



---

TEMA

---

## FLYGTNINGE, INDVANDRERE, MIGRANTER

---

### Flygtninge er mennesker

Flygtninge kommer fra forskellige kulturer og baggrunde. Nogle er vokset op med krig, andre med en almindelig hverdag.

---

### Traumer og PTSD-symptomer

Når flygtninge kommer til Danmark fra krigsramte lande, har de ofte også andre tramatiske oplevelser bag sig end de krigsrelaterede.

---

### Kunsten bygger bro

Eksilstress og traumer er mere reglen end undtagelsen i asylcenterne. Psykoterapeut MPF lavede male-workshop i asylcenter.

---

### Traumer 'nedarves'

Al kamp for livet sætter sig spor i det fortsatte liv. Man kan ikke sørge færdigt i én generation.



**Pia Jeppesen**  
Psykiater MPF  
Formand for Dansk Psykiaterforening

Om nogle uger kommer sommeren og ferien over os alle. Endnu et halvår med aktiviteter og nye tiltag i foreningen er gået. Her lidt siden sidst:

### GENERALFORSAMLINGEN 2017

I starten af marts måned holdt Dansk Psykiaterforening den årlige generalforsamling. I dejlige omgivelser mødtes 65 medlemmer både til oplæg af sociolog Rasmus Willig, hyggeligt samvær og konstruktive debatter.

Der var i år en hel del vedtægtsændringer, der skulle tages stilling til. Ændringer, der både var opdateringer og nye tiltag. Konkret blev de studerende integreret i vedtægterne, og der arbejdes p.t. med at få styrket samarbejdet både med og blandt de studerende.

### FAKTA OG VIDEN OM MEDLEMMERNE

Med tidsskriftet denne gang får alle pjecen Psykiaterne i tal. Pjecen er lavet på baggrund af en medlemsundersøgelse i Dansk Psykiaterforening fra efteråret 2016. Her kan man bl.a. læse, at gennemsnitsalderen i foreningen er 55 år, at fire ud af fem medlemmer er kvinder, og at 44 pct. af medlemmerne udelukkende er selvstændige.

Man kan også blive klogere på medlemmernes grunduddannelse, ansættelsesområde samt ønsker til foreningen. God fornøjelse med læsningen!

### POLITIK OG PRESSEN

I det nye år har det politiske arbejde betydet fortsat fokus på psykiaterernes rolle i det forebyggende arbejde samt det nye skilsmisssystem, som regeringen varslede allerede for måneder siden. Det kan I læse mere om på foreningens hjemmeside, bl.a. i de presseklip, der ligger.

En undersøgelse, som foreningen har fået foretaget, viser, at seks ud af ti danskere mener, at man skal have

ret til gratis hjælp og rådgivning fra en psykiater eller psykolog i forbindelse med en skilsmisse, hvor der er børn involveret. Det kan jeg kun bakke op omkring. Det er både menneskeligt og samfundsøkonomisk det rigtige at gøre.

### KURSER OG FYRAFTENSMØDER

Tilgangen til foreningen kurser og fyraftensmøder er stor. Der er ofte fyldt op på kurserne og fyraftensmøderne er meget velbesøgte. Det skyldes i høj grad vores aktive kursusudvalg rundt om i landet og deres evne til at finde interessante input til os alle. Tak for det!

Men der er jo grænser for, hvor meget vi som forening kan trække på frivilligt arbejdskraft. Derfor arbejder sekretariatet også på at bidrage til et øget udbud af især fyraftensmøder. Det fortsætter vi med resten af året.

### DIREKTE DIALOG I HELE LANDET

Jeg har i 2017 fortsat mine besøg rundt i landet. Både besøg på uddannelsesstederne og arbejdspladsbesøg. Det giver altid god energi at komme rundt og møde jer medlemmer i jeres arbejdsliv, og jeg går altid klogere derfra.

Den direkte dialog er vigtigt i forhold til at synliggøre den store forskel, som psykiaterer gør både i de privat praksis og i ansættelser, men også i forhold til at drøfte de udfordringer, vi som faggruppe står overfor. Derfor fortsætter jeg min vej rundt i landet også efter sommeren.

### JUBILÆUMSKONFERENCE 2018

I 2018 fylder Dansk Psykiaterforening 25 år. Det fejres bl.a. med en konference den 14.-15. september 2018. Så sæt allerede nu kryds i kalenderen.



**Susanne van Deurs**  
Redaktør  
Psykoterapeut MPF

Jeg mindes ikke, at et tema i Tidsskrift for Psykoterapi har berørt mig så dybt som dette nummers tema. Mit kendskab til flygtninge og deres situation var som udgangspunkt ret overfladisk, men efterhånden som jeg kom lidt ned under overfladen, er jeg blevet mere og mere interesseret og har opsøgt mere og mere viden. Selv om jeg på det tidspunkt egentlig ikke havde tid, tog jeg med til den konference om flygtninge, som SE-foreningen for nylig afholdt i København, og det var jeg glad for. Igen spændende nyt og berørende stof. Jeg forstår godt den forfatter, der i sin artikel skriver: "Jeg tror, at det er let at blive lidt af en ildsjæl i det her arbejde. Mit arbejde med flygtninge har forandret mig. Det har ændret min måde, at se verden på."

I nærværende temanummer finder man interessante artikler om forskellige former for terapeutisk arbejde med flygtninge og asylansøgere, herunder – med udgangspunkt i de danske jøders flugt til Sverige under krigen – om den påvirkning, traumer og flugt kan have ned i de efterfølgende generationer. Der er også en anmeldelse af en bog, der handler om netop dette. En artikel om psykoterapeutisk arbejde med udsatte grønlændere er der også, selv om grønlændere jo, som forfatteren anfører, ikke er flygtninge. Til slut en 'bonusartikel' – uden for temaet – der handler om palliativ terapi med døende.

### NÆSTE TEMA ER MENTALISERING

Mentalisering kan defineres som evnen til at være opmærksom på egne og andres mentale/indre tilstande, herunder evnen til at se sig selv udefra og andre indefra. Medlemsundersøgelsen viste, at mange medlemmer var optaget af mentalisering, så jeg glæder mig til at modtage mange tekster fra jer. Der er deadline for artikler den 15. august.

### TEMA TIL FEBRUAR

Angst findes i mange former og har mange forskellige udtryk. Noget af det første jeg lærte, da jeg som ganske ung lægesekretær stiftede bekendtskab med psykiatrien, var, at angst optrådte ved alle former for psykiatrisk sygdom. Men angst er meget bredere end det, og mange mennesker – på netdoktor.dk mener de 20% – oplever angst, nogle ligefrem invaliderende.

Helt overordnet regner man med med fem former for angst (ICD 10): Fobier, panikangst, generaliseret angst, tvangstanker og -handlinger samt belastninger og traumer. Jeg er sikker på, at masser af psykoterapeuters klienter oplever angst og ser frem til spændende artikler.

## Tidsskrift for Psykoterapi

Tidsskrift for Psykoterapi er medlemsblad for Dansk Psykoterapeutforening – Foreningen af uddannede psykoterapeuter og uddannelsessteder.  
ISSN 2246-3046

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

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

**Alt stof skal sendes elektronisk direkte til redaktøren på susvd@email.dk. Vejledning til skribenter kan indhentes.**

**Grafisk design**  
The Bright Future, Benjamin Andresen

**Deadline**  
for artikler til næste nummer er 15. august 2017  
Annoncer og øvrige stof 1. oktober 2017,  
men alt stof modtages gerne så tidligt som muligt.

**Formater**  
Artikler og andre tekster sendes i Word.  
Annoncer sendes som reprojektor 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.

**Kopiering** efter Lov om Ophavsret.

#### Annonc priser 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
1 spalte	kr. 1250	kr. 1500	ca. 8 x 21 cm
Helside	kr. 2200	kr. 2700	ca. 17 x 21 cm
Opslag	kr. 4300	kr. 5050	

Indlæg i bladet efter aftale.

Sort/hvid og farve samme priser.  
Ekstraordinært arbejde med annonceopsætning kan blive faktureret.

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

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

Trykplag dette blad: 1900 eksp.

Abonnement kr. 295 pr. år.



Tidsskrift for Psykoterapi  
er medlem af Danske Medier

Forsidefoto: Gohar Dashti, Iran. *Today's Life and War* (2008). Serie på 10 fotos, 105 x 70 cm. Tilhører kunstneren.

---

## WE SHOUT AND SHOUT ...

---

*We shout and shout, but no one listens: Art from conflict zones.* Det er titlen på en udstilling af kunst fra konfliktzoner i CAMP / Center for Migrationspolitisk Kunst i København. Udstillingen åbnede den 3. marts og løber til den 17. juni. Gohar Dashti fra Iran og syriske Khaled Barakk, bosat i Berlin, der begge har givet tilladelse til at bruge to af deres billeder i nærværende blad, er blandt udstillerne.

CAMP er et non-profit udstillingssted for kunst, der der forholder sig til fordrivelse, migration, indvandring og asyl. CAMPs lokaler ligger i Trampolinhuset, som er et uafhængigt medborgerhus i København NV, hvor flygtninge og asylansøgere kan finde støtte, fællesskab og formål. Både store internationale navne og mindre etablerede kunstnere, fortrinsvis med flygtninge- eller migrant-erfaring, udstiller i CAMP.



Centrets formål er bl.a. gennem kunst at øge indsigten i fordrevne og migrerede menneskers livssituationer og fremme forståelsen mellem mennesker på flugt og de lokalsamfund, der modtager dem. Næste udstilling, som starter den 22. september, vil fokusere på udokumenteret migration.

CAMP, c/o Trampoline House  
Thoravej 7, København NV  
7214 0766, info@campcph.org  
Åben tirs., ons., tors. kl. 13-18, lør. kl. 14-17

campcph.org

---

## FLYGTNINGE I ØKO-SAMFUND

---

Flygtninge, der kommer til Danmark, kæmper ofte med massive udfordringer i form af traumatiske oplevelser og eksilstress. Det vurderes, at 30-50% af flygtninge i Danmark lever med traumer, hvilket gør det særligt svært at få fodfæste i det danske samfund. Mange kommuner savner målrettede og tværfaglige tilbud til denne gruppe.



I samarbejde med den socialøkonomiske virksomhed Nye Rødder og adjunkt fra KU, Dorthe Varning Poulsen ph.d., har Næstved, Sorø, Holbæk og Lejre kommuner nu visiteret i alt 40 deltagere til et 30 uger langt forløb, som foregår i Økosamfundet Hallingelille nord for Ringsted, hvor landsystemning, 85 gæstfrie beboere og varieret natur skulle give flygtningene mulighed for at reducere stress og traumer, tilegne sig grønne færdigheder samt opleve sig som en del af et fællesskab.

Forskningen udføres i et samarbejde mellem Institut for Geovidenskab og Naturforvaltning ved KU og Kompetencecenter for Transkulturel Psykiatri i Region Hovedstaden mhp. at undersøge, hvorvidt og hvordan naturbaseret terapi og grønne aktiviteter i et landsbyfællesskab kan nedsætte deltagernes stressniveau, øge funktionsniveau, fremme håb, meningsfuldhed, tillid og sociale kompetencer samt den enkeltes handlekraft til at starte et nyt liv tættere på arbejdsmarkedet.

Kilde: Pressemeddelelse Nye Rødder

---

## BEKLAGELSE

---

Ifølge Murphys lov vil det, der kan gå galt, også gå galt. Og i sidste nummer skete så det, som jeg synes er den værste fejl, jeg kan lave, nemlig at jeg kom til at skrive et forfatternavn forkert. Svend O. Andersen, som skrev artiklerne på side 32 og 43, hedder Andersen til efternavn og ikke noget som helst andet. Lad det hermed være slået fast. Murphys lov lyder i øvrigt – meget nedslående:

- Intet er så let, som det ser ud til.
- Alt tager længere tid, end du tror.
- Hvis der er mulighed for, at flere ting kan gå galt, vil den ting, som vil forårsage mest skade, være den ting, som går galt.
- Hvis der er et tidspunkt, hvor det vil være specielt dumt, at noget går galt – så vil det ske på det tidspunkt.
- Hvis det er noget, som ikke kan gå galt, så går det alligevel galt.
- Hvis det er fire måder, noget kan gå galt på, og man forudser dette, så vil en femte og uforudset måde øjeblikkelig forekomme.
- Når ting bliver overladt til sig selv, vil de gå fra at være dårlige til virkelig dårlige. Forsøg på at rette på problemet vil bare accelerere hastigheden fra dårligt til virkelig dårligt.
- Hvis alt ser ud til at gå godt – så har man tydeligvis overset noget.
- Moder natur holder altid med de skjulte mangler.
- Ingen ting er idiotsikre; idioterne er alt for opfindsomme.
- Når du har bestemt dig for at lave en bestemt ting, er der noget andet, som må gøres først.
- Enhver løsning avler nye problemer.

Susanne van Deurs

---

## JUBILÆUMSNUMMER

---

Som man vil kunne læse i Pia Jepsens formandsord fejrer Dansk Psykoterapeutforening sit 25. års jubilæum til næste år. Det vil selvfølgelig blive fejret på flere måder, fordelt over hele året.

Men det er ikke kun foreningen, der har eksisteret i 25 år, det har foreningens blad også. Under flere navne godt nok – *Nyhedsbrev, Psykoterapeuten* og nu *Tidsskrift for Psykoterapi* – og i flere udgaver, startende med nogle sammenklipsede A4-sider tilbage i foreningens barndom. Og i al beskedenhed har undertegnede såmænd også stået for bladet i 25 år.



Jubilæet skal naturligvis fejres med et jubilæumsnummer! Både jubilæumsudvalget, bestyrelsen og redaktøren er indstillede på, at det skal blive et stort og spændende, festligt og tankevækkende nummer. Det skal forholde sig både til fortiden, nutiden og fremtiden, og temaet er derfor blevet til *Psykoterapi og psykoterapeuter – før, nu og fremover*. Måske kommer der også nogle udvalgte artikler med fra tidligere numre.

Jubilæumsnummeret skal først udkomme i juni 2018, altså om et år, men jeg har valgt at annoncere temaet allerede nu, så der er god tid til at tænke over det og skrive sin artikel.

25 år er på en eller anden måde både en kort tid og en lang tid. Når jeg ser tilbage til starten, synes jeg, der er sket en voldsom udvikling, som til tider nærmest kan forbløffe mig, og jeg kan egentlig ikke rigtig forstå, at der er sket så meget på den trods alt forholdsvis korte tid. Det gælder både for dansk psykoterapi som sådan og ikke mindst, hvad angår foreningens vækst og udvikling.

Tanken med jubilæumsnummeret er, at vi denne gang skal se på vores egen verden. Hvordan har psykoterapien udviklet sig i Danmark gennem de sidste ca. 25 år? Hvordan var det at være psykoterapeut for 25 år siden. Og hvordan er det i dag? Hvilke udfordringer står vi overfor? Og hvad med uddannelserne og uddannelsesstederne? For 25 år siden var der måske 8-9 seriøse uddannelsessteder

i Danmark, nu finder man på Dansk Psykoterapeutforenings hjemmeside mere end 40. Hvilke tanker gør de sig fra uddannelsesstedernes side? Om nutiden? Om fremtiden?

Alt stof med psykoterapi og psykoterapeuter er velkomment. Løst og fast, kort eller langt, alvorligt eller morsomt. Og meget gerne med billeder, hvis det er muligt. Jeg håber, at mange vil sende bidrag – også gerne, men selvfølgelig ikke nødvendigvis, med en personlig vinkel.

Så fat kuglepenen eller computeren og skriv, skriv, skriv. Bed mig om en artikelvejledning – og som altid hjælper jeg gerne undervejs, hvis nogen har brug for det. Deadline er sat til 1. december 2017.

Susanne van Deurs

Tema i oktober-nummeret 2017

## MENTALISERING

Deadline for artikler 15. august 2017 · Øvrige stof 1. september 2017

---

Tema i februar-nummeret 2018

## ANGST

Deadline for artikler 15. december 2017

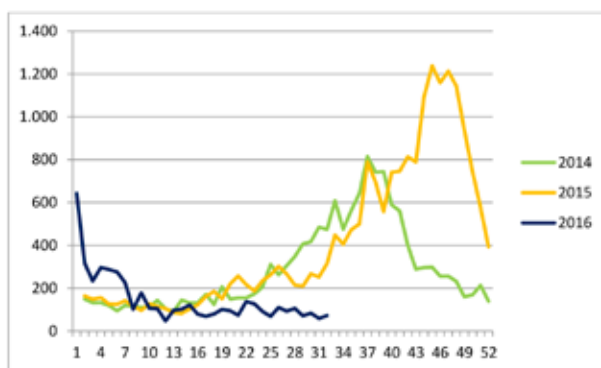
INDHENT ARTIKELVEJLEDNING

## KORT OM FLYGTNINGE

Tekst: **Susanne van Deurs**

På verdensplan er der p.t. omkring 65 millioner mennesker, der lever som flygtninge eller internt fordrevne på grund af krig, undertrykkelse, forfølgelse, sult, naturkatastrofer, fattigdom. I det følgende vil jeg forsøge at komme med nogle korte facts om flygtningesituationen i Danmark.

Antallet af flygtninge i Danmark har svinget gennem de senere år. Nedenstående graf over antallet af asylansøgninger pr. uge er fra hjemmesiden refugees.dk:



Variationerne skyldes bl.a., at der gennem de senere år er sat flygtningene mange hindringer i vejen, bl.a. med grænsemure og hegn. Bl.a. har Bulgarien sat hegn mod Tyrkiet, Makedonien mod Grækenland, Ungarn mod Serbien osv. Danmark og Sverige har begge indført grænsekontrol, og desuden er det blevet kriminaliseret at hjælpe flygtninge på vej. Resultatet er blevet, at massevis af flygtninge er strandet i Grækenland, som absolut ikke magter situationen. Ifølge journalist Thomas Ubbesen – som er en af de få danske journalister, der har fulgt flygtningenes situation tæt i de sidste mange år, og som holdt foredrag på SE-foreningens netop afholdte konference om flygtninge – er der intet til hjælp for de fleste af dem, ingen plads i lejrene, ingen telte, ingen mad og kun få hjælpeorganisationer i landet.

Når en flygtning efter en lang og ofte farefuld rejse ankommer til Danmark, søger vedkommende asyl, registreres, får taget fingeraftryk og indkvarteres under små forhold på et asylcenter, og så starter asylproceduren. Afslagsprocenten varierer. I 2015 var den 85 %, i 2016 72 % og i 1. kvartal i år lå den på 38 %.

Michala Clante Bendixen skriver på refugees.dk: "Vejen gennem den danske asylprocedure er som regel lang, men den varierer meget fra sag til sag. Der er fire forskellige procedurer, inddelt i tre faser, og der er næsten altid individuelle forskelle mellem sagerne, som har indflydelse på ventetiden og forløbet. Men fælles for alle er, at passiviteten og ventetiden føles ulidelig, og at der er stor mangel på information og rådgivning lige fra ankomsten."

### OPHOLDSTILLADELSE

De opholdstilladelser, der gives, er alle i første omgang midlertidige. Tidligere var de på fem år, nu oftere på 1-2 år. Efter opnået opholdstilladelse kan man flytte fra asylcenteret til en flygtningebolig i en kommune – hvis der altså er en ledig, ellers bliver man igen indkvarteret i et center – og få undervisning i dansk. Man skal nu klare sig på integrationsydelse, som er ca. det halve af kontanthjælp. Satserne i 2017 ser før skat således ud (Aarhus Kommunes hjemmeside):

- Enlig forsørger: Person der forsørger eget barn i hjemmet og har ret til ekstra børnetilskud: 12.211 kr. pr. md.
- Forsørger: Person der forsørger eget barn i hjemmet og ikke har ret til ekstra børnetilskud: 8.546 kr. pr. md.
- Ej forsørger: Person der er ej forsørger, over- eller under 30 år og udeboende: 6.106 kr. pr. md.
- Ung hjemmeboende: Person der er ej forsørger, under 30 år og hjemmeboende: 2.631 kr. pr. md.

## EN FLYGTNING ER ET MENNESKE,

der har forladt sit hjemland på flugt fra forfølgelse – pga. af race, religion, politiske holdninger eller lignende. En flygtning risikerer at miste livet, blive fængslet og tortureret eller få krænket sine menneskerettigheder på andre måder i hjemlandet.

- FN's Flygtningekonvention fra 1951 definerer en flygtning som en person, der "som følge af velbegrunnet frygt for forfølgelse på grund af sin race, religion, nationalitet, sit tilhørsforhold til en særlig social gruppe eller sine politiske anskuelser befinder sig uden for det land, i hvilket han har statsborgerret, og som ikke er i stand til eller – på grund af sådan frygt – ikke ønsker at søge dette lands beskyttelse". Ifølge FN's Flygtningehøjkommissariat, UNHCR, var der i slutningen af 2015 21,3 millioner flygtninge i verden.
- Flygtningekonventionen omfatter kun forfulgte, der er flygtet til et andet land. Men mange flygter inden for grænserne af deres eget land – disse flygtninge kaldes for internt fordrevne. De kan være på flugt fra borgerkrig, væbnede konflikter, etnisk eller religiøs forfølgelse, naturkatastrofer eller problemer forbundet med klimaforandringer – og deres behov for hjælp og beskyttelse ligner ofte flygtninges. Ved udgangen af 2015 var der ifølge UNHCR 40,8 millioner internt fordrevne i verden.
- I Danmark er der flere forskellige opholdstilladelser til flygtninge. Flygtninge, der opfylder betingelserne i Flygtningekonventionen, kan få asyl i Danmark som konventionsflygtninge. Derudover kan flygtninge, der – af andre grunde end de, der er nævnt i Flygtningekonventionen – risikerer dødsstraf, tortur eller anden umenneskelig og nedværdigende behandling i deres hjemland få beskyttelsesstatus i Danmark. Endelig giver Danmark midlertidig beskyttelsesstatus til flygtninge med behov for beskyttelse på grund af en særlig alvorlig situation i hjemlandet præget af vilkårlig voldsudøvelse og overgreb på civile. De fleste europæiske lande har en lovgivning, der dækker bredere end Flygtningekonventionen. Danmark har også truffet aftale med UNHCR om at tage imod ca. 500 flygtninge hvert år. Denne ordning kaldes genbosætning, og de flygtninge, der bliver genbosat i Danmark, betegnes ofte som kvoteflygtninge eller FN-flygtninge. Regeringen har i august 2016 meddelt, at Danmark indtil videre ikke modtager kvoteflygtninge med henvisning til antallet af asylansøgere de senere år.
- Udlændinge- og Integrationsministeren kan i ganske særlige tilfælde give humanitær opholdstilladelse.
- Danmark giver ikke asyl til mennesker, der er flygtet på grund af naturkatastrofer, fattigdom, sult eller ringe levevilkår i øvrigt.
- En asylansøger er en person, der søger om at blive anerkendt som flygtning. Når en person får asyl, er det således en anerkendelse af, at personen er flygtning og risikerer forfølgelse i sit hjemland.

Dansk Flygtningehjælps hjemmeside

Kravene for permanent opholdstilladelse blev skærpet i 2016 og er netop igen blevet skærpet, så permanent ophold nu først kan søges efter otte år mod tidligere seks. Blandt en lang række krav for at få opholdstilladelse er bl.a., man har været i arbejde i mindst to et halvt inden for de sidste tre år og fortsat er det, når Udlændingestyrelsen træffer afgørelse i sagen. Der kræves også bestået prøve i Dansk 2 eller tilsvarende – noget mange flygtninge med PTSD har svært ved at klare.

## DER ER MENNESKER BAG TALLENE

Det var facts og tal. Men forsøg nu at se bagom tallene. Forsøg at forestille dig, hvad det betyder at måtte flygte fra sit land, måtte forlade sin familie, sine venner og sit

arbejde. Komme hertil efter en farefuld, ofte livsfarlig, rejse, bo alt for tæt på et center med mange andre traumatiserede, vente, vente, ikke kende sin fremtid, ofte ikke vide hvordan det går familien i oprindelseslandet, ikke føle sig velkommen og dertil se sin ægtefælle eller sine børn lide under situationen og ikke kunne hjælpe dem. Flygtningene udsættes for tab af værdighed, integritet, identitet, kontrol, selvrespekt, *basic trust*. Og traumer forsvinder ikke, selv om opholdstilladelsen skulle blive opnået.

## NOGLE HJEMMESIDER

unhcr.org – refugees.dk – nyidanmark.dk – flygtning.dk – amnesty.dk – oasis-rehab.dk – dignityinstitute.dk – traume.dk

# FLYGTNINGE ER OGSÅ MENNESKER

---

Tekst: **Linda Hagen**  
Illustration: **Khaled Barakeh**

---

Flygtninge er et emne, som længe har fyldt i medierne og blandt befolkningen. Aviserne skriver om enkeltstående hændelser, som skaber overskrifter, men gør de det ofte på en distancerende måde i forhold til, at det er mennesker, det handler om. Netop distancen benytter mange politikere også. Der bliver ikke talt om mennesker med ressourcer, som måske kunne være til gavn for samfundet. I stedet er den retorik, der anvendes fra politisk side, og som mange medier støtter op om, nedladende, og der tales om, hvilken belastning flygtningene er, at de er vilde, kriminelle og farlige.

Når flygtninge gennemgående præsenteres på en generaliserende, menneskefjern og fjendsk måde, er det let at blive fordømmende og kynisk og komme til at tro, at flygtninge er en anden slags mennesker end dig og mig. Ofte virker det, som om det glemmes, hvorfor de flygter, og hvad de har været igennem, inden vi møder dem i Netto eller i bussen. Heldigvis er der mange frivillige, som gerne vil hjælpe, men skal hjælpen virkelig gøre en forskel, er det vigtigt, at der skiftes retorik, og at der fokuseres på de menneskelige aspekter.

I mere end fem år har jeg arbejdet som familiekonsulent i Dansk Flygtningehjælp og i en af landets større kommuner. Temaet i dette nummer af *Tidsskrift for Psykoterapi* giver mig lejlighed til at dele mine erfaringer og viden om flygtninge og belyse nogle af de menneskelige omkostninger, vores flygtninge kæmper med. Med mit bidrag vil jeg skildre, hvordan jeg som familiekonsulent kommer tæt på mennesket bag flygtningen, og hvordan jeg bruger min baggrund som både psykoterapeut og pædagog. Desuden vil jeg søge at belyse nogle af de problemer, det giver at have sår på sjælen, og hvordan der kan motiveres til at leve med dem.

Min opgave er at hjælpe de særligt udsatte flygtningefamilier, hvor en forebyggende indsats kan minimere de følgevirkninger, som kan præge en familie med krigstraumer og kriser. Det er primært sagsbehandlere i kommunernes jobcentre, som først får kendskab til familiens vanskeligheder, men det kan også være i andre sammenhænge i systemet, man er bekymret for familiens trivsel. Det er ofte en far eller mor med traumer og/eller andre komplikationer, der påvirker familiens trivsel og vanskeliggør integrationen, men også familier, hvor omstillingen til en anden kultur er svær og kan tage pippet fra dem. Tanken om at skulle lære et nyt sprog eller starte helt forfra med uddannelse og job føles uoverskuelig. De fleste klarer sig dog med større eller mindre succes. Heldigvis er mennesket fra naturens side ret omstillingsparat og har ressourcer til at komme igennem udfordringer, men mange har oplevet så store lidelser, at de ikke har ret mange ressourcer tilbage. De har brug for motivation til at komme videre med livet. Til at lære, hvordan man kan fungere i en hverdag på trods af krigsoplevelser og sårbarheder i et land med en anden kultur, andet sprog og andre krav. Det er ikke mindst vigtigt for børnene, at der sættes tidligt og hurtigt ind.



”Jeg tror, at det er let at blive lidt af en ildsjæl i det her arbejde. Mit arbejde med flygtninge har forandret mig. Det har ændret min måde, at se verden på.

### HVAD FLYGTNINGE KOMMER FRA

Flygtningene, som kommer hertil, kommer fra mange forskellige kulturer og baggrunde. Nogle er vokset op med krig, andre med en almindelig hverdag. For mennesker, hvor livet pludseligt forandres, er det voldsomt traumatiserende, når den kendte verden styrter sammen.

Befolkningen i Syrien levede inden borgerkrigen et helt almindeligt liv med arbejde og familieliv. De ved, hvordan det føles at leve et liv, som ikke er en daglig kamp om overlevelse. Nogle opfatter flygtninge fra Syrien som forkælede, når de stiller krav. Det er de måske også i forhold til dem, som længe har levet med krig, men det ændrer jo ikke på, at de har behov for hjælp og støtte til at komme videre. De har ingen baggrund for at vide, hvordan man lever med krig og undertrykkelse. I modsætning til de flygtninge, som har levet med undertrykkelse, sult og krig i hele deres liv. For eksempel flygtninge fra Afrika, som meget længe har levet med korrupsion, undertrykkelse og et militærstyre. Forskellen mellem rig og fattig er meget stor. Der er det formuen, som afgør, om man har rettigheder. De har lært om uretfærdighed og om, at menneskers værdi afhænger af, hvor meget man ejer. Ejer du intet, er du intet og har dermed ingen rettigheder. Det er klart, at de mennesker ikke har tillid til nogen. Her er det op til os at bevise, at vi er troværdige.

Kurdere og afghanere har en uhyggelig lang forhistorie med krig og undertrykkelse. I Afghanistan vokser børnene op med et våben i hånden. Mænd fra Afghanistan og fra Eritrea, hvor både mænd og kvinder skal aftjene

værnepligt, flygter fra militærtjenesten, som kan være meget lang. De unge, hvis far er død, har stor risiko for at blive taget til børnesoldater. Jeg kendte en ung afghaner, som var flygtet, fordi han var bange for at blive fanget og brugt som selvmordsbomber.

### ASYLANSØGER OG FLYGTNING MED MIDLERTIDIG OPHOLDSTILLADELSE

Man er asylansøger, når man venter på at få opholdstilladelse her i landet. Om man får en opholdstilladelse og hvor for længe, er afhængigt af mange forhold. Bl.a. hvor i verden man kommer fra og situationen i det pågældende land. I ventetiden bor man i et asylcenter.

Når man får opholdstilladelse, bliver man som flygtning tildelt en bolig i en kommune. Oftest er det i første omgang kun en midlertidig bolig, afhængig af kommunens ressourcer og ledige boliger. Der gives næsten altid kun midlertidig opholdstilladelse, oftest for tre år ad gangen. Derefter kan man søge om forlængelse af sin opholdstilladelse.

For yderligere begrebsafklaring se fx <http://refugees.dk/fakta/asylproceduren-i-danmark/dublin-aftalen/> og [www.nyidanmark.dk/da-dk/spoergsmaal\\_og\\_svar/asyl.htm](http://www.nyidanmark.dk/da-dk/spoergsmaal_og_svar/asyl.htm)

## DE UNGE

Uanset hvor de kommer fra, har alle haft mange ekstreme oplevelser undervejs, og stort set ingen er flygtet uden at have ofret noget af sig selv undervejs. Flugten er nærmest et kapitel for sig selv. De unge uledsagede har berørt mig dybt. Mange er flygtet som 12-14-årige og alene. De har fortalt om at ligge skjult i små kasser i eller under lastbiler uden at kunne røre sig eller vide, om de kommer ud igen. Om sejlads i hullede både, som synker midt på havet, og pigerne om massevoldtægter. De oplevelser sidder dybt, og når de kommer her til, er de måske nok i sikkerhed, men de er ikke trygge. De er stadig bange, og i deres øjne kan man se deres frygt og sorg. Frygten har påvirket tilliden til alt og alle pga. de svigt, de har oplevet. Sorgen og savnet af familien kommer også til at fylde, nu hvor de er uden for livsfare. Mange kan ikke føle glæde ved at være i sikkerhed, fordi de tænker på deres familie, som stadig er i fare. Den følelse har mange flygtninge. Derfor er det fællesskab og den base, de får i bostederne, et godt udgangspunkt at møde Danmark på. De får støtte af pædagoger, som kan hjælpe dem med at opbygge og strukturere en hverdag, og som kan lytte til deres savn.

## KÆRLIGHEDEN UNDER PRES

En ung kvinde fortalte mig, at hun længtes efter at stå på sin altan i Syrien, hvor hun kunne se ud over havet. For ikke længe siden havde hun en helt almindelig hverdag. I begyndelsen var urolighederne noget, hun hørte om i radioen, og hun tænkte ikke på, at det ville berøre dem. En dag kom militæret og spurgte efter hendes mand, som var på arbejde. De var meget truende, og da de var gået, forstod hun, at det var for farligt at blive i deres hjem. Hun pakkede nogle ting og tog sine to børn med til en nabo. Herfra aftalte hun med sin mand i telefonen, at de ikke kunne vende hjem, men måtte flygte.

Da de kom her til, boede de i over et år på et værelse på 18 m<sup>2</sup> i et hus sammen med mange andre. Hun og hendes mand har bevaret livsmodet og handlekraften. Selvom jeg kan fornemme hendes længsel og savn, har hun og hendes mand arbejdet intenst på at få stabilitet i deres liv og for deres børn. De har også formået at bevare deres kærlighed til hinanden.

Jeg har desværre mødt mange par, hvor deres forhold er blevet dårligt, og hvor de har glemt kærligheden. Især hvis manden er flygtet i forvejen, og de har været adskilt meget længe. Når de bliver familiesammenført efter flere år, eller hvis flugten har været med meget voldsomme oplevelser, kan de ikke genkende hinanden eller sig selv længere pga. de omvæltende begivenheder, de har oplevet. De opdager, at de har forandret sig, når de skal til at begynde forfra med at etablere sig. De få kvadratmeter, de har at leve på, til de får en permanent bolig, og det at dele køkken og bad med mange andre, er også en udfordring. Det er svært at få et privatliv og tid alene med hinanden. Oveni stilles der krav til dem fra omgivelserne og samfundet. De når ikke at rydde flugten af sig efter de voldsomme begivenheder, før der er pres fra alle sider til at indrette sig og lade sig integrere. Det giver kærligheden trange kår. Nogle splittes, og andre bliver stærkere knyttet til hinanden.

Hvis parforholdet ikke fungerer, vil det præge hele familielivet, og børnene vil også være påvirket af det. I de tilfælde synes jeg, at jeg har en særlig forpligtelse til at hjælpe dem, og jeg bruger gerne meget tid på at tale med dem om, hvordan de kan hjælpe og støtte hinanden. Jeg bruger mange teknikker fra parterapi, når jeg forsøger at hjælpe. Mit privilegium er, at jeg har deres fortrolighed og respekt og kan tale om følelser og om drømme og skuffelser på en nærværende og afslappet måde. I samtalen forsøger jeg at lede deres tanker ind på, hvad de har sammen, og væk fra det, de har mistet. Der er meget identitetsdannelse i den proces, og med

### ”SAGEN ER UNDER BEHANDLING”

Så du udsendelsen ”Mon de kommer om natten?” i TV2 den 25. januar i år? Desværre er denne families skæbne og vilkår ikke sjælden. Det kan være tungt, når man står med et menneske, som trygler om at få hjælp til at ringe om sin sag i Udlændingestyrelsen, for derefter at skulle give den samme meddelelse igen og igen: ”Sagen er under behandling”. Der er mange, som måske nok selv kunne ringe, men det er meget angstprovokerende for dem at gøre det, fordi afgørelsen for mange er et spørgsmål om liv eller død.

En af dem, som fik hjælp til at ringe til Udlændingestyrelsen, er en ung kvinde, som er så berørt af sin situation, at hun ikke selv kan. For hende er det et spørgsmål om liv eller død. Familien har levet her i landet i 15 år. De boede 10 år på forskellige asylcentre på Sjælland og i Jylland. De levede i daglig uvished på et lille værelse. Far, mor, hendes storebror og hende selv. Hendes forældre var meget traumatiserede, og hun selv blev det efter de mange år i asylcentre.

På et asylcenter lever man meget tæt, og børn ser og hører mange ting, som de ikke har godt af. At opleve sine forældres afmagt er en stor trussel for et barns udvikling og trivsel.

Der er stor forskel på asylcentre og på, hvilke beslutninger politikerne har truffet igennem årene. På nogle af de asylcentre, de boede på, var det ikke tilladt at gå i skole, men for hende var skolen hendes frirum. Det var der, hun hentede lærdom og håb for fremtiden og fik sit eneste fællesskab. På et tidspunkt, hvor hun ikke måtte gå i skole, gav hun op. Efter lang tid med angstanfald, som der ikke blev gjort noget ved, slugte hun en masse piller. Efter hendes selvmordsforsøg fik familien humanitært ophold. Nu bliver hun behandlet med medicin, men vågner hver nat med mareridt. Når det er ekstra slemt med selvmordstanker, ordineres flere piller. Hun har modtaget psykiatrisk behandling i flere år. Hendes drøm er at blive rask og at få en uddannelse.

Familien må stadig søge om forlængelse af opholdet, men efter halvandet år har de stadig ikke fået svar. Sendes de hjem, vil de sandsynligvis miste livet. Hun er ikke længere i stand til at gå i skole – hendes liv er igen på *standby*. Nogle gange kan hun ikke stå på benene pga. det pres, hun oplever. Hun har mange gange fortalt mig, at hun oplever sit liv og sin ungdom som spildt. Hun har stadig håb, men om natten bliver det overskygget af mareridt. Altid de samme, som handler om blod og massakre, svigt, trusler og død. Krigsoplevelserne fra hun var lille er ikke bearbejdet i takt med hendes udvikling til voksen. De mærkes og opleves stadig med en lille piges følelser og sanser, og hun er ikke længere helt sikker på om det, hun husker, var sådan.

Min opgave var at støtte hende til at bevare sit livsmod. Det er en stor opgave at hjælpe et andet menneske, hvis lyst til at leve har været slut, og som skal leve videre med de samme vilkår. Jeg brugte metoder og teknikker fra min faglige bagage. Bl.a. brugte jeg visualisering og sansoplevelser. Vi visualiserede gode og smukke indtryk fra små og store oplevelser eller fra noget, hun havde set. Hun skulle samle på dem, som var de perler til en mindehalskæde. Vi lavede drømmerejser, og jeg indtalte en meditation, som hun kunne lytte til. I sit unge liv bar hun på mange katastrofefølelser, og vi arbejdede med, at hun kom til at mærke varme og glædelige følelser som en modvægt.

Vilkåret er stadig, at hun og hendes familie måske bliver sendt hjem. Det kan gøre mig utroligt frustreret, at man holder mennesker som hende og hendes familie hen som fugle i bur og med en uvis fremtid.

et narrativt perspektiv forsøger jeg at hjælpe dem med at acceptere sig selv og hinandens forandringer.

De fleste vil gerne hjælpes, og jeg kan mærke, at jeg gør en forskel. Det giver mig stor motivation i mit arbejde, at jeg kan trække på min viden og erfaring om kriser i

parforhold. Nogle vil måske spørge mig, om det ikke er vanskeligt, når der er kulturelle forskelle, men jeg oplever det ikke som et problem. Der er typisk de samme problematikker i de parforhold som i mange danske parforhold. Samtalerne forløber som en gensidig dialog, hvor jeg anvender min faglighed.



Khaled Barakeh, Syrien/Tyskland. Fraserien *The Untitled Images*, fotoserie på fem billeder, 21 x 30 cm (2014). Privatsamling, Tyskland. The Chartwell Collection, New Zealand.

### BØRNENE BÆRER FREMTIDEN I SIG

Hvis børnene skal vokse op og blive til hele mennesker, er det vigtigt, at der gøres meget mere for dem. Forældrene er de nærmeste til at støtte og opdrage deres børn, men hvis de ikke er i stand til det, er det vigtigt at støtte forældrene. Mange børn af en traumatiseret mor eller far bliver sekundært traumatiserede. De mærker jo på forældrene, hvis de mister overblikket og grebet om livet.

I daginstitutionerne er pædagogerne ofte magtesløse og kan ikke rumme dem. De mangler ressourcer, og det går alt for langsomt med inklusionen. Der er institutioner, som har fundet ud af at skabe et godt pædagogisk miljø, men det er langt fra alle. Tid og ressourcer er en stor udfordring for mange kommuner. Børnene venter jo ikke, de bliver ældre. På dette område er jeg nok mest bekymret.

### SAT PÅ STANDBY

Det er for mig ulykkeligt og ufatteligt, at mennesker, som opholder sig her under vores beskyttelse, kan risikere at vente i mange år – nogle i 10 år – uden en afgørelse om deres ophold. Tænk, hvor mange ressourcer der er gået tabt ved at opbevare flygtningene passive på den måde. Desuden er det nedbrydende på den måde at være sat på standby i længere tid.

I forvejen har mange flygtninge mistet tilliden, troen og håbet på, at noget skal blive godt eller bare bedre. Mange gange har de også mistet overblikket over deres liv.

Når man mister troen på at være herre over eget liv og føler sig i andres vold, får det konsekvenser. Det kan bl.a. resultere i psykosomatiske sygdomme. Mange har diffuse smerter, ondt i hovedet, nakke og skuldre.

Flygtninge med svære traumer må også kæmpe med koncentrationsbesvær, hukommelsesbesvær, depression, mareridt og selvmordstanker. Nogle er udadreagerende og aggressive, og andre reagerer med at være passive og handlingslammede.

Det gavner ingen og gør kun ondt værre at lade flygtningene være uafklarede i årevis. For nogle kan det føles som at sidde på dødsgangen og ikke vide, hvornår man bliver hentet.

### FAMILIEKONSULENT OG MOTIVATIONSAGENT

De fleste flygtninge har mistet alt materielt, men værst er det at miste følelsen af at have en betydning eller værdi. Det er meget forskelligt, hvordan den enkelte påvirkes, men for mange fører den store omstillingsproces til en identitetskrise. Samtidig med, at de har mistet alt, både indeni og alt det de kendte og havde opbygget, skal de begynde helt forfra med at opbygge en base – et nyt hjem.

Har man mistet alt, kan motivationen til at stå op om morgenen, til lære et nyt sprog og en ny kultur at kende, være meget svær at finde frem. Mange flygtninge har traumer i større eller mindre grad. Flygtninge med diagnosen PTSD får tilbudt et behandlingsforløb, fx i DIGNITY, Oasis eller i Klinik for Traumatiserede Flygtninge, som alle har specialiserede sig i flygtninge.

Det, som motiverer mig i mit arbejde, er at medvirke til at give livsgnisten tilbage. Være med til at indgive troen på, at det ikke er meningsløst at stå op om morgenen. Til at se formålet med at lære et nyt sprog og en ny kultur at kende. Det handler om at sætte sig ind i de alment menneskelige behov og følelser, og så kræver det overskud, empati, psykologi og pædagogik.

Det er vigtigt for mig at opbygge en tryghed og tillid til mig. Jeg når ikke langt uden. Det, at jeg kommer i hjemmet, gør ofte mødet mere uformelt. Igennem mit arbejde kommer jeg i tæt kontakt med dem, jeg arbejder med, og jeg bliver selvfølgelig påvirket af det, jeg hører og ser. Det er jo mennesker, som har gennemlevet stor lidelse og haft forfærdelige oplevelser. Jeg tror, at det er let at blive lidt af en ildsjæl i det her arbejde. Mit arbejde med flygtninge har forandret mig. Det har ændret min måde, at se verden på.

Skal man holde i denne branche, er det nødvendigt, at man er fagligt klædt på til det. Supervision er vigtig, da arbejdet er så intenst, og der er en stor risiko for udbrændthed. Mange familiekonsulenter har en efteruddannelse som familieterapeut, men det handler også om menneskesyn, empati og viden om flygtninge.

### FRA OFFER TIL OVERLEVER

Mit arbejde er som udgangspunkt af vejledende og rådgivende karakter. Behovet for at føle sig mødt, hørt og taget alvorligt mærker jeg tydeligt. Jeg lytter og trøster, når alt ser sort ud, og fremhæver det, som lykkes. Jeg bliver faktisk begejstret på deres vegne. Samtalerne er narrative og holder fokus på de små og store sejre i hverdagen. Sammen finder vi en anden historie om det, som var, og flytter perspektivet fra offer og magtesløs til overlever.

Jeg bruger meget mig selv i hver enkelt opgave og gør mig umage med at være autentisk og nærværende. Det at møde mennesker med nærvær, er vigtigt. Min opgave er vellykket, når jeg kan hjælpe med at få håb og tro på, at det er muligt at få et bedre liv. Lige der begynder motivationen til, at de kan komme videre med livet.

Min baggrund som psykoterapeut er en kæmpe fordel i arbejdet. Jeg trækker på min viden og erfaring om mennesker i krise og fra mit arbejde som familieterapeut. Da mange har traumer, kræves en faglig viden om, hvordan man hjælper disse mennesker. De fleste har oplevelser med sig, som de aldrig kan komme sig helt over, men må lære at leve med. Alle har de mistet alt, og mange har også mistet sig selv. Når det kommer til stykket, er det mennesker som dig og mig, med drømme, følelser og behov, men med vilkår som har været ekstreme, og som har tvunget dem på flugt.

Nogle flygtningefamilier har flere problemer at slås med end andre. Desuden er der det samfundsmæssige dilemma om, hvor mange flygtninge vi kan rumme, og der er mange andre dilemmaer at tage fat på, men det må andre gøre. I denne artikel har jeg taget udgangspunkt i min tillid til, at det danske samfund er bedst tjent med at have samfundsborgere med motivation og livslyst, uanset hvor længe de er her i landet, og hvor de kommer fra. Efter min mening vil det bedste for samfundet være, at vi har mennesker, som føler sig nyttige og værdsatte. Hvis mennesker bliver passive og låst i offerrollen, vil det præge vores samfund i negativ retning.



Linda Hagen har i over fem år arbejdet som familiekonsulent bl.a. i Dansk Flygtningehjælp. Hun er uddannet pædagog, psykoterapeut, familierådgiver og mindfulness og yogainstruktør. Har egen praksis og er medlem af Dansk Psykoterapeutforening. Hun afholder kurser og oplæg om flygtninge.

## flygtningenes sang

flygtningenes sang  
er føddernes stampen  
og solen mellem glemte bjerge  
hjerterets slag mod havet  
og blod størknet under negle

derfor går de  
derfor flygter de  
derfor kysser de jorden

lad os rejse os, æsler  
og vise hinanden:  
jorden kan ikke rumme  
deres skrig

# AT ARBEJDE MED MENNESKER DER HAR VÆRET UDSAT FOR ONDSKAB

---

Tekst: Pia Rubærno Fjelksted og Kathrine Telcs  
Illustration: Khaled Barakeh

---

Når flygtninge kommer til Danmark fra krigsramte lande, kommer flere af dem med mere end de krigsrelaterede traumatiske oplevelser. De har ikke kun PTSD-symptomer på grund af deres krigs- og voldstraumer. De lider også af depression, høj angst, fysiske smerter, lavt funktionsniveau og dårlig livskvalitet på grund af traumer erhvervet i barndommen eller i andre sammenhænge.

Størstedelen af de traumatiserede flygtninge, vi har mødt, kommer fra kulturer, hvor der ikke er fokus på vigtigheden af barnets tidlige tilknytning, og bl.a. derfor har de – udover de krigsrelaterede traumer som forfølgelse, fængslinger, tortur, bombninger og andre traumatiske oplevelser – tillige ofte familiemæssige traumer, såsom en utryk tilknytning, misbrug, vold m.m.

Desuden har nogle flygtninge manglende evne til at reflektere, og det er vigtigt at vide, når man arbejder med flygtninge. Det hænger bl.a. sammen med de forskelle, der er i undervisningsmetoder og -mål mellem de vestlige lande og tredjeverdenslande. I tredjeverdenslande er undervisningen hovedsageligt præget af udenadslære, og det færdige produkt tæller mere end processen. Det kan betyde, at mange af de mennesker, vi møder,

kommer fra kulturer, hvor udenadslære og det at være medlem af en familie er vigtigere end noget andet. Opdragelse finder sted fra alle voksne i familien og fra voksne i det offentlige rum – det er de adfærdsmønstre, de har lært, og dem, de følger.

Når man behandler traumatiserede eller kriseramte mennesker, forsøger man typisk at vurdere deres udgangspunkt: hvordan var de før deres traumetilstand. Men for en del flygtninge fra bl.a. Mellemøsten er der ikke noget før.

De fleste har fra begyndelsen af deres liv været i traumatiske begivenheder og med traumatiserede familiemedlemmer omkring sig. De har været utrygge hele deres liv og har lidt mange store tab, så de har et meget skrøbeligt og sårbart fundament. Det betyder, at vi skal starte et andet sted i behandlingen. Der er noget, der skal bygges op, som ikke har været der fra begyndelsen.

Vi skal ikke fortolke flygtninge, immigranter m.v. ud fra vores vestlige personlige og kulturelle normer. Det vil ofte medføre risiko for fejlvurderinger og misforståelser.



”Vi skal ikke fortolke flygtninge, immigranter m.v. ud fra vores vestlige personlige og kulturelle normer. Det vil ofte medføre risiko for fejlvurderinger og misforståelser.

#### KONSTANT UVISHED

Der har tidligere været en væsentlig forskel på at arbejde med asylansøgere og at arbejde med flygtninge. At opnå opholdstilladelse skabte basis for en vis sikkerhed. Den sikkerhed er med de stramninger, der er sket inden for de sidste år, næsten ikke-eksisterende, idet ventetiden på at få svar på enten opholdstilladelse eller afslag på samme er meget lang. Desuden kan der gives afslag til personer, det ikke er muligt at sende tilbage, og disse personer skal så opholde sig i fængselslignende asylcentre i op til flere år.

Dette skaber en konstant uvished, der betyder, at den sikkerhedszone, en opholdstilladelse førhen kunne give flygtningen, nu er ophævet. Arbejdet med flygtninge her i Danmark kan derfor nu minde om det arbejde, vi har oplevet, når vi har arbejdet med traumer i felten i for eksempel Mellemøsten og i Sri Lanka efter tsunamien. Selv om det ikke er så massivt som i krigszoner eller ved naturkatastrofer, er effekten den samme: nervesystemet forbliver i alarmberedskab. Derfor må man her og nu i terapirummet/sessionen operere med begrebet relativ sikkerhed, fordi der udenfor kunne komme endnu en bombe, endnu en tsunami. Det er svært at få en varig heling, når truslen ikke er ophørt.

Her i landet består usikkerheden i en ny indkaldelse til offentlige myndigheder og en urimelig lang behandlingstid for asylsøgere. Angsten for at blive sendt tilbage til områder, hvor de ikke er i sikkerhed, selvom man fra de danske myndigheders side antager, at der er sikkert, er nu blevet et vilkår i arbejdet med flygtninge. Den lange ventetid for sagsbehandling nedbryder ofte den sidste rest af identitet og værdighed. Vi oplever ofte, at vi bruger forholdsvis mere tid på at bearbejde følgerne af opholdet her end det, som var årsagen til, at de flygtede – det er beskæmmende.

Vi oplever, at det, der virkelig slider på behandleren i arbejdet med flygtninge, nu i højere grad er de ydre skærpede vilkår herhjemme. At det danske menneskesyn hos politikerne og i lovgivningen efterhånden er forsvundet, kan være svært at håndtere, fordi det indskrænker de objektive muligheder, og det påvirker arbejdet i terapirummet. Arbejdet med flygtninge foregår i offentligt regi eller i organisationer, som er underlagt offentlige regler og lovgivning besluttet af mennesker, der ikke nødvendigvis har viden om eller vilje til at se på flygtninge som mennesker med ressourcer, der kan være til gavn for samfundet, hvis vi investerer i behandling til dem fra begyndelsen af deres ophold her. (Se case 1 på næste side).

## CASE 1

**KVINDE FRA BOSNIEN**

En kvinde fra Bosnien bliver af egen læge henvist til Klinik for Traumatiserede Flygtninge på grund af klager over søvnløshed og angst. Patienten har været 30 år i Danmark. Hun er gift med en landsmand og har to børn. Siden hun kom hertil for 30 år siden, har hun haft arbejde, men på grund af nedskæringer bliver hun fyret. Hun har i 30 år fortrængt flugt, massevoldtægt, tab mv., hemmeligheder hun har båret på. Hun har aldrig fortalt om rædslerne til nogen, end ikke til sin mand, som hun var adskilt fra under krigen.

Tabet af den sidste rest af hendes identitet sker ved fyringen, idet hun ved at arbejde har prøvet at kontrollere det følelsesmæssigt ukontrollerbare kaos, hun har inden i sig.

Hun bliver tilbudt psykomotorisk terapi, akupunktur, psykoterapeutiske samtaler, psykofarmaka mv., men efter en behandling af længerevarende karakter vurderes det af det tværfaglige team, at hun lider af kronisk PTSD, kompliceret med co-morbiditet i form af generaliseret angst og depression, samt at hendes tilstand er stationær og behandlingsmulighederne udtømte. Dette var angiveligt ikke sket, hvis hun var blevet tilbudt behandling sideløbende med sit arbejdsliv.

Da jobcentret desværre ikke vil acceptere de lægelige udtalelser, oplever kvinden en tvivl omkring sin tilstand, hvilket medvirker til at forværre hendes symptomer, som viser sig ved, at hun nu er konstant i høj arousal-tilstand med invaderende minder og flashbacks.

Det eneste tidspunkt, hvor hun kan mærke en følelse af ro, er, når hun beder.

**TRAUME, TERAPI OG TRO**

For at forstå hvilke problemer, der kan opstå i mødet med den muslimske klient, er det vigtigt i nogle tilfælde at kunne kombinere traume, terapi og tro. Tro og behandling kan være to vigtige faktorer, der er afhængige af hinanden. Vi ved, at der i psykolog- og psykoterapeutkredse er uenighed om dette, men en af denne artikels forfattere, Kathrine Telcs, er bl.a. uddannet som psykoterapeut i Cairo og har her lært at bruge Koranen som værktøj i behandlingen, fordi religiøsiteten er en vigtig del af klienternes liv og identitet. Islam er en religion, der bl.a. har regler for, hvordan man bør leve, betale skat, opdrage sine børn, og påvirker som alle andre religioner kønnes roller, skyld og skam. Islam er også en religion, der bliver fortolket og misfortolket, og da den er så stor en del af mange muslimske flygtninges identitet, er det vigtigt at have viden

om indholdet for at kunne få indsigt i og forståelse for deres problemer.

Uanset hvilken trosretning, der er tale om, så er troen en del af de fleste flygtninges identitet og ofte en integreret ressource. En forestilling, det kan være svært at forholde sig til for danske terapeuter, da de flestes tilgang til religion hviler på et andet fundament.

Flygtninge er præget af mistillid og angst, som kan gøre det vanskeligt at opbygge tillid. Dertil kommer religionen og faktorer som menneskelige overgreb af forskellig karakter – problemstillinger, som de i den kultur, de kommer fra, skammer sig over og bevarer som skamfulde hemmeligheder.

At skabe tryghed i relationen kræver, at terapeuten nærmer sig patienten ud fra nysgerrighed og opmærk-

somhed, idet hun ved, at hendes egne forudfattede meninger og kultur måske ikke er brugbare. Opbygningen af relationen kan være svær at forholde sig til for både klient og behandler, idet mange klienter fra bl.a. Mellemøsten forventer, at vi som behandlere – de tror ofte, at vi er læger – har en autoritet og viden, der kan 'helbrede' dem. Og behandlerne bliver overvældede af den virkelighed, flygtningen fortæller om.

Det helt afgørende er, at vi som behandlere formår at lytte fordomsfrit, nysgerrigt og engageret, og at vi kan udholde de forfærdelige fortællinger, der måtte komme. Alle emner, som dukker op, må tages alvorligt, fordi

intet for den traumatiserede flygtning, er betydningsløst eller ligegyldigt.

Behandlerens ambitioner om, hvad der måtte være vigtigt for patienten at tale om, viger for respekten og lydhørheden over for det, patienten måtte have på hjerte. Samtalen skal tage udgangspunkt i klientens egen identitetsopfattelse (tab af identitet), klientens egen vurdering af sin sygdom/symptomer, betydningen af dette i klientens liv, sociale og økonomiske forhold og klientens livserfaringer. Vi skal acceptere, at de ikke er flygtet fra deres baggrund, tro og værdier.

## CASE 2

### KVINDE FRA IRAN

Irakisk kvinde, uddannet ingeniør, med et handicappet barn. Moderen har været fængslet i Irak med et spædbarn og udsat for at se fangevogtere smide med barnet. Derudover udsat for seksuelle overgreb.

Kvinden får asyl i Danmark og må gennem fem år kæmpe sig igennem systemet, dels for at få hjælp til det handicappede barn, som har en sjælden lidelse, og dels for selv at få en uddannelse som pædagog, da man i Danmark ikke accepterer hendes ingeniøruddannelse.

Kvinden bliver henvist til behandling hos Human Recovery, idet man i kommunen mener, at moderen skal have hjælp til at være mindre styrende over for barnet, som i mellemtiden er blevet 10 år og er afhængig af kørestol og andre hjælpemidler.

Vi har arbejdet psykoterapeutisk med mor/barn relationen, og igennem opbygningen af relationen til de to fremkom de traumatiserende oplevelser, som ingen i det danske system havde tænkt over kunne være medårsagen til, at de opfattede den lille familie som dysfunktionel.

Mor og barn er meget troende, så det var vigtigt at inddrage religionen i det terapeutiske arbejde, bl.a. i forbindelse med arbejdet med skyldfølelsen over for barnet og vreden over for de forældre, som havde giftet moderen væk til en voldelig mand – hvor vi i processen har reflekteret og fået vendt troen fra, at det er Guds straf, til at Gud har givet dem mulighed for at få et udviklende liv her i Danmark. Vi har endvidere inddraget heste til at assistere i behandlingen, hvilket betød, at moderen var i stand til at få bedre balance mellem tanker, følelser og mulighed for at mærke det, som hun fortrængte.

Det betyder, at moderen efter to års behandling tager en overbygning på sin pædagoguddannelse, og at datteren klarer sig fagligt og socialt med topkarakterer.

Efter de forskellige stramninger i det offentlige regi er to års behandling er ikke mere mulig. Nu skal en behandling klares på maksimalt 3-6 måneder.



Khaled Barakeh, Syrien/Tyskland. *The Untitled Images*, fotoserie på fem billeder, 21 x 30 cm (2014). Privatsamling, Tyskland. The Chartwell Collection, New Zealand.

Der er også et sundhedsfremmende formål med samtalerne, og der lægges planer for behandling og andre tiltag i samarbejde med patienten. At få livshistorien handler om tidligere oplevelser som traumer, tab af familiemedlemmer, flugt, fængsling, tortur og angst, men også om økonomi, medicin, børns trivsel, børns sundhedstilstand og gamle forældres trivsel. Det handler om sygdomsforståelse/adfærd, og det handler om at blive hørt og forstået. En barriere for mestring af sygdommen/symptomerne er bl.a. manglende viden om psykiske reaktioner på det, de har været udsat for – nogle kommer fra kulturer, hvor psykisk sygdom er tabu og/eller ikke forstås på samme måde som her. Derfor søger de meget sent lægehjælp.

Ved at lytte interesseret, empatisk og anerkendende til klientens fortælling og livshistorie bliver det muligt at afdække de forskellige og ofte mangeartede problemstillinger og herefter få sat de nødvendige handlinger og foranstaltninger i gang. En del af opbygningen til en god relation er at vejlede den traumeramte flygtning i, hvordan eller hvor han/hun skal henvende sig for at få løst fx problemer med økonomi, børn m.v., idet det, så længe problemer af den karakter ikke er løst, kan være svært at komme i gang med den psykoterapeutiske proces. Sproget og sociale forhold er således med til at forstyrre behandlingseffekten hos mange af de mest traumatiserede klienter. I takt med ventetid og en kultur, de ikke forstår, bliver de mere syge og mister deres

evt. opnåede danske sprogfærdigheder. Mange klienter oplever således et behov for tolkebistand i forbindelse med kontakt til sygehus og den kommunale sektor, da det kan være svært at udtrykke følelser på et andet sprog end sit modersmål. For at skabe en god relation, tillid og kontakt er det afgørende, at der anvendes professionelle tolke, ikke familiemedlemmer og børn.

### TID, RESPEKT OG ACCEPT

Tiden er en afgørende faktor, tiden til hver enkelt klient skal prioriteres meget højt, en konsultation har en varighed på omkring en time. God tid og rolige fysiske rammer kan være en afgørende faktor for, at man som behandler kan nå ind til klienten. Men mange traumatiserede kan ikke sidde længe i et lille lokale, derfor kan det ofte være mere hensigtsmæssigt med et hjemmebesøg, hvor de føler sig mere trygge, eller en tur ud i naturen. Som behandlere skal vi huske, at flygtningen ofte, selvom vi har forklaret, hvad behandlingen går ud på, ikke forstår, hvad der sker, så der skabes en uvished, hvor det er vigtigt igen og igen at forsikre om, at i det terapeutiske rum er man fredet. Det er svært at skabe tillid, hvor ingen kan vide sig sikker.

Gensidig respekt er en forudsætning for, at klienten kan opleve relationen til behandleren som meningsfuld. Oplevelsen af respekt er i særlig grad en bekræftelse, når emnet for samtalen er den subjektive lidelse, fordi mange patienter kommer fra en kultur, hvor psykiske problemer er tabu.

Det afgørende bliver således, at behandleren ved at anerkende patientens følelser og oplevelser indirekte stimulerer håbet for tillid og kontakt, men også håbet om en lidt mere tålelig fremtid.

### LITTERATUR

Andersen, I: *Cognitive-behavioral therapy with Muslim Refugees: Interactions between Islamic and therapeutic reasoning*. Specialestudie, Københavns Universitet 2009.

Berliner, P et al: *Torture and Organized violence: Contributions to a professional human rights response*. Dansk Psykologisk Forlag 2005.

Telcs, K: *Honning der flyder. En analyse af sygdoms- og sundhedsadfærd hos tyrkiske og marokkanske familier med diabetesbørn*. Masterafhandling, Københavns Universitet 2000, udgivelse nr.39.



Pia Rubærno Fjelksted, MPF, Bodydynamic Analytiker, SE Practioner fra Israel/Palæstina, 28 års erfaring som selvstændig terapeut, underviser, supervisor, konsulent i DK/Europa/Mellemøsten, ni år bl.a. med dyreassisteret terapi og Sri Lanka efter tsunamien. Projekter: incestramte, voksne prænatale, flygtninge, stresshåndtering. P.t. opgaver for Kalundborg Kommune og DRK.



Kathrine Telcs: Master of Public Health, traumeterapeut, selvstændig psykoterapeut MPF, coach, socionom, trænet i mentalisering og hesteassisteret terapi. 20 års erfaring fra psykiatrien med behandling af PTSD, recovery og relationsarbejde. Bl.a. uddannet som psykoterapeut i Cairo og 12 års erfaring fra Mellemøsten.

---

# DIALOGISK INTERVENTION I TERAPEUTISK ARBEJDE MED UDSATTE FAMILIER

Tekst: **Ahmet Demir**  
og **Hans Elbeshausen**  
Foto: **Gohar Dashti**

**Dette bidrag handler om den dialogiske intervention som terapeutisk metode og som kommunikativ ramme. På basis af en analyse af adskillige cases fra tidligere interventioner præsenteres en praktisk model, hvor det terapeutiske syn på intervenserende praksisser bliver udvidet med sociologiske og kommunikative elementer. Modellens forskellige dele har det tilfælles, at de er forankret i fænomenologien.**

Artiklen er kommet i stand som en samtale mellem forfatterne. Ahmet Demir er familierapeut, og Hans Elbeshausen beskæftiger sig med målgrupperelateret kulturarbejde i forhold til etniske minoriteter. Udgangspunktet for samtalen har været familierapeutens store erfaring med udsatte familier. Samtalens indhold kredsedede specifikt om emner, som

- hvordan griber terapeuten som udefrakommende fagperson på en god måde ind i familiens til tider ret lukkede univers,
- hvordan skaber terapeuten den bedste forståelse for nødvendigheden af de intervenserende handlinger,
- hvordan genoprettes meningen med familien som støttende enhed, når enten den eller enkelte af dens medlemmer har været udsat for episoder, der opleves som meningsnedbrydende, og som provokerer skam,
- hvordan tilegner terapeuten sig et dyberegående kendskab til familiens livsverden.

Den intervenserende praksis har især været anvendt i forbindelse med udsatte familier, der har anden etnisk baggrund end dansk. Ved intervention forstås en terapeutisk og kommunikativ proces, der har til hensigt både at genoprette det indre samspil i familien og ændre familiens ydre kulturelle grænsedragninger. Vi taler om en åben, men spændingsfyldt proces. Familier vil uanset etnisk baggrund altid forsvare deres autonomi og deres forståelseshorisont mod udefrakommende forstyrrelser eller indgreb. At al intervention er eller burde tilrettelægges som dialogisk proces, ligger i terapiens natur. Men dialogprincippet gælder især, når vi har med interventioner at gøre, der udspiller sig i et interkulturelt spændingsfelt.

Familierapeutens intervention var i mange tilfælde foranlediget af de sociale myndigheder med henvisning til *Lov om social service* og især til de paragraffer, der omhandler børn og unges behov for støtte og støtte til forældremyndigheden. Når familien ikke længere fungerer efter hensigten, drejer det sig mest om svigtende omsorg, tung social kontrol eller æresrelaterede konflikter mellem forældre og børn. Familierapeuten er ofte blevet inddraget ret sent i allerede igangværende forløb – mestendels fordi konflikten viste sig at være kompleks, eller processen var gået i hårdknude. Med andre ord: vores redegørelse for den dialogiske intervention bygger på tilspidsede episoder.

Særlige etiske regler gør sig gældende i forbindelse med den dialogiske intervention. Disse regler kan sam-

” ... familiers udsathed (viser) sig for det meste ved, at al meningsskabende kommunikation er holdt op med at fungere efter hensigten eller er fuldstændigt brudt sammen. Den dialogiske intervention er tænkt som en terapeutisk proces, der har til formål at genetablere rammen for en transparent kommunikations- og rollestruktur. Målet er, at familien og de enkelte medlemmer igen får en normal, overskuelig og mindre stressramt tilværelse.

les under overskriften 'anerkendelse og respekt'. Anerkendelsen vil sige at acceptere hinandens kulturbetingede syn på, hvad der forstås ved det gode liv; gensidig respekt kommer til udtryk i at være lydhøre over for hinandens ord, holdninger og værdier.

### UDSATHED ELLER TRAUMA

De, der frivilligt har forladt deres hjemland, skal mestre stress på grund af grundlæggende kulturelle forandringer og behovet for at tilpasse sig de nye omgivelser. Men de, der på grund af borgerkrig, naturkatastrofer eller politiske omvæltninger har været tvunget til at flygte fra hus og hjemland, er udsat for endnu flere alvorlige trusler mod sundheden. Mange beretter om at have mistet deres familiemedlemmer og oplever nu et alvorligt posttraumatisk stresssyndrom. Flygtninge lider som følge af politisk forfølgelse, krig og internering ofte under flere former for traumer. Deres ønske om tillid og sikkerhed er ofte blevet undermineret gennem bevæbnede overgreb på flygtningelejre, tvungen rekruttering af familiemedlemmer til militærtjeneste og seksuel vold. Under disse omstændigheder er familier ofte blevet adskilt, og familiens støttende funktion er alvorligt svækket (Angel & Angel 2008).

Ovennævnte beretning findes i en familiesociologisk grundbog fra 2008; og alt det, der berettes om, kan familierapeuten genkende i det daglige arbejde med udsatte familier i Danmark. Det der imidlertid fanger

vores opmærksomhed er, at de mange lidelser, deres specifikke fremtrædelsesformer og familiens funktionstab samles under betegnelsen posttraumatisk stresssyndrom (PTSD). Der findes efterhånden en ret omfattende litteratur, der både beskriver menneskers grufulde oplevelser under flugt og mulige kognitive, psykiske og kropslige følger samt anvendte behandlingsmetoder ved PTSD. Der findes ligeledes kritiske anmærkninger, der bl.a. går på, at begrebet og diagnosen er etnocentrisk og dermed fører til interventioner, der ikke er kultursensitive. En ret omfattende oversigt over relevant litteratur findes i en forskningsregistrant, som er udgivet af Dansk Flygtningehjælp (2011).

Selvom PTSD er en kompleks diagnose, der dækker over mange forskellige erfaringer med eksistentiel afmagt, er familierapeutens erfaringer med og kritik af PTSD-perspektivet dog af en anden art. Det ensidige fokus på PTSD og andre traumer medfører, at familien som primær social enhed skubbes lidt til side i den terapeutiske proces. Sagt på en anden måde: familiens udsathed bliver for det meste synlig gennem de traumatiserende erfaringer og posttraumatiske lidelser. Dette gælder uanset, om vi har med primære eller sekundære traumatiseringer at gøre. Vores cases omfatter begge typer af traumatiserende episoder.

Det blev tydeligt i vores samtaler, at traumatiseringer ikke (kun) viser sig i familiens livsverden som manglende psykisk robusthed eller som dysfunktionel proces. Det der trænger sig mest på er, at al meningska-

bende kommunikation er gået i stå. Det betyder blandt andet, at rollefordelingen i familien er sat ud af kraft, at graden af fremmedstyring vokser, at isolationen tiltager, og at voldsomme affektive impulser bliver fremherskende i al intern kommunikation. At kommunikation ikke længere skaber mening kan til en vis grad forklares ved hjælp af traumbegrebet. At familien ikke råder over kulturelle ressourcer, social kapital og symbolske værktøjer er, ifølge vores antagelse, en kombination af traumatiserende episoder og det faktum, at den befinder sig i fremmede kulturelle omgivelser. Den er ikke fortrolig med de gældende interpersonelle rutiner, de sociale institutioners habitus eller systemernes logik, fordi disse hovedsageligt understøtter den enkeltes individualitet og ikke grupperes socio-centrerede værdier (Markus & Kitayama 2010). Familiens udsathed omfatter således traumatiserende episoder og en grundlæggende kulturel fremmedhed – og i begge tilfælde opleves stress, afmagt og skam.

### DEN DIALOGISKE INTERVENTION

Som sagt viser familiers udsathed sig for det meste ved, at al meningskabende kommunikation er holdt op med at fungere efter hensigten eller er fuldstændig brudt sammen. Den dialogiske intervention er tænkt som en terapeutisk proces, der har til formål at genetablere rammen for en transparent kommunikations- og rollestruktur. Målet er, at familien og de enkelte medlemmer igen får en normal, overskuelig og mindre stressramt tilværelse.

I familierapeutisk sammenhæng udspiller den dialogiske intervention sig på tre analytiske niveauer. For at kunne intervenere i familiens kommunikation med omverdenen skal terapeuten have godt kendskab til dens forståelseshorizont. Dette sker gennem en livsverdensanalyse. Den eksistentielle terapi bruges her med henblik på at befri den enkeltes psyke fra ubeviste og ukontrollerede impulser. Endelig bunder familiernes udsathed i, at store dele af kommunikatio-

nen foregår i en fremmedkulturel kontekst. At skabe større fortrolighed med den kommunikative praksis i ukendte institutionelle omgivelser sker ved hjælp af en kommunikationsanalyse med fokus på 'sense-making' i forhold til familiens indre og ydre kommunikation.

### DIALOGISK INTERVENTION MELLEM ANDERLEDESHED OG FREMMEDHED

Den intervenerende proces udløses ikke ved episoder, situationer eller tilstande, der opleves som anderledes. Fremherskende er derimod erfaringen af irritation og fremmedhed. Anderledeshed er lig med den differens, der frem for alt muliggør, at situationer eller personer opleves og anerkendes som forskellige. At familier med migrationsbaggrund er forskellige fra etnisk danske familier betyder ikke andet end, at de respektive familietyper adskiller sig fra hinanden, hvad angår social struktur, værdier og måden at kommunikere på. Men familiernes respektive anderledeshed er accepteret og respekteret.

Først når den meningskabende kommunikation ikke fungerer efter hensigten, udvikler sig episoder med fremmedhed. Den dialogiske interventions opgave er at føre oplevet fremmedhed tilbage til en tilstand af accepteret anderledeshed. Fremmedhed opstår, når det, der er anderledes, medfører forstyrrelse, irritation, afgrænsning og tab af vigtige sociale kompetencer. Når børn i udsatte familier fx døjer med indlæringsvanskeligheder eller udviser afvigende social adfærd, når forældre ikke magter at opdrage deres børn eller bruger lovstridige opdragelsesmetoder, kræver det, at de sociale myndigheder tager stilling og intervenserer. Fremmedhed kræver handling; det gør anderledeshed ikke.

I vores cases har vi for det meste at gøre med forskellige former for ikke-ankerkendende kommunikation i udsatte familier med migrationsbaggrund. I den intervenerende proces forefindes derfor en tydelig positionering og klar rollefordeling mellem terapeuten på





Gohar Dashti, Iran. *Today's Life and War* (2008). Serie på 10 fotos, 105 x 70 cm. Tilhører kunstneren.

den ene side og familierne på den anden. I forhold til det fremmedkulturelle oplever familien meningsløshed og usikkerhed, idet den ikke kender nok til dansk kultur; ofte kan den heller ikke forlige sig med de herskende værdier og normer. Også oprindelseslandets

kulturelle praksis har mistet sin betydning. I kulturel henseende er familiens position kendetegnet ved dobbelt isolation, socialt ved relationel tomhed og handlingsmæssig afmagt og videnskæstigt ved en tilstand af kognitiv dissonans.

Familieterapeutens rolle er defineret ved at være fortrolig med familiens kulturelle baggrund, at kende til dens specifikke historie og at repræsentere de sociale normer, der gælder i Danmark i forhold til interventionens genstand. Terapeuten er således positioneret i et grænseland mellem to kulturer. Opgaven består i at skabe åbninger til et for familien nyt kulturelt univers og i at sørge for, at nye værdier og normer integreres i den kendte forståelseshorisont. Om den intervenende proces lykkes er i høj grad afhængigt af, at der oprettes et dialogisk rum, hvor tidligere erfaringer reflekteres, ny viden tilegnes, og mulige handlinger drøftes og afprøves. Vigtige kvalifikationer for familieterapeutens vedkommende er empati, interkulturel viden, sociologisk fantasi og handlekraft.

De diskursetiske regler for den dialogiske intervention består i, at alle argumenter, holdninger og værdier anerkendes som ligeværdige, at det ikke på forhånd er givet, hvad der udgør det gode liv, og at dialogen tager højde for både den enkeltes autonomi og familiens ret til kulturel selvbestemmelse.

I den daglige praksis anvendes en model fra Kempler Institutet, der består af tre skridt: kontakt, kontrakt og arbejds punkt. Gennem god kontakt oprettes et robust samtalegrundlag; i kontrakten nedfældes gensidige forventninger til den fremtidige arbejdsproces. Ved arbejds punktet beskriver man målet med interventionen, og hvordan dette mål nås. Når man har med udsatte familier at gøre, og når en vigtig del af deres udsathed indbefatter PTSD, skal interventionen yde praktisk hjælp og tilføre familien energi i den daglige kamp for overlevelse. Hjælpen består i at deltage i lægebesøg, at motivere til skole-forældre-samtaler, at sørge for bedre livsvilkår i familien, at give råd og vejledning i forbindelse med opdragelse af børn og unge eller i at strukturere hverdagen.

## LIVSVERDENSANALYSE

Livsverden er ifølge sociologen Alfred Schütz den del af virkeligheden, som den vågne og normale voksne føler sig naturligt hjemme i. Livsverdenen opleves som uproblematisk, så længe hverdagens praktiske opgaver bliver løst. Den er transparent, så længe det lykkes at give ukendte erfaringer mening vha. kognitive skemaer og tidligere erfaringer, der har vist sig at være socialt robuste. Den er nærværende i det omfang, det er muligt sammen med andre at forme den sociale verden, man er fælles om. Med andre ord: livsverdenen er en vigtig ressource, så længe den opleves som uproblematisk, nærværende og transparent. Blicher man til gengæld konfronteret med episoder, der ligger uden for ens erfaringshorisont, vil ens livsverden i værste tilfælde krakelere fuldstændigt.

I den fænomenologiske sociologi er det systemet af relevant viden, der bliver afgørende for, om den enkelte formår at arbejde aktivt med oplevelser og hændelser, som er ukendte, eller hvis betydning er åben eller tvetydig. Lykkes det fortolkende arbejde, vokser den enkeltes vidensforråd. Når den pågældendes vidensforråd på den anden side ikke er anvendeligt i forhold til oplevelsens fremmedhed, ender det fortolkende arbejde med, at den meningskabende kommunikation stopper, eller at det fører til handlinger, der ikke er situationsadækvate eller ligefrem destruktive. Det er de tidligere erfaringer, der afgør, om noget påkalder sig opmærksomhed, bliver til et tema og en praktisk udfordring. Hensigter og planer, der rækker ud i fremtiden, muliggøres eller begrænses således af den kulturelle, sociale og individuelle viden, den enkelte formår at bringe i spil i en given situation.

Gülistan-casen illustrerer, hvordan et kulturelt betinget vidensforråd bliver til en barriere i den terapeutiske proces. Gülistan er en ung pige på 12 i en sammenbragt familie med irakisk baggrund. Hun er fra første ægteskab. Gülistan udviser selvskadende adfærd; derfor er hun og familien i et terapeutisk forløb. Fremskridt

i terapien blev afhængig af, at terapeuten undersøgte familiens syn på børn, på børns status i sammenbragte ægteskaber og opdragelsesmønstre i muslimske samfund. Endnu vigtigere var dog terapeutens opdagelse af, hvor lidt familien kendte til den måde, hvorpå danske myndigheder drager omsorg for udsatte familier. Ved at tage højde for den manglende viden om det familierapeutiske system lykkedes det for terapeuten at tilpasse interventionen til familiens videnskæssige forudsætninger.

I forhold til vores cases har vi med episoder at gøre, hvor den enkeltes vidensforråd er utilstrækkeligt i dobbelt henseende. Traumatiserende erfaringer har sat hverdagens normalitet ud af kraft; vedkommende holdes fast i en verden af vrangforestillinger og handlingslammelse. Dertil kommer, at familiens og den enkeltes kulturelle og sociale viden delvis har mistet sin betydning, fordi den befinder sig i en fremmedkulturel verden. Den organiserer ikke længere aktuelle erfaringer; den enkelte oplever en tilstand af eksistentiel fremmedhed. Det terapeutiske arbejde går derfor ud på at overkomme de begrænsende erfaringer og at reintegrere den fremmede sociale virkelighed i en livsverden, der spiller sammen med den sociale og kulturelle viden, der er relevant i en dansk kontekst.

## EKSISTENTIEL TERAPI

Også i eksistentiel terapi anvendes et livsverdenskoncept. Mens den fænomenologiske sociologi for det meste interesserer sig for livsverdenen som normaltilstand, er man i den eksistentielle terapi mere opmærksom på de paradokser og dilemmaer, der viser sig, når ens livsverden opleves som usammenhængende eller fremmed. Ifølge Emmy van Deurzen, filosof og psykolog, omfatter livsverdenen fysiske, sociale, private og idémæssige aspekter. Ved sammen med klienten at udforske konkrete oplevelser, der knytter sig til livsverdenens enkelte aspekter, tilvejebringes et kort, der både viser muligheder, bindinger og begrænsninger i

klientens tilværelse. Terapiens mål består i at mindske uhensigtsmæssige bindinger, at udvide mulighedsrummet og at motivere til en tilværelse med fokus på det gode liv.

Et fremherskende tema i vores cases har været familiens hhv. den enkeltes erfaringer fra en verden, som man har mistet følingen med – enten pga. traumatiserende episoder i hjemlandet og under flugt eller pga. mislykket inklusion i det danske samfund. Overbevisninger og kulturelle værdier, som i sin tid tjente klienten som et godt socialt og følelsesmæssigt kompas, opleves nu som meningsløse – i forhold til livsverdenens private, sociale og idémæssige sider. I Ibrahims tilfælde, der ved terapiens start var 15 år, har hans far pga. fængsling og tortur ikke været i stand til at vise omsorg. Det lykkes dog for terapeuten vha. visualiseringer at vise faren, hvad værdier som omsorg, ansvar og kærlighed har betydet for ham, da Ibrahim var lille og alvorligt syg. Denne erfaring har været medvirkende til, at far-sønrelationen i dag er mindre spændingsfyldt.

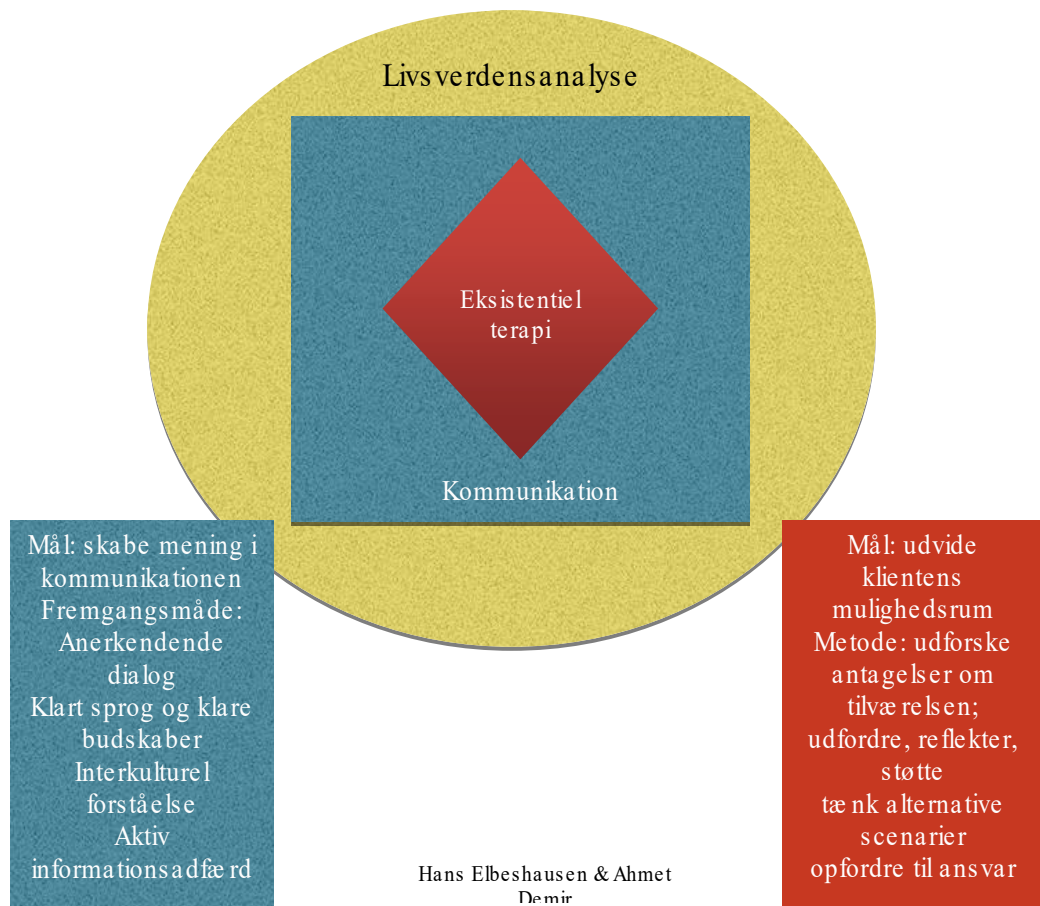
Det har i vores cases været dialogen, der har skabt den fornødne åbenhed, således at familien og den enkelte kunne reflektere over paradoksale erfaringer med livet og svære følelser. Graden af familiens udsathed og erfaret meningsløshed, angst eller tab af frihed er faktorer, der vanskeliggør, men ikke blokerer for, at nye mulighedsrum bliver udforsket.

## KOMMUNIKATION SOM MENINGSSKABELSE

I starten er det blevet understreget, at selvom den terapeutiske proces handlede om traumatiserede hhv. udsatte familier, så viste deres udsathed sig ikke i en klinisk diagnose, men som kommunikativt fænomen, nemlig som sammenbrud af al kommunikation. Det skal imidlertid ikke forstås sådan, at man ikke længere talte med hinanden. Samtalerne var dog ikke meningskabende. Kommunikationen understøttede ikke rollestrukturen i familien, forholdt sig ikke reflekterende

## Dialogisk intervention - en brugsmodel

Mål: indsigt i klientens livsverden  
Analysepunkter: social kapital - handlekraft  
vidensforråd - fremmedkulturel forståelse  
familiens selvforståelse - opdragelsesmønstre



til fremmedkulturelle værdier og normer og formid-  
lede heller ikke familiens socio-kulturelle behov. Virke-  
ligheden blev oplevet som kaotisk og usammenhæn-  
gende, ikke som struktureret og fyldt med betydning.

I det omfang det er muligt at relatere årsagen for fra-  
været af meningskabende kommunikation til en sig-  
nifikant situation eller begivenhed, er der tale om en  
kosmologisk episode. Kosmologiske episoder indtræf-  
fer, når mennesker føler, at universet ikke længere er et  
ordnet system. Når man desuden fornemmer, at man  
heller ikke besidder de værktøjer, der skal til for at gen-  
oprette forvrængede meninger, så føjes afmagt til me-  
ningsløshed (Weick 1993). Mange af de episoder, der  
fortælles om i vores cases, handler netop om, hvordan  
meningsløshed suppleres med afmagt. Sultan, en ung  
pige på 16, siger nej til forældrenes planlagte tvangsfor-  
lovelse og slutter sig ved samme lejlighed til en yderlig-  
gående religiøs gruppering.

I forhold til vores cases er den meningskabende kom-  
munikation forsøgt reetableret ved at praktisere de  
dialogiske elementer i den terapeutiske proces. Dialog  
defineres ikke kun som tale, men også som at lytte og i  
fællesskab at søge efter mening. Dialoger udvikles ved,  
at terapeuten skaber og opretholder den rette mængde  
udfordring og støtte (van Deurzen & Adams) og er  
nærværende.

## SAMMENFATNING

Sammenfatningen sker i form af en model, se forrige  
side. Modellen for den dialogiske intervention består  
af tre dele: a) meningskabende kommunikation, b)  
livsverdensanalyse, c) eksistentiel terapi. Den blev ud-  
viklet i det praktiske arbejde og har vist sin robusthed  
i mange terapeutiske sammenhænge med traumatisere-  
de såvel som ikke-traumatiserede familier. Her er der  
tale om en brugsmodel eller en heuristisk model. Mo-  
dellen giver fingerpeg om vores mål, begreber og meto-  
der. Der findes givetvis andre retninger.

## LITTERATUR

- Angel, RJ & JL Angel (2008). *Family, the State, and Health Care: Changing roles in the new century*. IN: *The Blackwell Companion to the Sociology of Families*, 233-252.
- Dansk Flygtningehjælp (2011). *Flygtningebørn – virkningsfulde indsatser*. Forskningsregistrant om psykosociale interventioner for børn og unge med flygtningebaggrund. [www.integrationsnet.dk](http://www.integrationsnet.dk)
- Markus, HR & S Kitayama (2010). *Cultures and Selves: A Cycle of Mutual Constitution*. *Perspectives on Psychological Science*, 5(4), 420-430
- Schütz, A (1981). *Der sinnhafte Aufbau der sozialen Welt: Eine Einleitung in die verstehende Soziologie*. Suhrkamp Verlag.
- Stichweh, R (2011). *Von der Soziologie des Fremden zur Soziologie der Indifferenz. Zur Zugehörigkeit des Fremden in Politik und Gesellschaft*. na.
- van Deurzen, E & M Adams (2012). *Eksistentiel terapi: En introduktion*. Hans Reitzel.
- van Deurzen-Smith, E (2010). *Eksistentiel samtale og terapi*. Hans Reitzel.
- Weick, KE (1993). *The collapse of sensemaking in organizations: The Mann Gulch disaster*. *Administrative science quarterly*, 628-652.

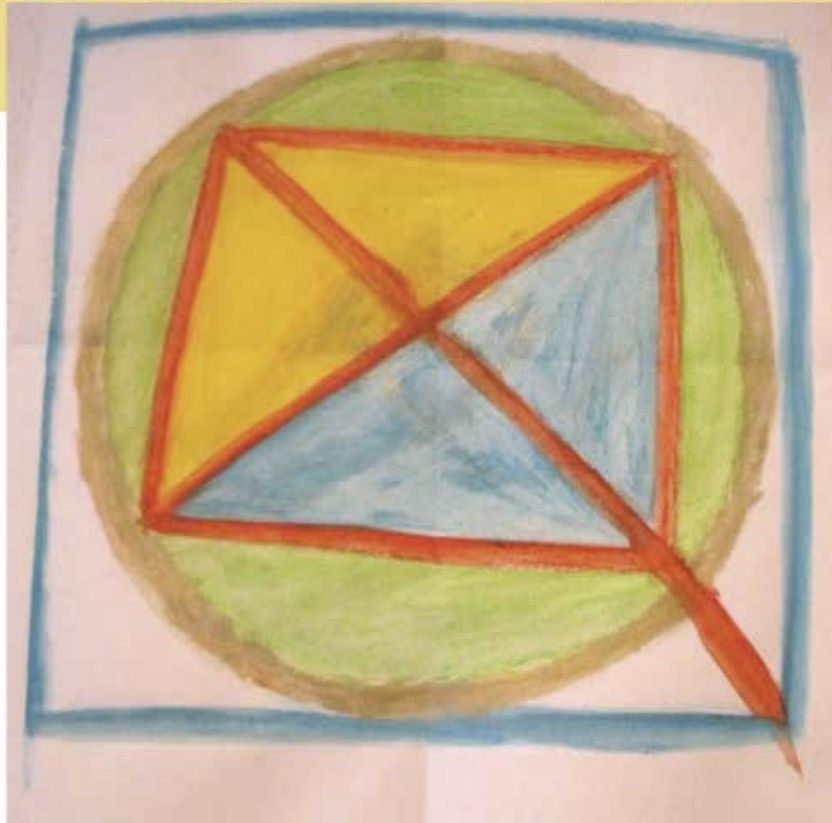


Ahmet Demir. Socialkonsulent, cand.pæd. og eksam. eksistentiel psykoterapeut (PI), medlem af Dansk Psykoterapeutforening. Konsulent, supervisor, underviser og kursus- og foredragsholder for bl.a. institutioner, kommuner og andre myndigheder.



Hans Elbeshausen. Lektor i målgrupperelateret kulturarbejde, Det Informationsvidenskabelige Akademi, Københavns Universitet.

# UDSTILLING



## Exhibition

d.10.4.2015 kl.14-16 i Asylcenter Fredericia

Women from Syria and Ukraine show their paintings  
from the work-shop Paint&Talk with Mette Hind.

Everybody is welcome!

# KUNSTENS BROBYGGENDE SPROG

Tekst: **Mette Hind**

## Mal & Tal projekt med asylansøgere

**Som frivillig og som kunstterapeut meldte jeg mig på banen i det lokale asylcenter i 2016. I denne artikel vil jeg dele mine erfaringer fra to workshops med asylansøgere, hvor jeg arbejdede med kunstterapeutiske metoder i en ikke-terapeutisk sammenhæng.**

På asylcentret boede der 500 mennesker af 26 forskellige nationaliteter, 375 mænd og 125 kvinder, heraf 40 børn under 18 år. Forudsætningen for at deltage i en workshop var udelukkende, at man havde lyst til at udtrykke sig med farver på papir. Asylcentrets personale pointerede, at det var vigtigt ikke at ribbe op i gamle sår og traumer.

Eksilstress og traumer er mere reglen end undtagelsen i asylcentre. Et asylcenter er nærmest som et samfund i samfundet. Der gælder andre regler, og der foregår ikke ret meget, så kvinderne kom bl.a. til workshoppen for ganske enkelt at få et lille frirum i en hverdag præget af passiv og bekymret venten.

### METODER

Min læremester, kunstneren og pioneren inden for tysk kunstterapi Gerlach Bommersheim, skriver, at han har givet afkald på en systematisk metodik, da 'ren' metode bør betragtes med mistænksomhed, fordi den forsøger at undgå tilfældet og omvejene. Han kalder 'den rene metode' for kontrolbesat og steril. Bommersheim foreslår at lave en analog til Adornos sætning:

"Det er kunstens opgave at skabe kaos i den gældende orden." Bommersheim vover denne påstand: "Kaos i metoderne skaber orden i sjælen." Min lærer tilføjer, at man i dag ikke ville sige kaotisk, men 'integrativ'. (Bommersheim 1998:84-85, min oversættelse).

Samtidig med at jeg er inspireret af min læremesters hang til kaos, var jeg også meget bevidst om, at netop disse asylansøgere havde oplevet så meget kaos i deres flygtningeliv, at de i høj grad havde behov for struktur, en ramme, som føltes tryk. Jeg balancerede mellem fornøjelsen ved frihed, åbenhed og plads til det individuelle udtryk og samtidig trygheden ved, at jeg satte en ramme for vores sammenkomster i maleværkstedet.

Vibeke Skov betegner kunstterapien som en brobygger mellem de to hjernehalvdele, netop fordi den både opererer kognitivt og emotionelt: "*Art therapy being emotional and cognitive, nonverbal and verbal could be anticipated as a method which might help in recreating a bridge between the two sides of the brain.*" (Skov 2015:75). Sådan oplevede jeg også mit arbejde med asylansøgerne, en integrativ rejse mellem de to hjernehalvdele.

Desuden har Kis Henriksens arbejde med traumatiserede børn og deres lærere og pædagoger fra Bosnien-Hercegovina været en stor inspiration for mig, da jeg i mødet med asylansøgerne også har arbejdet med en form for kunst- og traumepædagogik. "I den traumepædagogiske praksis er der tale om et møde mellem kunst og traume, hvor kunsten skal forstås som æstetiske udtryk eller udtryk for sanseindtryk, oplevelser og erfaringer (...)." (Henriksen 2013:22).

”Eksilstress og traumer er mere reglen end undtagelsen i asylcentre. Et asylcenter er nærmest som et samfund i samfundet. Der gælder andre regler, og der foregår ikke ret meget ...

### MAL & TAL

Min første gruppe bestod af ni syriske kvinder og en enkelt fra Ukraine.

De yngre kvinder kunne lidt engelsk, men ellers måtte vi klare os med fagter og kunstens ordløse sprog. Min veninde fra Litauen, som kan russisk, kom med og oversatte for den ukrainske kvinde, da hun ikke kunne engelsk. Vi mødtes tre gange og malede en gang om ugen. Hele forløbet sluttede af med en udstilling af kvindernes billeder. Udstillingen var en del af en dag med åbent hus, hvor borgere fra byen kunne komme og opleve asylcentret indefra.

Foruden vores udstilling blev der lavet eksotisk mad, danset, leget, spillet boldspil og lavet rundvisninger.

Jeg kaldte vores tre møder for *Mal & Tal-workshops*. Det var ikke terapi, men kunstterapeutiske metoder i ikke-terapeutiske rum. Da jeg skrev mit speciale i kunstterapi, handlede det netop om, hvordan de kunstterapeutiske metoder også kan anvendes uden for terapiloalet.

### NAVNE, TRÆ OG MANDALA

Den første dag vi var sammen, præsenterede kvinderne sig og fortalte, hvad deres navn betød. Navnet er nok den stærkeste identitetsmarkør overhovedet. Navnerunden var begyndelsen til det relationelle fællesskab, som langsomt udviklede sig. Alle gruppedeltagerens navne havde en særlig og ofte en poetisk betydning: Hiba: Guds nåde, nåde og ynde, Media: kejserinde for det kurdiske folk, Najah: succes, Hanine: noget savnes, Nimat: nåde givet af Gud, Nazira: det samme som en anden, Abeer: duften af blomster, Fatema: Muhammeds datter, efter man holder op med at amme, Maha: dådyrøje (ørkendådyr), Svitlana: lys.

Efter præsentationen malede kvinderne et navneskilt til den bolig, som de drømte om at få i Danmark, hvis det lykkedes at få asyl. Foruden navnet dekorerede de skiltet med symboler, som de godt kunne lide, blomster, fugle og andet.

Den næste gang vi mødtes, malede kvinderne et træ, som de kendte og kunne lide. Vi startede med en kort meditation, hvor kvinderne kunne tænke på et træ, der havde betydning for dem. Derefter gjorde vi som sidst, malede i stilhed, og når billederne var færdige, lavede vi en 'dronningerunde'. Kvinderne hængte deres træer op på væggen, hvor hver især fortalte om sit billede til hele gruppen.

Den tredje gang vi mødtes, malede kvinderne en mandala. Inden malearbejdet, lavede vi en 'hook-up', en lille koncentrationsøvelse, der får højre og venstre hjernehalvdel til at 'tale sammen'.

Inden mandala-maleriet fortalte jeg lidt om, hvad mandala kan betyde, om centrum og periferi. Derefter en guidet meditation, hvor kvinderne visualiserede en dør, der viste vej ind til mandalaen, til de lyse og de mørke sider af deres liv. Der var mulighed for at lave cirklen med en passer, og det ville de alle meget gerne. Det var, som om de følte sig mere trygge ved at male inden for cirkelns struktur, stregerne og hele udtrykket blev mere frit denne tredje gang, vi malede sammen. Vi fik en ny deltager den dag, Shamiran, som var højgravid, og som brændte for at male og tydeligvis havde prøvet det før.

Især mandala-billederne udtrykte kvindernes sanselighed.

Hanne Stubbe Teglbjærg skriver i sin afhandling om skabende kunstterapi med mennesker, der har en psykisk lidelse: ”Den erfaring, som patienten opnår i en æstetisk refleksion, er en sanselig erfaring. Det betyder, at ikke kun maleprocessen, men også oplevelsen af billedet vækker kropslige fornemmelser.” (Teglbjærg 2011:53).

### KVINDERNES TILBAGEMELDINGER

Det var en stor og lærerig oplevelse for mig at møde disse modige og stærke kvinder i et malende fællesskab. I evalueringen af forløbet blev der bl.a. sagt:





- Det føles ligesom at være tilbage i barndommen. Jeg har ikke tegnet, siden jeg gik i skole.
- Det er spændende.
- Det bedste er meditationen.
- At forestille sig noget med lukkede øjne er dejligt.
- Atmosfæren er, som om vi er søstre.
- Rart med et sted til andre tanker end bekymringerne.
- Glad, fordi underviseren har et åbent hjerte.
- Det er svært at tegne, men jeg prøvede, og jeg gjorde det.

## UDSTILLING

Allerede i begyndelsen af forløbet spurgte jeg kvinderne, om de ville være med til at udstille deres billeder, og om en lille gruppe ville være aktive omkring ophængning og organisering. Mange var bekymrede for, at mændene i asylcentret ville grine ad deres billeder, men til slut indvilgede de dog i at vise deres værker frem.

De to søstre Hiba og Nimat samt Abeer meldte sig som udstillingsudvalg og gjorde en stor indsats, så alle billeder hang lige og smukt i vores lokale. De sørgede også for, at der blev serveret syriske lækkerier, som de selv havde bagt. Der kom mange gæster fra byen, og der blev ikke grinet. Abeer ville ikke have sit navneskilt hængende fremme, fordi hendes efternavn måske kunne bringe hendes mand i fare. Abeer vidste ikke, om hendes mand var levende eller død, eller hvor i Syrien han befandt sig nu.

## TRAUMATISEREDE UNGE MÆND

Senere fik jeg mulighed for at male med to unge mænd fra asylcentret. De kom hen i mit værksted, hvor vi ligeledes malede sammen tre gange. Mændene var fra Iran og Irak. Den ene kunne både engelsk og arabisk, så han kunne oversætte for den anden, som var kurder, men forstod arabisk.

Første gang vi var sammen, arbejdede vi med blyant og kul og lavede portrætter. Vi startede med faste og tørre materialer, som ikke i samme grad som de flydende farver kan føre til retraumatisering. Anden gang lavede vi en øvelse, hvor de malede en betydningsfuld oplevelse, som de selv var en del af. Denne dag arbejdede vi også med ler. Vi kunne ikke tale ret meget sammen, men begge de unge mænd så ud til at nyde at udtrykke sig kreativt samt at få et pusterum fra asylcentret og den daglige venten på svar angående opholdstilladelse.

”Kunsten er ligesom en måde for dem at behandle deres følelser på – blive menneske igen så at sige”, skriver Mellemøst-korrespondenten Marcus Rubin om nogle syriske kunstnere, som har fået mulighed for et maleophold på kunstcentret Art Residence Aley i Libanon<sup>1</sup>. (Politiken 2015).

## NOGET FRASTØDENDE OG NOGET TILTRÆKKENDE

Da jeg hældte den røde farve op ved vores tredje møde, blev den kurdiske mand ligbleg og råbte på sit sprog: "Blod, blod". Jeg måtte holde min hånd beroligende på hans skulder, indtil hans indre billeder af uhyggelige erindringer fortog sig.

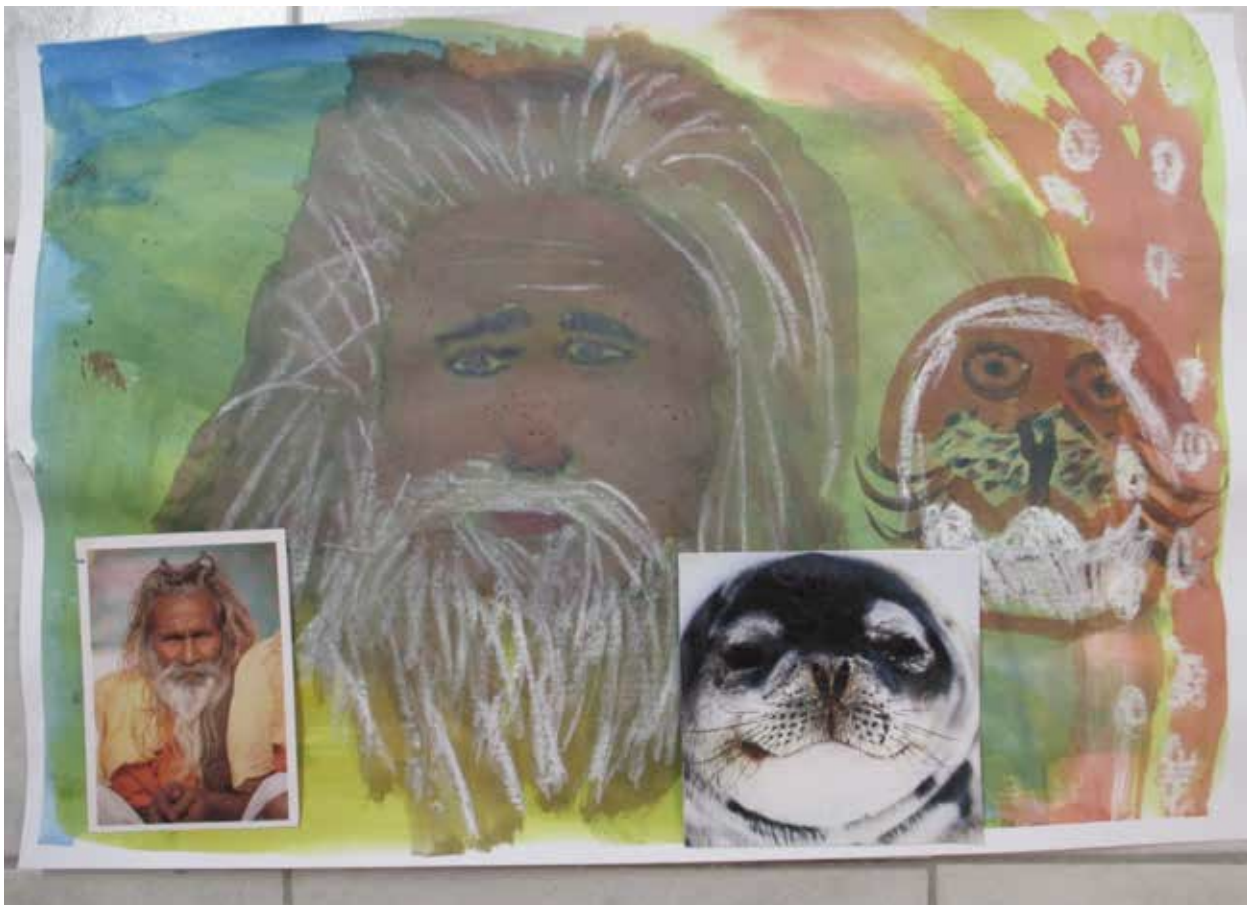
Denne gang arbejdede vi med inspiration fra postkortbilleder. De skulle vælge et tiltrækkende og et frastødende billede. Den kurdiske mand valgte et billede af Anne Frank med et palæstinensertørklæde om halsen. Jeg spurgte, om han kendte Anne Frank, men det gjorde han ikke. Jeg fortalte, at hun som barn sad i KZ-lejr i Tyskland og døde der. Da han forstod, at hun var jøde, ville han ikke vælge det postkort som tiltrækkende. Hans frastødende kort var et billede af en sæl, som de fleste i vores kultur nok vil finde sødt, men han havde aldrig set en sæl og syntes, den virkede farlig og frastø-

<sup>1</sup> [www.artresidencealey.com](http://www.artresidencealey.com)

dende. Den samme kurder var med på Fredericias fodboldhold og følte sig meget knyttet til byen.

Den lidt ældre (22 år) iraner valgte et typisk Marc Chagall-billede som det tiltrækkende. Det fantasifulde Chagall-univers var det helt rigtige for ham til at få gang i sit eget udtryk. Hans frastødende billede var Louise Bourgeois' skulptur af den store edderkop. Edderkoppen bliver ofte valgt som det frastødende kort, også når jeg bruger postkortene i andre sammenhænge.

Da vi tog afsked efter tre gange Mal & Tal i mit værksted for kunstterapi og kreativitetstræning, var der stor usikkerhed hos begge de unge mænd om, hvor de skulle hen. Asylcentret skulle lukkes, og alle beboere skulle flyttes til andre indretninger, måske til teltlejre. De var begge vokset op i flygtningelejre, og deres familier havde samlet alle de penge, de kunne, så disse drenge kunne få en chance for et liv uden krig og angst. Gid det må lykkes.



## KULTURBAGGRUNDENS BETYDNING

Som en følge af mine nyvundne erfaringer med Mal & Tal med asylansøgerne ønskede jeg mere viden om, hvordan man bedst møder traumatiserede flygtninge. Jeg fik mulighed for at deltage i et kursus med psykoterapeuterne MPF Pia Rubærno Fjelksted og Kathrine Telcs, to specialister på området. Kurset blev udbudt af Dansk Psykoterapeutforening.

'Kroppen husker' blev bekræftet gang på gang i løbet af kurset. Vi arbejdede med vores egne kroppen-huskererfaringer og delte dem med de andre deltagere i små grupper. Peter A. Levines teori om helbredelse af traumer og hans metode til at gendanne kroppens visdom blev ikke blot formidlet som teori, men også anvendt i praksis. Alle deltagerne havde viden og erfaring fra deres arbejde med traumatiserede flygtninge, så der foregik en rig udveksling. En af deltagerne havde netop fået arbejde i Dansk Flygtningehjælp, hvor hun skulle arbejde med en metode, der hedder TRE, *Tension, Stress & Trauma Release Exercise*, en række fysiske øvelser, som hjælper til at få kontakt med dybe stressmønstre forplantet i musklerne. Metoden er udviklet af Dr. David Bercei. Både Levine og Bercei er inspireret af viden om dyrs evne til at komme sig oven på meget truende og stressende situationer.

På kurset blev der lagt vægt på, at traumer ikke kun er en individuel sag, men også har forbindelse til samfundsforhold, miljø, familie og opvækst samt personlige dispositioner. Fx må kurderens afvisning af postkortet med Anne Frank forstås i en større kontekst end den personlige. Folkemord, krig og forfølgelser gennem årtier eller århundreder kan lagre sig i individet som en social arv.

## BEDRE SELVVÆRD OG JEGBEVIDSTHED

Allerede under min uddannelse som kunstterapeut erfarede jeg med en gruppe unge, som havde været udsat for ekstrem vold, at de kunstterapeutiske øvelser hjalp dem til større selvværd og en stærkere jegbevidsthed.

Ligesom asylansøgerne brugte de det kunstneriske udtryk som et alternativt sprog (Hind 2001). Gruppearbejde med kunstterapeutiske metoder synes i høj grad at kunne give mennesker i en udsat position et pusterum og en mulighed for at finde sig selv.

## LITTERATUR

- Bommersheim, Gerlach: *Rotkäppchen im Schwarzweißfilm*. Schriftenreihe der APAKT, Arbeitsgemeinschaft für psychoanalytische Kunsttherapie. Claus Richter Verlag 1998.
- Henriksen, Kis: *Den blødende bro – tavshedens stemme. Om mødet mellem kunst og traume gennem den traumepædagogiske praksis* "Kunsten at forme et sprog". Forlaget Kis 2013.
- Hind, Mette: *Kunsttherapeutische Methoden In Nicht-Therapeutischen Raum*. Diplomarbeit 2001. (Ikke publiceret).
- Rasmussen, Birgit: *Min tabte barndom og Udenfor rækkevidde. To beretninger – en bog om traumatiserede flygtninge*. Forlaget BIRA 2013.
- Rothschild, Babette: *Kroppen husker*. Klim 2004.
- Rubin, Marcus: *Kunst skal hele Syrien*. In: *Politiken*, sektion 2 (kultur), s.1. 16.7.2015.
- Skov, Vibeke: *Integrative Art Therapy and Depression. A Transformative Approach*. Jessica Kingsley Publishers, London and Philadelphia 2015.
- Teglbjærg, Hanne Stubbe: *Skabende kunstterapi*. Århus Universitetsforlag 2011.



Mette Hind er cand.phil. i pædagogik fra Københavns Universitet, pædagog og kunstterapeut fra APAKT, Hamborg. Psykoterapeut MPF. Har arbejdet inden for det social- og kunstpædagogiske område i mange år og som konsulent for NVIE, Nationalt Videncenter for Inklusion og Eksklusion.

## alt hører op en dag

alt hører op en dag  
og dørene åbnes  
de bliver væltet en dag  
og I vender hjem

dine sange græder  
dine munde bløder

på din hud  
hvor torturpisen  
skar sine strimer  
skriver jeg med fingeren  
frihedens og kærlighedens  
tegn

dine ben  
der bar diktatorernes og ågerkarlenes byrder  
danser i dag  
til dine trommers hjerteslag  
dine ben bærer dig hjem  
i morgen

i drømmen

# UDSATTE GRØNLÆNDERE I TERAPI

Tekst: **Lisbeth Nuka Pedersen**

## En faglig og personlig historie

Grønlandere har en særlig plads i mit liv og mit hjerte. Jeg har mødt dem som klassekammerater i folkeskolen og i gymnasiet. Som fastboende, mens jeg boede og arbejdede i landet fra 1983-90. Og som psykoterapeut og social vicevært i årene 2002-15, hvor jeg arbejdede med voksne, udsatte grønlandere i Kofoeds Skoles Grønlanderafdeling i København.

Det gør noget særligt ved mig at være sammen med grønlandere. Jeg bliver blødere indeni og sænker på en mere selvfølgelig måde paraderne. Jeg føler mig godt tilpas med deres større umiddelbarhed og naturlighed, deres større orientering mod kropssprog og sanselighed, liv og død – deres større menneskelighed og glæde. Jeg bliver smittet af den og kommer selv til at føle mig mere umiddelbar og levende, og jeg håber med denne artikel om mine oplevelser og erfaringer at kunne give jer, mine kolleger, en smagsprøve på elementer af psykoterapi med grønlandere og på grønlandsk kultur og væremåde.

### NOGLE DANSKERE UNDRER SIG

Hvordan kan det være, at der er (så mange) grønlandere i Danmark, og hvorfor rejser de ikke bare hjem? Sådanne udtalelser er typisk rettet mod udsatte grønlandere. De mere ressourcefulde grønlandere og dem, der er på midlertidige ophold, fx som uddannelsessøgende, lægger vi ikke så meget mærke til. De lever mere som danskere.

For gruppen af udsatte grønlandere kan der være mange grunde til at bosætte sig i Danmark – en del er her ufrivilligt:

- De kan være strandet her, efter at de fx er droppet ud af skole- eller uddannelsessystemet i Danmark.
- De kan have nære relationer til Danmark, fx kan de have en dansk ægtefælle/kæreste eller deres nærmeste familie kan bo i Danmark.
- Deres opvækst kan have foregået helt eller delvis i Danmark.
- De kan føle, at de ikke kan vende hjem til Grønland. Måske fordi de skammer sig over sig selv og deres liv og ikke tør vise sig i hjembyen. Måske fordi de føler sig uønskede eller forfulgte i hjembyen. Måske de bare ikke kan falde til efter en årrække i Danmark.

Mange grønlandere i Danmark føler sig splittede mellem Grønland og Danmark. De føler sig hverken rigtigt hjemme det ene eller det andet sted.

### PSYKOTERAPEUT FOR UDSATTE GRØNLÆNDERE

På Kofoeds Skole var vi to kolleger om to opgaver: Dels igangsatte og støttede vi individuelle udviklingsprocesser og gruppeprocesser i Kofoeds Skoles bofællesskab Miteq for op til fem hjemløse, grønlandske kvinder. Og dels holdt vi otte gange årligt internater med psykoterapi for gruppen af udsatte grønlandere. For nuværende og tidligere beboere i bofællesskabet samt for øvrige udsatte grønlandere, der kunne have gavn af psykoterapi. Behandlingsrammen var psykoterapeutisk med chok/traumeterapi, SE, neuroaffektiv udviklingspsykologi og kropsterapi som de basale metoder. Samtidig støttede vi massivt op om beboernes samlede situation: socialt, familiemæssigt, arbejdsmæssigt, sundhedsmæssigt, boligmæssigt osv.

Temaerne for terapien var typisk:

- Misbrug, typisk hash og alkohol
- Parforhold med krænkende partner
- Traumer fra opvæksten og senere i livet
- Angsttilstande
- Depressive tilstande
- Ensomhed
- Skam og lavt selvværd
- Vold, voldtægt, seksuelle krænkelser.
- Mord, selvmord og selvmordsforsøg.

### KENDETEGN VED GRUPPEN

Når de grønlandske elever fik færten af, at terapi kunne hjælpe dem, gik de typisk ufortrødent i gang. De var hurtigt parate til på en seriøs måde at arbejde psyko-terapeutisk med sig selv, selvom de ikke på forhånd kendte til terapi. Jeg oplevede generelt gruppen som åbne mennesker. Åbne om deres følelser og deres liv på en stille og ærlig måde. Der var ikke så mange lag ind til kernen, ikke så meget forsvar. Selv om livshistorierne, mængden af overgreb og voldsomheden i dem kunne være svære at begribe.

Generelt var eleverne meget positive, tillidsfulde og dybt taknemmelige over at blive hjulpet. De var desuden gode til at lade sig inspirere af hinandens succeser, til at lade andre være rollemodeller og til at spejle sig i hinanden. Og på en selvfølgelig og hjertelig måde levede de engageret med i hinandens livshistorier og støttede hinandens udviklingsprocesser. Det er tydeligt for mig, at de har en stammementalitet med en særlig fællesskabsfølelse.

Deres mere selvfølgelige tilgang til kroppen og til kropssprog gjorde kropsterapi yderst velegnet som terapiform. Almindeligvis har grønlandere let ved at sanse, hvad der sker i kroppen og ved at kigge efter og at efterligne. Der var fx ikke brug for mange forklaringer i kropsarbejde. I øvrigt opfatter de kropssprog som et lige så gyldigt udtryk som ord.

Et andet eksempel på fællesskabsfølelsen var elevernes villighed til at lade sig interviewe til forskellige medier. Mange har gerne villet stå frem med deres historie, hvis bare den kunne hjælpe andre.

Historiefortælling er også et eksempel på fællesskabsfølelsen. Den så vi udfolde sig på internaterne om aftenen. Spøgeseshistorier fra egne liv. Intens medleven og engagement. Ikke bare mundene, men også krop-pene talte. De gav den gas med humor, gys og grin. Grønlandsk kultur for fuld udblæsning med plads til det intuitive og overnaturlige.

### SPØRGSMÅL OG OVERVEJELSER I TERAPIERNE

For at skabe balance mellem krop og sind spurgte jeg ind til kroppens sansninger så hurtigt som muligt i et terapiforløb og i de enkelte sessioner. Kroppen ly-

#### FAKTA

Grønlandere er hverken flygtninge, indvandrere eller migranter.

I 1953 ophørte Grønland med at have status som dansk koloni og blev i stedet for indlemmet i det danske kongerige. Grønland er i rigsfællesskab med Danmark og har i dag en selvstyreordning. Grønlandere har ret til at opholde og bosætte sig i Danmark med samme rettigheder som danskere. På samme måde som danskere kan bosætte sig i Grønland med samme rettigheder som grønlandere.

For nogle danskere er grønlanderne dem, der holder til i grupper på bestemte torve og pladser i byerne. Kendetegnet ved åbenlys omgang med øl og hash og med usædvanlig og højrøstet adfærd. De stikker ud på en kedelig måde. For andre er grønlandere lidt eksotiske, naive, venlige og glade.

For en del grønlandere er danskere de fine, de stive (i betydningen kantede), dem der bestemmer. Mennesker, det er svært at komme ind på livet af, og som fx snakker meget om penge.

ver ikke. Typisk spurgte jeg til sansninger i fødderne: Hvordan mærkes de? Varme, kolde, lette, tunge, behagelige, ubehagelige? Gennem yderligere spørgsmål og forslag til at bevæge fødderne kunne jeg støtte eleven i at mærke dem tydeligere. Jeg valgte fødderne, fordi de er velegnede til at få jordforbindelse igennem. Desuden er fødderne for mange en ret neutral kropsdel. Duede det ikke med fødderne, kunne vi forsøge os med andre dele af kroppen, fx hænder eller baller. I sessionerne ville jeg typisk gentage spørgsmålene til fødderne, når jeg i mit eget nervesystem sansede, at eleven forsvandt væk fra sin kropslige forankring.

Ved følelser kunne jeg også spørge ind til, hvordan og hvor i kroppen de mærkedes. Jeg spurgte fx også, om noget i kroppen bevægede sig.

For at lag af traumer, angst, stress osv. gradvis kunne give slip, kunne jeg pendulere mellem ressourcer og traumer. Bid for bid og med udgangspunkt i elevens ressourcer, så nervesystemet kunne følge med. For yderligere at berolige nervesystemet gav jeg god tid og sagde højt: "Vi har masser af tid".

Ved dybe tilstande af skam, ordløshed og dissociation ville jeg typisk selv fortælle, hvad jeg oplevede, der skete med personen, og hvad skam, ordløshed og dissociation går ud på. Jeg ville også berolige nervesystemet ved at gentage, at vi har masser af tid. Jeg kunne yderligere spørge: "Kan du mærke, jeg er her?" – "Kan du se, du er her i rummet?" – og "Hvordan ved du det?" Jeg forsøgte at balancere imellem, at personen havde tid nok til at få sig selv med indefra og modsat ikke druknede i fx modløshed eller passivitet.

Som en tryghedsfaktor spejlede jeg ofte elevens kropssprog ved hjælp af min egen krops bevægelser. Andre tryghedsfaktorer kunne være at holde i hånd/hænder, at holde min hånd på skulderen eller ryggen eller mine fødder på personens fødder.

Det var min bestræbelse, at eleven langsomt og over tid kunne finde sammenhæng mellem krop, følelser og det mentale, at der var en udviklingsretning frem mod nærmeste udviklingszone, og at personen blev mere selvberørende.

## BEFORDRENDE FOR TERAPIEN

Som terapeuter glædede vi os over, at eleverne udviklede sig. Mange nåede langt med sig selv og fik væsentlig større livskvalitet. Den vedholdende, langvarige og personlige relation til terapeuterne gjorde, at mange blev på sporet og kom op at stå på deres ben.

Det var gavnligt samtidig at arbejde med gruppeterapi og individuel terapi. Gruppeterapi kombineret med det sociale liv på internaterne og i bofællesskabet medvirkede endvidere til, at eleverne dannede netværk med hinanden.

Det var desuden min personlige oplevelse, at min nærsomhed og evne til at rumme dybe, ordløse tilstande nåede mange elever, så de bedre kunne mærke sig selv indefra.

Også kvaliteten i samarbejdet mellem min makker og mig var afgørende. I en årrække arbejdede jeg sammen med psykoterapeut MPF Peter Smidt. Begge så vi makkerskabet og samarbejdet som den vigtigste grundsten i behandlingen. Vi fungerede som en helhed og støttede i stort omfang op om den andens person og interventioner. Dette for at dæmme op for uklarhed i behandlingen og splitting fra elevernes side. Vi måtte til stadighed justere og regulere os individuelt og med hinanden, så vi kunne blive ved med at være motiverede, skarpe og nærværende over for eleverne. Samtidig forfinede vi vores særlige kompetencer som psykoterapeuter og makkerpar og brugte dem målrettet i terapien.

Naturligvis fik vi supervision, videreuddannelse og terapi. Det var nødvendigt for at sikre det faglige niveau, flowet i os og for at bevare gejsten. Det medvirkede også til, at vi hen over årene kunne føle os berørte, tilfredse og glade i arbejdet med de ofte tunge og slidsomme problemstillinger.

Samarbejdet forløb naturligvis ikke bare gnidningsfrit. Vores kanter og særpræg kom tydeligt op til overfladen og hev i os. Heldigvis var vi begge så vedholdende, at vi altid nåede hinanden igen. Som en dejlig sidegevinst har det givet os et meget nært og dybt venskab.



## TO ELEVHISTORIER

Her er to eksempler på kvinder, som har brugt begge vores tilbud: ophold i bofællesskab og kurser i psykoterapi. Derigennem har de genvundet værdighed og styrke. Navnene er opdigtede, historierne er godt fem år gamle, og de er plukket ud af en statusopgørelse.

### Karoline

Karoline er i 40'erne og har tre børn. Det er anden periode, hun bor i bofællesskabet. Da hun flyttede fra os første gang, var hun klar til at bo i egen lejlighed, idet hun på mange måder var blevet stærk og ressourcefuld. Men da vi tog kontakt til hende i anden omgang, var hun gået i stå og lukkede sig inde fra omverdenen. Hun var på randen af at opgive sig selv og sit liv og var ikke i stand til at række ud efter hjælp.

I hendes lejlighed boede en søster med mand og børn, som Karoline ikke kunne få ud af lejligheden, selvom hun gerne ville bo der alene. Efter mange kontakter og lang tids støtte blev Karoline i stand til at sige fra over for familien, opsigte lejligheden og flytte tilbage til bofællesskabet til yderligere behandling. Karolines mange overgreb og traumer fra barndommen kom frem i terapi hos os, da hun fik ro til at kigge på dem. Hun arbejdede med fysioterapi hos en chok/traume fysioterapeut, som reducerede hendes mange og voldsomme smerter til et minimum. Ved siden af arbejdede vi terapeutisk med hendes traumer, som blev reduceret i et roligt tempo tilpasset hendes nervesystem.

Karoline har gennem et par år arbejdet med de dybe traumer, hendes plejefamilie har påført hende. I dag kan hun næsten frigøre sig helt fra den 'magt' disse traumer har haft over hendes liv. Hun er blevet meget bedre til selv at regulere sit nervesystem, når det løber hurtigt og er på vej ud af kontrol. Hun er ikke længere den forskræmte, lille kvinde vi så i starten, men en kvinde, der er med i livet, og som kan sige til og fra over for andre. Og som noget nyt oplever hun tit glæde indeni. Den kommer bl.a. ud gennem hendes øjne, som ofte lyser og er blevet bløde.

### Marie

Marie er også i 40'erne, hun har fire børn. På nær i kortere perioder omkring deres fødsel er børnene ikke vokset op hos Marie. Det er første gang, Marie søger hjælp hos os, og hun møder os uden den store tillid. Hun er mistroisk, vant til at klare sig selv og har ikke tidligere været i terapi eller i misbrugsbehandling. Så vi går forsigtigt til hende. Det viser sig, at hun indeholder store ressourcer. Hun har ellers rigeligt med problemer med sig i bagagen. Efter den nærmeste omsorgspersons død, da hun var i 6-års alderen, boede hun på børnehjem og flyttede derfra til det helt ukendte Danmark til en for hende ukendt gren af familien, som udnyttede hende på forskellige måder. Hendes voksenalv er præget af stof- og alkoholmisbrug, hjemløshed og et liv med kun sporadisk kontakt til sine børn.

I terapi har Marie i et langt stykke tid brug for at fortælle uforstyrret og sammenhængende om sit liv og sine overvejelser. Jobcentret har fritaget hende fra beskæftigelse for at hellige sig terapien, og det kommer hende til gode. Hun får ro til at finde ind til sine ressourcer og traumer. Hun knytter bånd til sine børn og evner at vinde deres tillid til trods for hendes tidligere misbrugeradfærd med mange svigt over for børnene. Hun tør stå ved sine fejl, sine lidelser og sin kapacitet. Ikke mindst bliver hun efterhånden fyldt op af kærlighed til sig selv og sine børn, og det giver hende kraften til at lave store og nødvendige ændringer i sit liv. I dag sætter Marie sig selv og sine børn øverst på dagsordenen. Den ansvarlige Marie vel at mærke, hende, der vil tage sig af og være mor for sine børn og skabe rammerne for et liv med dem. Og den Marie, der som noget naturligt også har lært at lytte sine egne, dybe behov. Og måske allervigtigst: Hun vil søge hjælp hos os, hvis livet bliver svært. Hvis hun fx igen skulle få trang til at flygte fra problemerne ind i misbrug. Nu tør hun have tillid til sig selv og til os.

### ELEVERNES INDIVIDUELLE RESULTATER

Følgende stikord om, hvad eleverne opnåede i terapien, er formuleret af eleverne selv eller af os:

- Havde fundet sig selv.
- Kunne snakke ud fra sig selv.
- Lavede sit liv om.
- Havde genopdaget sin glæde over fællesskabet.
- Rakte selv ud efter andre, sorterede i sine relationer.
- Kom ud af dybe, depressive tilstande.
- Kom ud af dybe angsttilstande.
- Kom i kontakt med sin krop.
- Fandt ind til sin kraft, sit værd, sine ressourcer og behov.
- Forbandt og forligede sig med sin livshistorie.
- Kom ud af misbrug.
- Slap stress- og traumereaktioner.
- Havde fundet redskaber og brugte dem til fx at takle indre stress, traumereaktioner og misbrug og komme hurtigere på plads i sig selv efterfølgende.
- Havde opdaget, hvordan skam kunne hæmme og blokere udvikling, og at det også var vigtigt at arbejde med skam.
- I terapi at turde genopleve krænkelse dybt inde i sig selv og derfra at finde ressourcer og et nyt ståsted.



Del af Grønlandsmonumentet på Christianhavns Torv i København. Monumentet består af tre skulpturer. I midten en stående fanger med sin kajak højt hævet over hovedet og på hver side to mindre skulpturer, der forestiller arbejdende grønlandske kvinder. Monumentet er skabt i årene 1931-38 af billedhuggeren Svend Rath sack (1885-1941). Foto: Wiki Commons.

## EN SIDSTE EPISODE

For ca. seks år siden overværede jeg et foredrag med Tine Bryld i Det Grønlandske Hus i København om hendes bog *I den bedste mening*. Om 22 grønlandske børn, der i 1951 blev sendt alene til Danmark for at blive spydspidser i 'daniseringen', den såkaldte grønlandske velfærdsudvikling.

I den efterfølgende diskussion delte mange tilhørere sig tydeligt op i to grupper. Danskere, der forholdt sig til historiske facts og overordnede betragtninger. Grønlandere, der fortalte deres egne personlige historier og lod sig inspirere af hinanden til at komme med flere historier. Det var, som om de ikke kunne stoppe. Måske et tegn på en sult efter i fællesskab at få lov til bevidne deres fælles historie.

Ovenstående episode får mig til at komme med en betragtning over et aktuelt politisk emne i forholdet mellem Danmark og Grønland.

## FORSONINGSPROCES MELLEML GRØNLAND OG DANMARK – MIT SYNSPUNKT

Det er min oplevelse, at mange grønlandere, hvis ikke alle, er mærkede af tab af værdighed, mening, sammenhæng og kultur som følge af den tempomæssigt opskruede og fremmedartede samfundsudvikling fra 1950'erne og fremefter. Fra jæger- og samlerkultur til fiskeindustri, massive flytninger (også gennem tvang) af mennesker fra bygd til by, fra enfamilieshuse/hytter til lejligheds-komplekser. Dertil indførsel af alkohol, som kom udefra, og som har forstærket vanskelighederne voldsomt.

Som psykoterapeut for grønlandere har jeg været vidne til store, menneskelige lidelser. Det er mit indtryk, at en undskyldning eller en tilsvarende ansvarstagen fra dansk side for konsekvenserne af den danske grønlandspolitik fra 1953 og fremefter ville kunne mildne og gøre godt dybt ind i den grønlandske sjæl.

## LITTERATUR

Thomas Pedersen: *Ud af mørket*. Kofoeds Avis, august 2008.  
 Thomas Pedersen: *Traumerne skal ud af kroppen*. Kofoeds Avis, august 2008.  
 Malene Alexandersson: *Én dag ad gangen*. Kofoeds Avis, marts 2010.  
 Trine Kit Jensen: *Massiv indsats, der virker*. Hus Forbi, februar 2012.  
*To grønlandske kvindeskæbner*. Interview med to grønlandske kvinder med Lisbeth Nuka Pedersens kommentarer. Radiointerview Den2radio, august 2014. <http://den2radio.dk/udsendelser/to-grnlandske-kvindeskæbner/>

Bofællesskabet Miteq modtog i december 2011 Socialt Udviklingscenters (SUS) pris, indstillet af tidligere socialminister Aase Olesen. For det gode formål, det tjener, og for de gode resultater.

[https://issuu.com/kaspeznizam/docs/sus-nyt\\_december\\_2011](https://issuu.com/kaspeznizam/docs/sus-nyt_december_2011)



Lisbeth Nuka Pedersen er uddannet socio-  
 nom 1977, krop- og gestaltterapeut 2001,  
 biologisk traumeterapeut 2011. Medlem af  
 Dansk Psykoterapeutforening. Selvstændig  
 psykoterapeut siden 2001 og specialist i dybe ordløse tilstande.  
 Arbejdede som psykoterapeut og social vicevært i Kofoeds Sko-  
 les Grønlanderafdeling 2002-2015.

# BØRN BÆRER FORÆLDRENS HISTORIE I SIG

---

Tekst: Judith Beermann Zeligson

---

## Hvordan bryder man tavsheden om generationspåvirkninger fra flugt, forfølgelse og krig?

Dette spørgsmål var min drivkraft, da jeg i midten af 80'erne startede projektet *Ridsen der blev til en rose* – et skandinavisk projekt for børn til overlevende fra Holocaust. Projektet henvendte sig primært til dem med jødisk baggrund, men helt fra starten viste det sig, at tavshed og generationspåvirkninger også berørte mange, der var børn af eller i familie med nogen fra modstandsbevægelsen.

Den følgende tekst blev i 1993 bragt i Det Jødiske Samfunds medlemsblad *Jødisk Orientering* i forbindelse med 50-års mindet om redningen af de danske jøder og flugten til Sverige. Indholdet er imidlertid dækkende også i dag og er ligeledes aktuelt for andre grupper af flygtninge og traumatiserede.

### I MANGE ÅR HAR DER VÆRET TAVSHED

”Det er jo 50 år siden, de danske jøder måtte flygte til Sverige!” Sådan udbryder en mand i 40-års alderen forbavset og skeptisk, efter en kollega lige har fortalt ham, at hun deltager i en gruppe i et projekt omkring mindeåret. For ham er flugten historie, for hende er det virkelighed, en del af hendes egen familiehistorie og rødder.

Da den internationale Holocaust-forskning i 1980'erne begyndte at interessere sig for dem, man kaldte andengenerationen, var det med fokus på børn af overleven-

de fra kz-lejrene. Majoriteten af disse børn er vokset op i lande, som forældrene kom til som flygtninge, uden rødder og tilknytning – ikke en gang et familiegravsted. Børnene blev derfor symbol på et nyt liv og erstatning for de mange tab. I Danmark er de fleste i andengenerationen derimod vokset op med familie og slægt i kendte omgivelser, sprog og kultur. Til andengenerationen henregnes efterhånden også de, hvis forældre måtte flygte eller gå under jorden for at redde livet.

Selvom man ikke kan sammenligne flugten til Sverige i 1943 med kz-lejrene, sætter al kamp for livet spor i det fortsatte liv. Hvorfor tales der så lidt om de mange personlige lidelser inden, under og efter flugten? Selvom hver familie har sin egen måde at forme livet på, og sporene efter flugten er forskellige, tegner der sig nogle fælles mønstre for den danske andengeneration, hvis forældre flygtede.

### DEN KOLLEKTIVE SKYGGE

Eksistentielle spørgsmål, såsom ret til at eksistere, at udfolde sig, tillid, livets mening og ansvarlighed, trænger sig mere på for andengenerationen. En gruppedeltager fortæller: ”Når jeg beklagede mig over noget, plejede mine forældre at sige: ”Hvis der ikke sker dig noget værre, kan du være glad.” Underforstået, at der kunne ske noget forfærdeligt en dag. Men jeg vidste aldrig hvad.”

Selv om forældrene havde bygget et meget godt liv op, førte de uden af mærke det sporene af flugten over på

Hvis ikke jeg er for mig – er ingen for mig.  
 Hvis jeg kun er for mig selv – hvad er jeg så?  
 Hvis ikke nu – så hvornår?

Rabbi Hillel

## RIDSEN DER BLEV TIL EN ROSE

*Ridsen der blev til en rose* er et skandinavisk projekt, som startede i Sverige 1984 mhp. at bryde tavs-  
 heden om sporene fra Holocaust – og især udbrede  
 viden om, at sporene lever videre på godt og ondt  
 også i de næste generationer, som fødes i det trygge  
 land.

*Ridsen der blev til en rose* henvender sig til:

- Personligt berørte, som vil udforske deres fami-  
 liehistorie via forelæsninger, workshops, eller  
 som har brug for gå mere i dybden i temagrupper  
 og psykoterapi.
- Professionelle, som arbejder med børn og voksne  
 i skole, psykiatri og behandling, som i super-  
 vision, forelæsning eller workshops får en specifik  
 viden om, hvordan man kan møde disse  
 erfaringer, som kan genkendes hos mange af de  
 flygtningegrupper, vi møder i dag.
- P.t. har ca. 2000 personer deltaget i projektets  
 forskellige tilbud.

Programmet DR Dokumentar *De overlevendes børn*  
 fra 1996 viser et dialogmøde, hvor overlevende  
 modstandsfolk og jøder møder den næste genera-  
 tion og bryder tavsheden om generationspåvirkning-  
 er. Kan ses på [www.dr.dk/bonanza](http://www.dr.dk/bonanza).

datteren. Man lever med en kollektiv skygge. Historien  
 kan ikke skubbes til side med et: ”Det angår ikke mig.”  
 De fleste i andengenerationen – og mange i tredje – har  
 indimellem tænkt: ”Hvis jeg havde levet dengang, hav-  
 de jeg så også måttet flygte!” Grænsen mellem nutid,  
 fortid og fremtid forsvinder. Så kigger man sig rundt  
 blandt sine ikke-jødiske venner og spekulerer på, hvem  
 der ville hjælpe? Er man realist eller pessimist, når man  
 er usikker på, om redningen ville gentage sig?

Den stigende racisme og antisemitisme i Europa giver  
 næring til denne diffuse angst, som er almindelig. Til  
 tider viser den sig som en uvilje mod at stå frem som  
 jøde. Trygheden er en tynd hinde.

## MAN KAN IKKE SØRGE FÆRDIG I ÉN GENERATION

I dag lægges der vægt på krisehjælp hurtigst muligt ved  
 katastrofer. Dengang måtte hver enkelt selv finde ud  
 af at skabe sig et liv. Under krigen fik nogle sår, der ikke  
 kunne heles, og de blev aldrig sig selv igen. Andre fik  
 ar, de kan leve med, hvis de ikke bliver mindet om det.  
 Enkelte kan lade arrene og deres historie komme frem i  
 lyset og se følgerne på godt og ondt.

For de danske jøder, der flygtede, kan det tilsyneladende  
 se nemt ud, de kom jo tilbage til deres eget land.  
 Men erfaringer viser, at flugten har sat både synlige og  
 usynlige spor hos dem selv og deres familie. Udover de  
 personlige erfaringer er man som jøde også påvirket  
 af, at tabene er så store for det jødiske folk, at man ikke

kan sørge færdigt i én generation. Dybest inde, hvor ord ikke findes, føres minderne videre mellem generationerne. For at bryde denne kæde er det nødvendigt for andengenerationen at mærke de skjulte, diffuse følelser, som er svære at nærme sig og fange i ord. Derfor

bruger vi i projektet udover samtale, kropsbevidsthed, musik, kreativitet, indre billeder og drømme. Derved frigøres energi til også at mærke den styrke og livskraft, mange har overtaget fra forældrene – livet går videre trods alt!



Fortiden kaster sin skygge over nutiden. Tegnet af 45-årig dansk kvinde, hvis forældre måtte flygte til Sverige. Denne kvinde citeres i afsnittet med overskriften Den kollektive skygge.

## HVOR HØRER JEG HJEMME?

"Jeg drømmer, at jeg besøger en grønlandsk boplads. Jeg spørger tre mænd om, hvordan det er at være grønlander, når man er dansker, og hvordan det er at være dansker, når man er grønlander? De stirrer i tavshed tilbage." Sådan beskriver en mandlig deltager sit dansk-jødiske dilemma. Børn bærer deres forældres historie i sig. Mange i andengenerationen trækker behov, følelser og tanker i forskellige retninger, en splittelse nogle prøver at løse ved at tage afstand fra deres jødiske tilhørsforhold. De lever i to verdener – med stærke outsider-følelser – og hører ikke hjemme nogen steder. Kan man give sine børn, den tredje generation, positive billeder af jødisk liv, arv og tradition, når man selv er ambivalent eller oplever det at være jøde som en tung byrde at forvalte?

Først når andengeneration aktivt og bevidst tager fat i familiehistorien og rødderne, kan man finde sit eget ståsted og sin egen vej. Det giver frihed selv at vælge i stedet for at lade fortidens skygger styre. Mange deltagere i grupperne får vendt en ambivalent eller negativ identitet til at få styrke af sine jødiske rødder.

## STORE HULLER I FAMILIEHISTORIEN

I årenes løb har generationerne beskyttet hinanden for ikke at rive sårene op. En mur er vokset op af det udtalte, som hænger i luften. Familiehistorien har store, tomme huller. Film og bøger om andres liv er ikke nok. For at give andengenerationen kontinuitet i deres liv og noget at fortælle til deres børn er viden om familiehistorien nødvendig. Disse temaer genkender børn af danske, norske og polske modstandsfolk, som har kontaktet os. Deres tilstedeværelse i grupperne synliggør, at der også var mennesker, der handlede og protesterede. "Jeg føler behov for at takke dig for det, dine forældre gjorde for vores forældre," udtrykker en jødisk deltager. Det er værd at være opmærksom på, at forældrenes livshistorie lever videre i dem på lignende måde som i den jødiske gruppe.

Mange paralleller kan overføres til de flygtningegrupper, vi møder i dag, hvor forældrene også har oplevet trusler på livet, forfølgelse og tortur. I debatten og i praksis glemmes ofte de børn, som fødes senere i det nye trygge land. Ydre tryghed er ikke nok. Forældrenes mulighed for og evne til at hele deres sår er afgørende for, hvad de giver videre til deres børn.

Til dem, som spørger, om det kan nytte at mindes, er mit svar: Fortiden er i nutiden. Det vi lukker af for, dukker op ad bagvejen. Vi værner kun livet ved at stå i et åbent forhold til fortiden. Erfaring fra flugt – eller mødet med flygtninge – minder os om, at forskellen mellem liv og død kan ligge i et andet menneskes hænder.

## LITTERATUR

Bar-On, Dan: *Fear and Hope. Three Generations of the Holocaust*. Harvard University Press 1998.

Mellemgaard, Lis: *Fra tavshed til tale. Børn af frihedskæmpere fortæller*. Forum 2001.



Judith Beermann Zeligson, f. 1951. 40 års virke inden for psykoterapi, supervision, uddannelse og lederskabsudvikling, heraf supervisor på Røde Kors behandlingscenter for torturofre og Oasis. Tillbyder traume- og somatic attachment terapi, supervision, efteruddannelse og retreat baseret på Somatic Experiencing®, neuroscience, gestalt, mindfulness og Diamond Approach. Privatpraktiserende MPP.

---

skibe på havet  
ad usynlige veje  
lig på strandene

respekt for alle  
håb er bedste medicin  
velkommen hertil

dæk hovedet sort  
de døde og døende  
ihukommende

altid over alt  
himlen tilhører ingen  
den forener os

fugl på femten gram  
trækker helt fra syd til nord  
liv uden grænser



# AT DØ AT GÅ UD AF TIDEN AT GÅ IND I DET TIDLØSE

Tekst: **Ann Madsen**

De, der skal dø, lærer os at leve. Hvordan? I den palliative fase er liv og død to magtfulde poler, der skaber et polaritetsfelt i det levede liv, i nuet. Livet intensiveres på godt og ondt. Det er nemmere at sige ja til det, der er godt, og lettere at fravælge. Oplevelsen af nærvær øges, relationer bliver mere meningsfulde og berigende. I livet tæt ved døden er der lige nemt til latter og glæde som til sorg og gråd. Følelserne lever side om side. Oplevelsen af det nuværende øjeblik kan være transcendent, en gennemsigthed, en åndelig perception. Eksistentielle spørgsmål er til stede og søger svar. En krop i fysisk nedbrydning kan med den rette hjælp og støtte parallelt nå en psykologisk voksende fase. At vokse opfattes positivt, hvilket gradvist reducerer oplevelsen af nedbrydning. Livskvaliteten i nuet beriges.

Hvorfor er psykoterapi væsentlig i denne fase? Hvilken metode og hvilke værktøjer skal anvendes? Artiklen er baseret på min lange erfaring som leder, sygeplejerske og psykoterapeut i palliativ pleje.

At arbejde i den palliative fase er at balancere mellem det, der sker autonomt i processen, og at hjælpe, støtte, når det er brug for det. At genkende og se forskellen. Kreative udtrykkende processer interagerer og støtter den medicinske behandling og giver en nødvendig hvile. Man 'mister' sig selv, og oplevelsen af tid forsvinder, når man går ind i den kreative proces. Hvile er nødvendig for at kunne være til stede i det vanskelige nu og i de vigtige relationer. Hvile giver et pusterum fra en smertefuld fortid og en usikker fremtid. Det vil være muligt at knytte livstråden sammen, at afslutte det uafsluttede. Da oplevelsen af smerte normalt beskrives som 10 % nutid og 90 % datid, lindres smerteoplevelsen i synergi med den medicinske behandling. Angst og depression kan lindres gennem udtryk, efterfølgende dialog og til sidst forståelse.

Som psykoterapeut kan jeg ikke forstå mere end mit referencemateriale og det, jeg selv har oplevet. Derfor er det afgørende, hvordan min egen livsrejse er. Hvilke erfaringer jeg har om livets overgange, afslutninger, død, af tidløshed, kreativitet og lignende. Hvordan jeg har bearbejdet disse erfaringer, hvilke indsigter jeg har fået. Kan jeg være i nærvær med den, der skal dø? Hvilken kontakt får jeg med patienten? Hvordan

hjælpe og støtte en person i nød, tæt på overgangen til det tidløse rum?

Når symptombehandlingen er vanskelig at klare med medicin, er jeg den næste, der bliver tilkaldt, men det ville være ønskeligt at blive involveret tidligere for at forhindre kompliceret symptombehandling. Grundlæggende bør medicinsk symptomlindring ske sideløbende med den psykologiske støtte, og psykoterapeuten skal være en naturlig del af teamet omkring patienten. På mine tre ture til New Zealand besøgte jeg hospices og palliative enheder og teams. Alle havde en *art therapy department* og en eller flere *art psychotherapists*, der arbejdede på lige fod med andre fagfolk i teamet. Der var på det tidspunkt 38 palliative enheder i New Zealand.

## DET SAGTE OG DET USAGTE

Et menneske, der er døende, ved det selv. Elisabeth Kübler-Ross beskrev det som at skelne mellem det symbolske verbale sprog og det symbolske nonverbale sprog. Som hjælpere i den sidste fase af livet må vi lære at lytte til det, der bliver sagt, og til det, der ikke bliver sagt. Vi må lytte til de symboler, der er at få øje på i krop, i bevægelse, i stemmeleje, i handlinger, i relationer og i udtryk. Sproget har begrænsninger og er tit for barskt. Så i min verden handler det ikke om at fortælle et menneske, at det skal dø. I min verden handler det om at

lytte til det, der bliver sagt både med og uden ord og at lære at bruge symbolikken. Og det er vigtigt at huske, at i den palliative fase er man både og. Både på vej at afslutte og på vej mod en ny begyndelse.

En af mine medarbejdere, en fysioterapeut, sagde for længe siden, at det at være fysioterapeut i palliativ fase er i det ene øjeblik at arbejde med rehabilitering for at i det næste øjeblik at arbejde med at lindre. Denne iagttagelse gælder for alle i teamet. Vi må arbejde med begge perspektiver. Den palliative fase er på den ene side dekadence og nedbrydning, og på den anden side handler det om vækst og udvikling. Nedbrydning og opbygning sker samtidigt, parallelt med hinanden, hvilket er vanskeligt at overskue, da vi enten er i den ene eller i den anden side. Gennem genoptræning skal der gives slip på gamle mønstre for at kunne vokse i det nye forandrede liv. Palliativ indsats og genoptræning er i virkeligheden de samme processer, men med forskellige endemål.

### AT GIVE HÅB OG HVILE

Psykoterapiens opgave er at lindre symptomerne og derved bidrage til øget livskvalitet. Opgaven er også at give håb. Et kreativt udtryk er altid fremadrettet, der er noget, der ses som muligt. Således lover udtrykket håb, fremadrettet, uanset hvor langt det faktiske livsperspektiv er. Håbet er placeret på flere niveauer. I takt med den palliative proces' forløb ændres håbets perspektiv efterhånden til kortere. Til slut er det et håb om dage, timer og minutter.

En anden opgave, som jeg har nævnt før, er at give nødvendig hvile. En hvile, der har helbredende effekt, idet den mobiliserer vitalitet til at øge tilstedeværelsen i nuet. Det gør det muligt at være til stede med sig selv og situationen og de vigtige relationer, i kærlighed, på trods af smertefulde erfaringer fra fortiden og en usikker fremtid. Psykoterapi kan hjælpe en person til at binde livstråden sammen og til at afslutte ting, der

stadig føles ufærdige. Psykoterapi i denne fase kan også bidrage til en indre mental udrensning af materiale, der ikke mere er brug for. At rydde op er at skabe plads til det nye, der er på vej, og at slippe det gamle. Psykoterapi hjælper patienten til at besvare de eksistentielle og åndelige spørgsmål, der trænger sig på, og det hjælper til psykologisk og spirituel vækst. Dette letter overgangen, som derved kræver færre medicinske ressourcer.

Hvis udtrykkende psykoterapi er inkluderet i den sidste fase, kan et plejehold blive bedre i stand til at navigere gennem processen og forebygge, at symptomer udvikler sig u hensigtsmæssigt. Fokus i den palliative indsats skal omfatte den nye voksefase, der er på vej. Med denne tilgang ændres indholdet i pleje og omsorg, og sundhedsuddannelsen tilføres en ny dimension.

### FOKUS PÅ NUET

Udtrykkende psykoterapi arbejder med både ekspressive og receptive metoder, en intern og ekstern billedskabelse, der er knyttet til den gamle viden om myter, drømme og ritualers helbredende effekt. Det kunstneriske gør det muligt at udtrykke sig og samtidig beskytte det indre. Som behandling er det muligt at nå bag den sproglige begrænsning, hvilket medfører en dybere og hurtigere forståelse. Ekspressiv psykoterapi har til hensigt at fange det indre og tillade det at projicere sig til et billede i den eksterne virkelighed. Via øjet kommer billedet tilbage til den person, der har lavet det.

Mit fokus er altid at møde nuet, det der trænger sig på, det der er forrest i psyken. Meget snart viser det underliggende tema sig, det som vores møde skal omhandle. Ofte bruger jeg et aktuelt drømmebillede, spontane malerier, bagsideteknik, serier af billeder, eventyr, kropslig erfaring, bevægelsesmønstre, musik, relationer, livshistorie, mandalamalning, fotografier, ler og naturoplevelser.

Hvad sker der under mødet med det nyfødte udtryk? Hvordan kan det forstås? Hvordan skabes en dialog med udtrykket for at nå frem til en forståelse? Aktiv imagination er en metode, jeg bruger. De indre billeder, der bliver til under en aktiv imagination, kan sammenlignes med drømmebilleder. Forskellen er, at i drømmen er drømmeren passiv. I en aktiv imagination er den bevidste del af personligheden aktiv, og således bliver der skabt en syntese mellem det bevidste og det ubevidste. Efter en struktureret dialog og empatisk holdning sker en kognitiv forankring af udtrykket, som således er blevet forstået. Forståelse kommer altid efter udtrykket, efter forståelsen kommer en kropslig letelse og samtidig voksekraft.

En anden måde er at udspørge det nyfødte udtryk, stille spørgsmål, som: Har du et navn eller en titel? Hvad vil du vise mig? Har du et budskab? Disse spørgsmål kan varieres afhængig af personen og situationen. Personen besvarer selv spørgsmålet og skriver dem ned. Når svarene er uklare, bruger jeg bagsideteknikken. Det betyder, at man ser det først lavede billede som problemet og de efterfølgende, bagsiden, som løsningen. En bagside er skabt af et par streger fra det oprindelige billede, som er overført til et nyt papir. Det første billede bliver lagt til side, og et helt nyt udtryk bliver lavet. For hvert udtryk stilles de samme spørgsmål, og personen nedskriver svarene. Disse hurtige malerier bliver lavet i op til 10 minutter og i mandalaform, da den cirkulære form beskytter det indre, der er ved at projicere sig. Hvert møde indeholder altid en klar afslutning.

## SUPERVISION

I de nordiske lande dør der hvert år lige så mange, som der fødes. Det betyder, at vi i mange former for pleje møder mennesker, der er tæt på døden. Når personalet vælger at arbejde med døden i den palliative indsats, er der ofte noget inde i en selv, der parallelt med valget i det ydre faktisk søger mod døden – ubevidst er der no-

get, der vil dø indeni for at skabe rum for forandring, rum til noget nyt. Man ønsker at komme ind i en voksefase. Man ledsager således den, man skal hjælpe. Man konfronterer eksistentielle spørgsmål i sig selv. Man kan blive ramt. Derfor er det afgørende, at personalet, der arbejder med spørgsmålene i livets sidste fase, får mulighed for vejledning. På det individuelle plan er det målet at føle sig set, hørt og forstået. Fra et gruppeperspektiv er det vigtigt at have et forum til at diskutere forskellige patientsituationer til læring. En overordnet målsætning er at fastholde og videreudvikle de faglige færdigheder og give en dybere forståelse og selvrefleksion på dette grundlag.

## AF LYS ER VI KOMMET

Patienter, jeg har været tæt på i den palliative afsluttende fase, har sagt: "Jeg har aldrig før følt mig så godt, og jeg ved, at jeg snart vil dø." – "Jeg føler mig så godt tilpas, men min kone er så trist, så jeg tør ikke sige det." At være i det levede liv i det tidløse rum er på sin vis at øve sig i at gå ud af tiden – at dø for at gå ind i det tidløse.

Selvom de kropslige bestanddele er kommet af jord og vil vende tilbage til jord, når vi dør, er det, som tænder livet, en gnist af lys. Derfor: Af lys, er vi kommet, og til lys vil vi en gang blive.



Ann Madsen er psykoterapeut MPF og svensk leg. integrativ psykoterapeut, svensk og dansk leg. sygeplejerske, diplomeret udtrykkende kunst psykoterapeut, diplomeret Elisabeth Kübler-Ross facilitator. Medlem af det globale netværk Externalization Workshops, specialiseret i udtrykkende psykoterapi ved alvorlig sygdom – sygdom som vendepunkt.

---

## MARIA MARCUS

Født i Hamborg den 27. marts 1926 | Død i København den 20. januar 2017

### Mindeord ved psykoterapeut MPF Niels Thorning

Maria Marcus afgik ved døden i januar i en alder af 90 år. Hun var i mange år et aktivt medlem af Dansk Psykoterapeutforening. Som psykoterapeut og sexolog tilhørte hun avantgarden, hvilket var helt naturligt for hende, eftersom hun havde uddannet sig til gestaltterapeut i forlængelse af sit forfatterskab og sit engagement i kvindebevægelsen.

Som terapeut var Maria kærlig og konstruktiv i tilgangen til sine klienter. Hun var et frihedselskende menneske, der mødte sine klienter med stor åbenhed og tolerance. Hun kunne være både konfronterende og nænsom og humoristisk. Hendes store erfaring med parforhold, samlivsformer, utroskab og seksualitetens mange udtryk gav hende en grundlæggende evne til at møde disse emner med fordomsfri åbenhed.

Maria afholdt mange kurser, især med temaet seksualitet. Hun holdt i adskillige år sommerkursus på Ærø om kærlighed og seksualitet sammen med Per Holm Knudsen. Først da hun kom til at tilbringe de sidste år af sit liv i kørestol, måtte hun nødtvungent opgive sommerkurserne.

Maria blev med tiden optaget af en søgning mod en mere sand eksistens. Hun fulgte forskellige former for spirituel træning bl.a. på Vækstcentret, Nordlyscentret og ikke mindst fulgte hun i mange år undervisningen i Ridhwan School ledet af A.H. Almaas.

Der var aldrig langt mellem mennesket Maria og terapeuten Maria. Hun gav sig selv fuldt og helt med sin åbne nysgerrighed. Maria sad i stolen med et kærligt tilstedevær og altid med en kontaktfuld og direkte tilgang, hvilket gjorde hende helt unik som psykoterapeut og som menneske.

I sin erindringsbog *Med krop og sjæl* skriver hun på side 250 om sit nye arbejde med klienter:

”Jeg er lykkelig for mit nye arbejde, jeg kunne ikke tænke mig noget mere meningsfuldt, og sådan har jeg det stadig. Alle disse mennesker med deres mod på livet, deres tillid til, at der kan være mening i at give sig ud på deres farefulde indre rejse! Jeg beundrer hver eneste af dem, for jeg ved af egne erfaringer hvordan det føles lige inden man vover springet ud hvor man er bange



for at man ikke kan bunde – og det værste er, at der er en anden der ser og hører ens sande følelser! Der er ikke noget så smukt som at overvære et gennembrud og den forløsning der sker når man nærmer sig sin egen indre kerne. Det kan være som at se et menneske blive født.”

Maria har været en betydningsfuld person for mange af sine klinger, kursister og venner. Hun vil af os alle være uendeligt savnet.

\* \* \*

### Mindeord ved Marias veninde, forfatteren Anne Lilmoes

Maria var for mig en nær og kær veninde. Jeg mødte hende personligt i 1978, men inden da vidste jeg allerede en del om hende. Jeg vidste, at hun før anden verdenskrig var kommet til Danmark som flygtning. Hendes forældre var nemlig det, som nazisterne kaldte jøder. Maria opfattede nu ikke sig selv som jøde – ikke fordi hun havde spor imod jøder, men fordi hun ikke ville defineres udefra. Hun skulle nok selv bestemme, hvad hun var. Ikke desto mindre måtte hun flygte én gang til, så sine gymnasieår tilbragte hun i Sverige.

Tilbage i Danmark begyndte hun at læse litteratur, samtidig med at hun levede det vilde liv i København, især på restaurant Tokanten slog hun sine folder. Og allerede da viste hun sig som den pioner, hun skulle blive ved med at være hele sit liv. For hun gik ind for fri sex, hvilket nærmest var uhørt i 40'erne og 50'erne.

Hun blev gift med jazzanmelderen Erik Wiedemann, og sammen fik de to døtre, Nana og Vinca. Også i sit ægteskab eksperimenterede Maria med seksualiteten. Hun og Erik indførte det åbne forhold, som passede Maria strålende, men som dog, da hun blev alvorligt forelsket, førte til skilsmisse.

Maria var aldrig hjemmegående, som det ellers var almindeligt dengang. Hun arbejdede altid. Som kunstanmelder på Dagens Nyheder og derefter i Kulturafdelingen på Danmarks Radio. Hendes baggrund var klassisk dannelse, og i hendes sind var en åben nysgerrighed dominerende. Og som politisk bevidst på venstrefløjen var hun altid med der, hvor det nye skete. Det var i kvindebevægelsen, jeg mødte hende personligt.

Dengang var terapi noget næsten ukendt i Danmark, men Maria kendte selvfølgelig til det, og sammen med et par andre kvinder havde hun besluttet at danne en gruppe, som skulle forsøge sig med dette nye: Terapi! Jeg blev spurgt, om jeg ville være med, og jeg slog til. Nu har gruppen eksisteret i 39 år, men fungerer dog ikke længere som terapigruppe. I de seneste mange år har vi beskæftiget os med meditation og spiritualitet.

Dengang vi begyndte, holdt vi vores møder i kvindehuset i Gothersgade, hvor vi lavede biodynamiske øvelser og derefter efter bedste evne arbejdede med det stof, som kom frem. Der var gråd og tænders gnidsel, og derfor kom gruppen hurtigt til at hedde *Suk og Støn*. Senere uddannede Maria sig jo til terapeut, og hun arbejdede som sådan helt til sin død som 90-årig.

Maria var også et skrivende menneske, og i løbet af sit lange liv skrev hun 20 bøger.

Allermest kendt blev hun for en af de tidligste, nemlig *Den frygtelige sandhed*, hvori hun fortalte om den masochisme, som hun på det tidspunkt dyrkede lidenskabeligt. Udover den blev det til et par selvbiografier og en enkelt roman, men ellers var det debatbøger, hun skrev.

For Maria havde et stort engagement. Hun ønskede at medvirke til, at verden blev et bedre sted, og hun blandede sig i samfundsdebatten.

En vidtfavnende person, det var hun. Hun boede på det farverige Nørrebro, og hun elskede musik og dans. Hun elskede også sex. Ja, nogen gange kunne man næsten få fornemmelsen af, at hun bedst trak vejret igennem sex. Sexolog blev hun da også.

Og så var der jo mændene. Hun var vild med dem, og hun havde mange af dem. Men de sidste mange år, både før, hun kom til at sidde i kørestol, og efter, ja, helt til hun døde, var der kun én. Han var meget yngre end hende – og hun elskede ham højt.

Maria var et letbevægeligt menneske. Hun var fintfølelse, øm og kærlig. Hun var tapper, hun var skarp, og hun havde humor. Hun var sej, og hun var sart. Hun havde let til gråd og let til grin. Hun var en dejlig veninde, og endnu er det indimellem, som om jeg hører hendes latter, hendes perlende latter, stige mod himlen.

Kære, kære Maria – æret være dit minde.

\* \* \*

### Mindeord ved psykoterapeut MPF Kathrine Juul-Hansen

Psykoterapeut MPF og forfatteren Maria Marcus døde dagen før Trump blev indsat. Jeg har hende mistænkt for, at det gad hun simpelthen ikke opleve. Sidste gang Maria og jeg sås, talte vi nemlig om ham, og hun var ikke synderligt begejstret. Hun skrev vist også en arti-

kel nogle måneder senere om forførelsen, når den store verdensredder dukker op.

Den sidste gang vi sås, som står så tydeligt i min erindring, var til en frokost i sommer. Der talte vi desuden om meningen med livet – intet mindre. Eller rettere sagt, det var nok mest mig, der gerne ville vide noget mere om meningen med livet, da jeg syntes, at hvis der var nogen, der kunne udtale sig om dette, måtte det være Maria. Jeg husker Maria kigge på mig med et lidt overbærende blik i forhold til mit projekt på hendes vegne og dernæst sige noget a la, at hun anså spørgsmålet for en smule irrelevant. I min tolkning gav det nu megen mening: "Livet er Livet – og sådan er dét."

Sådan var det at være sammen med Maria; altid interessant, levende, udfordrende og meningsfuldt. Hun har lært mig flere ting; bl.a. husker jeg igen fra vores sidste møde, at hun fortalte mig om at være bevidst, når man provokerede folk. For det vidste hun også noget om; hun var en stærk, fysisk petit kvinde med sine meningers mod. I 70'erne 80'erne fik hun folk op af stolene, da hun skrev sine bøger omkring masochisme og sin egen proces i forhold til dette. Modigt og ærligt.

Nogle få dage, før hun døde, skrev hun også en artikel i Information omhandlende døden – man kunne forledes til at tro, at hun godt vidste, den var på vej.

Maria var en kæmpe inspiration for mange mennesker – for mig var hendes måde at sige farvel til denne verden på også en inspiration. Hun døde stille og fredeligt om morgenen efter en blodprop aftenen forinden – dagen før Trump og et par dage efter hun havde deltaget i samfundsdebatten på sin personlige, ærlige og kloge måde.

Æret være hendes minde. Og tak for alt, du har lært mig – og andre.

---

## GENSIDIG LÆRING

---



Jesper Juul: *Førerulve. Det livsvigtige lederskab i familien.* Akademisk Forlag 2017. 221 sider, kr. 249,95. Fås også som lydbog.

Jesper Juul er en erfaren og anerkendt familierapeut MPF, foredragsholder, supervisor og forfatter. Han har livslang erfaring med at rådgive, hjælpe samt inspirere såvel familier

som fagfolk. Han har et imponerende internationalt forfatterskab bag sig, og han har spillet en stor rolle i de seneste årtiers debat om opdragelse og relationers betydning for kvaliteten af børns og voksnes sundhed og trivsel, herunder voksnes evne til at tage lederskabet på sig.

Voksnes vilje og evne til at tage lederskabet på sig i familien er også temaet for hans seneste bog. "Børn har brug for forældre som førerulve, sådan at de kan finde sig til rette i livets skov." (s.9) Men hvordan griber vi det an? Hvordan udviser man lederskab – i det samfund og den kultur, som er nu, og som hele tiden forandrer sig? Bogen er et engageret bud på et svar på dette spørgsmål. Den er henvendt til forældre og fagfolk og er skrevet i ligefremt sprog uden forstyrrende fagspecifikke termer. Dens intention er at imødegå en tendens til, at familier lever fra konflikt til konflikt med brandslukninger og et stadig voksende behov for 'løsninger'. Bogen er en stærk opfordring til forældre og voksne generelt om at tænke over tingene, tage stilling til eget værdisæt og fundament; kort og godt blive klogere på sig selv og derigennem kunne tage et personligt ansvar i de menneskelige relationer, de er en del af.

Bogen er smukt og præcist illustreret med et ulvepoteaftryk; en førerulv har sat et spor med et tydeligt hjerte.

Bogen er bygget op af 13 kapitler og tager afsæt i, at børn har brug for voksne, som tager lederskab. Her beskrives, hvordan vi gennem tiden har de-

fineret og opfattet voksnes autoritet samt udfordringen for os i dag med at udvikle en personlig autoritet, hvilket ikke er så enkelt endda, da mange af os står over for den udfordring at skulle kende og tage vare på os selv på en måde, som ikke blev tillagt værdi i vores barndomsfamilier eller i skolerne. Har man læst Jesper Juuls bøger før, er ikke alt nyt stof, men jeg blev alligevel meget optaget under læsningen. Jesper Juul taler om fire hjørneste i forældres lederskab: personlig autoritet, personligt ansvar, selvfølelse og gensidig læring. Jeg vil gerne især fremhæve den fjerde hjørneste, gensidig læring. Jesper Juuls pointe er, at forældreskab er en gensidig læreproces mellem forældre og børn, en læreproces som bidrager til både børns og forældres selvfølelse, enten ved at den øges eller ødelægges.

Vejen til en udviklende gensidighed mellem voksne og børn går bl.a. gennem dialoger. Dialoger som tager vare på børns ligeværd og integritet, og hvis vigtigste mål er at lytte for at forstå. Dialoger er processer, som tager tid; som en bold der spilles ud, og så får man noget tilbage. Det er forældrenes ansvar at lære sig, hvordan de kan etablere dialoger med deres børn. Principperne bag dette er ligeværd, empati, anerkendelse, ansvar, tillid og fleksibilitet. Jesper Juul eksemplificerer i bogen en række dialoger mellem forældre og børn i hverdagsituationer, som jeg tænker er genkendelige i mange familier: Et barn som ikke vil i børnehaven, et barn som ikke vil spise bønner, et barn der nægter at lave lektier, en ung som pjækker fra skole.

Jeg synes, eksemplerne er gode for forældre at spejle sig i, som en måde at få del i erfaringer man som forældre, af gode grunde, ikke selv har haft. Jesper Juuls måde at formidle sit stof på er meget håbefuldt og fuld af invitationer: invitationer til forældre om at ændre deres ledelsesstil og invitationer til fagfolk om at tage den opgave på sig at inspirere forældre.

Der er et meget vigtigt kapitel om at være "førerulv" og "det indre barn". At tage lederskab er i meget høj grad forbundet med at vide, hvem vi selv er. Børn aktiverer dynamikker og overlevelsesstrategier i os, vi selv måtte benytte os af i vores opvækstfamilier. Dynamikker, vi måske ikke engang var klare over eksistensen af. Jesper Juul præsenterer her begrebet "det indre barn" og forklarer på en let forståelig måde, hvilke livfulde udviklingsmuligheder der her er for os, når konflikter opstår i familien og de voksnes "indre børn" pludselig melder sig i konflikten. Børn har ingen anelse om, hvilke knapper de trykker på i os. Det er her, forældre har muligheden for at afvikle selvdestruktive mønstre og generobre deres eget liv ved at lære at give sig selv det, deres forældre ikke kunne. Her er en fin anvisning på, at man kan hente hjælp i psykoterapi.

Jeg blev også meget optaget af kapitlerne om kvindeligt og mandligt lederskab og at være kvinde og mor. Jesper Juuls beskrivelse af, hvordan mange kvinder stadig opdrages til og tilpasser sig selvopofrelsens kunst i deres parforhold og i forhold til deres børn, deres angst for at være egoistiske, og hvordan de i deres måde at elske på bliver selvdestruktive, er tankevækkende. Kapitlerne er meget anbefalelsesværdige til klienter, både

individuelle og par, at læse og reflektere over.

Jesper Juul skriver også om vigtigheden af, at vi opdrager til at indgå i relationer for at skabe de bedste betingelser for størst mulig livskvalitet. Hvordan gør vi det uden at give afkald på vores integritet? Han stiller spørgsmålet om forholdet mellem magt og lederskab og spørger, hvordan forældre kan bruge deres magt og indflydelse til skabe en relation til deres børn, hvor de kan omsætte deres kærlige følelser til kærlige handlinger. Han berører også tendensen i tiden til, at institutioner og skolen fokuserer meget på fremtiden. Det er nemt også for forældre at ende der, hvor fortiden og fremtiden fylder utrolig meget, og hvor de bliver optagne af at skaffe beviser for, at de er gode forældre. Hvordan kan nødvendigheden af at være sammen med børnene i nuet, for at de bliver i stand til at kunne mærke egne impulser og deres eget inderste, blive vigtigere for forældrene?

Det er min oplevelse, at det er Jesper Juuls hensigt med bogen at inspirere læseren til at blive nysgerrig på sig selv, tænke sig om, reflektere over egne og fælles værdier, få mod til at prøve noget nyt af, "hvad vil jeg?", tænke over og måske opsøge professionel hjælp til at tage sig af egne barndomsproblematikker, som en gave til sig selv og sin familie, og sammen med sin partner øve sig i at tage lederskab i familien. Alt sammen set i forhold til den indflydelse det omgivende samfund og kulturen har, og det synes jeg, han kommer i mål med.

Samlet set synes jeg, det er en dejlig anvendelig og læseværdig bog, som er overskuelig og let at gå til. Den er skre-

vet i et sprog, som enhver kan læse, og den egner sig godt til at anbefale forældre at læse, enten i sin helhed eller i anbefalede kapitler. Den kommer langt omkring i sit stof, er fuld af eksempler, og sidst i bogen beskrives også fem meget genkendelige opdragelsesstile i tiden som faldgruber for 'førerulve' samt refleksioner over deres langsigtede konsekvenser.

Jeg kan varmt anbefale bogen.

**Gurli Thomassen**  
Psyko- og familierapeut MPF



---

## VEJE UD AF LIVSSTRESS

---



Inge Schützack Holm: *Den indre uro. Stress og traume belyst gennem tilknytningsteori, neurovidenskab og mindfulness psykologi.* Historia 2016. 408 sider, kr. 299.

En virkelig gennemført bog om stress og traume belyst gennem tilknytningsteori, neurovidenskab og mindfulnesspsykologi. En indføring i evolutionspsykologi, udvikling og indflydelse, om frygtens kredsløb tilknytnings- og omsorgssystemerne. Læseren får en formidabel og indgående viden og forståelse af traumer, der grundlægges i barndommen og skaber livsstress og lidelse. For slutteligt at skabe forstå-

else for, hvordan man på baggrund af de nyeste neurovidenskab og hjernens plasticitet vha. psykoterapi og mindfulness kan skabe forandring.

Størstedelen af bogen består af interessant og grundig belysning af tilknytningsteorien, og man efterlades i en 'sult' efter at nå til sidste del af bogen. Her åbnes op for metoder til gennemterapi og mindfulness at skabe indsigt, egenforståelse og veje ud af livsstress. Mindfulness spiller en central rolle i helingen, og læseren får en klar forståelse for, hvordan mindfulness skaber adgang til det enkelte menneskes værensmodus. "Mindfulness-psykologien opfordrer os til at nærstudere vores eget sind, at vi bevidst bringer vores mentale aktiviteter ind i opmærksomhedsfeltet, og på den måde ser og fornemmer os selv indefra" (s.355). Bogen beskriver ligeledes, at "mindfulness meditation ikke handler om at stræbe efter lykken, men snarere at afmontere lidelsen" (s.356) og uden stræben hjælpe klienten med at skabe mere robusthed og resiliens.

Man bliver som læser ført igennem en avanceret og grundig forståelse af hjernens udvikling og biokemiske system, og hvad negativ påvirkning i den tidlige barndom har af konsekvenser. Bogen peger på, at vi er sociale væsner og er skabt til at indgå i relationer og til at stræbe efter omsorg og kærlighed fra de nære omsorgspersoner. Evner de nære omsorgspersoner ikke at imødekomme barnets behov, indvies vi her i vores evne til selvbeskyttelse som så stærk en kraft, at det kræver tid og tillid at slippe den. Nyeste forskning inden for feltet viser, at vi med den rette hjælp kan nå derhen.

En fagbog som udover sit videnskabelige fokus også berører. På et ekssi-

stentielt plan skaber den stor indsigt i og forståelse for mange menneskers desperate ønske om at leve et liv i balance uden at kunne finde vejen. Kapret af en grundlæggende uro og livsstress. En bog, der sætter fokus på et tema, nemlig stress, og understreger vigtigheden af at finde roden til stress, og at stress kan have mange ansigter.

Bogens tyngde og mørke udseende illustrerer på alle måder bogens centrale og vigtige indhold, som kapitel for kapitel på en interessant og gennemtænkt måde forklarer og delagtiggør læseren i emnet. Kapitlerne er inddelt i et overskueligt antal sider, og når et kapitel afsluttes, skabes sammenhæng og nysgerrighed på det næste.

Som behandler og fagperson efterlades man med en indsigt i, hvor væsentligt det er at turde at være med klienten der, hvor klienten er, og at hvert skridt er ny læring og vejen mod et mere meningsfuldt livsnarrativ.

En medrivende og helt igennem fantastisk fagbog. Velskrevet og meget uddybende. Som psykoterapeut har jeg gennem tiden læst mange fagbøger, men der er ingen tvivl om, at alle, der arbejder med børn og voksne, bør læse denne bog. Jeg kunne næsten fristes til at sige, at den bør være en del af undervisningsmaterialet på bl.a. seminarier og for sundhedsplejersker i arbejdet med familier og børn. På en skala fra 1-5, hvor 5 er fremragende, får den helt bestemt 5. Den skaber sammenhæng og en ny forståelse for vigtigheden af vores relationer og væren i verden og for, at livsstress ikke behøver at være en livslang lidelse.

Lilli Lewandowski  
Psykoterapeut MPF

---

## PSYKOLOGISK FLEKSIBILITET

---



Anne Agerbo: *Fra offer til overlever – ACT med traumer*. Frydenlund 2017. 226 sider, kr. 289.

Jeg gik i gang med at læse bogen intetanende om den resonans, der opstod i mit eget indre landskab, områder som gik bagom min egen generation, min egen personlighed og egne traumer. Jeg blev simpelthen nødt til at læse

den første del færdig på én gang på vejen hjem i toget fra København, da jeg blev suget helt ind i fortællingen om farfar og hans grusomme oplevelser i Buchenwald og andre tyske lejre. Jeg må tilstå, at jeg ikke tidligere har vovet at læse om de direkte oplevelser fra kz-overlevende, især detaljerne, og jeg er desværre også den første til at slukke for en evt. dokumentar, der omhandler dette. En form for 'lukken ned': det er bare så slemt og umenneskeligt og for mit eget vedkommende også et dybtfølt ønske om, at det ikke var/er sådan. Mit arbejde som psykoterapeut, bl.a. med asylansøgere og torturoverlevende med anden etnisk baggrund, har dog tydeliggjort, at volden og overgrebene foregår og ofte lever et hengemt og tavst indre liv i form af en diagnose: PTSD, angst m.m. eller anden undgåelsesadfærd, både i den voldsomme og i den milde form.

I bogen inviteres jeg ind i farfars stue og lytter til hans fortællinger, og på forunderlig vis bliver jeg et vidne til det grusomste, at det virkelig er foregået. Det bliver virkeligt for mig, at det skete, og at vold og overgreb foregår. Jeg kan ikke længere lukke ned, og det åbner min medfølelse. Fortællingen bliver tydelig og levende gennem det særlige direkte fortællesprog. Farfar bliver et menneske, jeg kan sanse og relatere til, på samme måde som forfatteren og barnebarnet Anne Agerbo bliver levende gennem de meget kropslige sansninger, hun responderer med. En smuk og 'dansende' måde at beskrive det mest umenneskelige overhovedet.

Bogen første del udspiller sig i samtaler mellem forfatteren og hendes

farfar, hvor hun er på besøg, de drikker kaffe og spiser rundstykker, og nænsomt lytter hun til hans fortællinger. Hun har hørt de fleste historier før og mærker impulsen til at stille spørgsmål, men nøjes med at observere den tendens. Der dukker hele tiden nye dimensioner og nuancer op, og hun beskriver meget ærligt og hudløst de sansninger, tanker og overvejelser, hun oplever undervejs i form af: "Var det mon nu også sådan, det var? Eller var det sådan, farfar husker det? Hvor stor er afstanden mellem erindringen og fakta? Min indre dommer løber af med mig. Kalder mig 'krænker'. Min indre skeptiker roser mig. Kalder mig vågen og opmærksom." (s.43)

Forfatterens ærinde er hovedsageligt at være vidne og ægte medfølelse over for farfars beretning. At være bevidst om, at vi alle tager ansvar og bliver medvidende, og gennem dette være modtagelig for den påvirkning, traumat har for os alle op gennem generationerne, ind i forfatterens eget liv, i relation til familien, klienter m.m. Netop denne dimension oplever jeg er så velovervejet og smukt beskrevet og opfordrer til, at vi psykoterapeuter m.m. alle er bærere af generationers oplevelser af traumer og overgreb, og med det tydeliggør Anne Agerbo terapeutens menneskelighed og ansvar.

Farfars historie om oplevelserne i en nazistisk kz-lejr gør indtryk på mig og vækker en følelse af fællesmenneskelighed, umenneskelig lidelse og medfølelse. Farfars direkte erindringer, store humor, den direkte sansning, Anne Agerbos kropssansninger, små pauser, rundstykker og kaffe, dette synliggør

og tillader selve traumevæsnet. "Det handler om at turde lade lidelse og lykke eksistere samtidig." (Bagsiden)

Bogen fører os efter fortællingen om farfar ind i den mere faglige ramme, beskrivelse af PTSD-diagnoser, traumers udvikling og behandling set igennem *Acceptance and Commitment Therapy*, ACT. "Ordet traume betyder skade eller sår." (s.67) Ja, og et sår skal lindres med kærlighed og varme.

ACT-terapien kan skabe et ægte møde, hvor traumet kan bæres, og derigennem hjælpe offeret tilbage til de værdier, som virkelig er værd at navigere efter. Denne del af bogen er mere teoretisk og stiller krav til mig, krav om at tilegne mig denne model af verden eller forstå, og her kan jeg have en tendens til at komme til at tænke på andre emner og bliver lettere afledt. Men essensen, som jeg hæfter mig ved, er klart området *psykologisk fleksibilitet*, som virkelig bliver foldet ud og integreret i mig. Det er det samme, vi ønsker med mindfulness og anden bevidstheds-træning, dejlig præcis beskrivelse. Forfatteren levendegør fint teorien ud fra farfars fortælling. Det kan dog opleves som en kontrast til det smukke, jeg var vidne til, hvor forfatter og farfar mødtes over kaffen i det helt direkte møde.

ACT og hele værtdiagrammet kan bevidst støtte personen, traumeofferet, til at genetablere en form for psykologisk fleksibilitet. Forfatteren bringer fortællingen om farfar ind i denne faglige del, og det lykkedes smukt at se sammenhængen mellem, hvorfor farfar klarede sig så godt efter hjemsendelsen. I modsætning til hans evige

støtte og gode ven fra Buchenwald, Ewald, som altid så ud til at klare sig godt i lejren, men som desværre drak sig ihjel, efter de kom hjem. Måske var det ikke muligt at integrere traumet og opbygge sunde stærke værdier og efterfølgende psykologisk fleksibilitet, et kernebegreb i ACT, da traumerne var for store og flachbacks for overvældende.

Gennem denne særlige skrivestil og integrationen af ACT, lykkedes det forfatteren at stille ind på det kollektive/fælles traumevæsnet, et sted, et indre landskab, hvorfra det er umuligt at navigere, som om det er en anden bevidsthed, der ikke kan kommunikeres på almindelig frekvens.

Bogen er stærk og intens læsning, som jeg varmt kan anbefale til alle fagfolk, der møder lidelse og traumer, men også til dem, der til tider fornægter lidelse, måske ikke helt bevidst. Fornægter, at det har foregået, og at der stadig foregår umenneskelige overgreb på mennesker.

For mig personligt blev bogen til endnu en dør ind til en indre proces, hvor jeg har åbnet op for de traumer, som ligger hengemt og usagte i min egen familie. Forfatteren opfordrer os til at tale om traumerne i familien, og der er smukke anvisninger på dette i forbindelse med selve ACT-tilgangen. Traumer, som udspillede sig under anden verdenskrig, men som vi stadig mærker dønninger af. For eksempel min storesøsters mand, som også var kz-overlever, jøde og græker, og den betydning, det havde for deres fælles barn og ægteskab og efterfølgende de-

res barnebarn, her mange år efter de begge omkom i en voldsom trafikulykke. Denne indsigt forbinder mig med den indre medfølelse og ønsket om, at alle mennesker må opleve lykke og følelsen af sikkerhed.

Vi har alle som mennesker et fælles ansvar for at stille os til rådighed og lytte og være vidne som medmennesker til den umenneskelighed, der forgår, og vi må både som professionelle og ikke mindst i vores familier og gennem vores indre praksis tage medansvar.

**Birthe Moksha**  
Psykoteraapeut MPF  
Cert. mindfulness MBSR lærer

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

Hanne Hostrup:

**Parterapi på gestaltterapeutisk grundlag**

Kærlighed og sammenhold har dårlige vilkår i en travl hverdag, hvor kravet om både seksuelle, økonomiske og arbejdsmæssige præstationer slider på parforholdets sammenhængskraft. Parterapi er blevet et fagområde i vækst, og det er stigende aktuelt at efteruddanne sig. Bogen henvender sig til psykoterapeuter, der vil lære at arbejde med par, eller som allerede arbejder med par. Bogen gennemgår i teori og med mange eksempler parterapiens forudsætninger, etik og metode. Hans Reitzels Forlag 2017. 170 sider, kr. 250. Fås også som i-bog.



Erik Simonsen, Birgit Bork Mathiesen (red.):

**Personlighed og personlighedsforstyrrelser. En grundbog**

Vores personlighed har stor betydning for vores risiko for at udvikle psykisk sygdom, hvad enten det drejer sig om vanskeligheder med følelsesregulering, impulsivitet, overdreven perfektionisme, udtalt bekymringstendens, mangelfuld evne til at indgå i tillidsfulde relationer og til at leve sig ind i andres følelser, svære aggressioner eller manglende målrettethed. Bogen tager læseren med bag kulisserne i forståelsen af menneskets personlighed og samler den viden, vi har opnået gennem de seneste 25 års forskning.

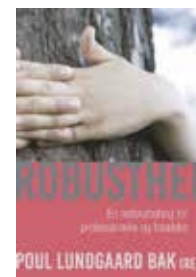
Hans Reitzels Forlag 2017. 752 sider, kr. 650. Fås også som i-bog.

Poul Lundgaard Bak (red.):

**Robusthed. En redskabsbog for professionelle og forældre**

Det med at være robust handler dybest set om at kende og mærke sig selv – også når det drejer sig om at sige nej til urimelige krav, pres og et alt for højt tempo. Det gælder ikke mindst for børn og unge. Bogens artikler beskriver, hvordan man med viden og redskaber fra Robusthedsprogrammet, som er en del af Forskningsprogrammet for Mental Børnesundhed under Komiteen for Sundhedsoplysning, kan støtte børn og unge i deres hverdag og udvikling.

Klim 2017. 203 sider, kr. 199,95.



Pia Callesen:

**Lev mere tænk mindre. Drop grublerierne og slip fri af nedtrykthed og depression ...**

Normalt siger man, kriser skal takles ved at bearbejde dem. Vi taler, tænker og analyserer for at tømme rygsækken for 'dårlig bagage'. Men sindet skal i stedet betragtes som en si, hvor alt passerer. Metakognitiv terapi har dokumenteret effekt på depression, og studier viser, at 70-80 % af alle depressive kureres på rekordtid. Bogen henvender sig både til den depressive og den, der gerne vil lære at takle sine negative tanker. Forfatteren er psykoterapeut MPF.

Politikens Forlag 2017. 168 sider, kr. 250. Fås også som e-bog.

Marianne Horsdal:

**Tilværelsens fortællinger. Tilegnelse og anvendelse**

Vores tilværelse præges af de fortællinger, vi er omgivet af. Fortællinger har betydning for identitet, for fællesskaber og ikke mindst for muligheden for at skabe mening og sammenhæng i tilværelsen. Fortællinger gør det både muligt at forstå fortiden, forhandle mening og integrere forandringer. Livsfortællinger er en særlig genre, som spiller en rolle for menneskers identitet, og som finder anvendelse i forskellige former for pædagogisk og socialt arbejde.

Hans Reitzels Forlag 2017. 231 sider, kr. 300. Fås også som i-bog.



Peter A. Levine:

**Traume og hukommelse. Hjerne og krop i en søgen efter den levende fortid**

Traumeterapi arbejder ofte med 'eksplicite' erindringer, mens der har været mindre opmærksomhed på, hvordan kroppen lagrer 'implicitte' erindringer, og på, hvor meget af det, vi betragter som 'erindringer', der faktisk når os gennem vores interoceptive kropssans. Ved at få en bedre forståelse af det komplekse samspil mellem fortid og nutid, hjerne og krop, kan vi ændre vores relation til tidligere traumer og nå frem til en mere afbalanceret måde at være til på.

Hans Reitzels Forlag 2017. 200 sider, kr. 325. Fås også som i-bog.



Rolf Kuschel:

**PsykoLOGER på afveje. Datafabrikation, -manipulation og plagiering**

Snyd inden for videnskaberne er desværre ikke noget særsyn. Bogen gennemgår, hvordan elite psykologer har manipuleret med deres forskning. Derudover gennemgår bogen forekomsten af videnskabelig uredelighed hos bl.a. psykoanalysens grundlægger Sigmund Freud og sexguruerne Alfred Kinsey og Shere Hite; mange af deres resultater lever slet ikke op til videnskabens krav om redelighed, viser det sig. Forfatterens ønske med bogen er at dokumentere, hvor nødvendigt det er, at vi forholder os kritisk til den videnskabelige forskning.

Frydenlund 2017. 168 sider, kr. 249.

Edward R. Watkins:

**Ruminationsfokuseret kognitiv adfærdsterapi for depression. Grundbog & manual ...**

Rumination er en central sårbarheds- og vedligeholdelsesfaktor for depression, og alligevel har den vist sig modstandsdygtig over for forandring og vanskelig at behandle. Bogen præsenterer en empirisk baseret tilgang til behandling af klienter med alvorlig og kronisk depression gennem direkte håndtering af negativ rumination. Den tilhørende manual til gruppeterapi beskriver indholdet af et standardiseret gruppeforløb på 11 sessioner.

Hans Reitzels Forlag 2017. 422 & 134 sider, kr. 500 & 250. Fås også som i-bog.



Erik Lohman-Davidsen:

**PsyKOLOGEN og klienten - retligt set**

Hvorfor er psykologens/behandlerens tavshedspligt så betydningsfuld, og hvorfor viger den alligevel i nogle tilfælde? Journalen er psykologens/behandlerens arbejdsredskab, men hvorfor må klienten og andre alligevel læse den? Psykologen har pligt til at beskytte barnet, når forældrene strider - hvilken støtte kan hentes i reglerne? Med fokus på psykologen udfoldes de regler, som psykologen og andre behandlere kan få hjælp af, og de dilemmaer, som bør overvejes.

Hans Reitzels Forlag 2017. 368 sider, kr. 375. Fås også som i-bog

Poul Lundgaard Bak:

**Tankernes hus og andre små historier til børn og voksne**

Det at kunne tænke over sine tanker - at mentalisere - er et af de vigtigste redskaber til udvikling af robusthed og en stærk og sund selvfølelse hos børn og unge. Og det er uvurderligt at kunne mærke, hvilke tanker der er gode, og hvilke der er mindre gode for en. Forfatteren står bag Robusthedsprogrammet - se forrige side. Denne bog indeholder fortællinger, der kan stå alene eller fungere som afsæt for samtaler om tanker mellem forældre/professionelle og børn.

Klim 2017. Ill. af Ulla Steen Christiansen. 80 sider, kr. 149,95.



## FYRAFTENSMØDER I KØBENHAVN

**Tirsdag den 5. september 2017 kl. 17-19**

Karen Glistrup, socialrådgiver, familierapeut MPF og supervisor, medstifter af landsforeningen *Snak om det...*, forfatter til tre bøger

**HVAD BØRN IKKE VED ...  
HAR DE ONDT AF**

Børn er altid involverede i det, der foregår omkring dem. Også i det, som i kærlig omsorg bliver fortiet. Men tavshed gør børn ensomme og nærer følelser af skam og forkerthed. Børn sanser alt, de forsøger at skabe mening og sammenhæng, og de udvikler, fra de er ganske små, strategier for at overleve. Også i det meningsløse. Nogle børns strategier kan ses i en forstyrret adfærd. Andre viser ingen tegn. De skjuler blot smerten.

Kernen i mange voksne menneskers psykiske smerte består af længsler og savn. Længsler efter at nogen havde set én eller havde sagt noget, som ikke blev sagt ... dengang man var barn. En ældgammel forestilling om, at vi skåner børn ved ikke at snakke med dem om smertefulde oplevelser, er desværre fortsat dybt forankret i vores kultur.

Karen Glistrup vil med afsæt i udviklingspsykologien, egen praksis og den viden, som neurovidenskaben har foræret os, vise nye veje til god kontakt og snak med børn og forældre, når psykiske lidelser og andre smertefulde tilstande rammer familien.

**PRIS:** Kr. 150.

**STED:** København. Nøjagtig adresse kan ses på [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk).

**Tilmelding** som anført nedenfor. Man kan også komme ind uden tilmelding, hvis der er plads. Alle er velkomne. Max. 30 deltagere.

**ARRANGEMENTSNUMMER:** 4129

**Torsdag den 21. september 2017 kl. 17-19**

Laila Ravnkilde Marlet, fysioterapeut med speciale i gynækologi, urologi, fertilitet og andrologi med mere end 20 års erfaring

**UNDERLIVSGENER HOS  
MÆND OG KVINDER,**

**Få viden, så du får lettere ved at tale med dine klienter om det**

Underlivsproblemer hos mænd og kvinder hører ofte sammen med depression, dårligt seksualliv og lavt selvværd. Forskning viser fx, at man isolerer sig socialt fra andre mennesker, hvis man har inkontinens. Emnet er meget tabubelagt – også for fagfolk – og de færreste ved, at 8 ud af 10 kan kureres eller få det meget bedre med helt enkle fysioterapeutiske metoder.

Fyraftensmødet vil give inspiration og idéer til, hvordan man som psykoterapeut kan spørge ind til samt opspore underlivsproblemer hos mænd og kvinder for på den måde at kunne tage hånd om deres underlivsproblematikker og hjælpe dem videre.

Oplægget vil indeholde et teoretisk oplæg om inkontinens, ufrivillig barnløshed, smerter i underlivet og ved samleje samt rejsnings- og potensproblemer hos mænd. Desuden vil der blive introduceret til specifikke øvelser til bækkenbundstræning.

**PRIS:** Kr. 150.

**STED:** Kursustrappen Frederiksberg, Kong Georgs Vej 11 (baghuset).

**Tilmelding** som anført nedenfor *senest 15. august*. Man kan også komme ind uden tilmelding, hvis der er plads. Max. 30 deltagere.

**ARRANGEMENTSNUMMER:** 4128

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

**BETALING:** Ved tilmelding sendes en faktura på mail. Betaling skal ske inden mødet.

**AFBUD TIL FYRAFTENSMØDER/FOREDRAG:** Tilmelding til foredrag/fyraftensmøder bindende, og der er ingen tilbagebetaling ved afbud.

**TJEK** [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) > Aktuelt > Kurser [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.

## FYRAFTENSMØDE I KØBENHAVN

**Torsdag den 5. oktober 2017 kl. 17-19**

Cecilia Virgin, fysioterapeut, socionom og psykoterapeut MPF. Forkvinde for fonden *En god start i livet*

## HVORDAN EN KOMPLICERET FØDSEL PÅVIRKER KONTAKTEN MELLE M MOR OG BARN

En tidlig fødsel, og fødsler i det hele taget, er afgørende begivenheder i en kvindes liv. Som psykoterapeut er det vigtigt at vide, at en dårlig kontakt mellem mor og barn kan have rod i et dårligt forløb under en tidlig eller en vanskelig fødsel.

Foredraget vil også handle om kængurumetoden, hvor det for tidligt fødte barn bliver taget ud af kuvøsen og lagt hud mod hud mellem morens bryster. I dag ved vi, at kontakten mellem mor og barn, både når barnet er født før tiden og til tiden, er vigtig for såvel morens som barnets velbefindende.

Cecilia Virgin vil illustrere foredraget med PowerPoint og ser frem til spørgsmål og kommentarer. De, der har tid, må gerne blive til kl. 19.30.

**PRIS:** Kr. 150.

**STED:** EFT Institut, Borgergade 28, 2. sal, København K.

**Tilmelding** som anført nedenfor. Man kan også komme ind uden tilmelding, hvis der er plads. Alle er velkomne. Max. 30 deltagere.

**ARRANGEMENTSNUMMER:** 4126

## FYRAFTENSMØDE I AARHUS

**Mandag den 25. september 2017 kl. 17-19**

Ulla Rung Weeke, cand. psych., kropsterapeut og specialist i psykotraumatologi. Har etableret Skolen for Psykosomatik

## ORDLØSE LAG OG KROPSLIGE TILSTANDE

set i et neurobiologisk traumeperspektiv

Ulla Rung Weeke vil tale ind i de ordløse lag og kropslige tilstande set i et neurobiologisk traumeperspektiv. Hvordan vi kan blive traumatiserede som nyfødte og små børn, når vores omsorgspersoner ikke er der for os, og hvordan det primært sætter sig ordløst og som kropslige tilstande i væv, nerver og hormonsystem og er med til at præge vores hjernes udvikling.

Hvordan disse tilstande kan påvirke os som større børn, teenagere og voksne om og om igen, og hvordan vi kan opleve os overvældet af disse kropslige tilstande.

Ud fra dette vil Ulla Rung Weeke fortælle om et kontinuum af arousal-tilstande, både de højtråbende (også kaldet hyperarousal) og de tavse, kollapsede, opgivende tilstande (også kaldet hypoarousal). Hvordan de sanses og genkendes i kontakt og relation med andre mennesker.

Den nødvendige biologiske skamregulering og hvordan tilstande af skam påvirker vores trivsel, kontaktevne og selvværd, når vi ikke får hjælp til at reparere tabt kontakt.

**PRIS:** Kr. 150. Inkl. kaffe/te, småkager.

**STED:** Psykoterapeutisk Institut, Søndergade 64, 2. th. (Strøget), Aarhus C.

**Tilmelding og betaling**, som anført nedenfor. Man kan også møde op uden tilmelding, hvis der er plads. Alle er velkomne.

**ARRANGEMENTSNUMMER:** 4415

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

**BETALING:** Ved tilmelding sendes en faktura på mail. Betaling skal ske inden mødet.

**AFBUD TIL FYRAFTENSMØDER/FOREDRAG:** Tilmelding til foredrag/fyraftensmøder bindende, og der er ingen tilbagebetaling ved afbud.

**TJJK** [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk) > Aktuelt > Kurser [arrangementet] for evt. ændringer vedr. arrangementet.

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

## FYRAFENSMØDE I AARHUS

**Onsdag den 25. oktober 2017 kl. 17-19**

Rikke Bjørn-Henriksen, krops- og psykoterapeut MPF. Privat praktiserende gennem 33 år. Neuroaffektiv uddannelse hos Susan Hart, Marianne Bentzen, Peter Kofoed.

## NEUROAFFEKTIV PSYKOTERAPI OG LEDELSE

I den neuroaffektive tankegang taler man om 'den tre-enige hjerne', dvs. samarbejdet mellem vores tre hjerner: den præfrontale, den limbiske og den autonome. Når de tre hjerner er indbyrdes afstemt, taler vi om at kunne mentalisere.

En vellykket terapeutisk proces handler i højere grad om vores evne til at indgå i en arbejdsalliance eller at komme på bølgelængde med vores klienter end om metode og teori. Personlighedsudvikling og dermed også psykoterapi finder sted i en relationsproces, som dybest set foregår ud fra et basalt menneskeligt behov for at føle sig set og forstået af andre.

Daniel Stern siger: "Vi er alle sammen del af hinandens centralsystem." I den neuroaffektive psykoterapi og ledelse spiller det relationelle og dermed mødeøjeblikket hovedrollen. Rikke Bjørn-Henriksen vil med afsæt i ovennævnte og ud fra egen praksis uddybe de overordnede principper for neuroaffektiv psykoterapi og ledelse. Desuden indgår et par øvelser.

**PRIS:** Kr. 150. Inkl. kaffe/te, småkager.

**STED:** Psykoterapeutisk Institut, Søndergade 64, 2. th. (Strøget), Aarhus C.

**Tilmelding og betaling**, som anført på forrige side. Man kan også møde op uden tilmelding, hvis der er plads. Alle er velkomne.

**ARRANGEMENTSNUMMER: 4416**

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

**BETALING:** Efter tilmelding sendes en faktura på mail. Betaling skal ske inden kursusstart.

**AFBUD TIL KURSER:** Ifølge købeloven kan du inden for 14 dage fortryde din tilmelding til et kursus. Herefter er tilmeldingen bindende. Vi har dog forståelse for, at du kan blive forhindret, og vil derfor ved framelding inden sidste tilmeldingsfrist returnere kursussen fratrasket kr. 450 til dækning af administration. Herefter ingen tilbagebetaling.

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

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

## KURSUS

## TRAUMER OG TILKNYTNING

### Psykomotorisk færdighedstræning som traumeterapeutisk metode

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

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

Målet med kurset er at styrke psykoterapeutens selvregulerings- og mestringskapacitet mhp. at kunne regulere kontakt, optimere tryghed, kropsligt såvel som relationelt, ift. de kraftfulde tilstande, der åbnes for i arbejdet med traumer.

Indhold:

- Kropsligt orienteret færdighedstræning som støtte til selvregulering.
- Bevidstgørelse af dominans- og underkastelses-aspekter af hjælpesøgende og hjælpegivende roller.
- Træning i regulering af emotioner og arousal-tilstande.
- Bevidstgørelse af forskellige stilarter i den hjælpegivende rolle i forhold til traumetilstande.
- Teori om organiserede og disorganiserede tilknytningsmønstre og overlevelsereaktioner.
- Differentiering mellem, hvilke metoder der er funktionelle, afhængigt af hvilken type overlevelsereaktioner man arbejder med.

Undervisningen er oplevelsesorienteret suppleret med teori. Henvender sig til psykoterapeuter og andre behandlere og undervisere.

## MERETE HOLM BRANTBJERG

Psykoterapeut MPF, underviser, konsulent, supervisor og psykoterapeut internationalt. Har udviklet Relationel Traumeterapi, en psykomotorisk og systemorienteret metode. Medskaber af Bodydynamic Analyse, siden 2003 leder af sit eget firma. Er specialiseret i arbejde med stress- og traumemønstre og med mestring af hjælperollen.

**TID OG STED:** Torsdag-lørdag den 26.-28. oktober 2017 kl. 9.30-17. København.

**PRIS:** Medlemmer kr. 3.400, studerende medlemmer kr. 3.060, ikke-medlemmer kr. 4.250. Inkl. morgen- og eftermiddagskaffe/te. Max. 18 deltagere.

**TILMELDING** som anført nedenfor, senest 21. september 2017.

**ARRANGEMENTSNUMMER: 4121**



## KURSUS

## HVERDAGENS TANKE- OG FØLELSESLÆSNING

### Et neuroaffektivt perspektiv på mentalisering hos dig selv og andre

Dette kursus handler om metoder til at undersøge og arbejde med mentaliseringsevnen hos sig selv og hos sine klienter. Terapeutens mentalisering er afgørende for selve den terapeutiske proces, mens klientens mentaliseringsevne er afgørende for, hvilke slags interventioner der kan føre til udvikling. I psykoterapi udvikles klientens mentalisering gennem samspil med en terapeut, der kan både mentalisere, rumme og udfordre klienten på det niveau, hvor han eller hun er læringsparat. I neuroaffektiv personlighedsudvikling ser vi på tre niveauer:

- Kropsudtryk, sansning og synkronisering i kontakt
- Følelsesmæssig nuancering og relationsudvikling
- De narrativer og indre ledsagere, der danner menneskers verdensbilleder.

Marianne Bentzen vil undervise deltagerne i at anvende mentaliseringsmodellen til at undersøge og udvikle forskellige aspekter af mentalisering og bruge den neuroaffektive mentaliseringsskala til at vurdere mentaliseringsniveauet hos en anden og hos sig selv. Kurset vil indeholde teoretiske oplæg, videofilm af interview, diskussion, mindfulness og smågrupperarbejde, hvor deltagerne arbejder med og reflekterer over mentaliseringen hos sig selv og/eller en klient.

## MARIANNE BENTZEN

Psykoterapeut MPF, psykomotorisk psykoterapeut siden 1980, træner i Bodydynamic Institute 1985-89. Siden 1982 professionelle efteruddannelseskurser i ind- og udland. I snart 20 år sammen med Susan Hart arbejdet med sammenfatning af den neuroaffektive udviklingspsykologi og med anvendelsen i behandling og psykoterapi. Forfatter til artikler og bøger om emnet og har flere i støbeskeen.

**TID OG STED:** Torsdag-fredag den 2.-3. november 2017. Morgenmad kl. 9. Undervisning den 2. kl. 9.30-17.30 og den 3. kl. 9.30-16.30. Knudhule Badehote i Ry.

**PRIS:** Medlemmer kr. 2800, ikke-medlemmer kr. 3500, studiemedlemmer kr. 2520. Inkl. morgenmad, frokost, frugt, kaffe og kage begge dage. Min. 22 og max. 31 deltagere. Vedr. overnatning se [www.dpfo.dk](http://www.dpfo.dk)

**TILMELDING** som anført nedenfor senest 21. september 2017.

**ARRANGEMENTSNUMMER: 4414**

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

**BETALING:** Efter tilmelding sendes en faktura på mail. Betaling skal ske inden kursusstart.

**AFBUD TIL KURSER:** Ifølge købeloven kan du inden for 14 dage fortryde din tilmelding til et kursus. Herefter er tilmeldingen bindende. Vi har dog forståelse for, at du kan blive forhindret, og vil derfor ved framelding inden sidste tilmeldingsfrist returnere kursussen fratrasket kr. 450 til dækning af administration. Herefter ingen tilbagebetaling.

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

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

## KURSUS

## SJÆLENS KROPSSPROG

### Bioenergetisk workshop

Den amerikanske læge Alexander Lowen grundlagde bioenergetikken som en videreudvikling af Wilhelm Reichs arbejde. Inden for de senere år har kroppen fået større opmærksomhed i psykoterapeutiske processer, fx hvordan følelser kommer til udtryk i stemme, kropsholdning og øjenkontakt. Bioenergetikken tilbyder her en velfunderet teori og praksis, der er udviklet gennem de sidste 60 år.

På workshoppen vil der blive arbejdet med øvelser, der øger fornemmelse for og forståelse af egen krop. Det terapeutiske arbejde vil foregå i en legende og humoristisk atmosfære med respekt for den enkelte. Arbejdet vil føre til en øget forståelse af, hvorfor evnen til at mærke lyst og glæde delvist er blokeret. Deltagerne vil derigennem komme mere i kontakt med deres kompetencer og ressourcer, blandt andet gennem erfaringer med sig selv og med andre i gruppen, herunder også med brug af rytme og stemme.

Konrad Oelmann vil på workshoppen give nysgerrige kollegaer mulighed for at opleve de muligheder, den kropsorienterede psykoterapi giver. Workshoppen egner sig desuden til at overveje, om man er interesseret i at uddanne sig til bioenergetisk psykoterapeut.

For at give mulighed for mere dybtgående erfaringer er det maksimale antal deltagere på workshoppen sat til 16. Workshoppen vil foregå på engelsk.

Henvender sig til psykoterapeuter og andre med lignende arbejde.

## KONRAD OELMANN

er international træner i bioenergetik. Han har 30 års erfaring som speciallæge i psykosomatik og psykoterapi. Han er bioenergetisk psykoterapeut og psykoanalytiker og arbejder i området mellem psykoanalyse og kropsorienteret psykoterapi.

**TID OG STED:** Lørdag-søndag den 25.-26. november 2017. Begge dage kl. 10.00-17.30. Frederiksberg.

**PRIS:** Medlemmer kr. 2700, ikke-medlemmer kr. 3375. Inkl. morgenmad, frugt, kaffe og kage begge dage. Frokost medbringes eller købes i nærområdet. Max. 16 deltagere.

**TILMELDING** som anført nedenfor senest 20. september 2017.

**ARRANGEMENTSNUMMER: 4127**



## THE POWER OF SELF-COMPASSION

Kristin Neff

København den 21.07.2017



## WISDOM AND COMPASSION IN PSYCHOTHERAPY

Christopher Germer & Christine Brähler

København den 26.09.2017-27.09.2017

Arrangeret af psykolog Ole Taggaard Nielsen  
For mere information og tilmelding:  
[www.actklinikken.dk](http://www.actklinikken.dk)

**ACT**  
KLINIKKEN

## HILDEBRAND INSTITUTTET PSYKOTERAPEUTISK UDDANNELSE



## UDDANNELSE OG KURSER I ARBEJDE MED OMSORGSSVIGT OG OVERGREB

Hildebrand Institutet tilbyder en 4-årig, godkendt uddannelse. Den henvender sig både til dig som allerede arbejder med, eller ønsker at arbejde professionelt med psykoterapi – og til dig som arbejder i et pædagogisk eller rådgivende miljø. Holdstart i september 2017.

### 2-dages kursus

Introduktion til instituttets grundideer og arbejds-metoder. Kurset afholdes den 24.-25. august 2017.

Alle kurser og arrangementer afholdes på Hildebrand Institutets kursusejendom, Øster Løkke.

Flere informationer:

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



Vivian Hansen,  
uddannelsesleder,  
socialrådgiver, MPF



Eva Hildebrand,  
godkendt specialist og  
supervisor i Dansk  
Psykologforening



Jesper Vanmen,  
psykolog



Hanne Grønbech,  
psykoterapeut,  
MPF

# CEKTOS

## Center for Kognitiv og Metakognitiv Terapi

tilbyder godkendt psykoterapeutuddannelse til dig,  
der gerne vil kvalificeres på højeste niveau  
inden for en effektiv psykologisk metode.

Indenlandske og udenlandske specialister  
som f.eks. Prof. Arthur Nezu Ph.D. (Problem-Solving Therapy),  
Dr. Frank M. Dattilio Ph.D. (komplicerede sager) og Prof. Ray Novaco Ph.D. (vrede)  
underviser og superviserer over 800 lektioner fordelt på fire år – ca. en dag om ugen.

Næste uddannelsesstart er den 13. september 2017.

Pris pr. år kr. 45.000.

Beløbet kan deles i to årlige rater.  
OBS: Early Bird rabat.

Læs mere på: <https://cektos.nemtilmeld.dk/143/>

**OBS** Hvis du har 100  
timers teori og 50 timers  
supervision kan du hoppe  
direkte på 2. år og blive  
færdig på kun 3 år!



Læs mere her:  
[cektos.dk](https://cektos.dk)



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



SE MERE PÅ [WWW.BODYDYNAMIC.DK](http://WWW.BODYDYNAMIC.DK)

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

Medlem af Dansk Psykoterapeutforening

## 1-ÅRIG PÆDAGOGISK & TERAPEUTISK EFTERUDDANNELSE – MED 35% RABAT HVIS TILMELDING I 2017

I HØRSHOLM 4 X 5 DAGE – OPSTART 28. FEBRUAR 2018

TRÆNING I SAMARBEJDS- OG KOMMUNIKATIONSSTRATEGIER MED FORSTÅELSE IND I UDVIKLINGSPSYKOLOGIEN

En stor del af vores adfærd og måde at interagere med andre på er præget af de mønstre og strukturer, som blev skabt i løbet af vores barndom og teen age år. De har manifesteret sig i den måde, vi kommunikerer på, både verbalt og nonverbalt og vores krop og kropsholdning.

Det har betydning for kommunikationen, da vi har alle et verbalt og nonverbalt sprog. På uddannelsen vil du arbejde med egne mønstre og strukturer, tilegne dig viden om social adfærd og derigennem udvikle strategier til et bedre samarbejde.

**Lærere:** Ditte Marcher, CEO og Henrik Heilmann

HOLD ØJE MED EVENTS OG INFO AFTENER OVER HELE LANDET [WWW.BODYDYNAMIC.DK](http://WWW.BODYDYNAMIC.DK)

ELLER FÅ NYHEDSBREV VIA [lene@bodydynamic.dk](mailto:lene@bodydynamic.dk)

## CHOKTRAUME UDDANNELSE – I 2 DELE - PROCES OG PROFESSIONEL DEL - MED 35% JUBILÆUMS RABAT

DEN PERSONLIGE PROCES I HEALING AF DINE CHOK TRAUMER / PTSD OG PROFESSIONELLE LÆRINGSDEL.

*Ud fra et klart kropsligt integreret perspektiv tilbydes denne træning for professionelle behandlere og terapeuter, der vil vide og kunne mere om forløsning af choktraumer og opbygning af nye ressourcer.*

Det specielle ved Bodydynamic's arbejdsmåde og forståelsesperspektiv er, at vi inddrager kroppen på meget konkrete, fysiske måder i arbejdet med traumer.

**Lærere:** Ditte Marcher, CEO og Henrik Heilmann

**Del 1 og del 2 er på hver 3 x 5 dage: - hurtig tilmelding tilrådes**

**UDDANNELSES START I 2017:** 16.–20. august 2017 – slut september 2018

## EMOTIONER I BEVÆGELSE WORKSHOP M. DITTE MARCHER

**D.** 26-27. august 2017 fra 10:00-18:00. **Pris:** 1.975,- Kr. **Tilmelding:** [lene@bodydynamic.dk](mailto:lene@bodydynamic.dk)

**Sted:** Hørsholm, mulighed for billig overnatning

Kom og gør din **Emotionelle Intelligens (EQ)** bedre. EQ er basen for ens personlige karakter, potentiale, grad af (u)lykke og er bestemmende for det liv, vi lever.

## 3-ÅRIG BODYDYNAMIC KROPS PSYKOTERAPEUTISKE UDDANNELSE – START I 2017

*Denne uddannelses indhold er allerede anerkendt og anvendt i andre former for psykoterapi, forskellige former for kropsterapier, socialt arbejde, erhvervsorganisationer og fagfolk inden for sundhed og pleje, der har ønsket at udvide deres viden og præcision.*

- \* Udvikle evnen til at skabe kontakt og forblive i kontakt;
- \* Være i stand til at fornemme vores selvværd og selvtillid;
- \* At have evnen til at træde frem med vores personlighed;
- \* Holde den sociale balance i kontakt med andre;
- \* Støtte os i vores evne til at holde vores position og stå fast;
- \* Udvikle vores kognitive evner.

### Opstart i København:

12.-15. oktober 2017  
og afslutning i 2020.

### Kursus dage eksternt om året:

3 x 4 og 2 x 6 dage i Hørsholm  
(mulighed for billig overnatning)

### Mere info:

ring eller skriv til  
Lene Wishom

www.konbalance.dk



Bogføring  
Årsregnskab  
Selvangivelse

Anne Hjøllund  
Talknuser

info@konbalance.dk +45 3022 1822

**fish-IT**  
Focused - Improvement - Serious - Harmonic

tilbyder udvikling af WEB-sider  
og omfattende service til fornuftige priser

Frank Bormann - 30 820 520



www.fish-it.dk  
frank@bormann.dk

*fish-IT udvikler enkle og funktionelle  
hjemmesideløsinger*



En lille annonce i  
Psykoterapeuten  
ses også tydeligt

Send din tekst  
til redaktøren på  
susvd@net.telenor.dk

**HSN** Høgskolen  
i Sørøst-Norge

Høgskolestudium  
Samlingsbasert deltid  
60 studiepoeng



## Psykoterapi: Integrativ terapi

Studiet passer for deg med helse/sosial/psykologifaglig bachelor som vil bli psykoterapeut. I tillegg kan studiet inngå som en mastermodul i Klinisk helsearbeid.

Integrativ terapi er en helhetlig psykoterapeutisk retning som integrerer metoder fra ulike terapiformer, med vekt på bl.a. kreative medier og kropporientert forståelse. Terapiformen har solid teoretisk og faglig forankring.

usn.no/psykoterapi

## Uddannelse til SPÆDBARNSTERAPEUT

Hold 8

Spædbarnsterapi kan anvendes både til spædbørn, større børn og voksne med traumer i det før-sproglige.

Start: 26. februar 2018

Sted: Kolding Vandrehjem

Undervisere:

Cand. psyk. Inger Thormann og  
psykoterapeut MPF Inger Poulsen

Læs om uddannelsen,  
datoer, priser, tilmelding m.m.

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

eller

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



**KGI Education**  
*Forandring for livet*

## Psykoterapeut

4-årig eksamineret uddannelse hvor personlig udvikling og -lederskab, teori og praktisk erfaring er implementeret i en helhed.

Du får bl.a. viden om den nyeste forskning inden for psykologisk og terapeutisk teori, neuropsykologi, mindfulness, gruppedynamik, kropsarbejde samt stresshåndtering og forebyggelse.

En psykoterapeutuddannelse på KGI vil give dig et liv, hvor nærvær, empati og betydningsfuld kontakt er de bærende elementer i arbejdet med at hjælpe andre mennesker til at forstå hvem de er – og hvordan de kommer til at leve deres liv fuldt ud og i overensstemmelse med sig selv.

## Gestalt coach

KGI har sammensat en halvårlig coach-certificering, hvor du vil udvikle og træne kompetencer og evner, der sætter dig i stand til at coache individer på alle niveauer i virksomheder og organisationer og hvor en helhedsorienteret tilgang vil være dit omdrejningspunkt.

## Proceskonsulent

2-årig uddannelse for dig der vil være super skarp i at facilitere processer i virksomheder, private såvel som offentlige.

Vi har fokus på at teorien sættes i et anvendeligt perspektiv ift. den praksis, du oplever i din hverdag.

Du vil bl.a. blive undervist i:  
Gruppedannelse og teamudvikling, ledelse af teams, konflikthåndtering, præsentationsteknikker, modstand og forandningsprocesser.

Læs mere på  
[www.kgicph.dk](http://www.kgicph.dk)  
eller ring på  
**29 89 07 07**

Københavns Gestalt Institut  
Nørre Voldgade 21, 5. sal  
1358 København K

# DEN ROBUSTE TERAPEUT

## Et bæredygtigt liv som psykoterapeut

Når du vil sikre din evne til at være åben og hjertevarm i kontakten med klienten ...  
Når du kender til, at klienters følelser og dilemmaer sniger sig ind under huden på dig ...  
Når du genkender, at du ikke bare har travlt, men er ved at blive overvældet ...  
Når du gerne vil fremtidssikre din arbejdsglæde og overskud til at hjælpe dine klienter...  
Når du vælger at række ud, fremfor at klare det hele selv ...

I denne workshop vil du få praktiske, anvendelige og konkrete input inspireret af neuroaffektiv forståelse, stressforskning, forskning om sekundær traumatisering, energiøvelser og mindfulness m.m. Du vil opleve en vekslen mellem fagligt input, selvindsigtsarbejde, udveksling i grupper samt hjemmeopgaver mellem mødegangene.

Temaerne vil bl.a. omfatte:

- Myten om den Problemfri Terapeut
- Egne forventninger om, hvad og hvor meget jeg skal kunne klare.
- Hvad gør personlig sygdom eller kriser ved min terapeutiske kapacitet?
- Klienters forventninger og forestillinger om terapeuten.
- Sekundær traumatisering og stress-overføring
- Kronisk og akut sekundær traumatisering.
- Udbrændt – niveauer og symptomer.
- Hvordan undgår jeg at bære klientens symptomer?
- Egne ressourcer og selvomsorg
- At bygge robusthed op.
- At holde balancen i sessionen og mellem sessionerne.
- Konkrete skridt til at sikre et 'bæredygtigt' arbejdsliv.
- Hvor lader jeg op og får inspiration ?

### TID og STED:

Tirsdage kl. 17–20.30, 5 gange: 5/9, 19/9, 26/9, 3/10 og 10/10 eller

Lørdage kl. 13–16.30, 5 gange: 23/9, 7/10, 28/10, 11/11 og 25/11

Workshoppen er begrænset til 10 deltagere og foregår på Vesterbro i København.

PRIS: Kr. 3.500.

**For mere information og tilmelding gå til:**  
**[www.helledueholm.dk/kurser](http://www.helledueholm.dk/kurser)**

Kurset afholdes af Helle Dueholm, psykoterapeut MPF, Somatic Experience® Practitioner, cert. mindfulnesslærer. Privatpraktiserende med fokus på stress, tilknytningsproblemer, chok og traumer. 15 års erfaring med akut traume- og chokarbejde i rejseforsikringsbranchen.



## Kursus i Emotionsfokuseret Parterapi

Emotionsfokuseret Parterapi (EFT) er en evidensbaseret metode til arbejde med par, som er udviklet af dr. Susan M. Johnson i samarbejde med dr. Lesley M. Greenberg. Metoden er funderet i mere end 25 års forskning og klinisk praksis.

Grundkurset i EFT forløber over 4 dage og henvender sig primært til psykologer og psykoterapeuter, der ønsker at uddanne sig i metoden. På kurset får du indsigt i EFT modellens faser, trin og interventioner. Du lærer, hvordan tilknytningsteorien kan anvendes som indgang til at forstå kriser i parforholdet, og hvordan du med en emotionsfokuseret tilgang, kan støtte parrene i at genetablere trygheden i parforholdet.

Kurset er officielt godkendt af the International Center for Excellence in Emotionally Focused Therapy ([www.iceeft.com](http://www.iceeft.com)) og er første del af uddannelsen og eventuel certificering inden for EFT.



Kurset afholdes af cand. psych. Jette Simon, der er ICEEFT-godkendt EFT-instruktør og -supervisor. Jette har mere end 30 års erfaring i at arbejde med par over hele verden og er direktør i **Washington DC Training Institute for Integrative Couples Therapy** og Adjunct Professor.

### Kursusdatoer for kommende EFT Externship træninger:

7.-10. Juni 2017 København (Godkendt som specialistkursus for psykologer)  
13.-16. September 2017 København  
Kurset er af 4 dages varighed.

Der afholdes også jævnligt introduktionsdage, hvor du kan høre mere om EFT. Yderligere information om kurser og workshops kan findes på [www.dkceft.dk](http://www.dkceft.dk)  
Spørgsmål til kurserne kan rettes til Steen Rassing via mail [sr@steenrasing.dk](mailto:sr@steenrasing.dk)  
For tilmelding gå til [www.familieudvikling.dk](http://www.familieudvikling.dk)

På Dansk Center for Emotionsfokuseret Parterapi – [www.dkceft.dk](http://www.dkceft.dk) kan du finde en liste over en række af de terapeuter, der er uddannet i metoden. Du kan også finde links til forskningsartikler om EFT og oversigter og datoer for kurser og andre aktiviteter, der henvender sig til par eller terapeuter.



CENTER FOR FAMILIEUDVIKLING

Kurserne udbydes i samarbejde med Center for Familieudvikling





Tegn abonnement på

## TIDSSKRIFT for PSYKOTERAPI

Hvis du ikke er medlem af Dansk Psykoterapeutforening, kan du tegne abonnement på bladet.

Eller du kan give et abonnement som gave til en psykoterapeut eller en psykoterapeutstuderende – eller til en, der bare interesserer sig for psykoterapi.

Et abonnement koster kun kr. 295 for tre årlige numre. Prisen er inkl. moms og forsendelse

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

## BLIV TAT-TERAPEUT

**Blidt, let og effektivt** hjælper TAT dine klienter til ro og forløsning. TAT er en sammensmeltning af healing og målrettet problemløsning.

På uddannelsen bliver du trænet i at følge TAT-processen med **ro og nærvær**. Som TAT-terapeut lader du helingsprocessen folde sig ud, uden at du skal styre eller have overblik, ift. hvad resultatet bliver.

### 1-årig uddannelse

Vi mødes 14 undervisningsdage i Aarhus  
Første gang 26. august

Certificeret TAT@instruktør Else Baden-Jensen



Se mere på [www.TAT-Danmark.dk](http://www.TAT-Danmark.dk)

## webZnedkeren.dk

### Komplet hjemmeside til psykoterapeut eller psykolog

- Enkel, stilren og funktionel hjemmeside
- Domæne, webhotel, opsætning og billedbehandling
- Let selv at redigere og opdatere
- Optimeret til Google
- Typisk pris for 10 sider 3 - 5.000,- kr.
- Kontakt mig for et konkret tilbud
- Se [www.webznedkeren.dk/referencer](http://www.webznedkeren.dk/referencer)

Tim Bregning - [tim@bregning.it](mailto:tim@bregning.it) - 2548 1848

# Attraktiv pensionspakke / sundheds- og behandlingsforsikring igennem Dansk Psykoterapeutforening

## SUNDHEDS- OG BEHANDLINGSFORSIKRING DANSK PSYKOTERAPEUTFORENING

Dansk Psykoterapeutforening og registrerede forsikringsmæglere, Keller og Partners, har sammen udviklet en attraktiv sundheds- og behandlingsforsikring til foreningens medlemmer. Ordningen etableres igennem Mølholm Forsikring A/S. Danmarks største udbyder på området.

### HVORFOR:

- Hurtig hjælp og afklaring, hvis du bliver syg eller kommer til skade, så du kan komme tilbage og passe din virksomhed
- Behandlingsgaranti indenfor 10 dage

### FORDELE:

- Skarp pris kr. 1.849,- / år + 1,1% stempel til staten
- En af de mest udvidede dækninger på området
- Tegnes uden afgivelse af helbredsoplysninger
- Løbetid helt til 70 år
- Ægtefælle kan også tilmeldes ordningen til samme pris
- Hvis begge ægtefæller er omfattet af ordningen, er børn gratis medforsikret til 21 år

## FORDELSPENSION / PENSIONSPAKKE DANSK PSYKOTERAPEUTFORENING

Dansk Psykoterapeutforening og registrerede forsikringsmæglere, Keller og Partners, har indgået en aftale om at tilbyde en attraktiv pensionspakke til foreningens medlemmer. Ordningen etableres igennem Topdanmark.

- én af Danmarks bedste pensionspakker
- sikring af dig, din familie og din fremtid

### MULIGHEDER I PENSIONSPAKKEN:

- **Gruppeliv ved død**
- **Kritisk sygdom**
- **Nedsat erhvervsevne**
- **Pensionsopsparing**

### HVORFOR VÆLGE FORDELS-PENSION / DPF

Da du er **en del af en gruppe** (Dansk Psykoterapeut Forenings medlemmer), har vi mulighed for at tilbyde dig nogle klare **fordele**.

Eksempelvis på følgende områder:

- **Lave priser på forsikringsdækninger**
- **Brede/udvidede forsikringsdækninger**
- **Få helbredsoplysninger**
- **Lave administrationsomkostninger**
- **Ét af markedets højeste afkast på pensionsopsparing**

## SÅDAN KOMMER DU VIDERE:

Kontakt Fordels-Pension/Dansk Psykoterapeutforening:

SJÆLLAND / JYLLAND /  
FYN OG ØERNE

**60 85 51 00**

eller på mail: [mail@fordelspension.dk](mailto:mail@fordelspension.dk)



- se begge brochurer på [www.psykoterapeutforeningen.dk](http://www.psykoterapeutforeningen.dk)

CAM center for act og mindfulness & Act house psykologerne præsenterer:

**‘ACT with Self Care’  
med Prof. Kelly G. Wilson,  
University of Mississippi, USA: ‘Values, Self-Care  
and Self-Compassion in a Stressed-Out World’.  
En Acceptance and Commitment  
Therapy Workshop.**



Tid: fredag d. 15 og lørdag d. 16 September 2017.  
Dag 1 kl. 10-17 og dag 2 kl. 9-16.

- **Tilmeldingsfrist: Mandag d. 14 august 2017**
- Workshoppen finder sted på: Jysk Psykolog Center Århus (og CAM center) Frederiksgade, 75-77 indgang C, 8000 Aarhus C

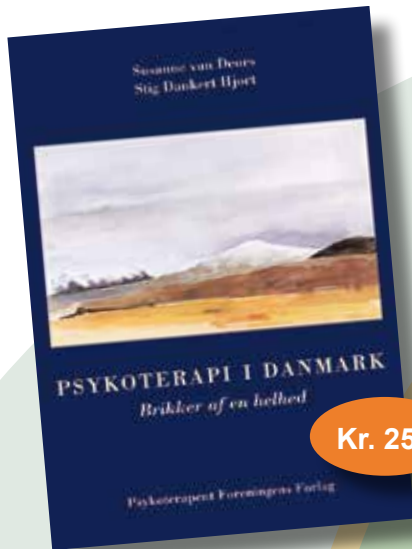
Workshoppen henvender sig til fagpersoner, der arbejder indenfor det psykologiske/psykosociale felt og har klientkontakt (f.eks. psykologer, læger, sygeplejersker, pædagoger, socialrådgivere, psykoterapeuter, ergoterapeuter, diætister, mentorer, coaches mm).

Workshoppen vil foregå på letforståeligt engelsk - Pris: 4600,- plus moms (5750,-). Kursusgebyr omfatter undervisningsmaterialer, kursusbevis, kaffe/te/vand ad lib., frokost og eftermiddagssødt.

Bindende tilmelding via email til Camilla Grønlund:

- [camilla@acthouse.dk](mailto:camilla@acthouse.dk).
- Telefon 28767436.
- [www.acthouse.dk](http://www.acthouse.dk)

Husk ved tilmeldingen, at anføre kontakt og faktureringsoplysninger herunder ean-nummer ved offentlige betalere. Faktura fremsendes umiddelbart efter tilmeldingsfristens udløb. Tilmelding er personlig og bindende.



Kr. 250

*Psykoterapi i Danmark. Brikker af en helhed* består af en række artikler skrevet af fremtrædende danske praktikere og forskere inden for moderne psykoterapi. Udefra bidrager den kendte engelske eksistentielle psykoterapeut og filosof Emmy van Deurzen med en tankevækkende artikel om forholdet mellem filosofi og terapi. Bogen er redigeret af psykoterapeuterne MPF Susanne van Deurs og Stig Dankert Hjort. Udgivet i anledning af Psykoterapeut Foreningens 10 års jubilæum. 231 sider, kr. 250.

*I Hvad er psykoterapi? Det diagnostiske perspektiv* præsenteres resultatet af et forskningsprojekt, som består i en gennemtænkt udformning af en basisdiagnostisk fremgangsmåde. Udgangspunktet er, at der på trods af de historisk betingede og begrebsmæssige barrierer, der hersker mellem forskelligartede psykoterapeutiske retninger, eksisterer et fælles grundlag for psykoterapien som selvstændig videnskab. Skrevet og redigeret af psykoterapeut MPF Stig Dankert Hjort. 119 sider, kr. 200.



Udsolgt

**KØB BOGEN DIREKTE FRA FORLAGET**

**Dansk Psykoterapeutforenings Forlag**

Vandkunsten 3, 1467 København K • Tlf. 7027 7007  
kontakt@dpfo.dk • www.psykoterapeutforeningen.dk

---

## KONFERENCER, MØDER M.V.

Oversigten er uden ansvar for Dansk Psykoterapeutforening

---

**48th Annual Meeting of the Society for Psychotherapy Research.** Toronto, Canada. June 21-24, 2017. [www.psychotherapyresearch.org](http://www.psychotherapyresearch.org)

**European Conference on Psychological Assessment** – July 5-8 2017. Lisbon, Portugal. [www.ecpa14.com](http://www.ecpa14.com)

**The 18th Annual congress of the International Neuropsychanalyis Society** – Compulsion to predict: Development of the self and its disorders. July 13-15. London, UK. [www.npsa-association.org](http://www.npsa-association.org)

**International Conference on Sexuality** – Health, Education and Rights. July 17-19. Bangkok, Thailand. [www.sexuality-conference.org](http://www.sexuality-conference.org)

**8th World Council for Psychotherapy Congress** – Life and Love in the 21st Century. July 24-28 2017. Paris, France. [www.worldpsyche.org](http://www.worldpsyche.org)

**8th World Congress on Psychotherapy** – Psychotherapy in the modern world. July 24-28 2017. Paris, France. Org.: EABP. [www.eabp.org](http://www.eabp.org)

**IPA 50th Congress** – Intimacy. July 25-29 2017. Buenos Aires, Brazil. [www.iap.world/congress](http://www.iap.world/congress)

**Jungian Summer Conference** – Being Strangers to Ourselves. July 27-30 2017. Tallinn, Estonia. <http://iaap.org/conference>

**IAJS Conference** – The Specter of the "Other" in Jungian Psychology. July 27-30. Cape Town, South Africa. [iaap.org](http://iaap.org)

**19th World Congress of Psycho-Oncology and Psychosocial Academy.** August 14-18 2017. Berlin, Germany. [www.ipos2017.com](http://www.ipos2017.com)

**14th European Society of Hypnosis (ESH) Congress** – Hypnosis, unlocking hidden potential. August 23-26 2017. Manchester, England. [www.esh2017.org](http://www.esh2017.org)

**IAAP Conference** – Ancient Greece, Modern Psyche, August 31–September 3 2017. Santorini, Greece. [iaap.org](http://iaap.org)

**7th Conference of the Polish Society for Psychodynamic Psychotherapy** – Psychodynamic Treatment of Patients with Neurotic Personality Organisation. September 16-17. Krakow, Poland. [www.konferencja.ptppd.pl/en/index.html](http://www.konferencja.ptppd.pl/en/index.html)

**22nd World Congress on Cognitive Behavioural Science and Therapy.** September 18-19 2017. San Antonio, USA. <http://cognitivebehavioraltherapy.cmesociety.com>

**UK & European Chapter Conference, Society for Psychotherapy Research.** September 20-22 2017. Oxford, UK. [www.psychotherapyresearch.org](http://www.psychotherapyresearch.org)

**Attachment and Trauma** – Human Evolution and Recovery. September 22-24 2017. Rome, Italy. [www.italy-congress.com](http://www.italy-congress.com)

**The XVth International ISSPD Congress** – Personality Disorders, Functioning and Health. September 25-28 2017. Heidelberg, Germany. Org. The International Society for the Study of Personality Disorders.

**Practice and Research in Psychotherapy:** Challenging Partners or Tangodancers? October 1 2017. Antwerp, Belgium. [www.educatieve-academie.be](http://www.educatieve-academie.be), [info@educatieve-academie.be](mailto:info@educatieve-academie.be)

... fortsættes

---

## KONFERENCER, MØDER M.V.

Oversigten er uden ansvar for Dansk Psykoterapeutforening

---

... fortsat

**17th WPA World Congress of Psychiatry** – Psychiatry of the 21st Century: Context, Controversies and Commitment. October 8-12 2017. [www.wpaberlin2017.com](http://www.wpaberlin2017.com)

**Nordic Association for Clinical Sexology Congress and Annual Meeting** – Sexuality and Mental Health. October 12-15 2017. Trondheim, Norway. <http://atlanticmice.event123.no/StOlavsHospital11/NACS/hjem1.cfm>

**2nd International Conference on Counseling Psychology** – To formulate a trans-disciplinary approach towards Counseling Psychology. October 16-17 2017. Osaka, Japan. <http://counselingpsychology.conferenceseries.com>

**American Academy of Psychotherapists 62nd Annual Institute & Conference** – The Psychotherapy Relationship: What Works? October 18-23 2017. Santa Fe, USA. [www.thepsychotherapyrelationship.org/index.html](http://www.thepsychotherapyrelationship.org/index.html)

**25th World Summit on Psychology, Psychiatry & Psychotherapy** – Promulgate Evolving Adaptive and Modern treatments through application of Psychology with Psychotherapy. October 19-20 2017. San Francisco, California, USA. <http://psychology.conferenceseries.com>

**2017 NCFR Conference** – Families as Catalysts: Shaping Neurons, Neighborhoods, and Nations. November 15-18 2017. Orlando, Florida, USA. [www.ncfr.org](http://www.ncfr.org)

**University College Zealand m.fl.** – Children and Youth on the Edge: Collaborative innovations in education. November 16-17. Roskilde, Denmark. <http://ucsj.dk/det-sker>

**The Evolution of Psychotherapy.** December 12-17 2017. Anaheim, USA. Org.: The Milton Erickson Foundation. [www.evolutionofpsychotherapy.com](http://www.evolutionofpsychotherapy.com)

**3rd Annual International Conference on Spirituality and Psychology.** March 13-15 2018. Bangkok, Thailand. <http://www.spirituality-conference.org>

**14th Congress of the European Federation of Sexology** – Fromm Sexologi the Sexologies. May 9-12 2018. Albufeira, Portugal. [www.europeansexology.com](http://www.europeansexology.com)

**European Federation for Psychoanalytic Psychotherapy** – The Challenge of Social Traumata, Inner Worlds of outer Realities. May 10-13 2018. Belgrade, Serbia. [www.efpp-belgrade2018.com](http://www.efpp-belgrade2018.com)

**29th World Summit on Positive Psychology, Mindfulness & Psychotherapy** – Global Assessment of Happiness & Well-being towards Mental Health for a better Society. May 28-29 2018. New York, Albany, USA. <http://positivepsychology.conferenceseries.com>

**EABP Congress** – Body Psychotherapy and Challenges of Today: Alienation, Vitality, Flow. September 6-9 2018. Berlin, Germany. [www.eabp.org](http://www.eabp.org)

**Nordic Eating Disorders Conference** – Eating Disorders versus Healthy Lifestyle. September 12-14 2018. Reykjavik, Island. [www.nedsconference.com](http://www.nedsconference.com)

Oversigten er uden ansvar for Dansk Psykoterapeutforening.  
Oplysninger om møder og konferencer sendes til  
redaktionen for Tidsskrift for Psykoterapi:

Susanne van Deurs  
[susvd@email.dk](mailto:susvd@email.dk)

---

## BESTYRELSE OG UDVALG

---

### Bestyrelse

Pia Jeppesen, formand  
E-mail: pj@dpfo.dk  
Kathrine Juul-Hansen, næstformand  
Jeanne Erichsen  
Michael Freudendal  
Clemen Krægpøth  
Susanne Grundt Larsen  
Kenneth Mosby  
Vibeke Møller  
Bodil Boss Nielsen  
Martin Tidén  
Dorthe Iversen, suppl.  
Mary á Argjaboða, suppl.

### Etikudvalg

Hans Munk, formand  
Anna Bentzen  
Marianne Horst  
Janne Oreskov  
Lene Qvortrup  
Birgitte Sjødin  
Lone Feddersen

### Etikpanelet

Marianne Davidsen-Nielsen  
Jeanne Holten Møller

### Optagelsesudvalg for individuelle medlemmer

Karina Søndergaard  
Vibeke Møller  
Susanne Grundt Larsen

### Uddannelsesudvalg

Hanne Bloch Gregersen  
Marianne Horst  
Pia Jeppesen  
Anette Krogh  
Maja Nissen  
Martin Tidén

### Kursusudvalg Nordjylland

Mary á Argjaboða  
Annamari Bundgård  
Lone Hjortshøj  
Ole Jessen  
Betina Klysner

### Kursusudvalg Midtjylland

Birgitte Junø  
Bodil Boss Nielsen  
Sofie Pedersen  
Rikka Poulsen

### Kursusudvalg Syddjylland

Hanne Christensen  
Ella Krog  
Jette Korsgaard

### Kursusudvalg Fyn

Henning Guldager

### Kursusudvalg Sjælland

Kirsten Bjelke  
Karen Blædel  
Anja Bokelund  
Henriette Boysen  
Kamilla Baagø  
Pia Johanne Nielsen  
Mette Rosenvel  
Mia Vasby  
Eva Zelander

### National delegeret EAP

Marianne Horst

### Generalforsamling:

Lørdag den 3. marts

Dansk Psykoterapeutforening  
Sekretariatschef Lotte Grostøl  
Vandkunsten 3  
1467 København K  
Tlf. 7027 7007  
E-mail: kontakt@dpfo.dk  
www.dpfo.dk



TIDSSKRIFT for PSYKOTERAPI

NR. 2 · JUNI 2017 · 25. ÅRGANG

TEMA: FLYGTNINGE, INDVANDRERE, MIGRANTER

---

### Forening og redaktionelt

- 2 — Formanden skriver
- 3 — Redaktørens klumme
- 5 — Næste tema i Tidsskrift for Psykoterapi
- 75 — Bestyrelse, udvalg m. v.

### Artikler

- 6 — Susanne van Deurs:
- 8 — Linda Hagen: Flygtninge er også mennesker
- 15 — Helge Krarup: Flygtningenes sang. Digt. Desuden på side 37 og 48
- 16 — Pia Rubæno Fjellsted, Kathrine Telcs: At arbejde med mennesker, der har været udsat for ondskab
- 22 — Ahmet Demir, Hans Elbeshausen: Dialogisk intervention i terapeutisk arbejde med udsatte familier
- 30 — Mette Hind: Kunstens brobyggende sprog. Mal&Tal projekt med asylansøgere
- 36 — Lisbeth Nuka Pedersen: Udsatte grønlændere i terapi. En faglig og personlig historie
- 44 — Judith Beermann Zeligson: Børn bærer forældrenes historie i sig
- 48 — Ann Madsen: At dø, at gå ud af tiden, at gå ind i det tidløse

### Information, læserindlæg, debat

- 4 — Kort Nyt
- 52 — Niels Thorning, Anne Lilmoes, Kathrine Juul-Hansen: Mindeord om Maria Marcus

### Bog anmeldelser

- 55 — Jesper Juul: Førerulve. Det livsvigtige lederskab i familien. Anmeldt af Gurli Thomassen
- 57 — Inge Schützack Holm: Den indre uro. Stress og traume belyst gennem tilknytningsteori, neurovidenskab og mindfulness psykogi. Anmeldt af Lilli Lewandowski
- 58 — Anne Agerbo Fra offer til overlever – ACT med traumer. Anmeldt af Birthe Moksha
- 60 — Nye bøger

### Kurser og foredrag

- 62 — Fyraftensmøder i Dansk Psykoterapeutforening
- 64 — Kurser i Dansk Psykoterapeutforening
- 77 — Konferencer, kongresser, møder