-a.nu)

## Center for dialektisk adfærdsterapi og PTSD

### UVIKLINGER AF TERAPEUTISKE KOMPETENCER

#### 13 dages uddannelse inspireret af dialektisk adfærdsterapi i 2014

Klienter med selvdestruktiv adfærd, spiseforstyrrelser, personlighedsforstyrrelser, misbrug og PTSD undviger og regulerer deres følelser med dysfunktionel adfærd.

Dialektisk adfærdsterapi er en evidensbaseret behandlingsmetode med individuel terapi og færdighedstræning, der lærer klienterne at tilegne sig nye færdigheder, der kan bryde det destruktive mønster.

Dialektisk adfærdsterapi benytter sig af accept- og valideringsstrategier, kognitiv problemløsning og adfærdsforandringer.

På uddannelsen lærer deltagerne færdigheder inden for mindfulness, følelsesregulering, krisehåndtering og relationel konfliktløsning, så de bedre kan hjælpe deres klienter. Uddannelsen giver deltagerne flere terapeutiske muligheder for at hjælpe klienter med alvorlige problemstillinger.

Start: 2014, to dage pr. måned.

Pris kr. 12.500 plus moms, inkl. forplejning.

**Psykolog og forfatter Casper Aaen**  
**Se mere information**  
[www.casper-aaen.com](http://www.casper-aaen.com)





# Klient administrationssystem – gi’r dig frihed til at gøre det, du er god til

Systemet er brugervenligt og udviklet i tæt samarbejde med psykoterapeuter.

## Sådan bruger du Equus:

### ► Før klienten kommer

Equus holder styr på dine aftaler, journaler og dit klientregister. Du kan indtaste aftaler og hurtigt få overblik over din dag og fremtidige aftaler.

### ► Mens klienten er hos dig

Du kan skrive notater i klientens journal, registrere en samtale, udskrive en regning og modtage betaling fra klienten.

### ► Efter sidste klient

Du får et godt overblik over din omsætning, kan udtrække statistikker samt nemt overføre til et økonomisystem.

## Dette får du med Equus:

### ► Online

Løsningen er online, så du har adgang til systemet når som helst og hvor som helst, bare du har en computer, Ipad eller anden tablet med internetadgang.

### ► Introduktion

Få en demoangang og lad os guide dig igennem på telefonen, så du kan se, om Equus er noget for dig.

**Læs mere på [www.mibit.dk](http://www.mibit.dk)  
eller kontakt os på 6224 1734.**

**Afprøv Equus gratis i 3 uger.  
Vi tilbyder gratis telefonisk  
introduktion til systemet.**

**Over 7 års erfaring  
med internetbaseret  
it-system til klinikker  
og behandlere**

*MIBIT ApS leverer software til sundhedssektoren, både praksissektoren, sygehuse og regionerne. Vores filosofi er ligetil: kvaliteten og brugervenligheden skal være i top, så du kan koncentrere dig om det, du er god til.*

**MIBIT ApS**

Toldbodvej 13 A, 1. sal  
5700 Svendborg

Telefon 6224 1734  
info@mibit.dk

[www.mibit.dk](http://www.mibit.dk)

## Møns Klint - Retreat

3 min. fra Møns Klint.  
Stilhed, magisk natur,  
panorama udsigt  
62 m2 kursuslokale,  
hyggelige stuer en suite,  
bæredygtighed,  
16 smukke værelser,  
Lej hele Bakkegaard,  
fra november til marts,  
mulighed for forplejning.



Busenevej 64 . Busene . info@bakkegaard.eu

## SMERTEKROPPENS BEFRIELSE

*Befri din smertekrop.  
Mærk dit dybere selv.  
Oplad din livsenergi.  
Find glæden frem.*



En kursusdag med redskaber til opheling af smertekroppen. Kropsarbejde, meditation, mindfulness. Lær selvhealing via Rosenkvist-metoden, som arbejder med gentagelses-mønstre. Hjertets empatiske kvaliteter til transformation af ophobede følelser og frigørelse af glæden.

**Dato:** Søndag 26. januar 2014 kl. 10 – 17.

**Sted:** Frederikssundsvej 274 A, 2.sal, Brønshøj.

**Pris:** 1.100 kr. ekskl. frokost.

**Tilmelding:** Grethe Rosenkvist på 21 48 95 35 eller mail grethe\_rosenkvist@kabelmail.dk

**Se kursusprogram:** www.gretherosenkvist.dk



## Forandring er mulig! Kursus i TAT® - Tapas Acupressure Technique

Kursusgiver: certificeret TAT® træner Else Baden-Jensen

Det er godt at have flere redskaber i sin værktøjskasse, når ubehaget bliver stort. Derfor giver det god mening at lære TAT.

TAT kan siges at være en 'kusine' til tankefeltterapi, TFT, med en mere kvindelig, blid og spirituel tilgang. Mindre gøren - mere væren. TAT er oprindelig udviklet til allergier, men er virksomt ved både psykisk ubehag og fysiske symptomer.

Når man laver TAT, holder man på nogle akupunkturpunkter på hovedet og forholder sig til nogle sætninger, der beforder selvhelingen. Kurset er rettet mod selvbehandling og kan suppleres med et forløb, som lægger op til klientbehandling.

Lørdag / søndag 25. - 26. januar 2014 i Aarhus  
1950 kr. ved tilmelding før 1.12. - derefter 2150 kr.

Læs mere på

[www.elsebaden-jensen.dk](http://www.elsebaden-jensen.dk)

TFT er fra mars  
- TAT er fra venus



## Grækenland – Kreta – hus udlejes

Byhus i 4 etager i øvre del af den oprindelige by. Øverste etage, tagterrace. En etage m. forstue m. toilet, køkken/alrum og stor terrasse. En etage m. stort soveværelse. toilet/bad og stor terrasse. Nederste etage børne/gæsteværelse m. eget bad/toilet og aircon. 6 permanente sengepladser, 4 ekstra sengepladser. Udsigt til havn og hav – 200 m til BLÅ FLAG strand – pooladgang.

**Byen:** Agia Galini ligger på Kretas sydkyst ca. 120 km fra Chania og ca. 80 km fra Heraklion – begge har internat. lufthavne, og fra begge lufthavne gode busforbindelser til byen. I byen er bl.a. slagter, bager, købmænd, fiskeudsalg, apotek, internetcaféer og posthus. Desuden hoteller, restauranter og barer i forskel. prisklasser samt div. udsalg af lokale produkter, bifudlejning, kulturelle arrangementer mm.

Yderligere info: Hanne Øllgaard, mobil 4080 5624.





**PAS PÅ DIG SELV I SAMSPIL**  
ons. 21. oktober 2013 fra 19-21

Introduktion til nogle af Bodydynamics basisværktøjer ved Anders Lund Pedersen i centrering, grænser og jordforbindelse og hvad træningen kan gøre for dig i samspil.

Pris: Gratis for alle interesserede  
Tilmelding på : [anders@bodydynamic.dk](mailto:anders@bodydynamic.dk)

**DANSK FOUNDATION TRÆNING I ATHEN, GRÆKENLAND**

Uddannelsens fokus er de forskellige udviklingsstadier, vi går igennem i vores barndom, både på det motoriske, det neurologiske og det psykologiske plan.

Opstart: 5 - 10 nov. 2013 Afslut: 3 - 8 juni 2014  
Ialt 3 x 6 dage. Mere INFO: [anders@bodydynamic.dk](mailto:anders@bodydynamic.dk)



**KROPSLÆSNING m. Ditte Marcher**  
Tors. 12. december 2013 fra 17 - 22

Kom og få læst din krop og få en ide om hvad den kan fortælle dig.

Der er plads til max. 12 deltagere ved dette arrangement og det varer 5 timer.

Pris: 150 kr. Tilmelding på : [anders@bodydynamic.dk](mailto:anders@bodydynamic.dk)



**FORDYBELSEN I RELATIONER m. Michael Gad**  
Tors. 23. januar 2013 fra 18 - 22

Relationen til mig selv afgør dybden i relationen til den anden. Hvilke kompetencer er vigtige i relationsarbejdet.

Pris: 150 kr. Tilmelding: [anders@bodydynamic.dk](mailto:anders@bodydynamic.dk)



**FORSKELLE PÅ UDVIKLINGS- OG CHOK TRAUMER**  
m. Ditte Marcher  
Ons. 26. februar 2013 fra 18 - 22

Hvad er forskellen og hvorfor er det nødvendigt, at gøre noget forskelligt. Se mere på [www.bodydynamic.dk](http://www.bodydynamic.dk)

Pris: 150 kr. Tilmelding på : [anders@bodydynamic.dk](mailto:anders@bodydynamic.dk)

Bodydynamic International har i over 35 år uddannet Krops Psykoterapeuter i Danmark og mange andre lande.

Uddannelsen er godkendt af Reflektor og medlem af EABP.

Se mere på [www.bodydynamic.dk](http://www.bodydynamic.dk)

Info og nyhedsbrev: [lene@bodydynamic.dk](mailto:lene@bodydynamic.dk)



## WORKSHOP OM SANDPLAYTERAPI

Den 26. november 2013 afholder vi en workshop om Sandplayterapi (sandkasseterapi) på Fyn.

Workshoppen giver en introduktion til det teoretiske grundlag, og der bliver lejlighed til selv at arbejde i sandkassen.



Pris for en hel dag fra kl. 9-17 inkl. let frokost, kaffe og the: kr. 1600.

Max deltagerantal 12. Tilmelding efter 'først til mølle' princippet senest d. 1. november 2013.

Se mere på [www.dansksandplayinstitut.dk](http://www.dansksandplayinstitut.dk)

### LIVSVANDRING OG PIGRIMSLIV ud fra en eksistentiel forståelse.

*At være pilgrim har dybe rødder i den kristne kultur, og i vor tid er der på ny mennesker, der føler tilskyndelse til at vandre.*

*Retrætedag i Præstø onsdag den 27.11. 2013*

*kl. 10-17 v/ psykolog Majse Albeck & pilgrimspræst Elisabeth Lidell.*

*Nærmere oplysninger på*

*[www.albeck-psykolog.dk](http://www.albeck-psykolog.dk) og [www.elisabethlidell.dk](http://www.elisabethlidell.dk)*

## Washington DC Training Institute for Integrative Couples Therapy tilbyder...

To dages introduktion til **Emotions Fokuseret Terapi** med par.  
Workshoppen har fokus på stadier og trin i parterapien og emotioners betydning for genskabelse af kontakt.  
(over 20 års empirisk forskning)



### Kurset:

08 - 09 november 2013 fra 10 -16 hver dag.  
Pris: DKR. 4.400,- inkl manual og frokost.

### Underviser:

**Jette Simon**, Specialist i psykoterapi og supervisor  
certificeret EFT terapeut og supervisor.

### Tilmelding:

På telefon 40 28 19 98,  
eller på mail: [jane@jettesimon.com](mailto:jane@jettesimon.com)  
Se mere på [www.jettesimon.com](http://www.jettesimon.com)



## DEN LEVENDE FAMILIE

MENTALISERING: NÆRVÆR GI'R SELVVÆRD  
af Kirsten Seidendenfaden et al.

Lindhardt og Ringhof  
- er netop udkommet i en 2. udgave, hvor  
mentaliseringsbegrebet / Det Anerkendende  
Nærvær er blevet trukket yderligere frem.  
239 sider. Vejl. pris kr. 279.

## HJEMMESIDER TIL TERAPEUTER

### FÅ EN PROFESSIONEL HJEMMESIDE

En brugervenlig platform, der præsenterer dig og din terapi personligt og professionelt.

Idéudvikling med indsigt og sparring i tæt samarbejde med dig.

Nem og pålidelig administration, så du selv let kan opdatere indhold, billeder og medier.

Ring eller skriv og få et uforpligtende tilbud.

[alfakommunikation.dk](http://alfakommunikation.dk) ☎ 21 90 67 76



## ABONNER PÅ Psykiaterneuten

Det er snart jul, du skal til at tænke på julegaverne.

Et abonnement på **Psykiaterneuten** koster kun kr. 295 inkl. moms og forsendelse for tre årlige numre.

Tak for et superspændende blad! Jeg er nyt medlem, og det er derfor første gang, jeg har fået bladet. Det bliver læst og læst og læst ... :-)  
Bente Ovesen

Skriv til: [kontakt@dpfo.dk](mailto:kontakt@dpfo.dk)

## Sexafhængighed - Et 4 dages kursusforløb ved psykoterapeut, Paula Hall

Det er med stor glæde, at CENAPS® nu kan præsentere et intensivt 4 dages kursusforløb om sexafhængighed ved psykoterapeut, Paula Hall.

Paula Hall er englænder og bosiddende i London. Hun er forfatter og psykoterapeut med mere end 20 års erfaring og ikke mindst ekspert på området omkring sexafhængighed, som hun dedikeret har arbejdet med i de sidste 10 år.

Paula Hall skrev i 2012 bogen ”*Understanding and treating sex addiction*”, hvor hun ved at inddrage hjerneforskning, empiriske undersøgelser, statistikker og anden videnskab argumenterer for, at sexafhængighed er en bio-psyko-social lidelse på lige fod med andre afhængigheder og ikke et spørgsmål om svækket moral hos den enkelte.

Paula Hall har for det danske publikum specialdesignet et 4 dages omfattende kursusprogram, hvor hun vil præsentere en forståelse af sexafhængighed baseret på viden fra hjerneforskning, traumebehandling, tilknytningsteori og ikke mindst anerkendt erfaring fra behandlingen af afhængighed.

Vi vil lære, hvordan vi taler med vore klienter om sex og sexafhængighedens problematikker; hvordan vi screener for, vurderer og behandler sexafhængighed og ikke mindst, hvordan vi sammen med klienten lægger en behandlingsplan, som hjælper den enkelte videre fra et tvangspræget forhold til sex med alvorlige konsekvenser og hen imod et liv, hvor sex, omsorg og intimitet ikke længere er adskilte størrelser.

Paula har sin kollega Nick Turner med som medunderviser. Kurset vil foregå på engelsk.

**Hvor:** Kurset afholdes i København

**Hvornår:** Den 13.- 16.maj 2014.

**Tidspunkt:** 8.30—16.00

**Pris:** 8600 kr. Prisen inkluderer forplejning, morgen- og middagsmad.

Kontakt os for yderligere oplysninger på 35 35 35 81.

Du kan læse mere og tilmelde dig på vores hjemmeside [www.cenaps.eu/sexafhaengighed](http://www.cenaps.eu/sexafhaengighed)

Læs mere om Paula Hall på [www.paulahall.co.uk](http://www.paulahall.co.uk)





# 1-årig efteruddannelse i Den eksistentielle indstilling

Uddannelsen tager afsæt i en eksistensfilosofisk forståelse af livet. Dens fokus er ikke metode, men derimod måden at forholde sig til den menneskelige tilværelse på. Åbenhed, udforskning, refleksion og evnen til accept er centrale læringsområde i denne efteruddannelse, som i sin grundsubstans er multifacetteret og forsyner dig med et sæt ideer, muligheder og med kritisk sans, som kan integreres i et bredt udvalg af terapiretninger og erhverv, som har menneskelig kontakt og trivsel som omdrejningspunkt.

Uddannelsen består af 10 moduler, som gennemføres i perioden 24. januar – 23. november 2014.

Da uddannelsen lægger op til praktisk anvendelighed er modulernes 3. dag centreret omkring praktisk terapeutisk arbejde samt supervision på klientarbejde.

## **Moduler:**

1. Den eksistentielle indstilling
2. Den eksistentielle terapeuts særlige kompetencer
3. Kroppen i eksistens – Bioeksistentielt perspektiv
4. Om at møde gruppen, dér hvor den er
5. Skabelse af virkelighed
6. Mod til at leve – livets nødvendighed og mulighed
7. Kultivering af det terapeutiske nærvær – Bevidsthed og åndelighed
8. Kæmp, frys eller flygt – Somatic Experience perspektiv i terapeutisk arbejde
9. Sygdom i eksistentielt perspektiv
10. Autenticitet, dannelse og etik

Læs bla. om underviserne og få en detaljeret beskrivelse på  
[www.dyhrcrone.dk/efteruddannelse](http://www.dyhrcrone.dk/efteruddannelse)



## **Tilmelding:**

Vibeke Dyhrcrone, Eksamineret psykoterapeut MPF - Cand.phil.  
T: 45 27 28 15 06 – E: [vibeke@dyhrcrone.dk](mailto:vibeke@dyhrcrone.dk)

Dansk Selskab for Intensiv Dynamisk Korttidsterapi (ISTDP)  
præsenterer

## Treating a case of somatization: The Exorcist

Jon Frederickson, MSV  
Washington School of Psychiatry

**Fredag 15. november 2013 kl. 9 – 17**  
Østerbrohuset, Århusgade 103, 2100 Kbh. Ø

*På et let forståeligt engelsk.*

Jon Frederickson vil vise en komplet 3-timers første terapitime med en mand, som lider af eftervirkningerne af barndomstraumer i form af alvorlige psykosomatiske symptomer og livslang selvdestruktivitet. Du vil få grundig videodemonstration af, hvordan man udvikler terapeutisk alliance, hjælper klienten til at se sine destruktive forsvarsmekanismer, som forårsager de problemer, der har fået ham til at opøge terapi, samt hjælper ham med at håndtere forsvaret, så han kan komme til at bearbejde sine underliggende problemer.

Du vil lære, hvordan man vurderer og effektivt regulerer klientens angst, så den ikke bliver for høj og fører til psykosomatiske symptomer, og således at klienten kan arbejde optimalt i terapien ud fra sine psykologiske ressourcer. Du vil se, hvordan man hjælper klienten til at få adgang til tidligere fortrængte følelser og oplevelser, så det bliver muligt at gennemarbejde eftervirkningerne af barndomstraumerne, herunder at se egen skyldfølelse i øjnene, som førte til livslang selvdestruktiv adfærd, og på denne måde komme ud af sin lidelse.

### Program

- 08.30 Registrering, kaffe/te og brød.
- 09.00 ISTDP – teori om angst og somatisering, samt hvordan man opbygger en terapeutisk alliance, illustreret med videovignetter.
- 11.00 Restrukturering af angstkanalisering i kroppen.
- 13.00 Udforskning og arbejde med barndomstraumer.
- 15.00 Integrering og gennemarbejdning af klientens materiale.
- 16.00 Diskussion.

**Pris: 1.150 kr., studerende 750 kr., inkl. frokost mm. Se fuldt program og tilmelding på: [www.ISTDP-Danmark.dk](http://www.ISTDP-Danmark.dk). Her finder du også betalingsanvisning og EAN-faktura rekvisition. Sidste frist for tilmelding er den 1. november 2013 – plads til 90 deltagere.**

**Mere information? Se [www.ISTDP-Danmark.dk](http://www.ISTDP-Danmark.dk)**

## Mindfulness i det psykoterapeutiske rum

### Trænings- og supervisionsgruppe

Gruppen henvender sig til psykoterapeuter og behandlere, der ønsker at udvikle evnen til fordybelse og integration af tilstande af mindfulness, meditative kvaliteter og væren i det terapeutiske rum og i deres personlige liv.

Tilstande af væren opstår ofte i et psykoterapeutisk forløb både i klienten, i terapeuten og i feltet imellem dem. Evnen til udfoldelse, fordybelse, erkendelse og integration af væren og essens-tilstande i klienten er afhængig af terapeutens kapacitet til at kunne bære denne åbne og unikke form for tilstedevær.

Denne gruppe er en træning i at erkende og erfare væren og lade denne udfolde sig i det terapeutiske rum.

### Metoder og arbejdsform

I gruppen opbygges en meditativ praksis samt øvelser i nærværstræning. Der undervises i, hvordan klienterne kan opdage og møde deres mindfulness-kvaliteter.

Udvikling af væren-kapacitet som psykoterapeut forudsætter træning over tid. I træningen indgår meditation, inquiry, fordybelse, proces og supervision. Den meditative praksis bliver en del af træningsforløbet, og der undervises i at forstå forskellige meditative tilgange til at arbejde med en klient. I træningen indgår desuden bearbejdning og erkendelse af, hvad der blokerer for mindfulness-tilstande.

Gruppen mødes en hverdag hver måned. Se sted, tid og priser på [www.mindfulinquiry.dk](http://www.mindfulinquiry.dk)

**Nærmere oplysninger:**  
**Psykoterapeut MPF Niels Thorning**  
**Tlf. 6012 5070**  
**E-mail: [nielsthorning@gmail.com](mailto:nielsthorning@gmail.com)**

# KONFERENCER MØDER M.M.



**Foredrag i Jung Foreningen, København** – 3.10. Hans Hertel: Mand/kvinde, mor/søn. Psykologisk litteraturanalyse og kritisk humaniora. – 17.11. Hanne Urhøj: Komplekser og stress i praksis. – 5.12. Den fortrængte viden vender tilbage. Jungforskning i moderne videnskabshistorie. Et foredrag om Wouter J. Hanegraaffs Esotericism and the Academy. – 6.3. Dorte Odde: Selvets mørke sider. – 20.3. Arne Vestergaard: Individuation og innovation. – 10.4. Harri Virtanen: The King of Norway. – 1.5. Jens Vindeleff: I Ching – et individuationsredskab – 22.5. Susanne Eberhardt Petersen: Eros og Logos i Karen Blixens 'Digteren'. – Pris kr. 130 for ikke-medlemmer. Alle arrangementer kl. 19:30-21:30 Kulturhuset Indre By, Charlotte Ammundsens Plads 3, København K. [www.cg\\_jung.dk](http://www.cg_jung.dk)

**Psykinfo Midt** (egne og andres arrangementer) – 8.10. kl. 19-21.15 Karin Dyhr: Glaspigen – skrøbelig, skærende, skør. Psykiatrien Djursland, Grenaa. – 8.10. kl. 18-20 Bjarne Yde: Stress og depression – hvordan hænger de to ting sammen? Biografen, Tranebjerg, Samsø. – 9.10. kl. 19-21 Mathilde og hendes mor: Til kamp mod spiseforstyrrelsen. Kultur- og frivillighedshuset, Holstebro. – 10.10. kl. 19-21-30 Krista Nielsen Straarup: Bipolar affektiv lidelse. Auning Bibliotek. – 10.10. 19.30-21.30 Lisbeth Jørgensen: Børn med angst – fra nervøs til cool kid. Ris-skov. – 10.10. kl. 19-21.30 Bjarne Yde: Angst og OCD. Kulturcenter Limfjorden, Skive. – 21.10. kl. 19-21.15 Karin Dyhr: Glaspigen – skrøbelig, skærende, skør. Uhresalen, Hinnerup. – 23.10. kl. 19.30-21 Henning Jensen: En rejse så lang. Sct. Mortens Hus, Randers. – 29.10. kl. 19-21.15 Karin Dyhr: Glaspigen – skrøbelig, skærende, skør. Rønde Handelsgymnasium. – 30.10. Frederikke Vejby og hendes mor: Om at leve med PTSD – for den ramte og for de pårørende. Ris-skov. – 31.10. 15.30-17 Poul Videbech: Depression. Gallohuset, Aarhus. – 4.11. kl. 18-20.30 Tre unge: Berørt af selvskaide eller spiseforstyrrelse? Frivilligcenter, Aarhus. – 5.11. kl. 19-21 Mathilde og hendes mor: Til kamp mod spiseforstyrrelsen. Frivilligcenter, Tarm. – 6.11. kl. 19-21.30 Karin Dyhr: Glaspigen – skrøbelig, skærende, skør. Helligåndshuset, Randers. – 6.11. kl. 19-21.30 Lise Hartvig Linaa: At være barn og ung i en familie med psykisk sygdom. Ris-skov. – 13.11. kl. 19-21.30 Camilla Hersant: Spiseforstyrrelser. Biblioteket, Holstebro. – 14.11. kl. 15.30-17 Nicole Rosenberg: Socialfobi. Gallohuset, Aarhus. – 14.11. kl. 19-21.30 Marie-Louise Obermann: Angstlidelser. Sønderagerskolen, Herning. – 21.11. kl. 19-21.30 Karen Glistrup, MPF: Hvad børn ikke ved ... har de ondt af. Cafeen, Anlægsvej, Struer. – 26.11. 19.30-21.30 Poul Videbech: Fødselsdepression. Ris-skov. – [www.psykinfo.dk](http://www.psykinfo.dk)

**Den psykoanalytiske arbejdsgruppe på Fyn** – 9.10. Charlotte Simonsen: Mødoverfølelsesrelation i relation til personlighedsforstyrrede klienter. – 13.11. Anne Rebecca Zenner og Torben Bæk Klein: Rejsen gennem psykosen – set fra begge sider. – 11.12. Signe Holm Pedersen: Mentalisering og affektregulering i klienter med bulimi. – Alle møder kl. 17.30-19. Ikke-medlemmer kan deltage en enkelt gang, ellers kræves medlemskab. Auditoriet, Psykiatrisk afd., Odense Universitetshospital, J.B. Winsløvsvej, Odense C. [www.psykoanalytisk-arbejdsgruppe.dk](http://www.psykoanalytisk-arbejdsgruppe.dk)

**Psykinfo Nord** – 23.10. kl. 18.00-20.30: Pårørende fra flere sider. Om rollen som pårørende til personer med spiseforstyrrelse. Nørresundby Gymnasium. [www.en-af-os.dk](http://www.en-af-os.dk)

**Landsforeningen mod spiseforstyrrelser og selvskaide** – 23.10. kl. 18-20.30 To unge og en pårørende: Er du berørt af en spiseforstyrrelse? Hørsholm Bibliotek. – 28.10. kl. 18-20.30 Mødre med spiseforstyrrelser. LMS, Dr.Tværgade, Kbh. K. – 4.11. kl. 18-20.30 Er du berørt af en spiseforstyrrelse? MarselisborgCentret, Aarhus – 12.11. kl. 18-20.30 Pårørende fra flere sider. Frivilligcenter Næstved. – 14.11. kl. 19-21 Er du berørt af en spiseforstyrrelse? Teater Momentum, Odense. – 20.11. Berørt af spiseforstyrrelse eller selvskaide? Rønne Bibliotek. – 25.11. kl. 18-20.30 Kampen mod tvangsoverspisning. LMS, Dr.Tværgade, Kbh. K. – [www.lsmnyt.dk](http://www.lsmnyt.dk)

**Hertoft eftermiddage** – 31.10. Anne Zacho Møller: Hvad skal vi med Danner i 2013? – 28.11. Tobias Raun: Politisk terapi. Om transkønnedes brug af nettet. – 23.1.14 (BEM/ÆRK DATO) Niels Hartvigson: Homoseksualitet i dansk film før 1965. – 27.2. Henrik Nebelung: Sex hos Richard Wagner. – 27.3. Else-Marie Buch Leander: Når børn bliver farligt selskab. – Alle dage kl. 16.00-18.00. Psykiatrisk auditorium, Rigshospitalet, Henrik Harpestrengs Vej (opgang 61a). Gratis

adgang. Arr.: Dansk Forening for Klinisk Sexologi, Sex & Samfund og Sexologisk Forskningscenter. [www.klinisksexologi.dk](http://www.klinisksexologi.dk) og [www.sexogsamfund.dk](http://www.sexogsamfund.dk)

**PsykiatriFonden** – 31.10. kl. 17-19 Jacob V. Nissen: Et godt liv med angst. – 18.11. kl. 17.30-19.20 Louise Meldgaard Bruun: Hjælp til kognitive vanskeligheder. – 25.11. kl. 16.30-19 Charlotte Diamant: Redskaber til angst. – 28.11. kl. 17-19.30 Rikke Kjeldgaard: Acceptance and Commitment Therapy og angst. – Arr. PsykiatriFonden. Hejrevej 43, Kbh. NV. Tlf. 3929 3909. Tilmelding via [www.psykiatrifonden.dk](http://www.psykiatrifonden.dk)

**Psykinfo Region Sjælland** – 6.11. To medarbejdere og fire brugere: Mindfulness og øreakupunktur – når nåle og nærvær gør en forskel. Jyllinge Hallerne, Jyllinge. [www.regionsjaelland.dk](http://www.regionsjaelland.dk)

**7th European Psychoanalytic Film Festival (epff7)** – October 31 - November 3 2013. London, GB. [www.beyondthecouch.org.uk](http://www.beyondthecouch.org.uk)

**Dansk Carl Rogers Forum** – Live demonstration af klassisk klientcenteret terapi. 22.11. 2013 Kl. 13.30-17. Psyche & Eksistens, Priorgade 13 A, Sorø. Gratis deltagelse, men 40 kr. til forplejning og lokaleudgifter. Mulighed for at blive krøt til og fra Sorø Station. [www.carlrogers.dk](http://www.carlrogers.dk)

**The Evolution of Psychotherapy 2013**. December 11-15 2013. Anaheim, California. Org.: The Milton Erickson Foundation. [www.erickson-foundation.org](http://www.erickson-foundation.org)

**UCL Division of Psychology and Language Sciences** – Transference, Countertransference and Enactment Today. December 13-15 2013. Og: Free Association Today. December 12-14 2014. London GB. [www.ucl.ac.uk](http://www.ucl.ac.uk)

**UngaVuxna-dagarna 2014** – Fokus på psykoanalytisk arbejde med unga vuxna. Januar 24-25 2014. Stockholm, Sverige. [www.ungavuxnadagarna.se](http://www.ungavuxnadagarna.se)

**27th European Psychoanalytical Federation Annual Conference** – Ruptures. April 11-13 2014. Turin, Italy. [www.epf-eu.org](http://www.epf-eu.org)

**XXIV Nordiske Psykoanalytiske Kongres** – Kroppen i psykoanalysen. August 7-10 2014. Oslo, Norge. Arr. Norsk Psykoanalytisk forening. [www.psykoanalyse.no](http://www.psykoanalyse.no)

**CPSYC International Congress on Clinical & Counselling Psychology Conference**. September 3-6 2014. Dublin, Ireland. [www.cpsyc.org](http://www.cpsyc.org)

**European Association for Body Psychotherapy EABP/ ISC Congress 2014** – The Body in Relationship SELF – OTHER – SOCIETY. September 11-15 2014. Lisbon, Portugal [www.eabp.org](http://www.eabp.org)

**7th World Congress for Psychotherapy** – Psychotherapy meets Africa. October 11-15 2014. Durban South Africa. World Council for Psychotherapy. [www.europsyche.org](http://www.europsyche.org)

**3rd International Congress on BPD and Allied Disorders** – October 16-18 2014. Rome, Italy. Arr. The European Society for the Study of Personality Disorder (ESSPD). [www.isspd.com](http://www.isspd.com)

**IARPP Annual Conference 2013** – Meeting of Traditions: Field, Link and Matrix in Psychoanalytic Theory and Practice. November 7-10 2013. Santiago, Chile. [www.iarpp2013.cl/ingles/index.html](http://www.iarpp2013.cl/ingles/index.html)

**Höstkonferens** – Psykodynamisk terapi i nytt ljus. Om aktuell forskning, kunskap och framtidsvisioner. November 15. Stockholm, Sverige. Arr. Riksföreningen Psykoterapi Centrum. [www.riksforeningenpsykoterapicentrum.se](http://www.riksforeningenpsykoterapicentrum.se)

**12th International Congress on Ericksonian Approaches to Psychotherapy**. December 10-13 2015. Phoenix, Arizona. [www.ericksoncongress.com](http://www.ericksoncongress.com)

## Bestyrelse og udvalg

### Bestyrelse

Erik Wasli, formand  
Tlf. 3095 0671  
E-mail: erik@wasli.dk  
Ann Bangsbo  
Bent-Charly Hansen  
Allan Holmgren  
Kresten Kay  
Karen Kaae  
Karin Quist  
Henrik Ølgaard  
Morten Aagaard  
Thit Aaris-Høeg  
Clemen Krægpøth, suppleant  
Michael Freudendahl, suppleant

### Etikudvalg

Marianne Bentzen  
Margrethe Bjørnshave-Hansen  
Merete Holm Brantbjerg  
Clemen Krægpøth, bestyrelsen  
Allan Fedders, Forum for psykoterapeutuddannelser  
Eva Hildebrand, Forum for psykoterapeutuddannelser  
Gitte Sander, supp.

### Etikpanelet

Pia Clementsen  
Marianne Davidsen-Nielsen  
Inge Farup  
Jeanne Holten Møller  
Niels Thorning  
Morten Aagaard

### Optagelsesudvalg for individuelle medlemmer

Gerda Feldtbo Andersen  
Birgitte Mønsted, supp.  
Gro Nordland

### Optagelsesudvalg for Forum for Psykoterapeutuddannelser

Steen Degn  
Peter Mortensen  
Karin Quist

### Medieudvalg

Søren Bruun  
Liv Johns  
Karin West Langgaard  
Gitte Sander  
Erik Wasli

### Uddannelsesudvalg

Ann Bangsbo  
Søren Bruun  
Kirsten Bjelke  
Kirsten Egebjerg  
Inger Engelund Poulsen  
Kresten Kay, bestyrelsen  
Allan Fedders, Forum for psykoterapeutuddannelser

### Kursusudvalg

Maria Louise Blichfeldt  
Charlotte Degel  
Ulla Drabæk  
Lianne Ervolder  
Pia Johanne Nielsen  
Henrik Ølgaard, bestyrelsen

### Lokale kursusgrupper

*Nordjylland:*  
Anne-Grethe Svanlundh

### *Midtjylland:*

Else Ditlev  
Kirsten Kjems  
Else Lundby  
Rikka Poulsen

### *Fyn:*

Lisbeth Baagøe  
Hanne Ellegaard  
Gunvor Lund  
Marianne Bjørnskov Jørgensen  
Inge Marie Vikmann

### National delegeret EAP

Karen Kaae



Dansk Psykoterapeutforenings kontor  
Adm. leder Winnie Johansen  
Admiralgade 22, st. tv.  
1066 København K  
Tlf. 7027 7007  
E-mail: kontakt@dpfo.dk  
www.dpfo.dk

**Generalforsamling:** 22. marts 2014

# VIGTIGT!

Husk at opdatere din profil på foreningens hjemmeside

[www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk)

Se nærmere side 41.

# Psykoterapeuten

Nr. 3, oktober 2013

21. årgang

TEMA: PSYKOTERAPI OG SOMATISK SYGDOM

## Forening og redaktionelt

Formanden skriver .....	2
Redaktørens klumme .....	3
Psykoterapeutens næste tema .....	5
Foreningsnyt .....	43
Bestyrelse, udvalg m.v. ....	61

## Artikler

Hanne Ellegaard: Stress, depression og langvarige lænderygsmærter .....	6
Lise Lotte Helm: Teater træner evnen til at mentalisere .....	14

## Information, læserindlæg, debat

Kort nyt .....	4
Etikpanelet: Underretnings- og oplysningspligt .....	22
Frank Olsen: Jagten på de nonspecifikke faktorer i psykoterapi med børn. En konferenceberetning .....	25
Dansk psykoterapi 85 år, af Finn Korsaa. Kommentar fra PsykInfo, af Anette Echwald .....	28

## Bog anmeldelser

Inger Thormann og Inger Poulsen: Spædbarnsterapi. Anmeldt af Benedikte Hertel .....	30
Lene Jensen: Den indre have. Anmeldt af Lise Nielsen .....	31
Bo Møhl og Morten Kjølbye (red.): Psykoterapiens ABC. Anmeldt af Gitte Sander .....	32
Lone Algøt Jeppesen og Leif Vedel Sørensen: At leve sin terapi – Ni psykoterapiportrætter om forholdet mellem terapeut, klient og praksis. Anmeldt af Susanne Bang .....	34
Karen Glistrup: Snak om det ... med alle børn – en bog om angst, depression, stress og traumer. Anmeldt af Lucy Ludvigsen .....	36
Mikael Sonne og Jan Tønnesvang: Integrativ gestaltpraksis. Anmeldt af Majse Albeck .....	37
Claus Haugaard Jacobsen og Karen Vibeke Mortensen: Psykoterapeutisk praksis på psykodynamisk grundlag. Anmeldt af Birgitte Jacobsen .....	38
Jesper Roesgaard Mogensen og Preben Engelbrekt: At forstå sorg – teoretiske og praktiske perspektiver. Anmeldt af Anette Gernow .....	40
Bent Eikard og Bent H. Claësson (red.): Ældrestyrken – En antologi om at blive og være gammel. Anmeldt af Kirsten Seidenfaden .....	42
Nye bøger .....	44

## Kurser og foredrag

Workshops i Esrum i september .....	46
Foredrag og fyraftensmøder i Dansk Psykoterapeutforening .....	47
Kurser i Dansk Psykoterapeutforening .....	50
Konferencer, kongresser, møder .....	62