
Tidsskrift for
Psykoterapi

Februar
Nr. 1
2015



TEMA

BØRN

Fosterperspektiver

Forskning peger på, at fostrets bevidsthed er mere udviklet end hidtil antaget.

Terapi med børn

Michail og Søren og Rasmus er børn med vanskeligheder i livet. Læs om terapien.

Klientens børn

Bryd tabuerne og tal med børnene om psykisk sygdom, så de føler sig set.

Kunstterapi og depression

Kunstterapi giver mulighed for at arbejde med det ubevidste via symboler, imaginationer og drømme.



Erik Wasli
Formand for Dansk
Psykoterapeutforening

Kære medlemmer, der ligger et spændende år foran os.

Jeg synes, det er på tide, at psykoterapien og Dansk Psykoterapeutforenings medlemmer får mere positiv opmærksomhed. Vi har i alt for lang tid levet lidt for ubemærket. Jeg mener, at psykoterapeuter roligt kan tage på sig, at de udfører et fremragende arbejde i det danske samfund, og at de fortjener en anderkendelse for det.

Se fx bladet her, der har det ene nummer efter det andet sprængfyldt med gode og inspirerende artikler, skrevet af medlemmerne af foreningen. Eller alle de af vores medlemmer, der bliver brugt til at kommentere forskellige emner i medierne. (Desværre bliver det bare alt for sjældent nævnt, at det er medlemmer af Dansk Psykoterapeutforening).

Mere handlekraftig forening

Bestyrelsen har sendt et debatoplæg om professionalisering af foreningen ud til medlemmerne, og det er blevet ganske positivt modtaget af dem, der har deltaget i debatten på medlemsmøderne rundt omkring i landet.

Hvis vi skal leve op til bare nogle af de forventninger, som mange medlemmer ifølge medlemsundersøgelsen fra 2013 har til foreningen, er vi nødt til at skabe grundlag for, at foreningen bliver mere handlekraftig.

Som en forberedelse til denne proces har bestyrelsen besluttet at hæve medlemskontingentet. Jeg skal dog huske at nævne, at kontingentet for pensionister og udenlandske medlemmer fortsætter på den hidtidige takst.

Kontingentstigning

Kontingentstigningen består af en generel regulering af udgifterne til en ny medlemsforsikring og af et beløb, der skal kunne danne grundlag for en yderligere professionalisering.

Nogle vil måske sige, om kontingentstigningen ikke kunne have ventet til generalforsamlingen i marts, men det synes bestyrelsen ikke, da de fleste betaler kontingent i februar, og man derved havde måttet udsætte processen til foråret 2016, hvilket vi finder, ville trække det alt for meget i langdrag.

Andre vil så måske spørge, om ikke det kunne have været en mindre kontingentstigning. Bestyrelsen har valgt en stigning, der vil kunne danne grundlag for en reel udvidelse af foreningens konkrete aktiviteter.

Hvis vi kigger på andre foreninger, der kan minde om os i størrelse og karakter, er det langt fra usædvanligt med et kontingent på 200 kr. om måneden.

Jeg ser det som en investering i et bedre arbejdsliv som psykoterapeut.

Vi planlægger, at der skal være god tid til at diskutere foreningens fremtid på generalforsamlingen, og jeg har tillid til, at vi sammen skal få givet foreningen en god ny kurs.

Stadig brug for frivilligt arbejde

Selvom der arbejdes på at professionalisere foreningen, er der stadig stærkt brug for frivillig arbejdskraft i udvalg og arbejdsgrupper.

Op til generalforsamlingen lørdag den 21. marts vil der blive udsendt beskrivelser af de enkelte udvalgs og arbejdsgruppers arbejdsområder, og det er mit håb, at der er mange, der vil gøre sig overvejelser om at stille op til valg.

Vi vil også, som noget nyt, udsende udvalgenes beretninger skriftligt inden generalforsamlingen.



Susanne van Deurs
Redaktør
Psykokoterapeut MPF

Tidsskrift for Psykoterapi – tidligere Psykoterapeuten – har nu 'kørt med' temanumret siden efteråret 2007, dvs. vi nærmer os de otte år, og dette nummers tema er *børn*. Nogle vil måske huske, at det ikke er så forfærdelig længe siden, vi havde et tema, som hed *børn og unge* – det var faktisk så tæt på som i 2012. Men det var min overbevisning, at emnet langt fra var udtømt, og jeg har da også til dette nummer modtaget hele seks gode, læseværdige artikler. Aldersmæssigt starter de i fosterlivet – der jo også kan ses som en slags barndom – og bevæger sig fremad, med artikler om tidlige traumas betydning og spændende beskrivelser af terapi med børn samt artikler om narrativ konfliktløsning og om vigtigheden af at snakke med børn om det, der er svært at forstå, når en forælder er psykisk syg.

Mange af artiklerne indeholder beskrivelser af brug af tegning og maling i forbindelse med terapi med børn – og meget passende bringes denne gang som 'sidegevinst' en artikel af kunstterapeut MPF Vibeke Skov ph.d. om kunstterapi som forebyggelse mod depression. Vibeke Skov forsvarede sin ph.d. ved Aalborg Universitet for lidt over et år siden med et projekt over samme emne.

Der er nok at tage fat på af spændende læsning. I vil bemærke, at også Kort Nyt indeholder noget om børn, ligesom en af boganmeldelserne og en hel del af omtalerne af nye bøger drejer sig om børn.

Kommende tema

Det bliver ikke den eneste gang, jeg vil gentage et tema. Dels fordi bunken af temaer ikke er udtømmelig – ind imellem kan det faktisk være lidt svært at finde på nyt – men ikke mindst fordi mange af de temaer, vi har haft, altid vil være relevante. Der kommer jo også hele tiden nye skribenter til med nye erfaringer.

Næste gang er temaet som tidligere meddelt *mindfulness*, som jo er kommet vældigt frem i de senere år. Jeg glæder mig til artikler, der beskriver for os, hvad det indeholder, og forklarer om alt det gode, det kan bruges til. Jeg har dog mødt enkelte, der mener, at *mindfulness* er noget overvurderet, og den indfaldsvinkel er naturligvis også interessant. Så grib pennen og skriv – *deadline er 15. april*.

Tema til oktober

Til oktobernummeret griber jeg igen ned i posen med tidligere temaer. Emnet bliver *sorg* – og det er der jo mange af vores medlemmer, der beskæftiger sig med. Men andre skribenter er som altid også velkomne.

Tidsskrift for Psykoterapi

Tidsskrift for Psykoterapi er medlemsblad for Dansk Psykoterapeutforening – Foreningen af uddannede psykoterapeuter og uddannelsessteder. ISSN 2446-3046

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. april 2015. Annoncer og øvrige stof 1. maj 2015, men alt stof modtages gerne så tidligt som muligt.

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

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

Kopiering efter Lov om Ophavsret.

Annoncepriser excl. moms:

	Medl.	Ikke-medl.	
¼ spalte	kr. 300	kr. 400	ca. 8 x 5 cm
⅓ spalte	kr. 500	kr. 650	ca. 8 x 7 cm
½ spalte	kr. 700	kr. 850	ca. 8 x 10 cm
⅔ spalte	kr. 950	kr. 1150	ca. 8 x 13 cm
1 spalte	kr. 1250	kr. 1500	ca. 8 x 21 cm
Hel side	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



Tidsskrift for Psykoterapi
er medlem af Danske Medier



Kontrolleret oplag: 1597 i perioden
1. juli 2013 - 30. juni 2014.
Trykoplæg dette blad: 1800 ekspl.

Abonnement kr. 295 pr. år.

Forsidefoto: Lisbeth Møller Hansen.

SNAK OM DET ... NY FORENING

I september så en ny forening dagens lys. Landsforeningen Snak om det ... er opstået i 'kølvandet' på psykoterapeut MPF Karen Glistrups bog *Snak om det ... med alle børn*, som henvender sig til børn af psykisk syge forældre (og til forældrene, forstås). Mange børn, der lever i familier, hvor der er psykisk sygdom, bliver oversete. Foreningen vil arbejde for at øge forældres og professionelles forståelse for, hvordan børn har behov for at blive set og forstået. En anden vision er at skaffe fondsmidler, så alle forældre, der har en psykisk lidelse, kan få Karen Glistrups bog gratis med hjem.

Første udgave af bogen *Snak om det ... med alle børn* udkom i 2011 og blev anmeldt her i bladet af psykoterapeut MPF Lucy Ludvigsen. "En bog, der kan hjælpe voksne til at tale åbent og ærligt med vores børn og samtidig give reel viden," konkluderede hun. Og som "... også burde stå i bogreolen i børnehaven og ligge i venteværelset hos lægen." I 2013 udkom anden udgave. Bøgerne er lavet i tæt samarbejde med illustratør Pia Olsen.



Karen Glistrup sidder ikke selv i foreningens bestyrelse, men samarbejder med den. www.snak-om-det.dk

BOGFORUM 2014

Karen Glistrup MPF var – så vidt redaktøren kunne konstatere – i år det eneste medlem af Dansk Psykoterapeutforening, som holdt oplæg på Bogforum.

Der havde samlet sig mange tilhørere, da Karen fortalte om sin bog *Hvad børn ikke ved ... har de ondt af*, som Hans Reitzels Forlag for nylig udsendte i en tredje, væsentligt ændret og udvidet, udgave. "Der er en del cases, som er blevet liggende, og noget af struktu-



ren er bevaret," siger Karen Glistrup til Tidsskrift for Psykoterapi's udsendte. "Men alt er endevendt, og 12 års erfaringer og ny indsigt er indarbejdet."

Bogen udkom første gang i 2002. Anden udgave blev anmeldt i Psykoterapeuten nr. 2 2007 af psykoterapeut MPF Jens Peder Nielsen, som kaldte den for "en vigtig bog". På side 53 i nærværende blad tager samme anmelder den nye udgave op til vurdering.

SE-KONFERENCE I HELSINGØR

Nu bliver der igen holdt en spændende konference i Danmark – denne gang i Helsingør.

Det er SE-foreningen i Danmark, der står som arrangør af den første europæiske konference om Somatic Experiencing®.



Konferencen finder sted på LO-skolen i Helsingør i dagene 4.-6. juni, og det overordnede tema er *New Paths in Somatic Experiencing®*. Peter Levine deltager som en af keynote speakers, og bl.a. Alé Duarte og Heike Gattnar holder forelæsninger og workshops. Også nogle af Dansk Psykoterapeutforenings medlemmer, Hanne Ellegård, Flemming Kæreby, Majken Bjerg og Jette Koch, vil komme med indlæg.

Alle, der arbejder med SE®, eller som interesserer sig for det, er velkomne på konferencen.

I arrangørgruppen finder man bl.a. psykoterapeuterne MPF Lis Høhne Ratcliffe og Judith Beerman Zeligson.

www.se2015.org

**Hjælp mig med
stof til KORT NYT.**

**Skriv til redaktionen
susvd@email.dk**

FOSTERFORSKNING

Måske er det ikke så kendt, men rundt om i verden er der spirende interesse for fostrets udvikling og betydningen af moderens velbefindende i graviditeten. Særligt i Australien, Canada og USA forskes der i det.

Et af de største undersøgelser blev publiceret i 2011 og omhandler 2.900 gravide kvinder, hvor børnene efter fødslen er fulgt med mellemrum i op til 14 år. Den blev foretaget af dr. Monique Robinson og medarbejdere fra University of Western Australia i Perth og har fokus på betydningen af stress



i graviditeten. Særligt er økonomiske problemer, ægteskabelige udfordringer, mistet arbejde og sorg over at miste tætte relationer nogle af de faktorer, der kan give forhøjet stress og have betydning for fostrets udvikling og adfærdsmæssige problemer i løbet af barndommen.

"Improved support for women with chronic stress exposure during pregnancy may improve the mental health of their offspring in later life," er konklusionen i undersøgelsens abstract, som kan ses på www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23786692.

Herhjemme har cand.psych. Ann-Jeanett Foldager Bøndergaard interesseret sig for emnet. Læs hendes artikel i dette nummer af Tidsskrift for Psykoterapi.

TAL SAMMEN - SÅDAN RIGTIGT

"Hvornår har du sidst været på Facebook ... ? Hvornår har du sidst tjekket mail eller surfet på nettet med din tablet? Svaret er næsten givet på forhånd: Lige for et øjeblik siden. Hvornår har du sidst talt med din mand, kone, kæreste, bedste ven? Du ved, sådan rigtig talt sammen? Det svar er langt fra givet på forhånd."

Sådan skriver Marie og Anders Rølling, som sommeren 2014 lancerede Fuelbox på dansk, på deres hjemmeside. Fuelbox er et norsk koncept, en kasse fuld af kort med spørgsmål, der kan hjælpe par og venner til at tale bedre sammen om andet end vaske-tøj, børn og kalenderplanlægning.

Psykoterapeut MPF Helle Mengel har afprøvet boksen for Tidsskrift for Psykoterapi og skriver om den:

"Jeg har afprøvet den selv, med min partner og har lånt den ud til yderligere to par.

Tilbagemeldingerne har været, at spørgsmålene er gode til at igangsætte forskellige snakke og berøre svære emner. Det er dog en forudsætning, at begge parter har lyst til at tale (nogle, specielt mænd, kan komme på et stort arbejde), at de 'tør' berøre de svære emner, og at man tør åbne op for udfordringen og tale åbent sammen.



Jeg synes, det er en god motivator for kommunikation og et godt tillæg, som kan være med til at sætte gang i nogle snakke mellem parterne. Jeg tænker også, at det kan være et godt supplement til parterapi, hvor opgaven jo nogle gange er at få talt sammen mellem terapisessionerne.

Så alt i alt en god oplevelse."

Tema i juni-nummeret 2015

MINDFULNESS

Deadline for artikler 15. april 2015 · Øvrige stof 1. maj 2015

Tema i oktober-nummeret 2015

SORG

Deadline for artikler 15. august 2015

INDHENT ARTIKELVEJLEDNING

HVIS FOSTRET KUNNE TALE TIL OS

Tekst: Ann-Jeanette Foldager Bøndergaard

Om forsterperspektiver og forsterlivstid

Et nyt liv undfanges i livmoderen – og denne livmoder er lige nu en verden for fostret – en verden, der består af livmoder, moder, samfund og natur. Hvordan er denne verden?

I denne artikel vil jeg invitere til at anskue den nuværende måde at forstå fostertid, graviditet og forældreskab på som én mulig måde – dvs. ét bud på at forstå det nye livs ankomst til verden.

Nogle af de nuværende forståelser af fostertiden, graviditet og forældreskab kan på lidt forsimplet vis, og måske sat lidt på spidsen, siges at indeholde selvfølgeligheder, såsom at fostret først 'rigtigt' bliver et menneske, når det fødes; at forældreskab først 'rigtigt' starter efter fødslen; at fostertiden umiddelbart kun handler om en biologisk og neural udvikling; at forældrenes livsførelse – og tanke- og følelsesliv – ikke hænger direkte sammen med fostrets udvikling. Sådanne forståelser er dog måske blot illusioner og ikke nødvendigvis sandheder – men de anses almindeligvis som selvfølgeligheder, som den samfundsmæssige graviditetspraksis bl.a. er baseret på. Det er sådanne forståelser, nærværende artikel vil udfordre.

Jeg har udviklet teorien om og belægget for 'fosterperspektiver' og præsenterer i det følgende, med udgangspunkt i mit speciale i psykologi: *En invitation til "foster-perspektiver" – en kulturoverskridelse af fostertiden, graviditet og forældreskab* (Bøndergaard 2014), et andet bud på, hvordan fostertiden, graviditet og forældreskab kan betragtes. Specialet – og dermed nærværende artikel – bygger på den internationale forskning i fostrets psykologiske oplevelser og bevidsthed, som bl.a. peger

på, at fostrets bevidsthed er væsentligt mere udviklet end tidligere antaget (Chamberlain 2003; Verny 1989). Forskningen peger på, at fostertiden måske er en langt vigtigere 'livstid' end tidligere antaget – bl.a. at 'næring' omhandler mere end blot føde, og at den gravide kvinde (herefter kaldet moderen) er en 'verden' for fostret.

Denne artikel er i sig selv et lille udsnit af virkeligheden på bekostning af andet. Det er derfor ikke forenklet, som artiklen vil bidrage med – men derimod at tilbyde et nyt syn via medtænkningen af *fosterperspektiver*.

FOSTERPERSPEKTIVER

Jeg vil starte med at introducere begrebet fosterperspektiver. Fosterperspektiver er et nyt begreb i psykologien, som medtænker fostre(t)s perspektiv(er).

Fosterperspektivet tager afsæt i det nyere barnesyn, der forstår børn som 'personer' frem for 'potentielle personer', hvilket afspejler en bevægelse i barnesynet fra at forstå børn som *becoming* til at anskue børn som *being* – at et barn 'er' lige nu og ikke blot er en 'komende voksen'. Det samme kan antages at kunne gælde for fostret, der givetvis også 'er' lige nu og ikke blot er et 'kommende menneske'.

¹ Begreberne 'barn' og 'voksen' kan være problematiske, da de refererer til noget ikke-ligestillet – det samme gælder begrebet 'foster'. I nærværende artikel vil jeg dog ikke forholde mig til denne diskussion, men i stedet henvise til Bøndergaard (2014) ved interesse i fosterbegrebets problematik.

Som teoretisk begreb kan fosterperspektiver anvendes som den konkrete medtænkning af fostrets psykologiske oplevelser. Dette betyder, at vi, når vi beskæftiger os med fostertid, graviditet og forældreskab, medtænker, at fostret har en bevidsthed og subjektive oplevelser af sin verden i førsteperson. Fostret anskues således som et subjekt. Det teoretiske begreb bygger her både på subjektvidenskaben (primært fænomenologiens version af førstepersonsperspektivet) og på nuværende forskning om fostrets sansemæssige og psykologiske udvikling (se evt. Bøndergaard 2014). Jeg vil vende tilbage til dette senere i artiklen.

I en analytisk anvendelse skal fosterperspektiver forstås som et blik eller et ståsted, hvor iagttageren (fx du eller jeg) kan betragte fra – ligesom vi på nuværende tidspunkt siges at anskue fra et børneperspektiv, når vi medtænker barnets oplevelse af en given situation. Det vil sige, at vi åbner os for at stille os i fostrets ståsted og medtænke dette. Vi indtager således en position i et andet- eller tredjepersonsperspektiv, hvor vi, så godt vi kan, iagttager verden på fostrets betingelser.

I en praktisk anvendelse handler fosterperspektivet om, at vi bliver bevidste om betydningen af den måde, hvorpå vi handler og taler fostertid, graviditet og forældreskab – og dermed i praksis, både som samfund, fagpersoner, gravide og deres medmennesker, udvikler dette til også at medtænke fostrets oplevelser af givne situationer, livsforhold og livsførelse.

Et fosterperspektiv giver således som begreb og blik en mulighed for, at vi fx kan stille spørgsmålet: ”Hvordan vil fostret opleve dette?” – og dermed sætter fosterperspektivet helt nye forståelser om graviditet på dagsordenen, hvilket jeg vil uddybe i det følgende. Det skal dog her understreges, at fosterperspektivet ikke er tænkt som et led i en abortdiskussion, hvilket jeg kort vil vende tilbage til i artiklens afslutning.

EN FOSTERlivsTID

Lad os begynde med at iagttage de ni måneder fra et fosterperspektiv. Hvis vi forstår fostret som både levende

og oplevende, kan fostertiden antages at kunne blive betragtet som den første livstid, et menneske har – en livstid, der er kontinuerligt udviklende og i forandring. Vi kan sige at have at gøre med en ’fosterlivstid’ frem for en ’fostertid’ – en specifik livsperiode i en livskontekst.

Moderens livmoder kan for hende betragtes at være en biologisk kropsdel. Men ud fra et fosterperspektiv vil livmoderen kunne forstås som værende fostrets kon-



Figur 1. Modellen viser, at livmoderen kan betragtes som fostrets fysiske verden, mens den samtidig for moderen kan betragtes at være en biologisk kropsdel. Livmoderens betydning ændrer således karakter afhængigt af, hvilket perspektiv vi iagttager fra. ©Ann-Jeanett Foldager Bøndergaard.

krete fysiske verden. Denne verden kan siges at udgøre de fysiske rammer for, hvor og hvordan fostret ’bor’. (Fig. 1).

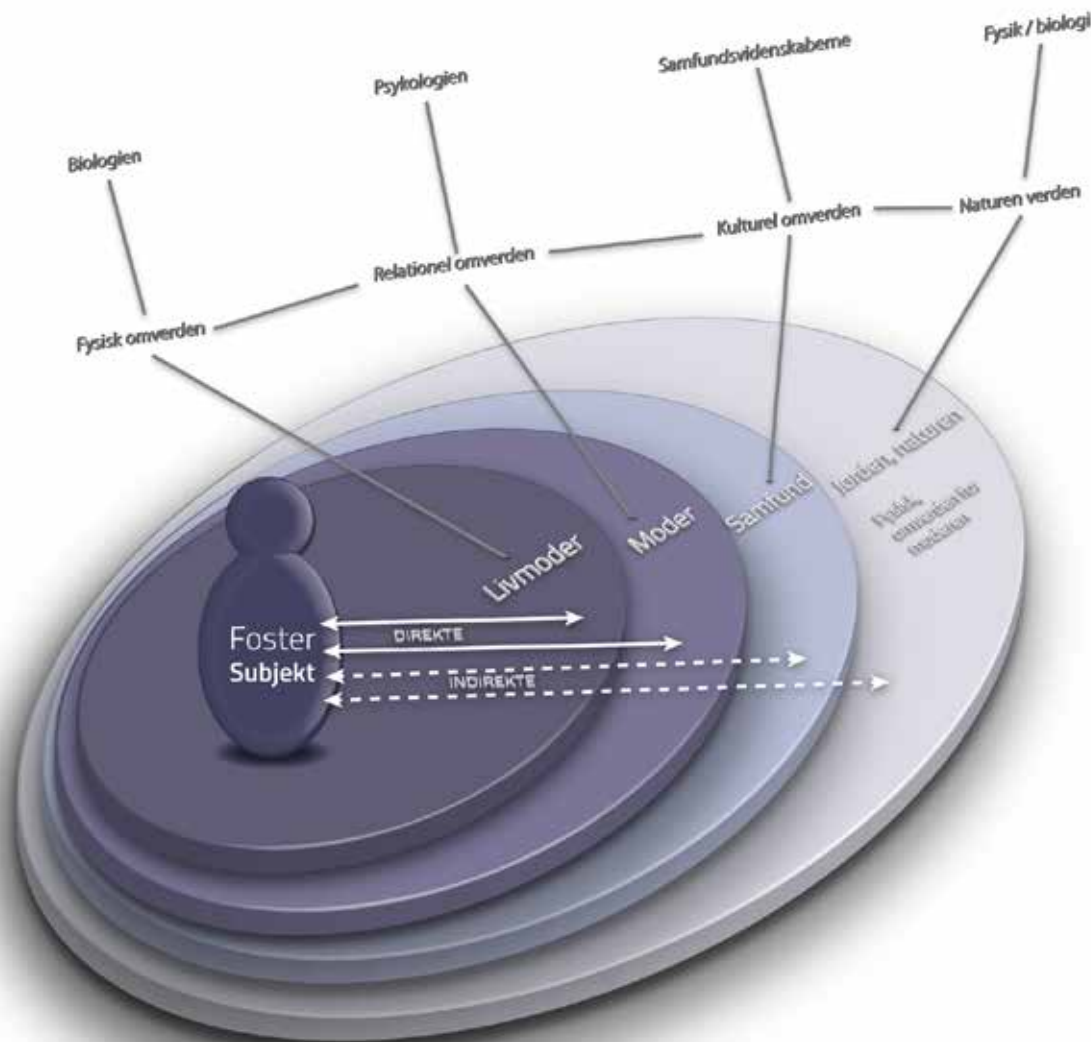
Dette leder til et spørgsmål om, hvad det er for en verden, som moderen kan betragtes at være.

MODEREN ER FOSTRETS VERDEN

Moderen er i sig selv et subjekt. Hun er et levende menneske med tanker, følelser, handlinger og krop. Hun har relationer, som hele tiden påvirker hendes indre og ydre verden. Den indre verden refererer bl.a. til tanker, følelser og kropsfølelser. Den ydre verden refererer til alt det, der foregår i hendes omkringværende verden, herunder hendes relationer, fx hendes partner/barnets anden forælder og hendes familie, venner, kollegaer. Moderen lever netop almindeligvis et liv i en samfundsmæssig og kulturel sammenhæng, der har særlige betingelser, muligheder, begrænsninger, krav,

livsformer og selvfølgheder, som tilsammen udgør hendes verden – eller mere præcist udgør en version af det, der er tilgængeligt for hende at opleve som 'sin verden og virkelighed'. Ud over dette er moderen også

omgivet af en fysisk verden (natur). Moderen er hele tiden i bevægelse og forandring og lever en livsførelse baseret på både hendes indre og ydre verden.



Figur 2. Modellen viser, hvordan den komplekse verden og 'virkelighed', som livmoder, moder, samfund og natur udgør for fostret, kan betragtes som et samspil af en fysisk, relationel, kulturel og naturelementær verden, hvilket afspejler et tværdisciplinært samspil af biologi, psykologi, samfundsvidenskaberne og fysikken. Pilene viser henholdsvis en direkte og indirekte sammenhæng mellem fostret og dets verden. Moderens relationer er ikke indtegnet på modellen, men må tænkes som en indirekte del af fostrets verden. © Ann-Jeanett Foldager Bøndergaard.

Hvis vi ikke medtænker fosterperspektivet, kan vi på fejlagtig vis komme til at tro, at fostrets verden udelukkende består af *livmoderen* og udelukkende omhandler den *biologiske udvikling*. Men idet livmoderen ikke eksisterer uafhængigt af moderen, kan moderen i sig selv netop betragtes at (ud)gøre fostrets verden². Det vil sige, at fostrets verden ud over at være livmoderens fysiske rum potentielt set både er moderens indre verden (tanke- og følelsesliv) og ydre verden (relationer, samfund, kultur og natur). Dermed kan fostrets verden forstås som værende social og relationel allerede fra undfangelsen – og dette åbner for helt nye perspektiver på psykologi, udviklingsforståelse, graviditet og forældreskab, bl.a. ved at sætte fokus på at fosterlivstiden også er en psykologisk og relationel udviklingsperiode for mennesket. *Nærvær* og *tilknytning* i graviditeten må derfor antages at være et væsentligt fokus for forældreskabet i graviditeten, og der er brug for videre forskning heri samt forskning i personligheds- og adfærdsudvikling hos fostret (Bøndergaard 2014).

Fostrets verden kan derfor potentielt set siges at være en sammenvævning af alle disse (og måske flere) komponenter. (Fig. 2).

Når denne viden bliver interessant, er det tilmed, fordi medtænkningen af fosterperspektiver gør os opmærksomme på, at måden, hvorpå graviditet og forældreskab *gøres* individuelt og samfundsmæssigt, har en betydning for, hvilken verden der tilgængeliggøres for fostret at opleve som sin verden.

FOSTRETS OPLEVELSE AF SIN VERDEN

Hvorfor er et fosterperspektiv og fostrets oplevelse af sin verden interessant at bringe opmærksomhed på? Det er det, bl.a. fordi forældrenes (primært moderens) *livsførelse* samt hendes *indre og ydre verden* i graviditeten synes at kunne have en betydning for fostrets udvikling. International forskning peger eksempelvis på, at stress i graviditeten kan øge risikoen for, at barnet får

adfærdsvanskeligheder i det fødte liv (Robinson et al. 2011) eller symptomer på ADHD (Ronald et al. 2011). Anden forskning peger på, at menneskets *personlighed* kan antages at udvikles allerede fra fostertiden, hvor moderens tanke- og følelsesliv opleves af fostret (Ham & Klimo 2000; van den Bergh 1990; Verny 1989). Der er forskning, der peger på, at yoga og mindfulness i graviditeten kan have positiv betydning for fostret, fx i forhold til fødselsvægt (Narendran et al. 2005), og kan mindske angst og negative følelser hos den gravide kvinde (Vieten & Astin 2008), hvilket kan antages indirekte at være positivt for fostrets oplevelse af sin verden, jf. fosterperspektivets bud på, at fostret oplever sin verden. Der er en spirende interesse for nytænkning af forældreskabet i graviditeten, bl.a. måden at føre sit liv på i graviditeten, fx at være nærværende over for det ufødte liv – hvilket særligt bliver relevant ved medtænkning af fosterperspektivet (Bøndergaard 2014).

Hvis vi skal tænke fra et politisk og økonomisk perspektiv, er det måske godt og forebyggende at investere i ny forskning i fostrets verden og skabe flere indsatser for gravide og særligt på området for sårbare gravide. Indsatser, der giver moderen mulighed for at være *mere nærværende* og *mindre stresset* i graviditetsperioden. Tilmed er der brug for mere viden om, hvordan faderen/ den anden forælder kan komme mere på banen som aktiv deltager og omsorgsperson i graviditeten.

Graviditetsperioden er potentielt set en af de vigtigste perioder i livet for både mor/forældre og foster.

Det er selvfølgelig ikke givet, at blot fordi forskningen peger på noget, så er det 'sandt', men det kan overvejes, om den måde, hvorpå vi som samfund, fagpersoner og forældre taler om og *handler* i fostertiden, graviditet og forældreskabet, potentielt set har langt større betydning for det ufødte menneskes udvikling, end hvad der på nuværende tidspunkt antages.

BEGRÆNSNINGER

I al forskning med fostre er det en præmis, at vi er begrænset fra adgang til fostrets oplevelse, da fostret givetvis eksisterer inde i moderen, og idet fostrets

² På én og samme tid udgør moderen både en objektiv og subjektiv verden – og via sine handlinger 'gør' hun også en version af verdenen.

handlinger må fortolkes, da vi ikke kan kommunikere verbalt med fostret. (Sidstnævnte er dog også en præmis for forskning i spædbarnet). Der må derfor tales om, at vi betragter et fosterperspektiv igennem vores eget perspektiv, et andetpersons perspektiv.

NÆRING ER MERE END FØDE

Den internationale forskning peger altså på, at fosterlivstiden er betydningsfuld for menneskets fødte liv, og fosterperspektivets teori om moderen som fostrets verden gør opmærksom på, at fostrets verden kan antages at være både livmoder og moderens indre og ydre verden. Hvis vi tager udgangspunkt heri, kan dette lede til en hypotese om, at næring udover at være konkret føde også kan forstås som moderens både indre og ydre verden. (Fig. 3). Der lægges derfor op til videre forskning i dette område for at undersøge hypotesen nærmere.



Figur 3. Modellen viser, hvordan næring kan tænkes som både tanker, føde, følelser, relationer, biologi, samfund/kultur og natur – og måske endnu flere elementer. © Ann-Jeanett Foldager Bøndergaard.

Hvis vi ud fra et kvantefysisk perspektiv betragter menneskers indre og ydre verden, så taler vi om energi – at tanker, følelser, krop, relationel kontakt mv. alt sammen er energi og har en energi. Derfor bliver det også interessant at åbne for en mulighed for at invitere kvantefysikken ind i den psykologiske forståelse af menneskets udvikling – allerede fra fosterlivstiden. Dette vil jeg dog ikke gå videre med i denne artikel.

SÅ HVOR ER VI NU?

Fosterperspektiver lægger altså op til et nyt syn på og et nyt udgangspunkt for fostertid, graviditet og forældreskab, som bl.a. indeholder betragtninger som:

- 1) Fostertiden er en fosterlivstid.
- 2) Fostrets verden består af både livmoder, moder, samfund og natur.
- 3) Fostret kan betragtes som et subjekt, der har både sansemæssige og psykologiske oplevelser af sin verden og kan tildeles et førstepersonsperspektiv (ud fra en fænomenologisk anvendelse af et førstepersonsperspektiv). Fostret er derfor ikke blot et foster under biologisk udvikling.
- 4) Fostret kan i forlængelse heraf betragtes som havende en form for bevidsthed, der i en bevidsthedsfilosofisk diskussion ville betragtes som førrefleksiv selvbevidst (jf. fænomenologiens definition), men som af fosterforskere vil betragtes som en væsentligt højere udviklet bevidsthed (se evt. Chamberlain 1990; 2003).
- 5) Den individuelle og samfundsmæssige forståelse af graviditet har en betydning for, hvilken verden og livstid, der tilgængeliggøres for fostret.
- 6) Forældreskab begynder i graviditeten.
- 7) I forlængelse af disse punkter må det ufødte menneske medtænkes i FN's børnekonvention.

NYT SYN PÅ FOSTRET

Hvis vi begynder at tænke livets begyndelse, inklusive det sociale, relationelle og personlighedsmæssige liv, allerede i fosterlivstiden, må vi betragte fostret som et subjekt, der har brug for *nærværende, omsorgsfulde og bevidste betingelser* i sin fosterlivstid. Derfor taler jeg

bl.a. fostrets perspektiv, når jeg foreslår, at fostret skal indskrives i FN's børnekonvention. Det skal her understreges, at teorien om fosterperspektiver ikke er tiltænkt som hverken for eller imod i en debat om abort. I stedet handler det om omsorgen og livsbetingelserne for det ufødte menneske (Bøndergaard 2014, s.88, 93-97).

Fosterperspektiver som begreb og blik kan være med til at åbne for nye måder at betragte menneskets udvikling og liv på, men det bringer også nogle åbenlyse konflikter i spil – bl.a. arbejdslivet i graviditeten og nødvendigheden af mere viden om, *hvornår* i fosterlivstiden fostret får psykologiske oplevelser (se specialet for en diskussion heraf). Det er også stadig et ubesvaret spørgsmål, hvor betydningsfuld fosterlivstiden reelt set er for menneskets fødte liv. En afklaring heraf kræver yderligere viden og forskning.

LITTERATUR

- Bøndergaard AJF (2012). *Livet er Mit – en bog om Dimensional Bevidsthed*. Forlaget Visdom.
- Bøndergaard AJF (2014). *En invitation til "foster-perspektiver" – en kulturoverskridelse af fostertiden, graviditet og forældreskab*. Frederiksberg: Forlaget Visdom.
- van den Bergh B (1990). *The Influence of Maternal Emotions during Pregnancy on Fetal and Neonatal Behavior*. *Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Health* 5(2), 119-130.
- Chamberlain DB (1990). *The expanding boundaries of memory*. *Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Health*, 4, 171-189.
- Chamberlain DB (2003). *Communicating with the Mind of a Prenate: Guidelines for Parents and Birth Professionals*. *Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Health*, 18(2). S. 95-108.
- Fridman R (2000). *The Maternal Womb: The First Musical School for the Baby*. *Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Health*, 15(1), 23-30.
- Ham JT & Klimo J (2000). *Fetal awareness of Maternal Emotional States during Pregnancy*. *Journal of Prenatal and Perinatal Psychology & Health*, 15, 2, 118-145 (30 ns.).
- Kousholt D (2011). *Børnefællesskaber og familieliv. Børns hverdagsliv på tværs af daginstitutioner og hjem*. Dansk Psykologisk Forlag. S. 13-42.
- Narendran S, Nagarathna R, Narendran V, Gunasheela S, Nagendra HRR (2005). *Efficacy of Yoga on Pregnancy Outcome*. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 11 (2), 237-244.
- Robinson M, Mattes E, Oddy WH, Pennell CE, van Eekelen A,

- McLean NJ, Jacoby P, Li J, De Klerk NH, Zubrick SR, Stanley FJ, Newnham JP (2011). *Prenatal stress and risk of behavioral morbidity from age 2 to 14 years: The influence of the number, type, and timing of stressful life events*. *Development and Psychopathology*, 23, 507-520.
- Ronald A, Pennell CE & Whitehouse AJO (2011). *Prenatal maternal stress associated with ADHD and autistic traits in early childhood*. *Frontiers in Psychology: Developmental Psychology*. 1 (223), 1-8.
- Smart C, Neale B, Wade A (2001). *The changing Experience of Childhood, Families and Divorce*. Cambridge: Polity Press. S. 1-21.
- Verny T, Kelly J (1983). *Det ufødte barns hemmelige liv*. Borgens Forlag. S.13-207.
- Verny T (1989). *The Scientific Basis of Pre- and Peri-Natal Psychology Part I*. *Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Health*, 3(3), 157-170.
- Vieten C, & Astin J (2008). *Effects of a mindfulness-based intervention during pregnancy on prenatal stress and mood: results of a pilot study*. *Archives of Women's Mental Health Journal*, 11, 67-74.



Cand.psych. Ann-Jeanett Foldager Bøndergaard, Institut for Fosterperspektiver, er forfatter til forskellige artikler og bøger. Interessen for fosterlivstiden er udsprunget af hendes videnskabsteoretiske og innovative tilgange til mennesker, udvikling og livsforståelse. Hun har erfaringer inden for forskning, livsvejledning, undervisning og foredrag. info@foster-perspektiv.dk

NÅR TIDLIGE TRAUMER FORSTYRRER

Tekst og tegninger: **Nynne Katrine Bojsen**

Denne artikel er en casebeskrivelse af et forløb med en dreng på ti år, Michail, og hans forældre. Mit ønske er at give et indblik i en kompleks og spirende forståelse af børns reaktioner og konkret beskrive, hvordan man som terapeut kan møde et barn og hans forældre i krydsfeltet mellem mentaliseringsbaseret flerfamilie-terapi, SE-terapi, EMDR-terapi, neuroaffektiv terapi og systemisk forståelse.

Artiklen er opbygget som forløbet i store træk har været, både med faktiske hændelser og de bagvedliggende faglige overvejelser, hypoteser og terapiformer, jeg har benyttet undervejs. Det er vigtigt for mig at understrege, at jeg ikke anser min måde at bedrive terapi på for at være den sande eller eneste vej. Jeg ønsker at invitere indenfor i mine overvejelser og handlinger for således at inspirere andre til at kombinere teoretiske og praktiske forståelser og udvikle feltet.¹

FRA RUSLAND TIL DANSK FOLKESKOLE

Michail bliver henvist til Familieskolen i Gladsaxe i december 2013. Historierne om ham er mange. Han er ti år og går i 4. klasse. Eller rettere, han kan hverken rumme at være i – eller rummes i – folkeskoleklassen og får derfor eneundervisning af en lærer ti timer om ugen. I SFO'en har han en støtteperson på hele tiden. Skolen fortæller, at Michail har svært ved at koncentrere sig, han kommer til at overfuse andre børn og voksne, opfører sig som en baby, fjoller rundt, bliver for sur og fortvivlet og kan ikke takle mange mennesker eller mange påvirkninger på én gang. Der berettes også om

en episode, hvor Michail havde taget et snørebånd omkring sin hals og strammet til, mens han sagde, at han bare ville dø.

Michail er født i Rusland. Familien kom til Danmark, da Michail var tre år. Michails far arbejder og arbejder meget. Michails mor går derhjemme og passer Michails lillesøster, der er fire år. Mor taler ikke dansk, men forstår lidt. Far taler dansk, men usikkert.

Michail har fået ekstra støtte hele sin vuggestue- og børnehavetid. Siden da gik han først i en russisk skole. Det gik ok. Men efter han kom på en kommuneskole i Gladsaxe med 25 børn i klassen, har han haft mange vanskeligheder.

Jeg møder Michail og hans familie samt skolen til et netværksmøde, efter at Michail har gået på kommuneskolen i tre år. Alle virker frustrerede og trætte.

BLANDT ANDRE FAMILIER

På Familieskolen arbejder man ud fra en systemisk forståelse. I dette tilfælde betyder det bl.a., at man tænker, at Michails udfordringer ikke kun handler om psykiske vanskeligheder hos Michail, men at hans handlinger også skal ses som et symptom på og udtryk for hele familiens udfordringer.

Familien bliver en del af vores flerfamiliegruppe. Her er det tanken, at familierne støtter hinanden, udveksler erfaringer og lærer gennem at se og høre andres erfaringer og udfordringer. Det er også hensigten, at de udfordringer, familierne står med til daglig, får plads til at udspille sig i rummet, så vi konsulenter og de andre fa-

¹ Artiklen er formidlet med familiens samtykke. Navnene er ændrede.

milier kan støtte de enkelte familier i at takle udfordringerne *in action*. Endelig er det tanken, at forældrene får indsigt i den skoleramme, som deres børn er en daglig del af, og hvor børnene tit viser deres udfordringer ved enten at reagere ud eller ind. Det er nemlig ofte skolerens underretning, der er anslaget til, at familierne bliver henvist til Familieskolen. Ligesom i Michails tilfælde.

ALT VISER SIG I ØJEBLIKKET

Michail viser tidligt sine udfordringer i flerfamilierummet. Og Michails forældre viser den måde, de takler dem på, i en synkron dans. Vi taler i kollegagruppen om, at vi ser en Michail, der råber ad sin mor, truer med at slå hende eller kaste en stol efter hende, laver ansigtsudtryk som en baby, skriger, ikke vil gøre, hvad moderen siger, og ikke kan forholde sig i ro mere end kort tid ad gangen. Men hele tiden med den nuance i sine udtryk, at han er mere frustreret og febrilsk end kalkuleret, voldelig og afstandstagende. Det er som om, han på sin egen voldsomme måde råber på kontakt. At han netop søger nærhed og ikke afstand.

Men Michails mor er bange for Michail. Og hun er træt. Hendes ansigt bliver gråt eller med gråd, når Michail reagerer. Situationen virker fastlåst.

Med faderen er det lidt anderledes. Faderen er ikke bange for Michail og han har fysik til at holde Michail, når det går vildt for sig. Men det virker ikke som om, det hjælper Michail. Han bliver ikke roligere. Vi synes at se en Michail, der på den ene side gerne vil være tæt på sin far, opfylde hans krav og få hans anerkendelse, og på den anden side en Michail, der er frustreret og skubber sin far fra sig både fysisk og psykisk.

Faderen virker mest irriteret over Michails handlinger. Han forsøger oftest at få Michail til at falde til ro ved at tale til ham og overbevise ham om, at han ikke bliver til noget, hvis han ikke tager sig sammen og koncentrerer sig. Nu. Der bliver sagt en del på russisk, som ikke bliver

FAMILIESKOLEN I GLADSAXE

Familieskolen er en systemisk forankret foranstaltning i Gladsaxe kommune. Familier bliver henvist på baggrund af en § 50-undersøgelse, hvor enten skole og/eller netværk indledningsvist har indgivet en underretning om barnets trivsel.

Forløbet varer i seks måneder, hvor familierne kan gå op til tre gange om ugen i flerfamilierummet. Tilbuddet består primært af flerfamilieterapi, men også af individuelle samtaler. Teorierne og metoderne bag praksis på Familieskolen er inspireret af Marlborough-modellen, udviklet af bl.a. Aia Eisen samt Marlborough-modellens skoledel, udviklet af bl.a. Niel Dawson og Brenda McHug.

oversat af tolken. Michail fortæller frustreret til os konsulenter, at hans far kalder ham grimme ting.

Enkelte gange har jeg set og mødt den dybe frustration, træthed og tristhed, som også er i faderen. Men de øjeblikke, hvor jeg har set det, har det været skjult bag et skjold af styrke, kampånd og hårdhed. Ikke bare over for Michail, men også over for egne følelser.

Blandt de andre børn synes vi at se en Michail, der ikke helt forstår, kender eller i hvert fald kan agere i forhold til de spilleregler og omgangsformer, der er gældende mellem børnene. Michail er enten klovn, aggressoren, uromageren eller svinger som oftest ind og ud af alle rollerne. For os at se en dreng, der tydeligvis ikke er i balance.

Desværre sker der det, at Michail hurtigt bliver et mobbeoffer blandt de andre drenge, der jo selv ikke har det

nemt. Især to drenge, der selv har udfordringer med af-fektive afstemninger, trigger på og bliver trigget af Michail.

I kollegagruppen vokser der en tvivl om, hvilket ud-bytte familien har af vores tilbud. Man vælger at skifte konsulent og fokus. Her starter min selvstændige del af arbejdet med familien, da jeg er den nye, interne konsulent på opgaven.

ETRÅB OM HJÆLP

Første trin i min håndtering er en række samtaler med forældrene uden Michail. Det går op for mig, at forældrene primært opfatter Michails handlinger som manipulation, at han er manipulerende (deres eget ord). De ser Michails reaktionsmønster udelukkende som forsøg på at få opfyldt egne behov, og får han ikke opfyldt dem, bliver han umulig.

Jeg bliver overrasket over deres forståelse af Michails handlinger. Jeg ved fra mine kolleger, at de tidligere har talt med forældrene om denne anskuelse af situationen og af Michail. Jeg forsøger en ny strategi, som ligger uden for vores normale samtaleform, hvor vi primært forsøger at støtte de svar og ressourcer, forældrene selv besidder, i stedet for at komme med vores anvisninger eller hypoteser. Men jeg fornemmer, at situationen skal kickstartes, så jeg vover at være tydelig med mine antagelser.

Jeg tegner en tegning (næste side), mens jeg forklarer: ”Jeg ser Michail som en dreng, der ikke er manipulerende, men som råber på hjælp. Jeg tror, at alle børn, også jeres Michail, helst vil have det godt med sin familie, være elsket og elske dem, han er tættest på (det omslut-tende hjerte). Men lige nu opstår der alt andet end nærhed med jer (de sorte streger i hjertet). Jeg tror, Michail har brug for hjælp fra jer. Hjælp til at blive roligere og hjælp til at blive forstået. Min hypotese er, at han kalder på noget forskelligt i jer. Han kalder på sin mors indre styrke (den blå søjle). Han har brug for at mærke, at du er stærk, for ellers kan du ikke passe på ham. Når han truer dig med en stol, er det for at sige: ”Mor, vågn op og pas på mig! Jeg bliver usikker, når du bliver bange og fal-

der sammen. For hvis du ikke kan passe på mig, hvem skal så? Lige nu kan jeg jo ikke engang passe på mig selv. Jeg har brug for dig!”

Jeg fortsætter: ”Og Michail kalder på sin fars følsomhed (hjertet). Jeg tror, han ønsker, at du skal bryde ud af dit eget følelsesmæssige skjold og møde ham kærligt, omsorgsfuldt, åbent og tillidsfuldt. Michail vil så gerne have din accept og ros, men indtil nu har han ikke kunnet finde ud af, hvordan han skal få den. Det er som om, han siger: ”Far, jeg vil så gerne, men jeg kan ikke finde ud af, hvordan jeg kan nærme mig dig, så du ser mig og anerkender mig for den, jeg er. Det er igennem dine øjne, at jeg ser på mig selv, så når du ser mig som manipulerende og irriterende, så bliver jeg endnu mere ude af mig selv. For jeg ønsker jo alt andet end det”.

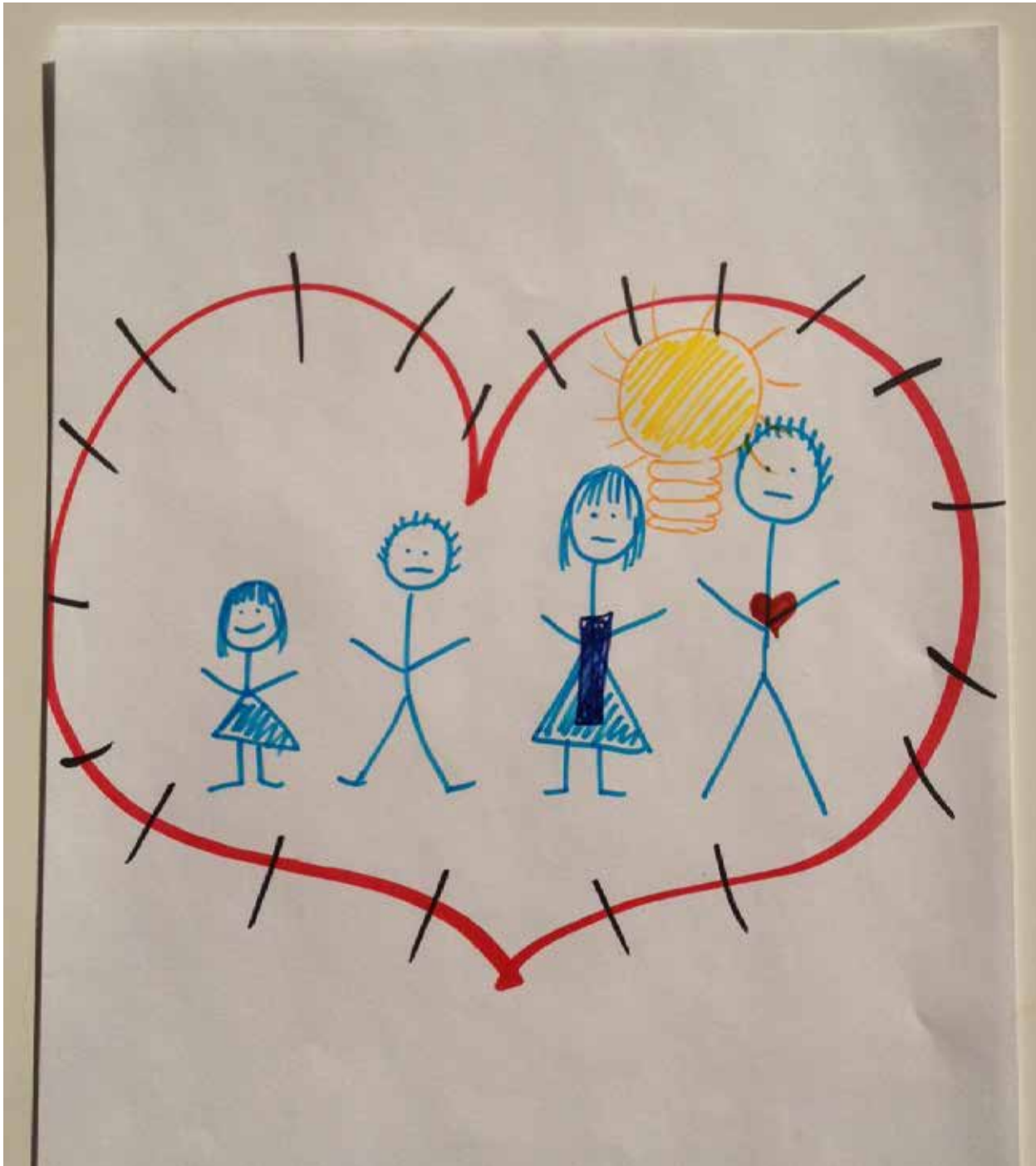
Jeg slutter med at tegne en elpære imellem faderen og moderen på tegningen. Med den vil jeg vise, at min hypotese er, at forældrene skal finde nye måder at møde og takle den svære situation på. Nye måder at møde og se Michail og sig selv på.

Jeg fornemmede efter denne samtale, at det satte me-get i gang. Det var som om, at moderen intuitivt og instinktivt forstod og tilegnede sig den nye forståelse af Michail. Begyndte at se ham som en dreng, der råber om hjælp, ikke en dreng, der er ude på at skabe afstand. Og det var som om, at hun forstod og accepterede, at hun hjalp Michail ved selv at mærke og bruge sin styrke som mor og omsorgsperson. Faderen virkede mindre påvirket af samtalen. Men når nu jeg kendte faderens egen historie, gav hans reaktion også mening.

HISTORIEN SKYGGER

En af dagene i flerfamilierummet, efter der havde været en større konflikt mellem Michail og de andre drenge, spurgte jeg til Michails fars egen historie. Michails far fortalte, at hans egen far var streng og straffede ham og at faderen forlod ham og moderen, da Michails far var tre år.

Michails far skulle arbejde hele sit barneliv sammen med moderen. Der var ikke tid til at lege. Moderen hav-



de sågar fortalt ham, at han ikke skulle opfatte hende som sin mor, men som sin søster, at de var ligestillede i at klare deres udfordringer, deres liv. Michails far blev også sendt på spejderlejr, væk fra moderen, for at hærdes og blive stærkere. Han havde dog en morfar, som han var tæt på, fortalte han. Men hans beskrivelse af morfaren gav mig ikke mere ro i forhold til, hvordan Michails far blev mødt som barn. Det var mere med regler og afstand end med nærhed og omsorg.

For mig at se gav det mening i forhold til noget af det, der også var på spil mellem Michail og hans far. Michail kæmper bravt for at få opfyldt sine egne behov og kan opføre sig som en baby, indtil han får lov til at spille på iPad eller computer. Michail tænker ikke på at yde, før han kan nyde. Det er stik modsat af, hvad Michails far lærte som barn om, hvordan man skal opføre sig. Og det virker provokerende på Michails far at se sin drengs opførsel. Det er som om, Michail trykker på faderens røde knap og sorg hver gang, Michail vil have sine egne behov opfyldt. Da jeg fortæller om mine tanker til faderen, smiler han træt og siger, at jeg nok har ret.

Det andet, jeg tænker er på spil, er, at faderen gennem sin opvækst har lært, at man kun bliver stærk ved at få tilstrækkeligt mange udfordringer, fx at blive sendt væk fra sine forældre, lige som han selv blev det. Jeg fornemmer, at Michails far har bygget et solidt skjold omkring sine egne følelser. Som en gammel forsvarsstrategi fra sin barndom, hvor det var for sårbart at føle, hvordan han havde det. Så hellere lægge låg på, for ellers gjorde det for ondt. Og nu får han en søn, der kalder på, at han åbner sig og møder ham omsorgsfuldt. Som råber på, at faderen skal komme i kontakt med sit hjerte og åbne det over for sin søn. Det må være svært. Jeg vender mine hypoteser med faren. Han nikker igen stille.

Faderens historie og mine observationer af samspillet mellem Michail og hans far gør, at jeg tænker, jeg også skal arbejde med faderen for at kunne hjælpe Michail. For de er begge en del af problemet og derved løsningen.

Endelig er der den overordnede ramme omkring familien, at det i den russiske kultur – og for så vidt jo også i den danske – er pinligt og skamfuldt at have et barn, der

ikke passer ind. Og så bryder man sig ikke om at tale om sine problemer med andre, forklarer forældrene. Det er noget, man klarer selv. Det var det, jeg lærte som lille pige, fortæller moderen mig sorgfuldt. At klare tingene selv.

Jeg bliver endnu engang opmærksom på, hvor vigtigt det er som terapeut at kunne balancere mellem at være følgende og direktiv, at kunne gå i en vekselvirkning mellem problemerne og succeserne og hele tiden evne at have alle familiemedlemmerne for øje. At agere som en omsorgsperson, der på en og samme tid rummer og kærligt udfordrer sine klienter, så de bliver i stand til at kunne selv. Samme metode ses i SE-terapiens² pendulering mellem traume og ressource. Og netop SE-terapi og EMDR-terapi³ bliver det næste, jeg benytter mig af i forsøget på at hjælpe familien og Michail.

DER MÅ MERE TIL

Faderen og moderen er begyndt at være mere tydelige og kærlige over for Michail i flerfamilierummet. Og det virker. Men det er stadig som om, at der er noget inde i Michail, der forpurrer affektiv afstemning med situationerne.

Et møde på Michails skole gør, at forløbet med familien tager en drejning. Forældrene får her læst skolens beskrivelse af Michail op i forbindelse med en ansøgning om en udskilt foranstaltning til Michail (ansøgning om specialskole). Jeg sidder med til mødet og ser, hvordan både moderen og faderen falder sammen over beskrivelserne af deres barn. Det er som om, de lige dér giver op.

Efter mødet fortæller jeg dem, at jeg vil tilbyde dem og Michail en ny form for behandling. I korte træk fortæller jeg, at det handler om at få Michails og deres nervesystem til at falde mere til ro, så de kan hjælpe hinan-

² SE-terapi står for *Somatic Experiencing Therapy*, udviklet af Peter A. Levine.

³ EMDR er en forkortelse af *Eye Movement Desensitization and Reprocessing*. Terapiform udviklet af bl.a. Francine Shapiro.

den. Moderen kommer til at grine, og faderen smiler. De giver begge udtryk for, at det er det, de trænger til. Ro.

Jeg fremlægger mit tilbud i kollegagruppen. Det er jo ikke systemisk, mentaliseringsbaseret flerfamiliete-rapi, jeg vil tilbyde familien, men mere individuel traumerapi. Noget man ellers ikke praktiserer på Familie-skolen. Alle er dog enige om, at vi må gøre, hvad vi kan, for at hjælpe familien og ikke mindst Michail. Og forældrene skal stadig være med hele tiden. De er den vigtigste ressource for Michail, ikke mindst på lang sigt.

DINOSAURER OG MUS

Jeg indkalder Michail og hans forældre en onsdag morgen. Alene. Michail er urolig og spørger, hvor lang tid de skal være her, hvor de andre børn er, om de må spille bordtennis osv. Jeg fornemmer, at han er usikker på rammerne, og jeg forklarer ham i detaljer, hvor længe de tre skal være her, og hvad der skal ske. Han bliver mere rolig.

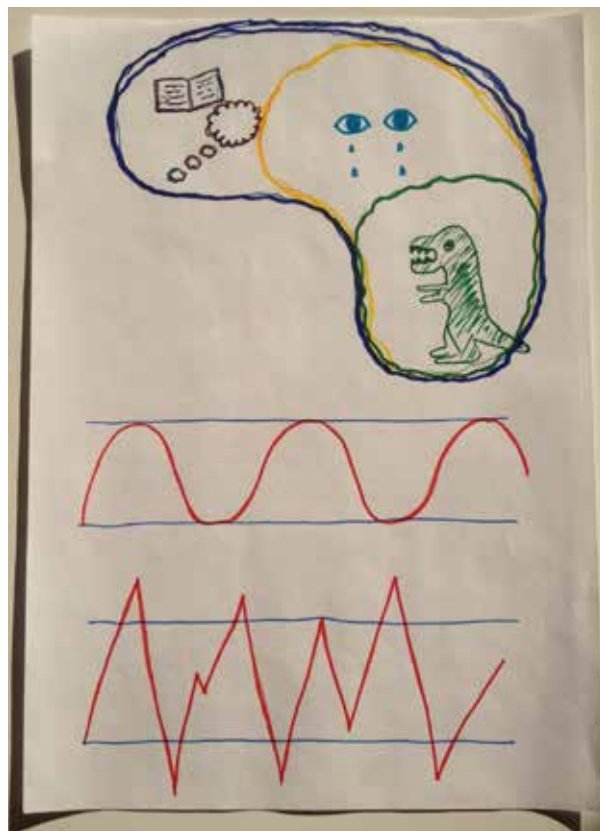
Jeg har tegnet en tegning til familien (th.), som jeg forklarer. Jeg fortæller om den tredelte hjerne. Om hvordan krybdyrhjernen styrer kamp, flugt og frysmekanismerne i vores krop og handlinger. Om hvordan krybdyrhjernen – når den er aktiveret – overtrumfer og sætter de to andre dele af hjernen (følelshjernen og den tænkende hjerne) lidt på stand by. Forstået således, at hvis Michail er ude af sig selv, slår og råber (krybdyrhjernen er aktiveret), så er der ingen eller ringe kontakt til hans øverste del af hjernen (den tænkende del). Man kan altså ikke bare tale ham til fornuft. Det eneste, der virker nu og her, er at få 'krybdyret/dinosauren' til at falde til ro. Og det gør man bedst ved selv at være rolig som voksen, rumme vilddyret og give det et knus eller anden fysisk kontakt.

Jeg fortæller dem også om forskellen mellem et normalt og et ubalanceret nervesystems svingninger (også på tegningen). Michail er meget optaget af det ubalancerede nervesystem og synes, det er sejt. Jeg forklarer ham, at det er sådan, jeg tror, han har det indeni, og at en af grundene til, at han og hans forældre skal være her, er,

at vi sammen skal arbejde på, at hans nervesystem kan blive mere roligt. Han ser på mig, og jeg får en fornemmelse af, at han føler sig set.

Jeg forklarer forældrene, at de er den vigtigste ressource til at få Michail i balance. Når bølgerne går højt for Michail, har han brug for at kunne læne sig op ad et mere modent og balanceret nervesystem for selv at kunne falde til ro. Han har brug for at blive rummet og kærligt guidet af nogle forældre, der udviser stabilitet, tryghed og ikke mindst ro.

Det kræver dog, at forældrene selv kan forblive i balance, når bølgerne begynder, ellers bliver det en kamp mellem to dinosaurer (Michail og far) eller en dinosaur og en stivnet mus (Michail og mor).



KARAVANEFØRER PÅ NYE STIER

Michail sidder i sin egen stol. Forældrene sidder i en lille sofa. Jeg beder dem fokusere på, hvad de fornemmer inde i kroppen lige nu. Først i maven, siden i brystet. Jeg spørger, om der er varmt eller koldt, sammensnøret eller åbent, afslappet, stikkende, prikkende osv. Altså fysiske fornemmelser. Ikke tanker om hvorfor. Blot registreringer. Metoden er fra SE-terapien, hvor man ved at skabe fokus på kropsfornemmelser dels får nyt kendskab til sin krop og et nyt sprog omkring den, dels får afspændt eventuelle spændte områder ved at give dem fokus. Begge elementer (sammen med en række andre elementer, som terapiformen indeholder) skaber større resiliens og kompetence til affektregulering. Og det er netop denne affektregulering og resiliens, som jeg tror, både Michail og hans forældre behøver for at kunne støtte sig selv og hinanden. Alle tre synes, det er lidt mærkeligt, men de går med på min sti.

Jeg er opmærksom på, at jeg som karavanefører for denne ekspedition både skal være tydelig, rolig, sikker og samtidig åben for at skifte sti, hvis jeg kan se, at mine deltagere ikke kan eller vil følge med. Heldigvis følger de alle tre med.

Jeg foreslår derefter, at Michail skal sætte sig mellem sine forældre. Jeg ved, hvordan fysisk berøring fra et andet menneske kan påvirke kroppen, bl.a. udløse 'lykkehormonet' oxytocin. Det forsøger jeg at aktivere mellem Michail og hans forældre. Og det virker. De sidder nu helt tæt, for sofaen er lille.

TIDLIGE FORSTYRRELSER

Min hypotese er, at der tidligt i Michails liv er sket nogle forstyrrelser i hans tilknytning. Det er som om, han på nogle områder er en 10-årig dreng og samtidig på andre områder er en lille baby, der er usikker på, hvor han hører til, og hvem der skal tage sig af ham. Min hypotese er, at jeg skal være med til at skabe nogle øjeblikke for Michail og hans familie, som rammer ind på de udviklingsniveauer, hvor forstyrrelserne er sket, og hele dem den vej. Når skaderne er sket på et tidligt og førsprogligt tidspunkt i livet, nytter det ikke at mentalisere over dem.

Hart og Bentzen (2013) taler om, at barnet skal mødes i dets nærmeste udviklingszone. At relationsforstyrrede børn skal mødes med "bottom-up" interventioner, der er rettet mod autonom og limbisk afstemning, før det bliver muligt at inddrage metoder, der er rettet mod højere funktionsniveauer. Det vil sige, at barnets først skal mødes i krybdyrhjernen og følelhjernen, før barnet har adgang til og nytte af at blive mødt i den tænkende hjerne og mentalisere over sine handlinger.

Jeg forsøger således at skabe øjeblikke, hvor Michail og hans familie mærker og føler tilknytning.

SOM FORTI ÅR SIDEN

Jeg foreslår følgende: "Michail sæt dig mellem din mor og far. Nu skal du, mor, fortælle Michail om den gang, han var en lille dreng, der lige var blevet født. Fortæl ham om, hvordan du tog ham op og nussede ham og holdt ham ind til dig og ammede ham. Imens skal du røre ved hans arm eller skulder, så han kan mærke, at du er der for ham nu."

Og moderen fortalte. På russisk. Jeg forstod ikke en lyd, men jeg kunne tydeligt se, hvad der skete. Michail puttede sig ind til sin mor, så op på hende, spejlede sig i hendes kærlige ansigtsudtryk. Det var så fint.

Bagefter bad jeg faderen fortælle Michail om, hvordan han som nybagt far holdt ham i sine arme og vuggede ham. Jeg præciserede, at det skulle være med fokus på det positive i historien, fordi jeg var usikker på, hvad faderen kunne og ville fortælle af følelsesmæssige positive aspekter om den gang. Imens skulle faderen holde Michails hånd eller røre ham blidt på benet. Og faderen fortalte. Michail lyttede og så op på sin fars venlige ansigt. Jeg blev rørt over at se deres kontakt.

Bagefter var der ro. Michail sad og legede med sin mors hånd oppe ved sit ansigt. Langsomt udvikledes der en meget fin situation. Michail trykkede sit ansigt ind i moderens hånd og sagde suttelyde. Lukkede øjnene og suttede. Så op på sin mor, suttede igen i hånden. Jeg blev rørt over at se og lytte til, hvad der skete. Jeg så en Michail, der i mine øjne blev en lille baby, som blev ammet

hos sin mor. Han gik instinktivt tilbage til et af de steder, hvor der var sket forstyrrelser i hans tilknytning, og dér, i dette rum, helede han lidt af sin historie. Da han stoppede, fortalte jeg ham, at babyer ofte bliver helt trætte og falder i søvn, når de er blevet ammet. Han lagde hovedet tilbage, puttede sig ind til sin mor og lukkede øjnene.

Dagen efter i flerfamilierummet fortalte moderen, at Michail havde været meget mere rolig i skolen den dag. Om aftenen var han begyndt at spise, hvilket han ellers oftest har svært ved og ikke lyst til. De andre familier kommenterede også Michails større ro dagen efter.

Det var et fint øjeblik at se Michail 'blive ammet'. Og alligevel blev jeg opmærksom på, at der var noget uforløst. Undervejs så Michail nemlig op på sin mor. Mens hun fortalte, smilede hun. Men i lang tid efter sad hun med et trist og udtryksløst ansigt, når Michail så op på hende. Jeg instruerede hende i, at hun skulle tage sin baby ind til sig og putte ham, hvilket bragte hende tilbage til den kærlige, nærværende omsorg for ham. Men hendes ansigtsudtryk fortalte mig, at hun også huskede, hvordan det var for ti år siden.

Det blev interessant for mig at finde ud af, hvad der var foregået i familiens liv i den periode, hvor Michail blev ammet. Det lille barn – og derved også Michails – udvikling af affektregulering er bl.a. afhængigt af, at det kan spejle sig i sine omsorgspersoners smilende og positive ansigter. Måske kunne det at få sat ord på, hvad der skete den gang, Michail var spæd, give en del af forklaringen på, hvorfor moderens ansigt ikke var smilende, og måske derved også, hvorfor Michail har så svært ved affektregulering. Næste seance skabte mere lys.

ANDEN SESSION, NYE RAMMER

I den anden session startede jeg med at forklare Michail, hvad der skulle ske, og hvor lang tid, han og hans forældre skulle være der. Det skabte ro.

Jeg definerede også en anden ramme. I den tidligere session havde jeg lagt mærke til, at Michails forældre ofte pressede Michail til at sige noget, når jeg spurgte. De tyssede på ham, hvis han larmede, og i det hele ta-

get blev de meget irriterede på ham, hvis han ikke lige gjorde, som de tænkte, at jeg gerne ville have det. Og med Michails svingende fokus irttesatte de ham tit. I denne seance fortalte jeg forældrene, at jeg gerne ville tage ansvar for og beslutte, hvad Michail måtte og ikke måtte. De behøvede ikke sige noget til ham. Det skulle jeg nok. Denne tilgang er anderledes, end hvad der ellers praktiseres på Familieskolen, hvor man hele tiden støtter forældrene i at være de primære omsorgspersoner og dem, der sætter rammerne og bestemmer over deres børn.

Min hypotese var, at Michail havde brug for at mærke, at han er ok, at han er accepteret for den, han er, samt at hans reaktioner ikke kun skal vurderes som irritationsmomenter, men bl.a. ses som spejlinger af hans indre tilstand. Ikke mindst min viden om og erfaring med, hvor vigtigt det er at følge barnets rytme, når man skal hjælpe det, medførte, at jeg satte denne ramme. Som Haldor Øvreeide⁴ taler om i sine triangulerede samtaler, så giver det også forældrene en chance for at se og opleve deres barn på ny, når terapeuten interagerer med barnet, mens forældrene er vidner.

I starten var det lidt svært for Michails forældre at slippe. Men i takt med at Michail opmærksomt og roligt fulgte mine anvisninger, blev det lettere.

FRI AF TRAUMERNES TAG

Jeg bad Michail sætte sig mellem sine forældre igen. Nu bad jeg moderen fortælle om Michails første tid. Imens bad jeg om – og fik lov til – at holde på Michails fødder. Min hypotese var nemlig, at Michail ville have god brug af en af EMDR-terapiens metoder undervejs.

I EMDR-terapi stimulerer man højre og venstre hjernehalvdel, enten ved skiftevis berøring på klientens hænder, fødder, skuldre eller knæ, eller ved at øjnene følger terapeutens fingre skiftevis fra højre til venstre. Denne stimulation hjælper kroppen til at bearbejde og lagre de tidligere hændelser på en mere hensigtsmæssig måde.

⁴ I Hart & Bentzen (2013).

Man tænker det således, at traumer og traumatiserende hændelser er dysfunktionelt lagret i hjernen, og at EMDR-terapien hjælper med at lagre hændelserne funktionelt. Målet er, at fortidens hændelser bliver fortid og ikke spiller ind i nutiden, som traumer ofte gør. De slipper deres fastlåsende tag i krop og psyke.

Min hypotese er nemlig, at Michails krop er traumatiseret. Jeg synes at se, at hans tynde krop bliver aktiveret på måder, der rækker ud over, hvad vi som udenforstående synes, at de aktuelle situationer, han er i, kan udløse. Det er som om, at fortidens hændelser aktiverer hans nervesystem på en måde, som var han i fortiden endnu. Min hypotese er, at de traumatiserede områder handler om hans tilknytning.

ET LILLE BARNS IAGTTAGELSER

Michails mor begyndte at fortælle. Jeg stimulerede Michails fødder undervejs for på en og samme tid at skabe ro og hjælpe ham til at bearbejde de historier, der måtte komme. Moderen fortalte, at de lige efter fødslen boede to uger hos hendes forældre. Men der kom konflikt. Moderens forældre og Michails far kunne ikke enes. Så måtte den lille, nye familie flytte. Det blev til en mindre lejlighed i en anden by, langt væk fra moderens forældre. Der var ingen møbler. Moderen var ked af det og bange. Faderen læste på universitetet og arbejdede, så hun var meget alene med Michail. Mens moderen fortalte, syntes jeg at kunne se sorgen i hendes øjne. Hun huskede, hvordan det var.

Jeg talte til Michail undervejs: "Så der lå du og mærkede, at din mor var bange og ked af det." "Ja, jeg kan huske, at jeg kunne høre, de sagde warh warh wahr til hinanden (skændtes)," udbrød han. Jeg fortsatte med en rolig, kærlig stemme, mens jeg trykkede skiftevis på hans fødder. "Og du kunne høre, de sagde warh warh wahr til hinanden." Jeg var opmærksom på at gengive Michails egne ord, så han kunne registrere, at jeg hørte og forstod, hvad han sagde. "Det må have været svært. Måske blev du bange for, om de kunne passe på dig?" Han sukkede. "Men det gjorde de, og de sidder her i dag

med dig. Og du overlevede. Godt gået." Han smilede og lænede sig tilbage.

Både i EMDR-terapien og i SE-terapien er det vigtigt at holde fokus på nutidens ressourcer, så kroppen ikke fortaber sig i de traumatiske oplevelser, men i stedet lærer at kunne veksle mellem det svære og det ressourcefylde.

Michails mor fortalte videre, at hun skulle opereres, da Michail var tre måneder gammel. Hun skulle indlægges på hospitalet, og Michail måtte ikke komme med. Mens hun var indlagt, skulle Michails far og hans bedstemor passe Michail. For mig at se en episode, der let kan sætte sig sine spor i en lille dreng.

Det var tydeligt, at det var en svær periode for både Michails mor og far dengang, for det påvirkede dem også nu at skulle fortælle om det.

Moderen var kun nogle dage på hospitalet. Men for et lille barn uden tidsforfølelse kan det føles som en evighed. Jeg genfortalte episoden til Michail ud fra et lille barns perspektiv. Jeg fortalte ham, at han overlevede og fik sin mor tilbage, at de sad sammen her i rummet nu og at faren fra dengang var ovre. Michail lyttede, lænede sig tilbage og gabte. Et fint tegn på, at hans krop lige dér slap noget af sin spænding. Der blev ro.

SELVBESKYTTELSE OG PARTERAPI

Bagefter spurgte Michail, om han måtte gå ind ved siden af og spille iPad. Jeg sagde ja i vished om, at han lige dér aktiverede sin selvreguleringsmekanisme, passede på sig selv, havde fået nok stimulering og trængte til at konsumere og restituere. Heldigvis var rammen jo, at jeg i denne time bestemte over Michail, så han gik uden at skulle konfronteres med andet end, at det var ok.

Timen fortsatte med parterapi. Vi fik sat fokus på forældrenes forskelligheder og styrker, fik sat ord på, hvad de ønskede sig af den anden, og hvorfor det ikke altid går, som de vil. Det er nemlig også en af udfordringerne i fa-

milien, at forældrene sjældent kan tale sammen i længere tid, fordi de kommer med så forskellige udgangspunkter og forventninger. Vi fik sat lidt kærligt lys på deres situation. Et for mig at se vigtigt step i, at de kan støtte hinanden og derved også Michail.

Det blev en fin samtale med frustration og forløsning, grin og hænder, der holdt hinanden. Jeg pointerede endnu engang min systemiske tilgang til familier, at det er i samspillet, alting opstår, og alting kan blive helet. At de er de vigtigste personer i Michails liv. Og de støtter ham bedst ved at støtte sig selv og hinanden.

Moderen sagde tak for samtalen og grinte til faderen, mens hun sagde: "Da lyttede du endelig til mig." Faderen smilede.

Imens sad Michail helt rolig i det andet rum og skulle slet ikke komme og forstyrre, hvilket han ellers plejede.

IDAG OG I FREMTIDEN

Familiesessionerne fortsatte indtil sommerferien 2014. I flerfamilierummet blev Michail stadig mere rolig. De andre familier bemærkede det. Han overkom lettere de andres drillerier og kunne koncentrere sig mere og mere. Moderen blev mere tydelig og stod fast med sikker stemme og kram, når hun skulle afilede Michail og dulme hans vågnende dinosaur. Faderen blev mere opmærksom på ikke at afvise, når Michail blev urolig, men i stedet støtte ham med en rolig stemme og et roligt kropssprog. Også i skolen kunne de se positive forandringer hos Michail. Der var ingen tvivl om, at den rejse, vi var begyndt på, gjorde familien godt.

I dag går Michail på en skole med færre børn og flere voksenressourcer. Det trives han med. Der er ingen, der ved, om Michail får så meget ro i sig selv og sin verden, at han kan være en del af en normal folkeskoleklasse igen. Og måske er det ikke målet i sig selv. Målet er vel, at han sammen med sin familie får helet deres individuelle og fælles historie, så de kan gå styrket ud i verden sammen og hver for sig.

Jeg er taknemmelig for, at jeg fik mulighed for at være en del af Michail og hans forældres liv for en stund og bruge mine værktøjer og indsigter til at hjælpe dem med at huske og udfolde deres egne svar og ressourcer.

LITTERATUR

Hart, Susan & M Bentzen (2013). *Jagten på de nonspecifikke faktorer i psykoterapi med børn*. København: Hans Reitzels Forlag.

Levine, Peter A (2012). *Den tavse stemme*. København: Hans Reitzels Forlag.

Levine, Peter, A & M Kline (2012). *Traumer set med barnets øjne*. København: Dansk Psykologisk Forlag.



Nynne Katrine Bojsen er uddannet cand.comm., psykoterapeut MPE, EMDR-terapeut samt socialfaglig familiecoach. Er efteruddannet i traumeterapi med børn via SE-kurser med Alé Duarte og Maggie Kline. Hun er i dag ansat i Familiepsykologisk Praksis på Frederiksberg og har derudover egen praksis i Lyngby.

KLIENTENS BØRN ... ER DE OGSÅ MIT ANSVAR?

Tekst: **Karen Glistrup**
Tegning: **Pia Olsen**

Et børneperspektiv er ikke kun aktuelt, når vi har børn i terapi. I det terapeutiske arbejde med et voksent menneske, som har børn under sine vinger, bør vi også have øje for børneperspektivet. Prøv at se på det fra denne vinkel: Vældigt mange voksne menneskers følelsesmæssige smerte har rod tilbage i barndommen i en længsel efter at blive mødt og set. En stor del af det psykoterapeutiske arbejde med voksne klienter handler således om at hele barndommens sår. Vi arbejder os ind til kernen og heler såret ved at møde, se og rumme samt hjælpe klienten til at møde, se og rumme sin egen barndoms smerte.

Med denne lille artikel er det mit håb at give inspiration til, hvordan psykologer og psykoterapeuter ligesom de praktiserende læger og andre, der har behandlingsopgaver for psykisk sårbare forældre, kan være med til at sikre, at klientens/patientens børn slipper for at bære på en tilsvarende smerte og længsel efter, at nogen så dem.

Indledningsvist vil jeg give ordet til en kursist, som jeg mødte, da jeg for nylig var gæstelærer på Dansk Familierapeutisk Institut.

TÆNK, HVIS NOGEN HAVDE HJULPET MINE FORÆLDRE MED AT FORTÆLLE MIG OM MIN MORS SYGDOM

Jeg er sundhedsplejerske, 47 år. I mit job brænder jeg for børn og forældre, der mistrives mentalt, og som speciale varetager jeg gruppetilbud for kvinder med fødselsdepression.

Selv er jeg opvokset i en kernefamilie, som udefra ligner enhver anden velfungerende middelklassefamilie. Og det er det for så vidt også, men der er en usynlig medspiller. Min mor fik en fødselspsykose, da hun havde født min lillebror, og var indlagt en længere periode. Jeg var fem år, men husker ikke den del af min barndom.

Som teenager fandt jeg ud af, at vores familie havde en hemmelighed, da min far fortalte mig om min mors fødselsdepression. Jeg ved, at min mor heller ikke i dag taler med min far om sin fødselspsykose og sygdomsperioder sidenhen – der er total tavshed omkring dette afsnit af min families historie.

Først i de senere år har jeg fået forståelse for, hvor meget min barndoms tabu spiller ind på den person, jeg er i dag. Jeg har hele mit liv været en nem og dygtig pige, der har nemt ved at sætte mig i andres sted. Sværere har det været for mig at mærke mig selv, mine lyster og behov og ikke mindst at være synlig og bede om hjælp.

Den dag i dag har vi i min familie aldrig snakket om min mors fødselspsykose og de efterfølgende depressioner. Jeg tror, at vi alle ubevidst passer på min mor.

I respekt og loyalitet over for hende og min indre følelses 'logik' har jeg heller aldrig kunnet fortælle mine børn om min mors sygdom eller om min tidlige barndom.

Det lyder måske langt ude, men det ligger som en naturlig 'sandhed' i mig. I min egen krop har jeg således erfaret, hvor stærke sporene af mine forældres tabu er. De fortsætter gennem generationer og spærrer til tider for, at vi kan have en autentisk kontakt med hinanden i familien.

Tænk, hvis der var nogen, som havde hjulpet mine forældre med at fortælle mig, at min mor var syg, og at det ikke var min skyld. Nogen, der kunne se mig og sætte ord på, hvad jeg som lille pige på fem år gik og boksede med. Hvis det havde været tilfældet, kunne jeg måske have sluppet for en barndom, hvor jeg følte mig usynlig.

Det er så rigtigt, som titlen på Karen Glistrups bog siger: Hvad børn ikke ved ... har de ondt af. Så hjælp forældre til at forstå, at de ikke beskytter deres børn ved ikke at sige noget.

EN ENKEL OPGAVER

Så enkelt kan opgaven faktisk beskrives: ”Hjælp forældrene til at forstå, at tavshed ikke beskytter deres børn!”

Men enkelt føles det sjældent for den professionelle. For når vi italesætter, at børnene også er berørte af den voksnes smerte og uro, udfordrer vi klientens beskyttende benægtelse. Man kan måske frygte, at klienten bliver ramt af både skyld og skam.

I psykiatrien har vi imidlertid høstet den erfaring, at italesættelsen af børnenes perspektiv tværtimod oftest opleves som en lettelse for patienten, når vi samtidig kan tilbyde patienten en hjælp til at få brudt tavsheden.

Har man ikke udviklet faglige kompetencer til at arbejde med børn, vil de færreste indlade sig på samtaler med børn. Objektivt set er det betimeligt, at vi holder os til at arbejde med de opgaver, som vi er fortrolige med, men selvom vi kan blive bragt ud i en oplevelse af at være lidt inkompetente, er forsigtigheden eller undladelsen, som jeg vil kalde det her, imidlertid uhyre problematisk, da konsekvensen af ikke at forholde sig til børnene kan være at svigte dem.

Problemet består for mig at se i, at vi ikke har nogen kultur eller faglig tradition for, hvordan vi italesætter og inddrager børneperspektivet, når den voksne er ramt. Traditionen hos både forældre og professionelle er at tie.

SNAK MED BØRNENE OM DEN VIRKELIGHED, DE ER EN DEL AF

Min baggrund for at skrive om dette emne knytter sig især til de erfaringer, jeg har gjort i mit faglige virke gennem de sidste 20 år. Men jeg kan se, at min erfaring med italesættelse har spor helt tilbage i min barndom. Jeg har altid haft svært ved at tie stille om vigtige ting, som bliver fortiet. Jeg har altid haft et stærkt behov for at være i kontakt med dem, som jeg er sammen med, om den virkelighed, vi er sammen i. Hvis ’der står en elefant i stuen’, kan jeg ikke lade, som om den ikke er der.

At komme til udtryk har således været gennemgående tema i både mit personlige og i mit faglige liv. Det kan

overraske – og måske irritere – nogen, men oftest har det vist sig at skabe forløsning. Ikke blot for mig selv, men også for andre. Især hvis der er forståelse for, at intentionen er ønsket om mere nærvær og bedre kontakt.

Siden slutningen af 90’erne har jeg i forskellige udviklingsprojekter og i min private praksis udviklet det lidt særlige speciale, at jeg hjælper forældre i psykisk lidelse med at få fortalt og snakket med børnene om, hvad der er galt. Vi snakker om, hvordan den voksne har det indeni, og hvordan det kan opleves af børnene. Vi snakker om, hvad psyken og sindet er for noget, om hvordan børnene har det, og om, hvordan de kan passe på sig selv i relationen til den voksne, der måske i perioder kan have svært ved at fornemme både sine egne og børnenes grænser.

Samtalerne kan selvfølgelig også tage udgangspunkt i problemer, som børnene tumler med, eller de kan handle om andre livsomstændigheder, hvor forældre er bragt i en følelsesmæssig tilstand, der påvirker og belastar relationen til deres børn.

I disse samtaler, som jeg har kaldt familiesamtaler, oplever forældrene, hvordan børnene bliver lettede over, at vi gennem det, som vi fortæller, viser, at vi har øje for, hvordan det er at være dem. Det giver mening for børnene, at vi sætter ord på det manglende nærvær og den uforklarlige uro, som de har fornemmet. De bliver lettet for deres forestilling om, at de har skyld, og de får skabt en oplevelse af sammenhæng, der gør det lettere at skelne og mærke sig selv.

Disse børn får lige netop den oplevelse af at blive set, som så mange børn ikke får, fordi de voksne omkring dem har overbevist hinanden om, at ”... vi skal ikke involvere børnene”, ”... de er for små til at forstå”, og ”... de ser ud til at klare det fint”.

BØRNENE ER INVOLVEREDE

For 50 år siden harmonerede den videnskabelige forståelse af børn fint med de oven for nævnte forestillinger. Men i dag ved vi bedre. Vi ved, at børnene er involverede. Vi ved, at børnene aldrig er for små til, at det er godt for dem at høre os fortælle om det, der sker – også om det, som gør ondt (Thormann og Poulsen 2014).



Selvom børn ser ud til at klare sig rigtig fint, ved vi udmærket godt, at tilstanden inde i dem ofte kan fortælle os noget helt andet.

Den norske socionom og forsker Kari Killén ph.d. har i årevis efterlyst en større overensstemmelse mellem på den ene side den viden, vi råder over, og på den anden side den måde, vi handler på i forhold til omsorgssvigtede børn. Ingen af os kan vel være uenige med hende, og vi må undre os over, at så mange kompetente professionelle på trods af vor tids indsigt udviser så stor tilbageholdenhed, når det handler om at italesætte en smertelig virkelighed over for børn.

Noget af al den nye viden fra neuroaffektiv udviklingspsykologi og mellemmenneskelig neurobiologi, som hjernevidenskaben har beriget os med, har for mit

vedkommende hjulpet til en mere klar og nuanceret forståelse af, hvad det er, børn i vanskelige livsomstændigheder har brug for – og hvorfor. De 'neurorelaterede teorier' understøtter i min optik så fint den forståelse, som udviklingspsykologien i en lang årrække har formidlet. Flere vise mennesker – fx her Løgstrup – har faktisk udtrykt noget af det så enkelt: "Den enkelte har aldrig med et andet menneske at gøre, uden at han holder noget af dets liv i sin hånd."

Det er i mødet med barnet og i mødet med forældrene, vi kan gøre en forskel. Det vigtige er at skabe et møde, hvor både den voksne og barnet føler sig set. Enhver fagperson omkring børn og unge vil være enig i dette. Alligevel må vi konstatere, at de børn og unge, som det handler om, fortsat længes efter at blive set. Måske skyldes det, at man ikke har forstået, hvad det 'at se'

handler om. 'At se' handler jo ikke blot om, at de voksne omkring et udsat barn selv er klar over, at de ser. Barnet skal kunne mærke det på en måde, så det helt konkret får opløst sin følelse af at være usynlig.

I sin bog *Skam* skriver Lars J. Sørensen et sted: "At blive set handler ikke om synssansen, men om at blive spejlet i den andens kærlige forståelse og at føle sig rummet i den andens sind."

HVEM HAR ANSVARET OG KOMPETENCERNE?

Svaret giver Kari Killén os gennem titlen på en af sine vigtigste bøger: *Omsorgssvigt er alles ansvar* (2013). Vi har nemlig alle et medansvar. Både de professionelle, der er omkring børnene i dagligdagen, men også psykoterapeuten, psykologen og lægen, der har børnenes forældre i behandling.

Når det handler om at skabe et møde med psykisk sårbare forældres børn, er den vigtigste kompetence, at man har mod på at være sammen med barnet om den virkelighed, som er deres. Man skal have mod på at lægge dialogen, der baserer sig på en udspørgen af barnet, til side og i stedet påtage sig ansvaret for at italesætte det, som alle i familien beskytter hinanden imod. Man skal have mod til at mødes med forældre og børn uden at have projekter ud over at hjælpe dem med at være sammen med hinanden om denne virkelighed. Børnene skal opleve, at vi kan tale åbent med deres forældre om det, de ikke før har hørt dem tale åbent om, og de skal gennem det, som de hører, have oplevelsen af, at de er set. Det handler altså om kompetencer til at møde og se barnet, og dem kan enhver af os tilegne sig.

NEDBRYD TABUERNE

Der skal tænkes nyt, for indsatsen er ikke at sammenligne med familiebehandling eller familierapi i gængs forstand. Nok kan processen opleves terapeutisk og udfaldet af en familiesamtale kan skabe forvandling og forløsning, men den primære opgave er at være facilitator for åbenhed og dialogen mellem forældre og børn.

Det er nu 17 år siden, at jeg i projekt 'Kontakt med børn af psykiatriske patienter' under psykiatrien i det gamle Århus Amt introducerede den enkle model for familiesamtaler. I dag tilbydes familiesamtaler i forskelligt omfang og variationer i regionspsykiatrien over hele landet. Kun få af de sindslidende og psykisk sårbare forældre får imidlertid behandling her. De fleste går hos praktiserende læger, psykiatere, psykologer eller psykoterapeuter. Vi må allesammen bidrage til, at børnene bliver set på en måde, der føles god for dem. Både de børn, der har udviklet angst eller forstyrrelser, som vanskeliggør vores samvær med dem, og 'de usynlige børn' skal ses som helt almindelige børn, der er pårørende. De skal mødes med respekt, forståelse og empati samt information i tilstrækkelige grad til, at de kan navigere i relationen til den syge forælder.

Jeg er samtidig blevet tiltagende optaget af, hvor vigtigt det er, at vi bryder tavsheden om psykiske lidelser over for alle børn. Hjælpen til de ramte består i høj grad i, at stigmatiseringen bliver brudt. Tabuerne skal simpelthen nedbrydes i børnehøjde.

LITTERATUR

Thormann, Inger og Inger Poulsen: *Spædbarnsterapi*. Hans Reitzel 2014.

Killén, Kari: *Omsorgssvigt er alles ansvar I og II*. Hans Reitzel 2013.



Karen Glistrup er socialrådgiver, supervisor, par- og familierapeut MPF. Hun har samtaler med børn og familier, holder foredrag og underviser. Forfatter til: *Hvad børn ikke ved... har de ondt af* (3. udg. 2014) og *Snak om det... med alle børn* (2. udg. 2013). kg@familiesamtaler.dk. Foto: Anne Kring.

UDVIKLINGSRUM ITERAPI MED BØRN

Tekst: **Anne Hedemann**Tegninger: **Søren**

En sandkasse med små figurer, en pensel og frit spil på et blankt lærred åbnede relationen til en 12-årig dreng, der bevægede sig længere og længere uden for rækkevidde efter at have mistet sin mor og troen på andre og sit eget liv. Artiklen beskriver praksiserfaring fra et kreativt udviklingsrum sammenholdt med teorier om børns hjerneudvikling og kunstterapeutiske metoder.

Børn er fantastiske og forskellige. Lige så forskellige som de terapeutiske greb, man kan gribe i for at nå ind til barnet. Først, når jeg lærer barnet at kende, ved jeg, hvilken retning og metode jeg vil anvende. Nogle gange kommer barnet fuldt til udtryk fra første minut, andre gange arbejder jeg i ugevis med at skabe tillid og tryghed i den terapeutiske relation.

I processen er det afgørende at skabe det rette udviklingsmiljø i terapilokalet og omkring barnet. Psykoterapi med børn har en mere kompleks udformning end terapi med voksne. Børn udtrykker sig overvejende gennem handling og leg og mindre gennem det talte sprog. Det er altså mindre specifikke svar, vi får fra barnet.

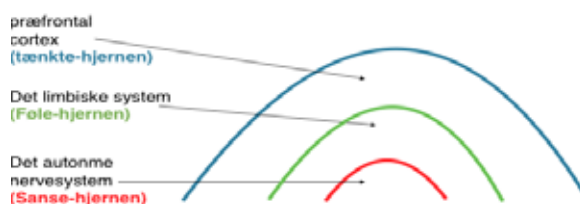
I min terapeutiske praksis er jeg blevet opmærksom på, at der ofte er et tydeligt mønster i de initiativer, børnene tager i terapien. Det er som om, nogle børn er mest optagede af den sansemæssige oplevelse af sig selv og materialerne. Nogle børn falder til ro ved at grave i sandet, føle på leret, lege med farverne og se sig selv i spejlet. For andre børn går energien mere i retning af en optagethed af relationen til mig og/eller deres forældre. Kan vi eksempelvis lege sammen? Har jeg glædet mig? Er mor og far interesserede i barnets initiativer? Andre børn er mest optaget af det narrative aspekt i terapien. At fortælle og beskrive. Digte eventyr eller snakke om sig selv og andre.

BØRN MØDER VERDEN FRA FORSKELLIGE HJERNENIVEAUER

Med afsæt i teorien om børns hjerneudvikling har jeg gjort mig praktiske erfaringer, der er brugbare i min kunstterapeutiske praksis. Jeg bruger konsekvent teorien, når jeg skal pejle mig ind på en relevant måde at møde og forstå barnet. Teorien bag modellen tager bl.a. udgangspunkt i den tredelte hierarkiske hjerne, som Susan Hart og Marianne Bentzen skitserer i bogen *Jagten på de nonspecifikke faktorer i psykoterapi med børn* (2013).

Den amerikanske hjerneforsker Paul MacLean har påvist, at hjernen fungerer hierarkisk (1990). Det betyder, at hvis vi vil fremme mentaliseringssevnen, er vi nødt til først at skabe de nødvendige forbindelser i det autonome nervesystem, dvs. sansehjernen, og dernæst i det limbiske system, dvs. følehjernen, for at der til slut er det nødvendige fundament i præfrontal cortex til at udvikle mentaliseringssevne. "Den mentale organisering på de tre niveauer bestemmer arten af de mødeøjeblikke og afstemningsprocesser, barnet er i stand til at indgå i, hvilket giver tre primære modnede interaktionsformer, som omsorgspersonen skal kunne tilbyde at indgå i." (Hart & Bentzen 2013, s.49).

Som terapeut skal jeg kunne afstemme min tilgang til barnet med dets neurale niveau. Sidenhen skal jeg formidle min viden til barnets omsorgspersoner, således



at barnet, så vidt muligt, tilbydes de rette stimuli for at få mulighed for at danne nye neurale kredsløb.

TILKNYTNING OG HJERNENS UDVIKLING

En anden amerikaner, Allan N. Schore, har forsket i hjernens udvikling i forhold til udviklings- og tilknytningsteori. Hart og Schwartz (2008) refererer til ham, når de om omsorgspersonens rolle i barnets hjerneudvikling skriver: "Mangfoldigheden af daglige følelsesmæssige interaktioner mellem omsorgsperson og barn præges ind i barnets nervesystem" ... "De tilknytningserfaringer, som barnet får med omsorgspersonerne, interagerer med barnets medfødte biologiske kapacitet, hvilket tilsammen medfører midlertidige eller forlængede ændringer i de neurotransmitterstoffer, som påvirker hjernestrukturen. Tilknytningserfaringerne regulerer først strukturer i hjernestammen (sænsenhjernen) og mellemhjernen og lidt senere strukturer i det limbiske system (følelhjernen). Både strukturer i hjernestammen, mellemhjernen og det limbiske system spiller en afgørende rolle for de områder, der forbinder følelsesmæssige og højere kognitive processer – fx evnen til at forstå egne og andres følelser." (s.177).

Det vil sige, at blandt de børn, jeg møder som terapeut, vil der være forskellige hjerneudviklingsniveauer alt efter hvilken tilknytningserfaring, det enkelte barn har med sine omsorgspersoner. Dette er relevant for mig at være opmærksom på, når jeg får en bunden opgave i en handleplan, som eksempelvis kunne lyde sådan: "Ib skal lære at fortælle, når han er vred, i stedet for at kaste med sine ting. Og Ib skal bruge de voksne, når han har det svært." En sådan opgave stiller krav til drengen på alle tre hjerneniveauer. Han skal kunne mærke signaler af ubehag fra kroppen. Stoppe op. Søge en voksen i

FAMILIEHUSET I MIDDELFART

Familiehuset er et frivilligt og forebyggende dagbehandlingstilbud under Middelfart Kommune. Der tilbydes helhedsorienteret familiebehandling mhp. at give familierne i kommunen et tilbud om udvikling og forandring, fx når

- der er opslidende skænderier og konflikter i familien
- forældre er bekymrede for deres barns trivsel
- forældrene føler sig magtesløse
- familien er i krise i forbindelse med sygdom, dødsfald, skilsmisse m.m.

Behandlingen består af

- samtaler med hele familien og/eller mellem forældrene
- gruppearbejde

I Familiehuset er der 15 ansatte med en socialfaglig uddannelse suppleret med en terapeutisk efteruddannelse.

Kilde: Middelfart Kommunes hjemmeside

sikker forvisning om, at han kan hente hjælp. Det skal give mening, at han skal gå imod sine impulser. Det kan Ib ikke. Han reagerer spontant på sine sansninger/impulser uden at være i stand til at afstemme dem til den givne situation. Forsøger vi at forklare ham om god opførsel, snakker vi for døve ører. Han har hørt det før, men han forstår det ikke. Han har ikke dannet de nødvendige forbindelser i hjernen.

Det er min vurdering, at der hos den overvejende del af de børn og forældre, der kommer i Familiehuset, er problemer i forhold til at have udviklet sunde forbindelser

på de tre niveauer i hjernen. Langt de fleste skal i første omgang mødes på sanseniveau og på føleniveau.

FRA TEORI TIL KUNSTTERAPEUTISK PRAKSIS

I terapi med børn skaber samværet omkring det kreative element en meningsfuld og unik mulighed for glædesfyldt nærvær og magiske øjeblikke. Vi møder i første omgang barnet på det nonverbale sansende niveau. Det niveau, der hos de fleste børn er det mest naturlige og det mest velkendte. På den måde mødes vi i øjenhøjde.

Børns billeder, aktive forestillinger og overføringsmateriale kan pege på, på hvilket hjerneniveau de befinder sig, og hvad der er på færde. Som terapeut følger jeg mentalt barnet på de tre hierarkiske niveauer. Jeg lægger mærke til, hvilket overføringsmateriale der går fra barnet og over til mig og fra barnet til det kreative element. Dette overføringsmateriale får indflydelse på, hvilken terapeutisk ramme jeg sætter i forhold til barnet og dets nærmeste omsorgspersoner.

I mit praksiseksempel nedenfor er der beskrevet et udviklingsforløb med Søren. Her bliver det tydeligt, at hans forløb er præget af den samme tredeling som Allan N. Schore har forsket i, nemlig en hierarkisk tredeling af hjernen.

I starten af forløbet trænede Søren fortrinsvis sin sansehjerne. Dernæst trængte de vanskelige relationer sig på, og føle- og tænkehjernen blev aktiveret. I sidste del af det terapeutiske forløb ser vi, at Søren bliver i stand til selv at reflektere over hændelsesforløb og regulere sig derefter. Han udvikler sig ved at træne sin evne til at mentalisere.

Det er i høj grad arbejdet med Søren, som har rettet min nysgerrighed mod hjernens udvikling, og som har givet mig en unik mulighed for at følge et barns udvikling på den lidt længere bane.

Forløbet med Søren strakte sig over to år. Her er det forkortet og anonymiseret.

SANSEARBEJDE MED SØREN

Søren er 12 år, da jeg modtager ham. Han har allerede gået på flere skoler. Han er anbragt på en institution og har haft en traumatiserende barndom. Moderen er død og faderen er uden for rækkevidde. Søren har det så svært, at han tænker på at tage sit eget liv. Min opgave bliver at hjælpe Søren til at tale om sit tab og den manglende livslyst.

Det bliver hurtigt tydeligt, at Søren ikke har et aldersvarende ordforråd og i høj grad mangler et sprog for sine følelser. Han er generelt meget urolig og udadreagerende. Søren har kun boet på institutionen i kort tid, da det bliver taget op, om han er for farlig at have boende blandt de andre børn.

Jeg lægger mærke til, at Søren fra første dag giver mig kram. Han appellerer til mig med smil og humor og charme. Han bliver urolig, forvirret og irritabel, når jeg taler om hans livssituation og tabet af sin mor. Jeg får en fornemmelse af, at det at tale om følelser er for stort et krav til ham. Der er ikke rigtig nogen bundklang. Han vil til gengæld gerne lege med symboler i sandkassen.

Da Søren i forvejen er svigtet af både sine forældre og en plejefamilie, er situationen særdeles tilspidset. Der er begrundet frygt for hans psykiske udvikling, hvis han skal have endnu et skift.

Jeg bemærker, at der er meget energi, når Søren er i rummet hos mig. Foden vipper, han har store armbevægelser, trægulvet gynger, der er høj stemmeføring og fortællinger om voldsomme konflikter og voldsom vrede. Hans lege virker først meget aggressive. Men de glider over i at virke regressive. Han har fundet et stort hus beregnet til vuggestuebørn. Det kan sige lyde. Han trykker igen og igen på huset og gentager dets lyde. En leg som han formentlig aldrig ville lege sammen med sine jævnaldrene. Han kigger på mig og ser, at jeg går med ham i legen. Vi trykker, siger lyde og griner. Jeg lægger mærke til, at han instinktivt har bevæget sig ned på et før-sprogligt niveau og beslutter mig nu til at arbejde med ham på sanseniveau.



Figur 1.

Jeg beslutter, at jeg den følgende periode vil spørge ind til og sætte ord på hans sansninger. Hver gang jeg bemærker et sansemæssigt skift, tager jeg det op. Han fortæller om indre uro og en følelse af at have lyst til at gå væk, når benet vipper. Han fortæller om glæde, når jeg er sammen med ham i leg. Han fortæller om at være roligt afslappet, når han går ud ad døren med sin kontaktperson fra institutionen. Nogle gange kommer jeg med forslag til, hvad der kan være på færde. Og hver gang spejler jeg ham og anerkender hans sansninger og hans følelser. Præcis som en mor ville gøre ved sit spædbarn.

En dag, hvor der har været en særligt voldsom konflikt på institutionen, går vi et skridt videre. Jeg beder ham male et billede af, hvordan det føles inde i ham, når han mister besindelsen. Han maler en rød cirkel og en masse røde streger og en enkelt blå streg. (Fig. 1). Det røde er kaos og forladthed. Det blå er ro og pause, som han beskriver som: "Når jeg må gå for mig selv og spille basketball."

Den næste øvelse, han tager imod, går ud på, at han med guidning fra mig skal finde roen i sin krop og det

trygge sted i hans sind. Nu laver vi en imaginær øvelse. Jeg lader en rar vismand komme og besøge ham det trygge sted. Vismanden vil give ham et godt råd, som han kan bruge, når han føler sig overvældet af kaos. Søren fortæller, at vismanden har sagt, at han skal gå efter sit hjerte og ikke gå efter dragen, som spyer ild. I en efterfølgende samtale finder vi frem til, at det at gå efter hjertet betyder: "At tage vare på relationen til sig selv og andre, så ingen kommer til skade." Det er store ord, tænker jeg og overvejer, hvordan han mon kan bruge det råd i praksis.

Den efterfølgende periode følger jeg det røde kaos, som bliver mindre og mindre. Og drengen vælger selv at tælle dage og ugerne, der går, uden at han har brug for at reagere ud på andet end sin basketball. Jeg forbereder ham på, at den slags kan bevæge sig fra stor til lille og omvendt fra lille og til større. Men at det gælder om at opdage det og forsøge at tage hånd om det, som vi gør sammen nu.



Figur 2.

Efterhånden som den røde klat bliver mindre og mindre, udvikles relationerne til de nærmeste omsorgspersoner og de nærmeste venner positivt. De føler sig mere trygge ved ham og ser andre sider af ham. Søren selv har fået mod på livet igen. Vi kan nu begynde at tale om det, der er svært i hans liv, og de tab og traumatiske oplevelser, han har oplevet, uden at han får trang til at gå.

SØREN LÆRER NOGET OM FØLELSER OG RELATIONER

En dag kommer Søren vred og forurettet ind ad døren. Han har været i konflikt med en jævnaldrene fra institutionen og bruger stærke gloser om sin ven. Da jeg har lyttet lidt til ham, beder jeg ham male, hvordan det var at være ham i situationen. Jeg er interesseret i at se, om der dukker flere nuancer op i billedet, end der gør, når han skal formulere sig med sit forenkede sprog. Han skildrer sig selv med lyst hår og den anden med mørkt hår. (Fig. 2). Vi snakker lidt om billedet og situationen, og Søren benytter sig af en metafor, som jeg tidligere har brugt i en anden forbindelse, nemlig at han føler, at den anden dreng slår med ord. Da jeg spørger, om han vil være med til at gætte på, hvorfor den jævnaldrene dreng slog med ord, maler Søren skyggen nedenunder og foreslår, at venen havde en dårlig periode med sig selv. Søren har nu bevæget sig i retning af at kunne beskrive sine følelser på limbisk niveau og kan med hjælp fra mig sætte sig i den andens sted.

SØREN TÆNKER OG VIL GERNE FORSTÅ

Vi går nu ind i en fase i terapiforløbet, hvor Søren hellere vil snakke med mig end lege. Det vil lidt firkantet sige, at han er klar til at skabe forbindelser i tænkehjernen. Min rolle bliver først og fremmest at bevidne både det, der går godt, og det, der stadig udfordrer ham. Han har tilsyneladende erfaret, at han har gavn af vores samtaler, og bringer selv emner til torvs, som han gerne vil drøfte. Det drejer sig ofte om at blive forstået eller om at forstå de andre. Eller om retfærdighed og uretfærdighed – komplekser, som kræver flere nuancer, for at de er til at leve med.



Figur 3.

Når lejligheden byder sig, maler Søren et billede. Som den dag, da han gerne ville male en hund. Først maler han en sort hund. (Fig. 3). Søren er skuffet. Det er svært at male en hund, og den uperfekte hund vækker store følelser i ham. Han får lyst til at smide den væk. Jeg tilbyder ham nogle tricks fra min tid på billedskolen. Han vælger en hund, som han godt kan lide, fra hylden. Jeg lærer ham noget om kurver og vinkler og tænker, at det i høj

grad også træner hans opmærksomhed at skulle iagttage og overføre det, han ser, til et stykke papir. På det tidspunkt overvejer jeg, om jeg bevæger mig uden for den terapeutiske kontekst, men fortsætter alligevel, fordi jeg har hans fulde opmærksomhed.

Søren maler sin hund. Han kigger stolt på den og smiler. Jeg spørger, hvad der er med den hund, siden han synes, den er bedre end den anden. Søren svarer: "Den er pæn og ligesom, når jeg tror på mig selv og har værdighed." Da vi nogle måneder senere vender tilbage til billedet med hundene, sørger jeg til, hvordan han nu har det med den sorte hund. Søren svarer: "Jeg synes faktisk, at den er sød. Det er som om, den ikke kan gøre for det. Det er jo en god hund. Den fortjener at blive klappet." Jeg spørger, hvordan han tror, den ville reagere, hvis den blev klappet. Søren griner og stryger fingeren over billedet, mens han svarer: "Den ville jo nok logre med halen." Søren og jeg finder sammen frem til, at hans nye mål er at klappe sig selv på skulderen – også når han er uperfekt.

SØREN VISER EVNEN TIL AT MENTALISERE

Som det fremgår, er Sørens relation til mig som terapeut efterhånden et vigtigt anker i hans liv. Derfor begynder vi allerede et halvt år inden hans afslutning at forberede den. Den næstsidste gang, han er hos mig, beder jeg ham lave et billede, der viser, hvordan det er at være ham lige nu. Han tegner to ansigter i sandet. Et for ham og et for hans far. Han fortæller mig om det, vi ikke kan se på billedet. Nemlig om det ar, der er i deres hjerter og som aldrig vil forsvinde. Det vil være der resten af deres liv.

Søren har udviklet en begyndende evne til mentalisering.

KUNSTTERAPI SKABER FORBINDELSER

Det er oplagt, at man med kunstterapeutiske metoder kan møde barnet på sanseniveau. Det lille barn sanser automatisk, når det rører i farven og sætter spor på papiret, eller når det banker hårdt i leret. Med de større børn kan det være oplagt at lade dem genopleve følelsen af at følge kroppens impulser og udtrykke sansninger på papiret, uden at det nødvendigvis skal være smukt, tænkt eller hænges op til skue for andre.

At bringe det kreative ind i terapien bliver et tredje element, der gør, at den terapeutiske relation bliver meningsfyldt for barnet. Og her kan der arbejdes på limbisk niveau ved at have fokus på, hvad der udspiller sig mellem barnet og terapeuten og/eller i relationen mellem barnet og den primære omsorgsperson. Eller, som i Søren's eksempel, hvad der kan udtrykkes af følelsesmæssigt stof i eksempelvis billedet. Og sidst, men ikke mindst, er kunstterapi en nænsom metode, som giver mulighed for imaginære samtaler, der kan blødgøre eventuelle komplekser eller angst og modne barnet på alle tre niveauer.

Man kan spørge sig selv, om børn er i stand til at udvikle sig uden inddragelse af de primære omsorgspersoner. Min erfaring er, at forældre og plejeforældres forståelse af barnet er af afgørende betydning. Terapeutens rolle er at forstå barnets initiativer og komme barnet i møde. Men det er også at videregive forståelse og indsigt til forældrene, således at antallet af relevante mødeøjeblikke maksimeres.

KUNSTTERAPI GIVER SPROG TIL DET ORDLØSE

Metoden har et stort udviklingspotentiale og giver børn en enestående mulighed for at få sat egne billeder og ord på den erfaring/smerte, de bærer med sig. Som vi har set i praksiseksemplet, er der børn, som bærer på fastlåste erfaringer, der ikke umiddelbart lader sig tale væk. Deres udvikling kan sættes i en positiv bevæ-

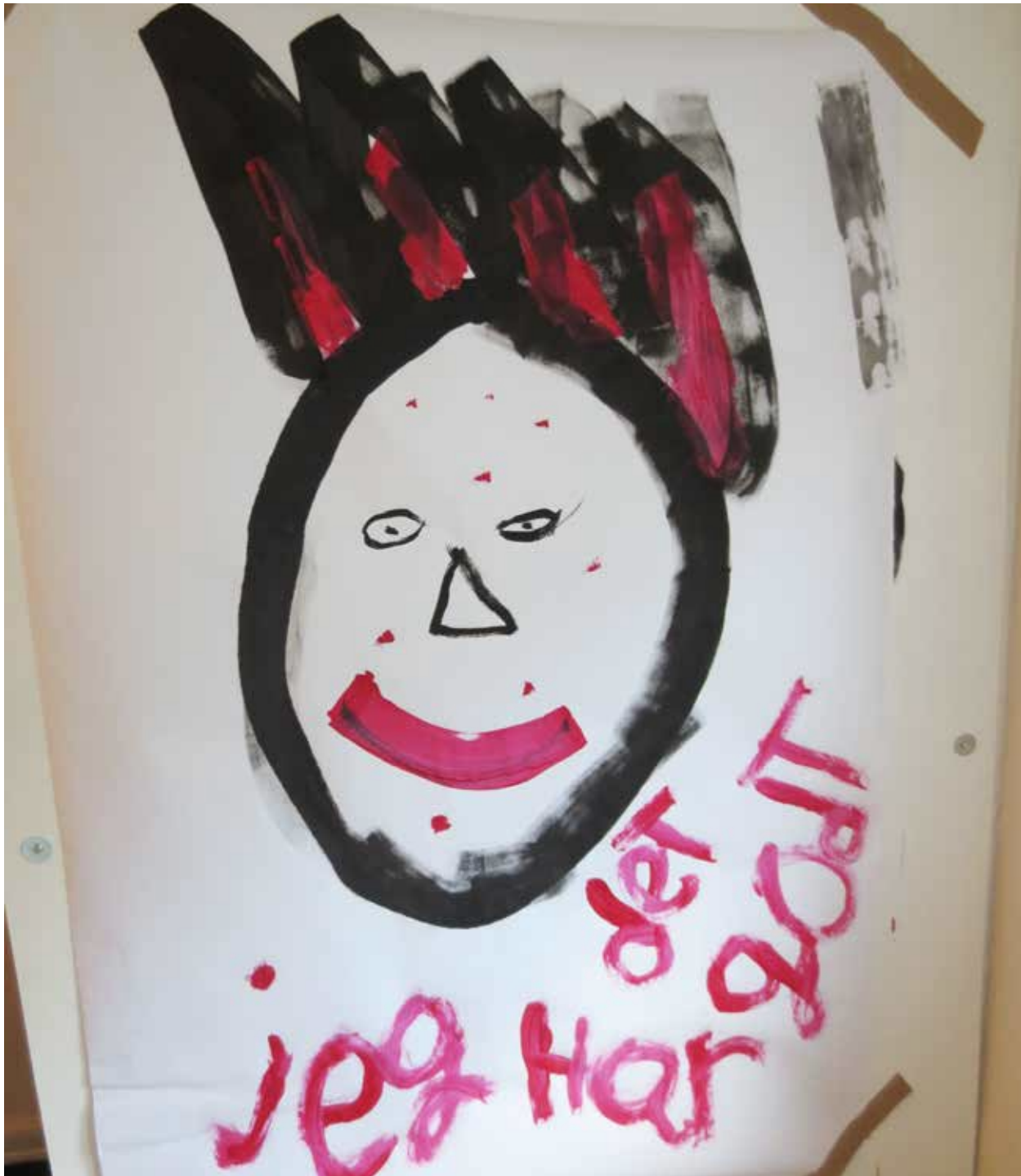
gelse ved hjælp af det kreative. Disse børn har brug for vores fulde opmærksomhed i form af et trykt, varieret og inspirerende terapeutisk udviklingsrum. Og de har brug for et vidne. I Familiehuset i Middelfart er mit terapeutiske tilbud til barnet ofte et supplement til det terapeutiske tilbud, forældrene får. På den måde støttes barnet og dets familie på flere niveauer.

LITTERATUR

- Abt, Theodor. *Introduction to Picture Interpretation*. Living Human Heritage Publikations. Zurich 2005.
- Hart, Susan & Bentzen, M. *Jagten på de nonspecifikke faktorer i psykoterapi med børn*. Hans Reitzels Forlag 2013.
- Hart, Susan & Schwartz, R. *Fra interaktion til relation*. Hans Reitzels Forlag 2008.
- Jeavons, Trevor. *Healing Art and Young People*. Egen udgivelse 2011.
- Levine, P & Kleine, M. *Traumer set med barnets øjne*. Dansk Psykologisk forlag 2012.
- MacLean, Paul. *The Triune Brain in Evolution*. New York: Plenum Press 1990.



Anne Hedeman Sørensen. Dipl. kunstterapeut MPF. Ansat som familiebehandler i Familiehuset i Middelfart Kommune. Har specialiseret sig i kunstterapeutisk arbejde med børn. Er uddannet pædagog og har mere end 25 års erfaring med børn fra henholdsvis daginstitution, billedskole og døgninstitution for anbragte børn.



NARRATIV SAMTALE MED BØRN I KONFLIKT

Tekst og illustration: **Lisbeth Villumsen**

Den narrative tænkning er på mange måder et barn af den systemiske tankegang, hvor vi kigger efter forskelle og ligheder samt ser på relationer. Men det narrative er også en hel selvstændig og meget anderledes tankegang og arbejdsmetode. Den er modtaget i verden med stor begejstring på grund af dens respektfuldhed og dens kreative og samarbejdende facon.

Metoden er udviklet i Australien af bl.a. Michael White. Den videreudvikles i dag bl.a. af Maggie Carey og bygger på tanken om, at vi som mennesker lever vores liv og udvikler vores identitet på baggrund af de historier, vi har om os selv. Men da livet er rigt og nuanceret, er der altid ikke-fortalte historier, som, når de kommer i fokus, giver håb og nye muligheder.

HISTORIEFORTÆLLING

Narrativer er historiefortælling. Det betyder meget for vores handlemuligheder, hvilke historier vi fortæller om os selv og andre, samt hvilke historier der bliver fortalt om os i den kultur, vi befinder os i. Vi får identitetskonklusioner om os selv via andres fortællinger, og vi danner identitetskonklusioner om os selv ud fra de historier, der fortæles. Vi kender alle udtryk som fx en rask dreng, en forsigtigpige, en sød pige, en lille prinsesse. Ofte husker vi kun de episoder, hændelser og oplevelser, der passer ind i de narrativer, vi har dannet, fx om at være en forsigtigpige eller en lille prinsesse osv. Det, der ikke passer ind, glemmer vi let eller fortrænger. Det er derfor kun få af alle de handlinger, vi har oplevet, der kommer til at udgøre historien, som vi husker den, hvis ikke vi udfordres på den og udforsker den. Det gælder også problemhistorier, eksempelvis konflikter.

Historier, og især problemhistorier, kan blive totalitære og kan helt overskygge, at der kan være andre mulige forklaringer. Problemhistorien overskygger også, at der er andre foretrukne historier i vores liv.

Hvis vi, i stedet for kun at kigge indad på vores egen fortælling om os selv, kigger udad og rundt efter andre historier i alle kontekster, der også bliver fortalt om os, vil vi have mulighed for at forandre os. Det samme gælder for børn. Hvis de ikke kan komme fri af den kontekst, de befinder sig i, og flytte sig et andet sted hen, må vi hjælpe med at genfortælle de historier om dem, der allerede findes, fx når konflikter opstår.

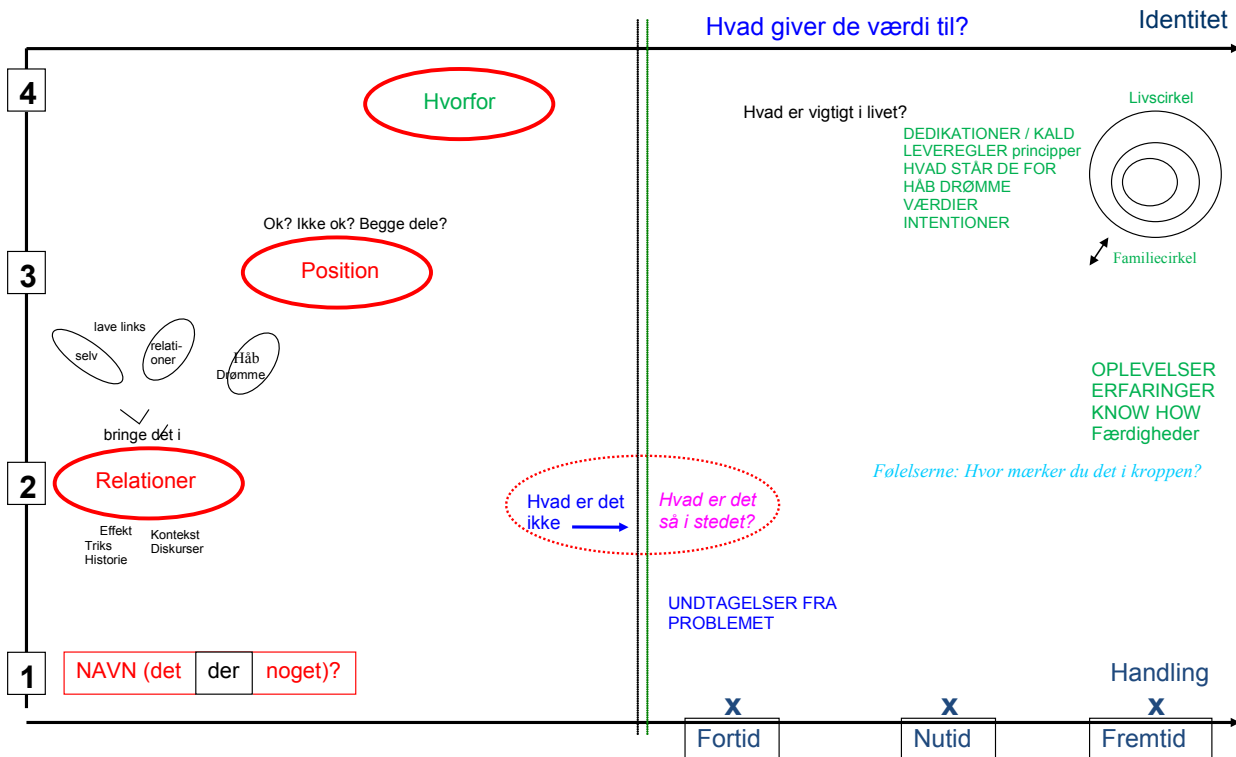
KONFLIKTER OG FORVENTNING OM LØSNING

I mit arbejde som terapeut har jeg oplevet børn, der indtager en angrebsposition. Denne position indbyder den anden i konflikten (ofte et andet barn) til at forsvare sig. Positionen indbyder også mig som terapeut til at skulle holde med barnet, i betydningen at give medhold i barnets udlægning af situationen.

Børn, som har været påvirket af problemet over tid, kanalisere ofte problemet over på 'den anden', hvilket gør, at barnets forståelse af problemet er, at 'den anden' har skylden eller udgør problemet. Når forløbet udmønter sig i 'kamp' eller 'strid', skabes der let en forventning om, at terapeuten som udenforstående part 'løser problemet'. Denne forventning er baseret på en idé om, at når der opstår konflikt, er det, fordi den enes interesse ikke svarer til den andens. Parterne forsvarer forskellige interesser eller forsøger at underminere den

PROBLEM HISTORIE

© Lisbet Villumsen, Liv via dialog
frit efter Maggie Carey og M. White,
kombineret med egne metoder

FORETRUKNE HISTORIE

andens position. Konflikt kan tænkes at opstå, fordi familiære eller personlige interesser ikke bliver opfyldt. I en skoleklasse sker det jo, at kammeratskab kommer på prøve, fordi en konflikt kommer i vejen.

Peter siger: "Det er Oles skyld, at vi ikke vandt i fodbold. Han gør ikke, som jeg siger, han skal. Jeg vil ikke have ham med på holdet næste gang." Ole siger: "Du skal ikke bestemme, hvordan jeg skal spille, og hvem der skal være med i fodbold. Hvis du lod være med det, havde vi vundet."

KONTEKST FOR EN NARRATIV SAMTALE SKAL AFKLARES

Jeg skal som den professionelle holde øje med, hvilke idéer om barnet/børnene, der er på spil i denne situation: Hvor kommer de idéer/historier fra? Hvad bliver jeg som professionel inviteret ind i? Hvad er muligt? Hvad bliver aftalt eller bestemt? Lovet? Hvordan er jeg som terapeut med til at støtte op om det?

Udfordringen for mig som terapeut bliver ikke at lade mig fange i en speciel fortolkning af hændelserne.

”Som terapeut kan jeg tænke på afvæbning af konflikten og på, hvordan jeg som ’udenforstående’ positionerer mig i forhold til problemet. Jeg er ikke en ekspert, der skal løse problemet. Jeg er neutral, men med indflydelse på hvilke spørgsmål jeg stiller.

Undgå dette, kan jeg bedre stille nysgerrige spørgsmål, som kan åbne for andre historier, som kan gøre det muligt for alle at indtage nye positioner, dvs. til at re-positionere sig i forhold til hinanden. Man erstatter altså den problemorienterede tilnærmelse med en narrativ reflekterende tilnærmelse.

Som terapeut kan jeg tænke på afvæbning af konflikten og på, hvordan jeg som ’udenforstående’ positionerer mig i forhold til problemet. Jeg er ikke en ekspert, der skal løse problemet. Jeg er neutral, men med indflydelse på hvilke spørgsmål jeg stiller.

EKSTERNATLISERING

Det er vigtigt at huske, at det ikke er barnet (børnene), der er problemet. Det er problemet – i dette tilfælde konflikten – der er problemet.

Sammen udforsker vi problemet. Hvad er historien om det? Hvornår er problemet (konflikten) kommet ind i børnenes liv? Hvornår er det der mest og hvornår mindst, og i hvilken kontekst udfolder det sig? Har konflikten nogle tricks, den prøver at bruge for at få magten over børnene? Har konflikten ’nogen, den allierer sig med’, så den bedre kan styre, hvad der sker mellem børnene, i stedet for at børnene styrer?

Navngivning af problemet: Jeg kan forsøge ’at løse op for problemet’ ved at tale i et eksternaliserende sprog. Det vil sige, at vi kan tale om ’den der noget’, eller ’det der noget’ (i dette tilfælde bliver det konflikten), som børnene gerne vil af med eller have løst. ’Det der noget’, der lige nu står i vejen for deres ellers gode relation. Dette kan skabe åbninger og indgange til nye

historier. Jeg prøver sammen med barnet/børnene at finde et navn til ’det der noget’: Jeg spørger: ”Kan vi kalde det konflikten? Eller kan vi finde på et bedre navn til det, der lige nu står imellem jer?” Børnene bliver enige om konflikten.

Relationer: Jeg spørger også ind til, hvilke effekter konflikten har. På barnet/børnene, på deres relationer og andre i deres omgivelser. På børnenes håb og drømme.

Position: Hvad synes børnene om det? Synes børnene, det er ok eller ikke ok eller måske lidt begge dele, at det er sådan? Hvorfor? Hvorfor synes de det? Hvad er det et udtryk for i forhold til det, de hellere vil? Det, der betyder noget for dem; det, der er vigtigt for dem i livet? Derved rykker vi samtalen over i den foretrukne historie – det, der er vigtigt, som problemet nu kan stå i vejen for.

Den foretrukne historie: Jeg spørger ind til børnenes intentioner, værdier, hvad de står for, leveregler, håb og drømme. Hvad betyder det fx, at konflikten har den magt, den har, i forhold til, hvordan børnene synes, et kammeratskab bør være? Hvordan synes de, det skal være i stedet? Hvordan ser det ud, når det er godt? Jeg spørger til historien om, hvad det gode kammeratskab er. Hvilke oplevelser har de med det gode kammeratskab? Hvad siger disse handlinger om, hvad der er vigtigt for dem som personer?

Børnenes know how: Det er vigtigt at udforske, hvilke egenskaber, færdigheder og erfaringer børnene er i besiddelse af, der plejer at kunne hjælpe ved konflikter? Men også: Hvordan plejer de at opdage, at en konflikt er undervejs? Hvad sker der lige før det? Hvad plejer de dér at opdage? Og hvordan plejer de at handle på det? Hvilke følelser afstedkommer det, og hvor sidder de følelser i kroppen?

Ordtilbyder: Hvis barnet til et spørgsmål svarer "Det ved jeg ikke", forsøger jeg at være ordtilbyder: "Kunne det være på den måde? Eller den måde eller noget helt andet?" Jeg kan også inddrage min erfaring med andre børns konflikter: "Jeg kender andre børn, der har løst det ved at skiftes til at bestemme. Andre, der løser det ved at trække lod. Er det noget, du kan nikke genkendende til, der kunne være brugbart?" Jeg forsøger på denne måde at give barnet nogle mulige svar.

Et fælles tredje: Ovenstående kan alt sammen forstærkes ved også at bruge en visuel fremgangsmåde, som vi i det narrative sprog kalder et fælles tredje. Det gør det ofte lettere for mig at holde fast i over for børnene, at vi taler om problemet i et eksternaliserende sprog. At det er konflikten, der her er problemet, og ikke en af dem eller nogen af dem, der er problemet.

GENFORFATTE

Det handler om at finde frem til børnenes erfaringer, at forbinde dem med viden og færdigheder og hjælpe med at skabe mening, så børnene kan tage stilling og derved komme til at fungere og mestre situationen. Hvordan ser det ud, når det lykkes for dem? Lyt til deres fortælling om det. Hvad skete der lige før det, der gjorde det muligt, at denne handling fandt sted? Hvorfor er barnet glad for den handling? Hvad er denne handling et udtryk for af det, som er vigtigt for barnet?

Det er vigtigt at lave links til flere erfaringer, hvis barnet tidligere i livet har andre erfaringer med noget, der handler om det samme emne. I det narrative sprog siger man, at vi *tykner* og genforfatter den foretrukne historie. Jeg taler også om erindringer og medlemskab (*remembering*). Hvem

af dem, barnet kender eller kendte, vil kunne genkende, at dette er vigtigt for barnet? Hvem ville ikke blive overrasket over at høre om det? Hvem ville sætte pris på, at barnet gjorde dette? Lad barnet fortælle om den relation, der er eller var mellem den person, som barnet nævner, og barnet. Hvordan ønsker barnet fremover at holde fast i det, som er vigtigt for barnet? Hvad kan komme i vejen for det? Hvem tror barnet kan hjælpe, hvis det bliver svært at holde fast i det, som betyder noget, og som er vigtigt for barnet.

Da mange børn er meget glade for at tegne og fortælle, hjælpes de ofte af, at vi bruger den visuelle tilgang.

STRUKTUR OG PLAN

Som terapeuter kan vi give ny position til de fortællinger, der allerede er i børnenes liv, så historierne bliver mere righoldige og nuancerede. Ved at se på børnenes kundskaber og færdigheder hjælpes det enkelte barn til at være sin egen personlige agent for sit eget liv – selvfølgelig med hjælp fra 'dets voksne'. Som voksne kan vi også styrke historierne om det gode samarbejde og den gode samarbejdspartner ved at være et forbillede for barnet/børnene og ved at holde fast i at være nysgerrige på historien. Ikke kun på problemhistorien, men også på den foretrukne historie, der repræsenterer det, der er vigtigt for barnet, og som det hellere vil.

Som voksen kan jeg arbejde med samarbejdet eller genforhandle samarbejdet. Jeg har som terapeut ofte kun hørt en af problemhistorierne, hvor samarbejdet mellem børnene er kikset. Den part, der ikke er kontakt til i terapien, har ofte ingen mulighed haft for at komme med ønske til, hvad der kan gøres.

"Jeg skal som terapeut have tanker om struktur for samtalen og plan for samarbejdet. Er der uafklarede forventninger til samtalen/samarbejdet? Jeg skal holde øje med, hvordan personen eller personerne i samarbejdet bliver kendt og forstået af andre. Meningsnetværk, forståelsesformer, hvilket fortolkningsrepertoire har vi? Derfor skal jeg som terapeut tage ansvar for konteksten omkring en sådan form for samtale eller konfliktløsning."

Jeg skal som terapeut have tanker om struktur for samtalen og plan for samarbejdet. Er der uafklarede forventninger til samtalen/samarbejdet? Jeg skal holde øje med, hvordan personen eller personerne i samarbejdet bliver kendt og forstået af andre. Meningsnetværk, forståelsesformer, hvilket fortolkningsrepertoire har vi? Derfor skal jeg som terapeut tage ansvar for konteksten omkring en sådan form for samtale eller konfliktløsning.

Jeg skriver ofte et brev til børn, der har været i terapi hos mig, hvor jeg prøver at genfortælle det, jeg har hørt dem sige i vores samtale om, hvad der er vigtigt for dem. Jeg prøver på denne måde også at se, høre og forstå dem og ikke mindst at anerkende dem og deres historie. Det er medvirkende til at tykne deres nye foretrukne historie.

LITTERATUR

White, M. (2007). *Narrativ terapi med børn og deres familier*. Akademisk Forlag.

White, M. (2004). Narrative practice, couple therapy and conflict dissolution. In White, M: *Narrative Practice & Exotic Lives: Resurrecting diversity in everyday life* (chapter 1), pp.1-41. Adelaide: Dulwich Centre Publications.



Lisbeth Villumsen, Liv via dialog, er privatpraktiserende sundhedsplejerske, psykoterapeut MPF, ECP godkendt (europæisk godkendelse), narrativ terapeut med internationalt diplom. Har stor erfaring med bl.a.

kurser, uddannelse, supervision, terapi, misbrugsbehandling og organisationskonsultation. Har desuden 20 års leder- og forskererfaring. Tlf. 21905868.

ET FORSØMT BARN

Et forsømt barn
blegt
ondt i maven
ondt i hovedet
tisser i sengen
ukoncentreret i timerne
trækker sig ind i sig selv
eller roder når de øvrige arbejder.

En mor der er syg
af trang til alkohol
af alkohol
af livet.
En far, der er forvirret.
Nok egnet som far
men kun få timer ad gangen.

Et barn, der er til overs –
føler sig til overs
som barn.
Må være den voksne
for de to forældre,
der ikke er blevet voksne.

Nye voksne må findes
til barnet
så det kan få lov
at være et rigtigt barn
et barn uden ansvar
og ikke en lille voksen.
En lang proces
en mulig proces.

Inger Mundt

Fra digtsamlingen *Der er liv i forebyggelse*, 1994.

GLIMT FRA EN BØRNETERAPEUTISK PRAKSIS

Tekst og fotos: Inger Mundt

Jeg har arbejdet med børn næsten hele mit liv. Med min baggrund som sygeplejerske har jeg virket som afdelingssygeplejerske på en børneafdeling og som oversygeplejerske i børnepsykiatrien, hvor jeg besluttede, at jeg ville have min egen sandkasse til børn. At arbejde med børn er altid livfuldt og givende. Jeg vil her berette om nogle oplevelser og erfaringer, jeg har tilegnet mig gennem årene i arbejdet med børn og som psykoterapeut for børn.

Jeg vil begynde med den lille fyr, der kom forleden dag. Han er lige begyndt i 2. klasse. I et par måneder havde han ikke villet gå hen i skolen, selvom han elsker sin skole. Og han bliver rigtigt gal på sin far, når han til sidst tager affære. Drengen er fra Korea og har opholdt sig på et børnehjem i et halvt år, inden han blev hentet til Danmark. Lad os kalde ham Rasmus. Der er en 'storebror', der også er fra Korea, og de kommer fra et godt hjem.

Jeg tilbød ham først en 'banketur', som er en blanding af massage og afspænding. Jeg forklarede ham, hvad det gik ud på, og om han syntes, han kunne være med til det. Han skulle holde øje med stopuret. Rasmus ligger på maven, og jeg giver ham en blid bankemassage hele vejen fra øverste del af kroppen og ned til fodsålerne. Derefter holder jeg et par minutter på punkter fra nakken og ned til halebenet og derefter fra halebenet og ned til fodsålerne. Lidt afhængigt af, hvad den enkelte kan holde ud. Han holder øje med tiden, fordi det kan virke lidt kedeligt. Jeg gør det, for at børnene kan få henholdsvis liv og ro i kroppen og også for at grounde dem. Samtidig hører jeg lidt om, hvordan det er i skolen, og hvilke kammerater han har, og hvilke fag han kan lide.

Derefter bad jeg ham om at tegne et billede. Han måtte selv bestemme, hvad han ville tegne. Han sad længe helt stille og kunne ikke komme i gang. Han plejede at tegne hjemme. Så sagde jeg, at han kunne gå i gang med sandkassen, hvis han hellere ville det. Så satte han sig og stirrede stiltfærdigt på den og legetøjet. Efter en tid spurgte jeg, om jeg kunne hjælpe ham. Han sad fortsat helt stille med lidt nedslåede øjne og sagde ikke ret meget. Til sidst foreslog jeg, at vi begyndte med et spil. Der var heller ikke interesse for det, men jeg begyndte bare med et spil Master Mind, og det blev han engageret i. Ikke mindst da jeg havde dummet mig eller ikke var lige så god som han. Midt i spillet byttede vi roller, og så så jeg pludselig en lille hånd gribe fat i de små flyvemaskiner. Forskellige crash fandt sted over sandkassen, og flyverne blev begravet i en sandbunke. Så var han i gang. Med lyde og stort engagement.

REGRESSION

Da jeg på det tidspunkt havde set en lille usikker og blufærdig dreng over for det nye og ukendte, lod jeg ham være alene ved sandkassen og sad bare på gulvet et par meter bag ham og fulgte med i processen på afstand. Der kom køretøjer til, der lavede startbaner. Han var fuldstændig optaget af sit eget projekt, indtil jeg sagde, om mor skulle hentes for at se, hvad han havde leget med.

Jeg kommenterede ikke det, han var i gang med, fordi jeg ved, at han ved, at han har bevæget sig ind i en form for regression, og der er han blufærdig – i hvert fald var det sådan denne gang.

Efter aftale med Rasmus hentede jeg mor. Hun så hans aktivitet, som jeg har beskrevet. Nu ville han næsten ikke holde op. Og han ville gerne komme igen.

Jeg har sagt til forældrene, at jeg ikke ved, hvor hurtigt vi kan komme igennem terapiforløbet set i relation til drengens opvækst som adopteret barn. Men i den aldersgruppe kan der ske meget på seks til ti gange. Og man kan altid følge det op senere.

I dette tilfælde har jeg et forholdsvis godt kendskab til hjemmet, men ellers er mit oplæg til forældrene, at jeg gerne vil have en beskrivelse af barnets opvækst og hvem, der hører til i familien. Selvfølgelig også om andre ting, der kan have interesse. De fleste forældre vil meget gerne berette om deres børn. Barnet kommer så med en voksen, og sammen ser de, hvor vi opholder os, og jeg spørger barnet, om det ved, hvorfor det skal hen til mig. Det er ofte ret utydelige svar, jeg får. Børn forbinder ikke altid deres tilstand med de ord, de voksne har formuleret og talt med dem om, og andre gange prøver de bare på at glemme deres problemer.

Jeg ved jo endnu ikke, hvordan det vil forløbe med Rasmus. Måske sker der noget, jeg kan formidle, inden jeg skal afslutte artiklen.

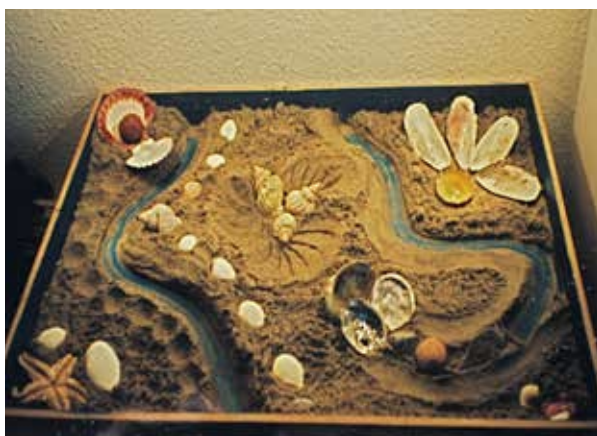


Fig. 1. Sandbillede fra slutning af terapiforløb, 14-årig pige.

SANDKASSE

Andre gange har jeg 10-12-års piger, der sidder og former de utroligste figurer i den fugtige sandkasse. (Fig. 1). Måske dukker der en skildpadde frem, måske et specielt ansigt. Måske løser vi en drøm. Jeg benytter lejligheden til i enkle vendinger at bevidstgøre dem om, hvordan de kan lære sig selv bedre at kende. I de situationer kan det være, at vi sammen undrer os over, hvad billedet kan betyde.

Når børnene arbejder i sandet, siger jeg ofte ingenting, men jeg sanser dem. Som en nær bekendt sagde til mig forleden: "Jeg forstår i virkeligheden ikke helt, hvorfor børnene får det bedre". Jeg var lige ved at sige, at det gør jeg sådan set heller ikke. Men det er så heller ikke den fulde sandhed.

Det drejer sig først og fremmest om at være engageret i det barn, der kommer. Det gælder selvfølgelig også, når det drejer sig om voksne. Engagementet går på at skabe en situation, hvor der er rum for alle de fremtoninger, der kommer fra barnet. At rumme dem. Ikke opdrage, men rumme dem i et kærligt, trygt og omsorgsfuldt miljø. Med andre ord at skabe et felt, hvor man forsøger at gøre sig til en slags redskab for de helende processer, der altid forekommer.

'EGENTERAPI'

På det fysiske plan ville vi snakke om homeostase, som er kroppens evne til at opretholde et balanceret fysiologisk miljø. Sådan mener jeg også, at man kan se på de psykologiske processer. Hos et barn ser man, at tidligere 'sår' har låst sig fast og giver sig udslag i ubalancer, som kan løses gennem et 'egenterapi'-forløb for barnet. Gennem leg arbejder barnet sig igennem forskellige følelser, heler sine sår og ændrer sine udspil til forældre og kammerater, når terapien forløber godt.

Der forekommer forældrevejledning i forløbet i det omfang, det er nødvendigt. Og altid efter aftale med barnet, når det er et større barn. Det kan være, vi i første

TAVSE BØRN

”Mit barn siger aldrig noget –”
et udsagn fra en mor.
Hvorfor er det, at nogle børn
aldrig beretter
fra dagen
fra livet med kammerater.

”Jeg spørger da ofte”
siger moren,
og glemmer
at hun måske overtager samtalen
og ikke giver barnet tid nok.
Og hvis barnet brokker sig
over kammerater
lærere
forældre
så begynder opdragelsen.
”Du kan nok forstå ...”
”du bliver også nødt til ...”
”kunne du ikke snarere ...”.

Hus forbi!
Barnet er stået af,
samtalen er lukket –

Barnet ville blot fortælle
en oplevelse
en erfaring
fra livet i skolen
børn og børn imellem
lærere og børn imellem
forældre og børn imellem
hårdt som det af og til er.

Barnet udtrykker:
”Voksne, hør på mig,
forstå mig,
trøst mig,
accepter mig”,
letter sindet –
og så er barnet klar til en ny dag

med nye muligheder
og nye erfaringer.

Sådan er barnet,
det sunde barn.
En erklæring sendes ud
en reaktion ønskes.
Gerne et lille klap på skulderen
et forstående svar
helst kort –
nye oplevelser
venter forude.

Inger Mundt

Fra digtsamlingen *Der er liv i forebyggelse*, 1994.

omgang bare tager en snak på telefonen. Forældrene vil gerne vide, hvad jeg har oplevet med og om deres barn. Gennem samtalen får jeg mere indsigt i deres samspil og får evt. lejlighed til lidt vejledning. Men jeg er opmærksom på at skærme barnets rum hos mig.

FODMASSAGE

Jeg vil nu komme tilbage til Rasmus. Han kom ikke igen. Han ville overhovedet ikke tilbage til mig, og forældrene ringede og var fortvivlede over det. Vi aftalte at holde et telefonmøde, når børnene var kommet i seng. Ud fra det, jeg havde hørt og set vedrørende Rasmus,

vejledte jeg forældrene i at øge omsorgen for drengen gennem fodbad og fodmassage før sengetid. Det synes måske ikke af ret meget. I vore dage ser man ofte, at halvstore børn hygger sig med iPad, computerspil og lignende. De vil det gerne, men som voksen kan man forsømme den mere direkte kontakt, fordi børnene jo ser ud til at trives med disse maskiner. I arbejdet med enkel systematisk fodmassage over en tid fremmes en omsorg for barnet. Samtidig vejledes forældrene i at være stilfærdige og lytte til eventuelle udsagn fra barnet. Aldrig korrigerende, men forstående. Måske fortæller barnet lidt fra hverdagen, fordi der pludselig er skabt et omsorgsfuldt rum.



Figur 2.

Et par uger senere var jeg atter i kontakt med familien. Mor skrev følgende på mail: "Vi masserer fødder og underben på begge drengene hver aften, og det har simpelthen betydet en kæmpe udvikling for Rasmus – han er glad og tilfreds – hans temperament er væsentligt mindre eksplosivt. Han er med andre ord faktisk meget mere harmonisk." Det var jo glædeligt. Måske er Rasmus om nødvendigt parat til at komme en anden gang.

NÆRING

Ovenstående var et utraditionelt forløb. Og sådan er det med børn. Der skal være plads til fleksibilitet fra terapeutens side. Nogle gange må der også være plads til en voksen i rummet, mens terapien foregår, fordi et mindre barn ønsker at få den voksne med. Børn kender sig selv og ved på et eller andet plan, hvad de har behov for, uden de er i stand til at formulere det.

Et andet barn på samme alder havde første gang tegnet en meget farvestrålende tegning (fig. 2), hvor der nederst sad en sort fugl med næbbet inde i en blomst. Jeg spurgte barnet, hvordan det var med den fugl. Og svaret var: "Det er en kolibri, der suger næring, men den får ikke, hvad den har brug for." Det barn, en pige, kom til Danmark seks måneder gammelt. Barnet var derhjemme utroligt vred og tillod sig ikke at gå i nærkon-

takt med de voksne, hvilket selvfølgelig var en stor sorg for forældrene. Nu er barnet efter 4-5 sessioner gået ind i et dybt terapeutisk forløb, hvor næring er et overordnet tema. Pigen tillader sig nu at have nærhed med mor og beder om at få bryst – som så bliver en sutteflaske. Et nyt indre barn er under udvikling, hvilket frembringer stor glæde hos alle. Sandkassen bliver brugt meget, men kun en video vil kunne formidle processen.

ET BARN ER SOM EN LILLE PLANTE

I årene 1984-1994, mens jeg var sundhedsplejerske på Sankt Annæ Gymnasiums folkeskole, arbejdede jeg med børnegrupper. Gennem tiden havde jeg ca. 40 børn gennem flere måneders gruppeforløb. Der var fem børn i gruppen ad gangen. Til støtte for arbejdet var jeg sammen med en kollega, en langtidsledig afspændingspædagog og en enkelt gang skolepsykologen. Begrebet 'banketur' opstod dér, fordi børnene lærte at give det til hinanden. Det er fra den tid, digtene er skrevet.



Inger Mundt er oprindeligt sygeplejerske og sundhedsplejerske og er bl.a. uddannet i jungiansk sandkasserapi. Hun er medforfatter til Patientens bog (1974) og forfatter til digte om sundhedspleje: Der er liv i forebyggelse, 1994. Arbejder i egen praksis og holder kurser.

BØRNEGRUPPER

De kommer glade
opmærksomme på om alle er til stede.
Hynderne lægges på gulvet
de lægger sig næsten stilfærdigt
og lytter til musikken
venter på at det bliver deres tur
til bankemassagen
kommenterer kroppens ømme steder
de har prøvet det nogle gange
ved nu selv hvor de spænder –

Kommer på højkant
og glæder sig til teen
alle sidder på gulvet
nyder samværet
afmålt sukker fordeles nøje.
Der er runde
den enkelte beretter
om fødselsdagen hos mormor
om kammerater der driller
om skænderier med mor
nogle spø'r
de fleste lytter
og så til noget andet
ikke for megen snak den dag.

Der er masser af liv
de prøver grænser
eksperimenterer
drengene har kræfter der skal prøves af
styrkeprøver afvikles
godmodigt
de stopper af sig selv.
Pigerne ta'r lidt afstand
men er interesseret
blander sig lidt
trækker sig igen.

Nu vil alle tegne
én tegner med bløde streger
en anden med lineal
én har svært ved at beslutte sig
han venter på den rette idé.
Der er krudt i tegningerne
aggressionerne kommer frem.

Pigerne tegner eventyr
Hans og Grethe
den onde heks
den sovende prinsesse.
Der er grøde i gruppen –
og vækst.

Hvorfor er det vigtigt med børnegrupper
hvorfor holder jeg fast
i en idé som møder modstand –
modstand mod at gøre ting anderledes
modstand mod bare det at gøre?

Fordi jeg ved det er rigtigt
fordi børn der var ved at visne
begynder at blomstre –
jeg møder et barn
det er som en lille plante
der er ved at sygne hen
det mangler næring
men det er ikke al næring der du'r
barnet ved selv hvilken næring der er god
men den skal serveres.

I børnegruppen er der forskellige retter:
Der er omsorg
opmærksomhed
forståelse
inspiration
respekt
accept.
Retterne serveres som et ta' selv bord
de kan blandes
fordeles men vigtigst af alt
tages til sig når barnet er parat.

Som en plante der drejer sig mod lyset
vender barnet sig mod retterne
ta'r hvad det har brug for én dag
noget andet en anden dag
indtil barnet føler sig mæt
og næret.

Inger Mundt
Fra digtsamlingen *Der er liv i forebyggelse*, 1994.

KUNSTTERAPI SOM FOREBYGGELSE MOD DEPRESSION

Tekst: **Vibeke Skov, ph.d.**

Denne artikel bygger på et forskningsprojekt om kunstterapi som forebyggelse mod depression, der blev afsluttet i 2013. Det centrale spørgsmål var, om kunstterapi kunne bruges som en metode til at udvikle forholdet mellem bevidste og ubevidste sider i psyken med henblik på at forbedre livskvaliteten hos deltagerne.

En af de største udfordringer var at beskrive bevægelser i det ubevidste, fordi det ubevidste, som ordet antyder, netop er uden for bevidsthedens rækkevidde. Samtidig har kunstterapien som metode den fordel, at vi kan arbejde med det ubevidste igennem symboler, imaginationer og drømme. Transskriptioner fra videooptagelser blev et vigtigt supplement til de kreative udtryk i forsøget på at forstå, hvad der skete i terapien. En anden udfordring var at undgå en reducerende fortolkning af billederne, fordi alt så ville foregå på jegets præmisser, og dermed ville vi ikke kunne skabe en kontakt med ubevidste sider i psyken for som endemål at knytte en mere varig dialog med selvet (Abt 2005).

Det grundlæggende menneskesyn var jungiansk. Andre teoretiske indfaldsvinkler blev anvendt på forskellige tidspunkter i analysen. Jeg brugte modeller fra antropologien (Dissanyake 2000), evolutionspsykologien (Stevens & Price 2000) samt neuropsykologien (Siegel 2010; Schore 2012; Cozolino 2010). Eftersom jeg var interesseret i relationen mellem jeget og selvet (i jungiansk forstand) og ikke kunne finde et enkelt paradigme, der indeholdt både den fysiske og den psykiske virkelighed, besluttede jeg mig for at blive en *bricoleur* forsker. Det betød, at jeg sammensatte mit forskningsdesign som en kombination af en fænomenologisk, hermeneutisk og heuristisk virkelighedsforståelse. Dermed blev det muligt at kombinere den indre og den ydre virkelighed ved at skifte fokus i løbet af processen.

Hovedpointen i den jungianske holdning er, at den psykoterapeutiske proces har til formål at reparere relationen mellem jeget og selvet, som på et eller andet tidspunkt i livet er blevet beskadiget. I denne artikel vil jeg fokusere på den kliniske metode med basis i den jungianske antagelse, at forudsætningen for en god livskvalitet afhænger af jegets aktive forhold til selvet (Edinger 2000). Jeg vil tage udgangspunkt i en integrativ arbejdsmodel, som projektet mandede ud i, samt vise eksempler fra deltagerens proces.

KUNSTTERAPIENS POLARITET

At bruge kunstterapi som en metode til forebyggelse af depression er på mange måder oplagt, fordi mulighederne er mangfoldige med inddragelse af billedet som en tredje part i terapien. Især når den symbolske og imaginære proces udgør en del af den terapeutiske samtale, fordi symbolet let stimulerer nye muligheder og håb for fremtiden.

I kunstterapiens verden er der stadig delte holdninger til, hvordan kreativitet kan bidrage til terapeutiske forandringsprocesser. Er det igennem oplevelsen af den skabende proces og billedet, eller er det den efterfølgende terapeutiske samtale om billedets betydning, som er afgørende? Personligt har jeg altid været tilhænger af begge dele og aldrig rigtigt forstået, hvorfor det ene skulle udelukke det andet, for vi oplever jo den skabende proces først, for så bagefter at kunne være i dialog med billederne. Det er efter min mening en af de største fordele ved den projektive metode. Jungs pointe var at undgå identifikationen med det ubevidste og i stedet indlede en dialog for at sikre, at vi ikke blev besat af arketypisk indhold, fordi det ikke var personligt, men kollektivt. I min kliniske metode pointerer jeg den *imaginative* dialog med billeder som en bro mellem de to

typer af proces og som en metode, der tilgodeser bevidsthedens behov for at sætte ord på billeder, uden at det straks reduceres til den personlige historie.

TEORETISK STÅSTED

I den jungianske teori er selvet orienteret mod balance og mod helhed (Edinger 2000). Disse to meget centrale funktioner i selvets struktur fungerer instinktivt og ikke altid rationelt for bevidstheden.

Depression kan for eksempel opfattes som et forsøg på at regulere en skævhed i jegets bevidsthed, som kunne være en ensidig orientering i retning af konstant travlhed i livet. Depressionen får individet til at stå mere stille og ikke altid have så travlt. Fra dette perspektiv er depression et tegn på noget andet, som det så handler om at kunne aflæse, for at jeg-bevidstheden ikke modarbejder selvets intention.

Det originale i Jungs tankegang er, at selvet overhovedet har en intention. Som om der bor en anden og klogere person inde i os, som kender vores behov bedre, end vi selv gør. Det sætter for så vidt psykoterapeuten lidt i perspektiv, fordi kontakten med selvet anses for at være kilden til en bedre livskvalitet, ikke terapeuten. På den anden side er formålet med psykoterapi, at klienten kan leve et selvstændigt liv uden ydre terapeutisk bistand. Spørgsmålet er så, hvordan man kommer fra A til B. Hvordan kan kontakten til selvet genetableres igennem den psykoterapeutiske indsats?

I nærværende forskningsprojekt blev den kliniske metode udviklet på basis af Jungs beskrivelse af skyggen, anima, animus og selvet i form af kunstterapeutiske oplæg,

der havde til formål at aktivere disse lag i psyken for at genskabe tilliden til de ubevidste processer og dermed til selvet.

DEN INTEGRATIVE MODEL

De fleste deltagere i projektet havde psykologiske problematikker, som de ønskede at konfrontere igennem terapien, og de havde let ved at bruge de kreative udtryk som billeder på fortrængte emotioner og oplevelser i deres liv. Lidt tilfældigt opdagede jeg, at nogle af deltagerne i projektet havde et andet udbytte af terapien. En af deltagerne var således ikke motiveret til en psykologisk forandring, men ville bare gerne have det bedre efter at have mistet sin søn og sin mand. Hun elskede at male, selvom hun ikke havde gjort noget lignende, siden hun var barn, men havde svært ved den personlige samtale bagefter. På testresultaterne gjorde hun ingen fremskridt, men hun oplevede øjeblikke af fordybelse og måske lykke, når hun malede sine billeder. Det varede bare ikke ret længe, så vendte smerten tilbage. Hun brugte kunsten til at kompensere for en smerte i sit liv, men forandrede sig tilsyneladende ikke. En anden deltager var ensom og fik nok størst udbytte af gruppeprocessen, mens en tredje længtes efter en mere spirituel kontakt med noget større end sig selv og fordybde sig i de symbolske dialoger.

Disse forskelligheder var ikke i sig selv overraskende, men det fik mig alligevel til at overveje, om kunstterapiens metoder kunne målrettes mere præcist i forhold til forskellige livsproblematikker.

Den integrative model (Skov 2013) indeholder fire livsområder, som vi kender som det biologiske, psykologiske, sociale og

”Et af de største potentialer i en kunstterapeutisk praksis er, at alle de fire livsområder, det biologiske, psykologiske, sociale og spirituelle, kan indgå i en kunstterapeutisk metode og på den måde fremme de transformative processer. Det er ikke på samme måde muligt ved brug af sprogligt baseret terapi, som stadig er den mest anvendte terapiform.

Livsområde	Kunstterapeutisk aktivitet	Kunstterapeutisk formål	Kunstterapeutisk tradition
Det biologiske Kompensation	Kreative udtryk (Trommespil, maleri, ler)	Selvregulering igennem kompensatoriske processer	Kunstbaseret Fokus på processen
Det psykologiske Integration	Den kunstterapeutiske proces (Samtaler ud fra kreative udtryk)	Integration af ubevidst indhold	Psykoteraeutisk Fokus på klienten
Det sociale At høre til	Kreative udtryk i gruppesamspil (Trommespil, fællesmaleri og gruppeproces)	At forstærke den sociale identitet og tilknytning	Adfærdsterapeutisk Fokus på det relationelle
Det spirituelle Mening	Aktiv imagination og symbolarbejde (Symboliserende metoder)	Selvudvikling	Analytisk Fokus på det symbolske

Tabel 1. Integrativ kunstterapi

spirituelle. Tanken er, at mennesker kan have en primær livsproblematik på et af disse områder, som de søger hjælp til hos en psykoteraeut. Den mest effektive terapi antages at finde sted igennem den metode, som bedst matcher det livsområde hvor problemet befinder sig i udgangspunkt. Det komplekse ligger i, at alle fire områder interagerer hele tiden i vores liv, og derfor kan vi for eksempel forandre os psykologisk ved at arbejde med kroppen eller omvendt.

Jeg fandt to måder at bruge den integrative model på. Den ene har jeg kaldt for kompensatorisk og den anden for transformativ.

Den kompensatoriske metode knytter sig til det biologiske livsområde, hvor forandringsprocesser er mere kortvarige, fordi det ubevidste er ført ud i det skabende produkt og dermed har skabt en kortvarig fornemmelse af at være sluppet af med noget eller har udtrykt noget, der får livets besværlighed til at mindske i styrke, som tilfældet var for en af deltagerne i projektet. Fordelen ved det kompensatoriske udtryk er, at kroppen har

haft mulighed for at regulere sin emotionelle tilstand mod en bedre balance, og at det kreative udtryk nu re-præsenterer det, som før var ét med alt det andet i det ubevidste. På den måde fungerer den kreative proces også som en forberedelse til den psykologiske samtale om billedet.

De, som mener, at den kreative proces arbejder helende uden brug af den terapeutiske samtale, arbejder selv-sagt med den kompensatoriske brug af kreative processer. (Teglgård 2011). Der findes mange eksempler fra psykiatriens og kunstens verden, hvor kreative processer ikke synes at have forbedret livskvaliteten hos de pågældende, men nærmere har skabt en form for afhængighed til at være aktivt skabende for at tåle livet.

Den transformativ metode bevæger sig igennem alle fire livsområder og bygger på en forandring af bevidstheden som et resultat af den kunstterapeutiske proces. Vi har brug for det kreative udtryk og den afgrænsning af det ubevidste, som afspejler sig i billedet, for at kunne indlede en dialog. Igennem denne bevidstgørelse af,

hvad der før lå hengemt i det ubevidste, åbnes en ny mulighed for at ændre sin selvopfattelse, og denne psykologiske ændring fører ofte med sig, at de sociale relationer også tager en ny drejning. Flere af deltagerne i projektet oplevede for eksempel, at de blev bedre til at sætte grænser og udtrykke egne behov, også i forhold til arbejdslivet. Denne ændring på det sociale område førte med sig, at livet fik en ny mening, og at tilliden til det ubevidste blev forbedret. Det virkede som om, det ene livsområde skubbede til det næste som en spontan effekt af bevidstgørelsesprocessen.

Jeg har i tabel 1 anskueliggjort den integrative model med de kreative former for aktivitet, som blev brugt i projektet, samt det formål, de havde. Yderst i tabellen har jeg sidestillet de forskellige livsområder med kunstterapeutiske traditioner for på den måde at vise, hvordan de alle indgår i en transformativ proces, når de integreres.

I det følgende vil jeg fokusere på den psykologiske integrationsproces, der fandt sted via den integrative tilgang.

DATAINDSAMLING

Som en del af den kliniske metode ønskede jeg at undersøge, hvordan det ubevidste reagerede på de kreative processer, og om det var muligt at finde en form for sammenhæng til de forandringer, der blev registreret af deltagerne bevidst.

Der var i alt syv deltagere i projektet, som foregik over seks måneder. Vi mødtes 13 gange og var sammen fem timer hver gang. En af deltagerne var fraværende tre gange og indgik derfor ikke i min analyse. Alle workshops blev optaget på video og udskrevet som tekstfiler.

OPLÆG	FORMÅL
Præsenter dig selv som en lerskulptur	Bevidstgørelse af jegets position
Mal et familieportræt	Bevidstgørelse af indre stemmer
Mal et billede af den person, du ikke fik lov til at være som barn	Bevidstgørelse af den fraspaltede personlighed, skyggen
Form din oplevelse af din kvindelige side og din mandlige side som to figurer i ler	Bevidstgørelse af relationen mellem det kvindelige og det mandlige i psyken
Gruppemaleri versus individuelt maleri	Bevidstgørelse af sociale interaktionsformer
Mal et billede af dit indre selv ved skiftevis at lade din indre kvinde og mand komme til udtryk	Bevidstgørelse af selvets potentiale

Tabel 2. Kreative oplæg og formål

”I langt de fleste kunstterapeutiske retninger er den imaginative tilgang til billedet overraskende lidt repræsenteret. Mere almindeligt er det at fastholde den personlige brug af billedet som repræsentant for noget i jegets virkelighed. Denne metode er reducerende, fordi den mindsker symbolets arketyperiske værdi til kun at være personlig, og dermed forhindres bevidstheden i at kunne åbne til nye områder i psyken som en forudsætning for terapeutisk forandring.

Min samlede dataindsamling bestod af:

1. Udskrevne terapeutiske dialoger
2. Deltagernes drømme
3. Billeder og lerfigurer
4. Aktive imaginationer
5. Selvevalueringsskemaer
6. Testresultater før og efter samt to opfølgninger i depression (MDI) og livskvalitet (WHOQoL-Bref).

DEN KLINISKE FREMGANGSMÅDE

Den overordnede struktur ved hver mødegang bestod af:

1. Trommespil (10 minutter)
2. Meditation (15 minutter)
3. Kreativt udtryk efter oplæg eller drøm (ca. 1 time)
4. Frokost
5. Individuelle dialoger i gruppe (ca. 2 timer)
6. Grupperefleksioner

Hver anden mødegang arbejdede deltagerne ud fra et kreativt oplæg, som jeg havde lavet på forhånd, og hver anden gang brugte de en drøm, de havde haft siden sidste mødegang, som inspiration til et kreativt udtryk. I starten af forløbet havde de fået en drømmebog og en invitation til at nedskrive de drømme, de kunne huske igennem de seks måneder, forløbet varede. Hensigten var at opøve en større grad af indre opmærksomhed. I tabel 2 på forrige side har jeg beskrevet oplæggene samt formålet med de kreative processer.

KUNSTTERAPEUTISK PROCES

Efter den kreative proces havde jeg en åben terapeutisk dialog med hver deltager

i gruppen med udgangspunkt i deres kreative udtryk. Denne dialog havde fire faser som beskrevet i Abts analysemodel (Abt 2005):

1. Deltageren beskriver sit billede faktisk. Hvad sker der i billedet? Hvad ser du?
2. Det imaginative indhold gøres levende. Hvor er skibet på vej hen? Hvis personen kunne tale, hvad ville han/hun sige?
3. Associationer til den imaginative fortælling. Hvad minder det dig om? Kender du nogen, der siger noget lignende? Hvordan er dit forhold i givet fald til vedkommende? Hvad er dine tanker om det?
4. Hvad siger billedet om din udviklingsproces? Hvor er du på vej hen? Er der noget, du kan ændre i dit liv ud fra denne forståelse?

I langt de fleste kunstterapeutiske retninger er den imaginative tilgang til billedet overraskende lidt repræsenteret. Mere almindeligt er det at fastholde den personlige brug af billedet som repræsentant for noget i jegets virkelighed. Denne metode er reducerende, fordi den mindsker symbolets arketyperiske værdi til kun at være personlig, og dermed forhindres bevidstheden i at kunne åbne til nye områder i psyken som en forudsætning for terapeutisk forandring.

Abts model bygger på Jungs typologi og de fire psykologiske funktioner, beskrevet som *sansning, følelse, tænkning og intuition* (Abt 2005). I stedet for at reducere billedet til at betyde noget, som er bestemt på forhånd, og som ikke inkluderer deltagerens subjektive oplevelse, udvides forståelsen af billedet ved brug af alle psykologiske funktioner og bygger på de erkendelser, der udvikler sig igennem den terapeutiske samtale.



Figur 1. Drømmebillede



Figur 2. Bagsidebillede

Et symbol er defineret som manifestationen af noget arketypisk og som et indhold i den del af psyken, som Jung refererede til som kollektivt ubevidst, og bundet derfor ikke i den personlige livshistorie, men i den kollektive (Edinger 2000). Derfor er symboler originale og nyskabende for individet og udtrykker nye facetter ved selvets arketype. At skabe en imaginativ samtale med et symbol anses for at være en vigtig del af jeg-selv ak-sens genetableringsproces. Et eksempel fra en af deltagerne (A) er vist i figur 1 og 2.

Figur 1 viser en scene fra en drøm, hvor A sidder sammen med prinsesse Mary og to af hendes børn. De små snakker, mens de holder øje med børnene.

Figur 2 er en bagside til figur 1 og er fremkommet ved, at A har lagt et nyt stykke papir over det første billede og overført de linjer, som hun kunne se igennem papiret, på det nye stykke papir. Hun har så lagt det første billede til side og brugt de overførte linjer til at få en idé til et nyt symbol/ billede. Hun tegner så 'En kvinde der sparker røv'. Selv var hun det stik modsatte. Hun havde været husmor i 32 år, og en dag kommer hendes mand hjem og meddeler, at han flytter sammen med en ung kvinde og i øvrigt har købt et nyt hus til tre millioner, hvor de skal bo. Efter tre måneder fortryder han og flytter hjem igen. A er rasende, men kan ikke smide ham ud, fordi hun er bange for at bo alene, og det er på dette tidspunkt, hun starter i den kunstterapeutiske

gruppe som en del af forskningsprojektet. Både prinsesse Mary og en kvinde, der sparker røv, optræder som arketyper på de skyggesider hos A, som hun aldrig har kendt. Opvokset i en meget religiøs familie, hvor vrede ikke var tilladt, havde hun svært ved at bruge sin aggression til at frigøre sig emotionelt fra en mand, der havde såret hende dybt, og leve et mere selvstændigt liv. Via den imaginative dialog med kvinden, der sparker røv, fik hun inspiration til at rejse på højskole (efter at have klippet et par af mandens skjorter i stykker). Senere fik hun et job, og manden flyttede ud.

ET RESULTAT

Den stærkeste fællesnævner i sammenligningen af de seks cases blev betydningen af en negativ indre maskulin stemme, som de alle oplevede dommeragtig. Han optrådte i de terapeutiske dialoger og direkte i den kreative proces som vist i figur 3. B havde netop malet den gule figur, som anes i billedet, hvorefter hun begyndte at male de sorte streger og krydser ind i billedet, så den gule figur blev mere og mere utydelig.

Bagefter sagde hun: "Det var som om min fars stemme gjorde mig forvirret med alle hans dømmende kommentarer." Dette eksempel viser også, hvordan de personlige mønstre helt spontant føres med ind i de skabende processer og kan hæmme dybereliggende lag i at komme til syne. Oplægget var netop at male den personlighed, som hun ikke måtte være som barn, og det var klarhed. Hun måtte aldrig have sine egne meninger for en far, der altid vidste bedst. Så når hun her 56 år senere forsøgte at udtrykke klarhed, så aktiverede hun samtidig den inderliggjorte dømmende far. Det er også et eksempel på, hvordan den kreative proces ikke i sig selv skaber en terapeutisk effekt, men måske mere spejler det mønster i personligheden, som er med til at formidle den dårlige livskvalitet.

Den terapeutiske samtale kan først og fremmest skabe en bevidsthed om personlighedsmønstre, og ved gent-



Figur 3. Forvirring

gelse kan dommerens indflydelse aftage og synliggøre nye sider i personligheden.

Denne proces sker dog sjældent af sig selv. Den forudsætter en fokuseret indsats og et nærvær, der kan fange dommeren, før han når at skabe den indre forvirring, som de fleste mennesker, der lever med en depression, kender så godt.

AFSLUTNING

Samlet set endte projektet ud i en konstatering af, at kunstterapi er en effektiv metode til forebyggelse af depression. Dels i kraft af den metodemæssige bredde, som kunstterapien har, når der tages udgangspunkt i den integrative model, men også fordi det er muligt at sammenfatte forskellige teoretiske og filosofiske paradigmer til beskrivelse af de processer, der finder sted i samspillet mellem det bevidste og det ubevidste.

Betydningen af de imaginative processer og den jegerforstærkende effekt, disse dialoger har, synes jeg var et af de vigtigste resultater. Ikke mindst fordi der generelt i vores sundhedssystem er en vis berøringsangst i forhold til at arbejde med det ubevidste og den psykiske virkelighed.

En anden vigtig sammenhæng, der viste sig igennem analysen, var, at den terapeutiske forandring først viste sig som symbolske processer i det ubevidste for derefter at føre til en forandring i bevidstheden. Dette synes jeg antyder en selv-regulerende tendens i psyken, som også arbejder mod større helhed, når muligheden gives.

LITTERATUR

- Abt, T (2005). *Introduction to Picture Interpretation*. Zurich: Living human Heritage Publ.
- Cozolino, L (2010). *The neuroscience of Psychotherapy*. New York: WW Norton.
- Dissanayake, E (2000). *Art and Intimacy*. Washington: Washington Press.
- Edinger, EF (2000). *Ego and Self*. Toronto: Inner City.
- Grawe, K (2007) *Neuropsychotherapy*. East Sussex: Taylor & Francis Group LLC.
- Schore, AN (2012). *The Science of The Art of Psychotherapy*. New York: W.W.Norton.
- Siegel, DJ (2010). *Mindsight*. New York: Bantam.
- Skov, V (2009). *Kunstterapi*. Vejle: Marcus forlag.
- Skov, V (2013). *Art Therapy. Prevention against depression*. Thesis Aalborg University: Institute of Communication and Psychology.
- Stevens, A and Price, J (2000). *Evolutionary psychiatry*. New York: Routledge
- Teglbjærg, HS (2011). *Skabende kunstterapi*. Aarhus: Aarhus Universitets Forlag.



Vibeke Skov, ph.d. Født i 1954. Leder af Institut for Kunstterapi siden 1987. Uddannet cand.psych. med speciale i psykologisk kreativitet. MPF. Privat praksis. Udøvende glas- og billedkunstner.

HJÆLP TIL SENSITIVE



Ilse Sand: Værktøj til hjælpsomme sjæle – især for særligt sensitive som hjælper professionelt eller privat. Forlaget Ammentorp 2014. 136 sider, kr. 264.

Denne overskuelige og letlæselige bog indeholder, nøjagtigt som titlen angiver, en række værktøjer, du som enten professionel eller privat person kan anvende, når du skal tale med et andet menneske, som har det svært. Samtidig får du også i bogen masser af gode råd til at passe på dig selv, når du hjælper andre mennesker. Om disse værktøjer skriver forfatteren: "Meningen er, at bogens værktøjer skal træk-

kes ind, når den almindelige samtale hverken er glædes- eller meningsfyldt og ikke virker efter hensigten. Her kan bogens værktøjer være med til at skabe en forandring."

Jeg mener, at bogen giver læseren en grundlæggende viden om den gode kommunikation. Det være sig verbal og nonverbal. Læseren introduceres endvidere til, hvad man skal være opmærksom på ved samtaler med temaer som angst, skam, skyld, leveregler m.m. Bogen er desuden krydret med øvelser, gode eksempler, cases og et fint lille resume efter hvert kapitel, så læsningen af bogen bliver levende.

Jeg kan godt lide at forfatteren motiverer ganske almindelige mennesker til at hjælpe. Med et verbalt nænsomt 'skub' og gode eksempler opfordrer hun til at slippe berøringsangsten for at tale om det, som er svært. Hvad vigtigt er, er at læseren samtidig får råd og varsel om, hvornår der skal henvises til professionel hjælp.

Da bogen er rettet mod en bred målgruppe (af hjælpsomme sjæle), vil der hos mennesker med psykoterapeutisk baggrund måske være en del af bogens metoder, som er kendt i forvejen. Metoderne er til gengæld så relevante, at repetition heraf også vil være brugbart for den professionelle behandler.

Bogen henvender sig specielt til hjælperen som er særligt sensitiv. Det gennemgås, hvordan det sensitive nervesystem fungerer, og hvilke udfordringer den særligt sensitive hjælper har, samt hvordan de kan gribes an. Det mærkes, at Ilse Sand har stor erfaring med særlig sensitivitet, og bogen giver undertegnede anmelder,

som selv er særligt sensitiv, ny viden. Ved læsning af bogen fik jeg også en opfriskning af, hvordan jeg passer godt på mig selv i mine hjælperroller, både som psykoterapeut, sygeplejerske og i privat regi.

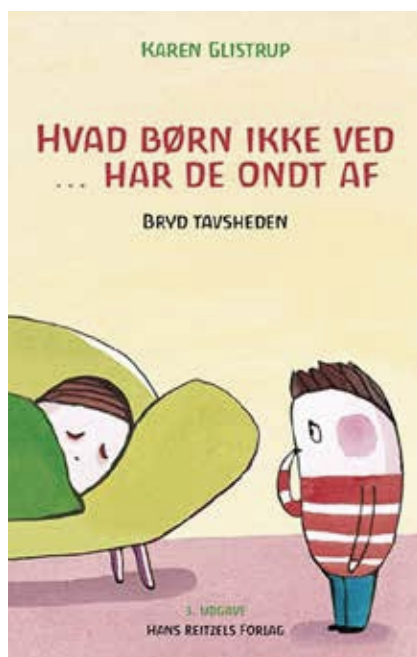
Forfatteren er psykoterapeut MPF, supervisor, kursusudbyder, foredragsholder og forfatter. Ved læsning af bogen får jeg indtryk af et livsklogt menneske og en erfaren psykoterapeut. Ilse Sands fortid som præst i folkekirken skinner igennem i bogens ord med hjertevarme og medmenneskelighed.

Bogen lever fint op til forfatterens håb i efterskriftet: "Det er mit håb, at du med denne bogs værktøjer er blevet godt rustet til at arbejde frem imod bedre at kunne sætte præcist ind med den rette hjælp på det rette tidspunkt. Samtidig håber jeg, at du er blevet mere opmærksom på vigtigheden af at bruge din empati også på dig selv og lytte til, hvad din krop og sjæl har brug for, hvis din energi skal kunne strække sig længst muligt – For verden har brug for din hjælp." (s.129-130).

Er du interesseret i endnu en bog om det at hjælpe andre, kan jeg nævne bogen *Hvorfor hjælpe andre?* skrevet af psykoterapeut MPF og sygeplejerske Benedikte Exner. "Hvorfor hjælpe andre? henvender sig til enhver, som er optaget af at hjælpe, og som kender til at blive frustreret og skuffet i sine anstrengelser for at hjælpe andre bedst muligt. Det kender forfatteren selv. I denne bog deler hun ud af sin viden og sin erfaring i at håndtere de frustrationer, som kan opstå, når hjælpen ikke virker efter hensigten". (Bogens bagsidetekst).

Birgitte Rantzau
Psykoterapeut MPF

BRYD TABUET



Karen Glistrup: Hvad børn ikke ved ... har de ondt af. Bryd tavsheden. 3. reviderede udgave. Illustreret. Hans Reitzels Forlag 2014. 246 sider, kr. 220.

”Børn er altid involverede i en mors eller fars liv og sygdom – på godt og på ondt. De opfanger og fornemmer langt mere, end man hidtil har antaget. Syge forældre kan – fordi de så inderligt ønsker, at deres børn skal undgå at blive belastede – næsten bilde sig selv ind, at de kan skjule sygdommen

for børnene. Men inderst inde ved de godt, ligesom børnene, at det kan de ikke.” (s.38).

Hvad børn ikke ved ... har de ondt af handler om, hvordan man laver familiesamtaler med børn og deres psykisk syge forældre ud fra barnets perspektiv. Karen Glistrup, psykoterapeut MPF, kommer rundt om alle vigtige aspekter, så vidt jeg kan se, om det at være barn med en sindslidende eller psykisk dårlig forælder. Børnene har brug for at blive set. Der er stor risiko for varig mistrivsel hos disse børn.

Jeg anmeldte bogens 2. udgave i Psykoterapeuten maj 2007. Den er nu omskrevet og udvidet og er bare blevet endnu bedre. Der er overblik over den nyeste forskning og viden. Om bla. børns udvikling og hjernen/neuropsykologi. ”Hvad styrker børnene” er fx et godt nyt afsnit.

Der er uddybende afsnit om, hvordan samtalen kan foregå, og om, hvad man helt konkret kan sige – en god detaljeret beskrivelse af, hvad der fremmer den gode samtale.

Det er faktisk ikke så svært at bryde tavsheden og begynde at tale med børnene, siger Karen Glistrup, det kræver mod og nærvær som noget af det vigtigste.

Der er masser af gode cases – og omtale af, hvad skyld og skam gør ved børn. Samt et godt afsnit om børn og unge i grupper.

Jeg er selv vokset op med en psykisk syg forælder. Og efter mange samtaler med – og som leder af samtalegrupper for – unge og voksne børn af psykisk syge forældre gennem 14 år ved jeg,

hvor vigtigt det er for børn at få viden og hjælp til at bryde tavsheden om psykisk sygdom, mens de er børn.

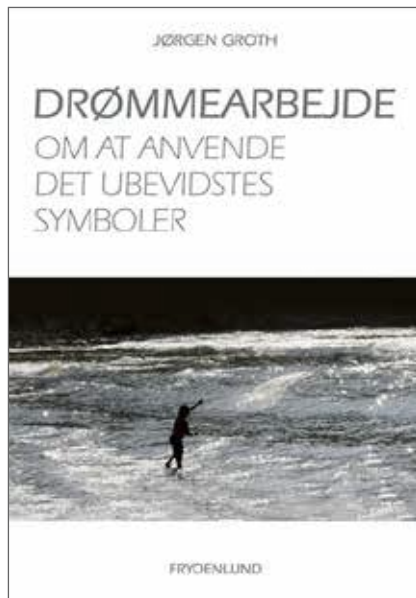
Bogen kan anbefales til alle, som vil tale med børn og forældre om at være psykisk syg. Ledere af familiesamtaler eller samtalegrupper. Lærere, sagsbehandlere, pædagoger, forældre, psykoterapeuter, pårørende mv.

Eller faktisk til alle, som vil tale med andre om noget som helst!

Jens Peder Nielsen
Socialrådgiver
og psykoterapeut MPF



DRØMME OG VÆKST



Jørgen Groth: Drømmearbejde – om at anvende det ubevidstes symboler. 3. udgave. Frydenlund 2014. 294 sider, kr. 299.

Mennesket er langt større end jeg-bevidstheden, og en vej til menneskelig udvikling og vækst er dialogen med det ubevidste. Dialogen med arketyper, polariteter og selvobjekter. Denne dialog kan ske gennem arbejdet med drømme. Vi drømmer 4-6 gange hver nat, så nat efter nat inviteres vi til at bevæge os mod en større helhed.

Den brugte arbejdsmetode, som introduceres i *Drømmearbejde*, hviler på

tre klassiske drømmearbejdsmetoder: den psykoanalytiske (den psykodynamiske), den analytiske (jungianske) og den gestaltterapeutiske.

Freud, som var forgangsmand for arbejde med drømme, så mennesket som styret af fortiden og det ubevidste, og for Freud var drømmene kongevejen til det ubevidste.

For Jung har mennesket en indbygget sundhed, en bevægelse mod helhed, også kaldet individuationsprocessen. Vores drømme viser et udviklingsforløb, og arbejdet med integration af drømmenes symboler og arketyper beforder individuationen.

Den gestaltterapeutiske måde at arbejde med drømme på er at fordybe sig i det, der er nu. Kernen i den gestaltterapeutiske metode er fænomenologien: at være ved det, der er, at blive ved det faktiske, ved fænomenerne. Ved at være opmærksom i nuet, fordyber drømmeren sig i drømmen. Ved at blive i nuet, ved fænomenerne, bliver forandringens paradoks muligt. Mange mennesker er optaget af håb, mål og forandring, men ændring er paradoksalt, og udvikling sker af sig selv. "... at overgive sig til det, der er, og opgive at få det, der ikke er – og derved få det, man gerne vil have – er jo paradoksalt." (s.93).

Man ændrer sig, når man bliver den, man er, og er det, man gør. At fordybe sig i den fænomenologiske proces i drømmearbejde og al psykoterapeutisk praksis kan derved blive en nærvers meditation.

Drømme og især mareridt indeholder meget energi, og en vigtig pointe er, at det farlige ofte ændrer sig ved nærmere bekendtskab. Det er afstanden, der

er kardinalpunktet. Forvandlingen sker, når vi tør kysse frøen og finde troldens navn.

Et af forfatterens budskaber er, at drømmearbejde og den psykoterapeutiske proces kan blive en bevægelse mod et øget etisk fundament. At få kontakt med sin væren, sine værdier, helheden, at blive subjekt kan medføre etisk bevidsthed og stillingtagen, der rækker ud over det individuelle og terapirummet. I vores tid, hvor udviklingen løber skævt, og det øverste politiske kriterium er økonomisk vækst, er der i den grad brug for etisk bevidsthed, der er funderet på et indre grundlag.

I en tid, hvor der er så meget fokus på jeget og ansvar for egen lykke, er det en gave at læse denne bog og mærke forfatterens dybe ønske om at formidle tid til proces, udvikling og vækst. Man kan mærke, at den viden, der formidles, hviler på personlige erfaringer som menneske og som psykoterapeut. Forfatteren skriver: "... at vi ikke bevidst kan "ville" denne personlige udvikling ved hjælp af psykisk anstrengelse. Hvad vi kan gøre, er at give udviklingen gode vilkår." (s.57).

Jørgen Groth er cand.psych. aut. supervisor, specialist i psykoterapi og psykoterapeut MPF. *Drømmearbejde* er en revideret udgave fra 1994. Der er ændret og tilføjet i teksten, og der er skrevet nye kapitler og afsnit. Bogen henvender sig til fagpersoner og alle, der arbejder med deres drømme eller ønsker inspiration til at begynde, og den indeholder mange eksempler på det at arbejde med drømme, som kan inspirere til at arbejde med egne og klienters drømme.

Lone Segerlin
Psykoterapeut MPF

HJERNE- BILLEDER



Marianne Bentzen: Den neuroaffektive billedbog. Hans Reitzels Forlag 2014. Illustreret. 63 sider, kr. 250.

Psykoteraapeut MPF Marianne Bentzen har sammen med illustratorerne Kim Hagen og Jakob Worre Foged begået en vidunderlig lille genialitet med *Den neuroaffektive billedbog*. I et fint samspil mellem det tekstlige udtryk og de udtryksfulde, underfundige og rørende tegninger lykkes det at skabe en levendegjort beskrivelse af de basale neuroaffektive udviklings- og modningsprocesser.

Hermed griber bogen fat i det paradoks, som Marianne Bentzen indled-

ningsvis beskriver igennem konstateringen af, "... at bevidsthedsforskere skønner, at over 95 procent af vores bevidsthed og samspil med andre er ikke-sproglig. Til gengæld kunne det se ud til at op mod 95 procent af al pædagogik og psykoterapeutisk behandling primært er sproglig." Hun fortsætter: "I en optimal menneskelig modningsproces udvikles processerne i det kropslige, følende og ikke-sproglige jeg til både at rummes af sproget og til at gennemstrømme sproget." ... "Jeg har derfor længe ønsket at skabe en beskrivelse af vores basale personlighedsudvikling, der kalder på både vores sprogløse viden og vores sproglige forståelse." Dette er den centrale bestræbelse med bogen.

I tekst og billeder beskrives den treenige hjernes hovedområder: Krybdyrhjernen, den gamle pattedyrhjerne (det limbiske system) samt den nye pattedyrhjerne (den præfrontale cortex) og de udviklingsprocesser, der knytter sig til hvert af disse hjerneområder.

Tidligt i den menneskelige udviklingsproces udvikles krybdyrhjernen og det autonome nervesystem, som styrer og samordner basale livsfunktioner som åndedræt, fordøjelsessystem og døgnrytmen. Herfra styres også spædbarnets evne til i samspil med omsorgspersonerne at udvikle reguleringen af arousal-niveaue mellem højt og lavt, trygt og utrygt. Her modnes også evnerne til ved opmærksomhed og imitation at indgå i et stadigt mere omfattende samspil af kropssansning, spejling, resonans og regulering. Her nævnt i overskriftsform, men i bogen udfoldet i enkle tekster og livfulde, humoristiske og sigende tegninger, der med tegnese-

riens basale og ret entydige følelsesudtryk tegner tydeligt genkendelige følelsesstilstande og samspilssituationer.

På samme let opfattelige og enkle måde med tekst og tegninger gennemgås de to andre basale lag: Det limbisk-følende system, som styrer udvikling af tilknytningsvaner og samspilsevner, som ligeledes dannes igennem med- og modspil med de nære personer. Samt den nye pattedyrhjerne, den præfrontale cortex, som styrer tanker, impulser, beslutninger, selvbilleder og verdensbilleder, samt rummer evnen til mentalisering og refleksion og udvikling af mentale og praktiske færdigheder. Det kaldes også "civilisationsorganet".

Hvert hjernelag beskrives desuden med et kompas, hvor akserne illustrerer højt og lavt energiniveau eller funktionsniveau inden for det pågældende livsudtryk og samtidig viser bevægelsen mellem den positive og negative valens. Igen tydeligt og enkelt illustreret, så indholdet er overskueligt og let forståeligt og ikke spor kryptisk, som denne korte præsentation kunne lyde. Samtidig gives vigtige forslag til, hvordan følelsesmæssige ubalancer kan reguleres.

Hvert hjernelag afsluttes med nogle spørgsmål til selviagttagelse, som man som psykoteraapeut kan have udbytte af at have i baghovedet under en terapiproces.

Som nybegynder inden for det neuroaffektive felt er bogen for mig en sand perle, fordi den lige præcis sætter alle de ikke-sproglige oplevelsesprocesser i gang. Den fine balance mellem tekst og billeder taler til læserens samlede visuelle, sansende, følende og reflek-

terende organisme og giver dermed en livfuld, humoristisk, rørende og stærkt inspirerende bogoplevelse, som samtidig giver videnskabsmæssig dybde og avler en nysgerrighed efter at vide og se mere. At enkelte af tegningerne rammer lidt skævt, og at det æstetiske indtryk af siderne af og til kan forekomme lidt rodet, overskygger på ingen måde det overordnede stærkt positive helhedsindtryk.

Som organisk psykoterapeut er det mig en personlig glæde at læse bogen, fordi denne terapiform også har stærkt fokus på de sansede, ikke-sprogliggjorte energiers betydning i terapien. Samtidig er jeg overbevist om, at også for 'neuroaffektive veteraner' må bogen give både oplevelsesudvidende og inspirerende nyopdagelser.

Bogen er et yderst vellykket eksempel på, hvordan man kan sammensmelte vores sprogløse viden og vores sproglige forståelse i et samstemt og levende udtryk.

Birgitte Due
Psykoterapeut MPF



Barnet med utryk, ambivalent tilknytning oplever, at forælderen viser ubehag eller utryghed, både når det søger ud i verden, og når det søger nærhed. Barnet vænner sig efterhånden til at have stærke, modstridende følelser, hvor det fx vil putte, skubbe væk, trøstes og slå samtidigt.

GRUNDBOG OM PERSONLIG- HEDSTEORI



Henrik Høgh-Olesen & Thomas Dalsgaard (red.): Mærkelige menneske - moderne personlighedspsykologi. plurafutura®publishing 2014. 460 sider, kr. 349,95.

Hvor har jeg dog følt mig inspireret og opløftet under min faglige juleferielæsning. Henrik Høgh-Olesen og Thomas Dalsgaard har redigeret en fremragende grundbog om personlighedspsykologi på et integrativt grundlag. Det er lykkedes dem at skabe overblik og forståelse i et "uoverskueligt vildnis af forskellige og nogle gange modstridende" personlighedsteorier og de demonstrerer i fin stil,

at: "Evolutionpsykologer, trækteoretikere, psykodynamikere og socialkonstruktionister - biologiske og mere humanistiske tilgange - alle har de fat i forskellige sider af den samme elefant (...) og alle kan de lære os noget om den menneskelige personlighed, og de betingelser hvorunder den træder frem. Hver især får de ikke fat i det hele, men er vi flertydighedstolerante, som mennesker og forskere, så kan de forskellige perspektiver godt integreres. Hermed kommer vi et lille skridt nærmere målet: En forståelse af os selv og vores artsfæller - disse mærkelige mennesker." (s.404-405).

I den første af bogens fire dele redegør Jan Tønnesvang for bogens integrative perspektiv på personligheden: Inspireret af McAdams er bogen struktureret ud fra en model af personligheden som omfattende en havende, en gørende og en skabende side. Den havende side referer til menneskets "dispositionelle signaturer", dvs. menneskets medfødte anlæg for at have et bestemt temperament, en bestemt intelligens, et bestemt optimalt stimulationsniveau, en bestemt angsttolerance, bestemte aggressionsanlæg og personlighedstræk. Den gørende side referer til den stræben, følen og tænken, som ligger til grund for vores handlinger og adfærd. Den udvikler sig igennem og til karakteristiske tilpasninger (adaptationer), altså til typiske måder, at gøre det, som man gør. Den skabende side indkredser menneskets identitet, forstået som vor oplevelse af at være den samme person over tid og på tværs af kontekster. Der fokuseres på dels identitet som et selvforståelsesfelt, inden for hvilket man træffer valg, handler og finder eksistentielle ståsteder, og dels identitet som en livshistorie (et narrativ), som er en

psykosocial konstruktion, der skaber sammenhæng mellem fortid, fremtid og nutid i et menneskes liv.

I overensstemmelse med sit integrative grundlag repræsenterer bogen forskningsmæssigt en metodepluralistisk tilgang til spørgsmålet om, hvordan personligheden udvikler sig, og hvordan man bliver en person. Den beskæftiger sig både med, hvordan omgivelserne generelt påvirker os i vores udvikling, og med, på hvilke særlige måder den enkelte person har formået at organisere og skabe sig selv ud fra konkrete begivenheder og livsomstændigheder. I forskningen omkring den generelle påvirkning anvendes generelle metodiske tilgange (nometiske) som typisk er kvantitative og undersøger almene lov-mæssigheder. I forskningen omkring udviklingen af den enkelte persons særlige organisering anvendes typisk kvalitative metodiske tilgange (ideosynkratiske).

Bogens anden del omhandler *personlighedens havende side*: Jill Byrnit bidrager med to kapitler om henholdsvis *evolutionspsykologien* og *personlighedstræk* og *personlighedstyper*, og Henrik Høgh-Olesen med et kapitel om *menneskets stimulations- og strukturbehov* og betydningen heraf for personligheden.

I bogens tredje del om *personlighedens gående side*, redegør Mimi Mehlsen og Martin Hammerhøj Olesen for *psykologiens teorier om menneskets bagvedliggende drivkræfter (motivation)*. Finn Skårderud udfolder i kapitel 6 om *personlighedens psykodynamik* en idéhistorie om bevægelserne fra en enpersons-psykologi til en topersoners-psykologi. Han tager os fra Freuds modeller over personligheden, over egopsykologien og

selvpsykologien til vores eget årtusindes øgede fokus på følelsernes primære rolle, nyere neurovidenskaber og integration af psykodynamik og evolutionspsykologi for til sidst at samle trådene i en opdateret version af psykodynamisk tænkning om personligheden: mentaliseringstraditionen.

Fjerde del er viet til *personlighedens skabende side* og udgøres af to kapitler. I det første om *personligheden som en konstruktion* problematiserer Lars Lundmann "personligheden som noget substantielt". Han påpeger, at særlige antagelser, viden og teorier om personligheden er konstrueret af andre faktorer, end hvordan personligheden faktisk er. I den konstruktionistiske del af den narrative psykologi er man tilbøjelig til at mene, at narrativerne om os selv er vores personlighed. De bruges til at konstruere en mening og et formål med vores liv. De konstrueres og opfattes forskelligt fra relation til relation og i den forstand ligger personligheden ikke inde i individet, men er relationel. I det andet kapitel om *det moderne menneskes selv og identitet* tager Carsten Renè Jørgensen os med på en spændende rejse gennem begrebet om det menneskelige selv og de beslægtede begreber jeg, identitet og personlighed. Han giver et bud på, hvorfor moderne mennesker i stigende grad interesserer sig for selvet. Vi får betragtninger på selvet som aktør, som refleksiv instans, som essens eller indre kerne, som en proces og som en fortælling eller konstruktion. Han skelner mellem og skitserer fire niveauer i den menneskelige identitet: jeg-identitet, personlig identitet, social identitet og kollektiv identitet og afslutter kort med et afsnit om forstyrrelser i selv og identitet.

Min læsning og anmeldelse bærer selvfølgelig præg af mit eget – anmelderens – perspektiv, som ud over min personlige faglige interesse er det psykoterapeutiske uddannelsesfelt. I det perspektiv træder specielt Skårderuds fremstilling af den psykodynamiske personlighedsteori (den gående side) og Carsten Renè Jørgensens fremstilling af det moderne menneskes selv og identitet (den skabende side) frem som figur og de øvrige fremstillinger som baggrund for mig, hvilket jo også skinner igennem i ovenstående resumé. Det gør dog ikke baggrunden uvigtig. I det psykoterapeutiske felt er det min overbevisning, at viden og indsigt omkring den havende side er betydningsfuld, dels for terapeuters positionering og blik for at tilpasse deres empatiske afstemning til den enkelte klient, og dels fordi det kan skærpe deres blik for, hvordan disse fænomener spiller ind i relationelle problematikker.

Det er lykkedes redaktørerne og de enkelte forfattere at fremstille en seriøs, velunderbygget og sammenhængende grundbog, som samtidig er særdeles læsevenlig. Den har et klart og tilgængeligt sprog, mange hverdags-eksempler, gode figurer og illustrationer og forskellige tydeligt markerede og inspirerende 'mellemspil'. Dens struktur er tydelig, også rent grafisk, og den er derfor nem at finde frem og tilbage i. Jeg har næsten kun lovord og vil klart anbefale bogen til psykoterapeuter og psykoterapistuderende. Den bliver uden tvivl en del af pensum på EFT-instituttet.

Hanne Bloch Gregersen

Cand.psych.aut., psykoterapeut MPF
Institutleder på EFT-instituttet

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

Jesper Peter Rasmussen, Bjarne Busk:

Gestalt . Vejen til øget awareness

Bogen præsenterer en moderne tilgang til det traditionelle gestaltarbejde – en tredje generation, som tager udgangspunkt i den nyeste hjerneforskning og tilknytnings- og udviklingspsykologi og har fokus på ressourcetænkning, eksistentielle grundværdier og den fænomenologiske metode. Forfatterne, hvoraf Jens Peter Rasmussen er MPF, præsenterer deres eget syn på og brug af terapiformen, hvis omdrejningspunkt er awareness.

Forlaget Frydenlund 2015. 280 sider, kr. 299.



Lars Ole Bonde (red.):

Musikterapi. Teori – Uddannelse – Praxis – Forskning

Musikterapi er den systematiske brug af musicering med det formål at give mennesker nye muligheder. Det kan bruges med børn og voksne, i psykiatrien og somatikken og med psykisk og fysisk handicappede, i palliativ pleje, med flygtninge og socialt udsatte, individuelt, i grupper og familierterapi mm. Denne omfattende grundbog er skrevet af forskere og lærere på Aalborg Universitets musikterapeutiske uddannelse – herunder Inge Nygaard Pedersen, MPF – men har også bidrag fra praktikere samt norske og svenske eksperter.

Klim 2014. 545 sider samt indlagt CD, kr. 389.

Majken Bjerg, Charlotte Jensen:

Smerter hos børn – indsigt, mestring, lindring

Smerter er et komplekst fænomen, der griber ind i mange aspekter af familiens liv. Bogen indfører fagfolk og forældre i psykologisk og neurofysiologisk forståelse af smerter, og forfatterne, hvoraf Majken Bjerg er SE-traumeterapeut og MPF, giver redskaber til at lindre den, herunder musikterapi, kognitiv terapi, SE-terapi, mindfulness mm., så barnets smerter fylder mindst muligt, og følelsen af afmagt og hjælpeløshed mindskes.

Forlaget Frydenlund 2014. 350 sider, kr. 299.



American Psychiatric Association:

Diagnostiske kriterier DSM-5

Her er håndbogen til alle, der har brug for at kende til diagnosesystemet fra *The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition* – bedre kendt som DSM-5. Den amerikanske udgave kom i maj 2013, nu er den her på dansk.

Hogrefe Psykologisk Forlag 2014. 460 sider, kr. 700.

Maoki Higashida:

Derfor hopper jeg. Én drengs stemme fra autisms tavse verden

Forfatteren er født i 1992 og blev fire år gammel diagnosticeret som autist. Hans talesprog er stærkt begrænset, men han kan kommunikere ved at pege på en tavle med skrifttegn. Ved hjælp af denne skrev han 13 år gammel bogen, hvori han besvarer spørgsmål som: Hvorfor hopper du? Hvorfor gør du ikke, hvad du får besked på? Er det sandt, I ikke bryder jer om at blive rørt ved? Kunne du tænke dig at være normal? Siden har han skrevet flere skøn- og faglitterære bøger.

Rosinante 2014. 192 sider, kr. 199,95.



Sue Johnson:

Hold mig. En vejviser til varig kærlighed

Bogens budskab er enkelt. Glem alt om at lære, hvordan der diskuteres bedre, at analysere den tidlige barndom eller at eksperimentere med nye sexstillinger. Anerkend i stedet, at vi ikke kun er følelsesmæssigt knyttet til, men også afhængige af, vores partner på stort set samme måde, som barnet er afhængigt af forældrene for at få omsorg, trøst og beskyttelse. Ved at lære at 'læse' de ødelæggende samtalemønstre kan vi genetablere den kærlige kontakt og blive følelsesmæssigt responsive over for hinanden.

Forlaget Mindspace 2014. 280 sider, kr. 298.



Bjørg Røed Hansen:

I dialog med barnet. Intersubjektivitet i udvikling og psykoterapi

Relationen mellem barn og terapeut og det, der sker i samspillet mellem dem, er vigtig, når man skal se på barnets udviklingsmuligheder. Bogen handler om psykoterapi med børn og giver samtidig indblik i almen udviklingspsykologi. Forfatteren beskriver forløb med børn, og flere gange indgår leg eller tegning som en del af terapien.

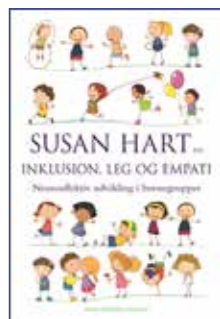
Akademisk 2014. 304 sider, kr. 299.

Ilse Sand:

Elsk dig selv – en guide for særligt sensitive og andre følsomme sjæle

Første udgave af MPF Ilse Sands bog, der nu er udkommet i fire oplag og også er oversat til svensk, blev anmeldt i Psykoterapeuten nr. 3 2010 af MPF Marianne Ammitzbøll, som bl.a. skrev: "... jeg er glad for, at der er kommet en bog, som vi kan anbefale til vores sensitive klienter. Den er god til inspiration og til at give accept af den ressource, det er at være særligt sensitiv." Nu er 2. reviderede udgave udkommet, bl.a. med et nyt kapitel om forskning og flere råd og tips.

Forlaget Ammentorp 2014. 144 sider, kr. 264.



Susan Hart (red.):

Inklusion, leg og empati. Neuroaffektiv udvikling i børnegrupper

Vores følelsesmæssige, personlighedsmæssige og sociale kompetencer udvikles gennem vores relationer med andre. Leg har stor betydning for børns udvikling, og det er gennem leg, at de i sidste ende udvikler evnen til at indgå i kreative og innovative arbejdsfællesskaber. Bogen er skrevet til lærere, pædagoger, psykologer og andre, der arbejder med børn i børnehaver, børnehaveklasser og skoler, og som gerne vil give børnene mulighed for at udvikle sig til personer med en høj mentaliseringskapacitet. Blandt de mange fagpersoner, der har bidraget til bogen, er psykoterapeut MPF Marianne Bentzen.

Hans Reitzels Forlag 2015. 347 sider, kr. 350.

Finn Skårderud, Bente Sommerfeldt:

Miljøterapibogen. Mentalisering som holdning og handling

I bogen samler forfatterne det mest centrale i den nye teori om mentalisering, som stadig er under udvikling, og placerer det i det interpersonelle behandlingssystem, som moderne miljøterapi udgør. Mentalisering konkretiseres og tydeliggøres gennem en række eksempler.

Hans Reitzels Forlag 2014. 346 sider, kr. 350.



FYRAFTENSMØDER I KØBENHAVN

Onsdag den 18. marts 2015 kl. 17-19

Ved psykoterapeut MPF Marianne Davidsen-Nielsen

OM SORG OG PSYKOPATOLOGI

Det er væsentligt for enhver psykoterapeut at kunne analysere, hvorfor og hvordan mennesker, der søger hjælp, når de er blevet ramt af komplicerede tab, på sigt enten udvikler eller afvikler sig selv. Marianne Davidsen-Nielsen vil med konkrete eksempler fra praksis og i dialog med deltagerne analysere det dilemma.

I et langt professionelt liv har Marianne Davidsen-Nielsen blandt andet beskæftiget sig med dette udviklingspsykologiske dilemma, som kommer i spil, når vi rammes på eksistensen. Hendes to klassikere *Den nødvendige smerte* og *Blandt løver* handler om tab sorg og adskillelsesangst, om dødsangst og dødsbevidsthed. De sidste nye udgaver af disse bøger er fra henholdsvis fra 2001 og 2010 og er siden fulgt op af en række artikler, bl.a. i *Psykoterapeuten* og i lægefaglige tidsskrifter.

[Tilmelding og betaling](#) som anført nederst på siden.

Onsdag den 25. marts 2015 kl. 17-19

Ved Karen Bro, psykoterapeut MPF, uddannelsesleder PUC

”FREE THE MIND”

Professor Richard Davidson er en af verdens førende hjerneforskere. Se filmen *Free the Mind* af Phie Ambo om Richards Davidsons behandling af såvel udviklings- som krigstraumer med integrativ tilgang og mindfulness.

[Tilmelding og betaling](#) som anført nederst på siden.

ALLE MØDER:

Pris: Kr. 100 inkl. kaffe mv.

Sted: Dansk Psykoterapeutforening, Admiralgade 22 st.tv., København K.

[Tilmelding og betaling](#) som anført nedenfor. Oplys venligst dit navn og skriv arrangementets titel i tekstfeltet. Alle er velkomne. Max. 30 deltagere.

TILMELDING på www.dpfo.dk > Aktiviteter > [arrangementet].

BETALING: Betaling *samtidig med* tilmelding til reg.nr. 1551 konto nr. 5037859. Oplys arrangementets navn og dit eget navn.

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

TJEK www.dpfo.dk > Aktiviteter > [arrangementet] for evt. ændringer vedr. arrangementet.

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

Mandag den 15. juni 2015 kl. 17-19

Ved aut. psykolog og Theraplay-terapeut

Marie Davidsen-Nielsen

THERAPLAY®

Theraplay er en relationsbaseret legeterapi, der tager udgangspunkt i simple, glædesfyldte lege, der har til formål at styrke barnets selvværd, kontakt- og tilknytningsevne. Terapiformen er ideel til at styrke relationen/tilknytningen mellem barn og forældre, således at samspillet udvikler sig i en mere følelsesmæssigt afstemt, tryk og glædesfuld retning.

Theraplay er en ideel terapiform til arbejdet med tilknytnings- og relationsforstyrrede børn, da der arbejdes på at genoprette tidlige følelsesmæssige erfaringer og skabe tryggere indre repræsentationer. Der arbejdes på et før-sprogligt niveau.

I oplægget vil Marie Davidsen-Nielsen fortælle om sit arbejde med Theraplay, bl.a. på et familiebehandlingscenter. Oplægget vil være en blanding af teori og konkrete eksempler fra dagligdagen.

[Tilmelding og betaling](#) som anført nederst på siden.

HUSK AT BETALE SAMTIDIG, NÅR DU TILMELDER DIG ET KURSUS ELLER ET FYRAFTENSMØDE. adm.

FYRAFTENSMØDER I AARHUS

Mandag den 23. februar 2015 kl. 17-19

Psykoterapeut MPF Bodil Boss Nielsen
Cand.mag., Bodydynamic Analytiker, SE Practitioner, MA i
Expressive Arts Therapy

SANSELIG ERKENDELSE ER EN GENVEJ TIL HANDLING

En enkelt session med Art Based Coaching kan give nye handlemuligheder i en fastlåst situation. Det gælder både for individuelle sessioner og når metoden anvendes til at facilitere transformativ læring for enkeltpersoner, der deltager i en fælles workshop. Bodil Boss Nielsen vil bl.a. fortælle, hvordan Art Based Coaching metoden bruges af skolelærere til at lave bedre undervisning. Metoden henvender sig også til andre målgrupper end skolelærere og kan afhjælpe problemstillinger, som ellers får klienter til at søge psykoterapeutisk hjælp.

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

Tirsdag den 24. marts 2015 kl. 17-19

Cand.psych., psykoterapeut MPF Niels Hoffmeyer
Leder af Institut for Gestaltanalyse

ALTID FREJDIG NÅR DU GÅR

Niels Hoffmeyer vil fortælle om nogle nye opdagelser, som Institut for Gestaltanalyse har gjort inden for grundlæggende forhold knyttet til driftsteori, jeg-udvikling, psykomotorisk udvikling, kropsbevidsthed og kropsoplevelser, samt hvordan disse opdagelser udmøntes i undervisning.

Sted: Marselisborgcentret (over varmtvandsbassinet), P.P. Ørumsgade 9-11, bygn. 8, Aarhus C.

Pris ved begge møder: Kr. 100. Inkl. kaffe/te, småkager.

Tilmelding og betaling for begge arrangementer som anført nedenfor. Man kan også møde op uden tilmelding. Alle er velkomne.

TILMELDING på www.dpfo.dk > Aktiviteter > [arrangementet].

BETALING: Betaling *samtidig med* tilmelding til reg.nr. 1551 konto nr. 5037859. Oplys arrangementets navn og dit eget navn.

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

TJEK www.dpfo.dk > Aktiviteter > [arrangementet] for evt. ændringer vedr. arrangementet.

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

NETVÆRKS MØDER PÅ FYN

Tirsdag 3. februar 2015 kl. 18-20

Organisk psykoterapeut MPF,
tidligere økonomidirektør Pia Jeppesen

PSYKOTERAPI ER OGSÅ EN VIRKSOMHED

En aften om lønsumsafgift, delvis momsregistrering, CVR-nummer, bogføring, regnskab, revisor, fradragsberettigede udgifter, ATP, lønsomhed, markedsføring. Der vil være oplæg, eksempler, praktiske værktøjer og dialog. Det vil være godt, om du inden mødet har tænkt på din egen forretningsplan og markedsføringstrategi.
Tilmelding og betaling som anført nedenfor.

Onsdag den 22. april 2015 kl. 18-20

Psykoterapeut MPF og chok-traumeterapeut
Gunvor Lund

HVAD SKER DER I HJERNEN VED CHOK/TRAUMER

Hvilke strukturer i hjernen påvirkes, når et menneske overvældes og eventuelt fastfryses eller immobiliseres? Hvordan kan man bruge denne viden terapeutisk og bringe klienten tilbage til her og nu?

Gunvor Lund siger om sit oplæg: Oplægget vil tage udgangspunkt i, hvordan jeg arbejder med choktilstande og dissociation i terapien. Det teoretiske stof er omfattende, og jeg vil derfor kun gennemgå en begrænset del som baggrund for ovenstående problemstilling.

Tilmelding og betaling som anført nedenfor senest den 17. april.

Begge møder: Pris: Kr. 100.

Sted: Historiens Hus, Klosterbakken 2, Odense C. Parkering i gården bag Domkirken, over gården til højre og ned ad trappen.

NETVÆRK NORDJYLLAND

Torsdag den 12. marts 2015 kl. 17-19Ved psykolog Jesper Vammen,
medejer af Hildebrand Institutet.**HVORI DET SPECIELLE BESTÅR
NÅR MAN ARBEJDER MED OMSORGSSVIGT**

Fra Jesper Vammen lyder det:

Jeg vil gerne fortælle om, hvori det specielle består, når man arbejder med omsorgssvigt og overgreb generelt, og især hvor disse skader forårsager personlighedsforstyrrelser. Altså, hvad er de særlige forhold, man skal være opmærksom på som terapeut, når man arbejder med mennesker, der har personlighedsforstyrrelser.

[Tilmelding og betaling](#) som anført nederst på siden, senest fredag den 6. marts.

Mandag den 13. april 2015 kl. 17-19

Eva Tverskov, psykoterapeut og free lance journalist

**TRÆN VILJEN
OG FÅ LYST TIL AT VILLE**

Man taler ikke om viljen som en evne, der kan bruges positivt til at forandre sig med. I mange år har den været et stedbarn i undervisningsverdenen og den terapeutiske praksis. Fyraftensmødet vil trække viljen ud af skammekrogen og sætte fokus på, hvad viljen er, viljens udvikling, og hvordan den er med i alle beslutninger og valg, man træffer i nuet

Få inspiration til at sætte mere fokus på viljen i din praksis og få idéer til, hvordan du kan træne viljen op og gøre den til en motiverende og konstruktiv kraft.

[Tilmelding og betaling](#) som anført nederst på siden, senest den 1. april.

Begge møder: Pris: 100 kr.

Sted: Fremtiden, Vesterbro 18, Aalborg. Alle er velkomne. Max. 30 pladser.

SYDJYLLAND

Onsdag den 20. maj 2015 kl. 17-19.30

Cand.psych. og forfatter Ann-Jeanett Foldager Bøndergaard. Indehaver af Institut for fosterperspektiver og E.A.R.T.H. Organization samt medejer af Kompetence-Psykologerne.

**EN INVITATION TIL NYE FORSTÅELSER AF
FOSTERTIDEN, GRAVIDITET
OG FORÆLDRESKAB****HVORFOR MEDTÆNKE ET FOSTERPERSPEKTIV?**

I foredraget sætter Ann-Jeanett Foldager Bøndergaard fokus på:

Teori/forskning: Fosterperspektiv som teoretisk begreb. Ny viden via et nyt begreb.

Metodisk blik: (Liv)moderen som fostrets verden. Ny måde at forstå fostertid, graviditet og forældreskab.

Fostret som subjekt: Har fostret en bevidsthed? Betydningen af nærvær i graviditeten.

Kulturoverskridelse af fostertid, graviditet og forældreskab: At medtænke fostre i FN's børnekonvention. Nye menneske- og livssyn.

Læs Ann-Jeanett Foldager Bøndergaards artikel side 6.

Sted: Billund Centret, Hans Jensensevej 6, 7190 Billund.

Pris: Kr. 100. Tilmelding og betaling som anført nedenfor.

HUSK AT BETALE SAMTIDIG, NÅR DU TILMELDER DIG ET KURSUS ELLER ET FYRAFTENSMØDE.

adm.

TILMELDING på www.dpfo.dk > Aktiviteter > [arrangementet].

BETALING: Betaling *samtidig* med tilmelding til reg.nr. 1551 konto nr. 5037859. Oplys arrangementets navn og dit eget navn.

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

TJEK www.dpfo.dk > Aktiviteter > [arrangementet] for evt. ændringer vedr. arrangementet.

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

KURSUS

KVINDELIGHED OG SPIRITUALITET

I flere tusind år har det guddommelige været identificeret som mandligt. På denne dag om kvindelighed og spiritualitet vil vi se det kvindelige som en del af det hellige. Vi ser bl.a. på det kvindelige i relation til menstruation, cyklus og rytme.

I arbejdet med at hele det kvindelige vil vi bl.a. arbejde med kroppen, kredse om grænselandet mellem sprog og sprogløshed og bruge kreative øvelser. Undervejs lærer man at trække på Den Sorte Madonna som hjælper.

Som en gudinde, der er fortrængt fra kulturen, er Den Sorte Madonna en god hjælper i arbejdet med at re-integrere fraspaltede sider af det kvindelige.

Vi lever stadig i skyggen af den kristne skabelsesberetning, hvor kvinden i syndefaldsmyten gøres skyldig. At finde ind til en kvindelig identitetsfølelse i et sådant univers kræver mere end individuel terapi. Vi må forholde os til det kvindelige på både personligt, kulturelt og mytisk niveau – og her kan gruppen være en stor hjælp.

På workshop-dagen vil vi trække på inspiration fra den jungianske analytiker Marion Woodman. Marion Woodman ser det kvindeliges heling som en enhed af krop og sjæl – eller som sjæl forankret i krop.

Kurset henvender sig til psykoterapeuter og andre behandlere.

LONE GADEGÅRD

Forfatter til bogen *Den kvindelige understrøm*, der udkommer sidst i 2014. Har en bred baggrund inden for selvudvikling med fokus på krop, kreativitet og spiritualitet. Har gennem 25 år arbejdet kunstnerisk med billeder, digte og dokumentarfilm inden for temaet kvindelighed og spiritualitet. Hun holder workshops, giver vejledning og supervision. Uddannet på RUC med speciale inden for kvindeforskningen.

TID OG STED: Onsdag den 25. februar 2015 kl. 9.30-17. Wegeners Gaard, Vesterbrogade, København.

PRIS: Medlemmer kr. 1.250, ikke-medlemmer kr. 1.450. Inkl. morgenmad kl. 9 og kaffe/te, kage, frugt. Min. 16 og max. 25 deltagere.

TILMELDING som anført nedenfor, senest den 12. januar 2015.

TILMELDING til kurser, foredrag og fyraftensmøder på www.dpfo.dk > Aktiviteter > [arrangementet].

BETALING: Betalinger skal ske *samtidigt med* tilmelding til reg.nr. 1551 konto nr. 5037859. Oplys arrangementets navn og dit eget navn.

AFBUD TIL KURSER: Ifølge købeloven kan du inden for 14 dage fortryde din tilmelding til et kursus. Efter 14 dage er din tilmelding bindende, og du hæfter for betaling af den fulde kursusris. Vi har dog forståelse for, at du kan blive forhindret. Vi vil derfor ved framelding inden sidste tilmeldingsfrist returnere kursusris fra trukket kr. 450 til dækning af administration. Herefter ingen tilbagebetaling.

TJEK www.dpfo.dk > Aktiviteter > [arrangementet] for oplysninger om stedet for afholdelsen samt evt. ændringer i tilmeldingsfrist mv.

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

KURSUS

NARRATIV SUPERVISION

Den narrative supervision fokuserer på fortællinger i forhold til de problemer, man slås med i arbejdslivet og i livet, deres effekter og historier. Den fokuserer også på identitet, på meningsskabelse og på at bringe meningsfuldheden tilbage i arbejdet.

I narrativ supervision er fokus på, at supervisanden får skabt en form for overblik og får flere fortællinger og perspektiver på det, der er i spil, og dermed flere handlemuligheder, i overensstemmelse med supervisandens intentioner.

Tilgangen lægger stor vægt på menneskers mulighed for både at være agenter i eget liv og at have bekræftende vidner til eget arbejde og liv. Derfor bliver de andre supervisanders responser en betydningsfuld del af meningsskabelsen og den bevægelse, man tilstræber i supervisionen. Samtidig giver supervisionen rigere muligheder for koordinering af arbejdet og samarbejdet, når der bliver lyttet til hinanden og skabt betydning omkring det sagte.

Tilgangen er baseret på kulturpsykologien og den amerikanske psykolog og filosof Jerome Bruner, som taler om, hvordan fortællinger om problemer skaber mening i livet.

Den franske filosof Michael Foucault og hans tanker er også en del af den narrative supervisors grundlag.

De to dage vil foregå i en vekselvirkning mellem undervisning, små øvelser og metodisk træning, hvor der vil blive arbejdet med deltagernes egne dilemmaer og problemstillinger.

Kurset henvender sig til psykoterapeuter og andre behandlere.

SIDSEL ARNFRED

Sidsel Arnfred har siden 2008 arbejdet som konsulent hos Dispuk, hvor hun bl.a. har undervist på den narrative konsulent-, leder- og coachinguddannelse. Hun har arbejdet med supervision, konfliktmediation og processer i mange forskellige organisatoriske sammenhænge samt individuelle samtale- og supervisorsforløb.

TID OG STED: Torsdag-fredag den 26. og 27. marts 2015 kl. 10-17. I Københavns-området

PRIS: Medlemmer kr. 2.600, ikke-medlemmer kr. 3.000. Inkl. morgenmad kl. 9 og kaffe/te, kage, frugt. Min. 16 og max. 25 deltagere.

TILMELDING som anført nedenfor, senest den 12. januar 2015.

KURSUS

KOGNITIV TERAPI VED STRESS OG ANGSTILSTANDE

Stress er blevet tiltagende hyppigt og ses i mange forklædninger. Det er lumskt, kommer gradvist og ofte med mange kropslige reaktioner. Symptomer kan være klager over hovedpine, træthed, koncentrationsbesvær, dårligere hukommelse og manglende overblik.

Angst kan ofte være vanskelig at diagnosticere. Der kan være massive fysiske symptomer, som man også finder ved andre lidelser, som fx trykken i brystet, vejrtrækningsbesvær, svimmelhed, kvalme, uro i maven mv. Samtidig finder man urealistiske tankemønstre, som at være bange for at falde om, for at dø, for at miste kontrollen eller bange for at blive vurderet negativt af andre, for ikke at slå til, for ikke at være perfekt. Det belastende tankemønster medfører ofte, at personen har en depressiv tankestil, lav selvtillid og selvværd.

Kurset indholder introduktion til grundbegreber i kognitiv adfærdsterapi. Der bliver mulighed for selv at afprøve de kognitive metoder i forbindelse med små cases eller egne problemstillinger. Endvidere gennemgås behandlingsformer for stress- og angsttilstande, hvorledes man afdækker, behandler og forebygger stress, og hvorledes man afdækker angst og ændrer fobisk adfærd og uhensigtsmæssige tankemønstre. Der vil være oplæg til praktiske øvelser i forbindelse med stress- og angstcases.

Kurset henvender sig til psykoterapeuter og andre behandlere.

BENT ANKERSTJERNE

Psykoterapeut MPF, oprindelig ingeniør. 4-årig psykoterapeutisk uddannelse i ID-terapi og 3-årig videreuddannelse i kognitiv adfærdsterapi. Uddannet i hypnoterapi og som mindfulnessinstruktør. Daglig leder af Kognitiv Center København. Arbejder med individuel terapi ved stressrelaterede tilstande og forskellige angstformer.

TID OG STED: Torsdag-fredag den 23. og 24. april 2015 kl. 9.30-17. Wegeners Gård, Vesterbro, København.

PRIS: Medlemmer kr. 2.400, ikke-medlemmer kr. 2.800. Inkl. morgenmad kl. 9 og kaffe/te, kage, frugt. Min. 16 og max. 30 deltagere.

TILMELDING som anført nedenfor, senest den 10. marts 2015.

TILMELDING til kurser, foredrag og fyraftensmøder på www.dpfo.dk > Aktiviteter > [arrangementet].

BETALING: Betaling skal ske *samtidig med* tilmelding til reg.nr. 1551 konto nr. 5037859. Oplys arrangementets navn og dit eget navn.

AFBUD TIL KURSER: Ifølge købeloven kan du inden for 14 dage fortryde din tilmelding til et kursus. Efter 14 dage er din tilmelding bindende, og du hæfter for betaling af den fulde kursusris. Vi har dog forståelse for, at du kan blive forhindret. Vi vil derfor ved framelding inden sidste tilmeldingsfrist returnere kursusris fra trukket kr. 450 til dækning af administration. Herefter ingen tilbagebetaling.

TJEK www.dpfo.dk > Aktiviteter > [arrangementet] for oplysninger om stedet for afholdelsen samt evt. ændringer i tilmeldingsfrist mv.

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

KURSUS

KONSUKTIV BRUG AF DISSOCIERING I TERAPI MED MENNESKER MED USTABIL PERSONLIGHEDSSTRUKTUR

Emotionel ustabilitet i opvæksten betyder, at klienterne ikke har lært emotionel selvregulering. Derfor overvælder emotionerne dem igen og igen og skaber en forvrænget virkelighed. Overvældelsen af voldsomme emotioner lader ikke plads til regulerende kognitive funktioner. I stedet bruges kognition til at skabe en for klienten meningsfuld virkelighed defineret eller forvrænget af emotionerne. Dette bliver specielt uheldigt i relationer, hvor det bliver svært at etablere den gensidighed, som er basen for samhørighed. Konsekvensen er indre isolation og udstødthed hos klienten – et slags sjælemord.

Eva Hildebrand ser terapeutens rolle som den, der står imellem klientens selvpfattelse og klientens intense dissocierede emotion og vil vise, hvordan man kan bruge modoverføringen i arbejdet med klienter med emotionel ustabil personlighedsstruktur, hvor dissociation er en primær forsvarsmekanisme. Hannah Jacobsen vil arbejde med integration af kroppen i arbejdet som terapeut og i forhold til dissociering.

Læs mere på www.dpfo.dk > Aktiviteter.

Kurset er åbent for alle interesserede.

EVA HILDEBRAND

Uddannelsesleder på Hildebrand Institutet. Psykoterapeut MPF. Uddannet i USA. Godkendt supervisor i psykoterapi i Dansk Psykologforening. En af forfatterne bag bøgerne *Familier med seksuelt misbrug af børn* (1986) og *Drenge og seksuelle overgreb* (1994).

HANNAH JACOBSEN

Psykoterapeut MPF. Er uddannet i *Life Energy Processes* hos Stephano Sabetti og har speciale i kropsorienteret psykoterapi, som hun har arbejdet med gennem mange år.

TID OG STED: Mandag-onsdag den 11. og 13. maj 2015 Østerløkke, Løkkevej 40, Trans, 7620 Lemvig, Tlf. 41181481. Se nærmere vedr. ophold på www.dpfo.dk > Aktiviteter.

PRIS: Medlemmer kr. 5.095, ikke-medlemmer kr. 5.475. Inkl. ophold og alle måltider. Min. 16 og max. 20 deltagere.

TILMELDING som anført nedenfor, senest den 6. april 2015.

KURSUS

PARTERAPI PÅ GESTALTTERAPEUTISK GRUNDLAG

De to workshop-dage har følgende indhold:

- Parforholdets fænomenologi.
- Klassiske problemer og kontaktforstyrrelser, der aktiveres i det moderne parforhold.
- Terapiens mål og metode
- Terapeutens rolle og interventioner.
- Demo-video af en første session – med efterfølgende diskussion af det terapeutiske arbejde.
- Deltagerne har begge dage mulighed for at få supervision af egne sager med par.
- Deltagerne har mulighed for at arbejde med sig selv og deres eget parforhold.

Litteratur bl.a.: Hanne Hostrup: *Tæft, trit og retning - parforhold og parterapi*. En bog om gestaltterapi med par.

Deltagerforudsætninger: Uddannede psykoterapeuter. Det forventes, at deltagerne medbringer egne sager til supervision og/eller er villige til at arbejde med sig selv og deres eget parforhold.

HANNE HOSTRUP

Hanne Hostrup er uddannet psykolog fra Københavns Universitet 1978 og er licentiat i psykologi 1983. Hun har en videreuddannelse som gestaltterapeut i USA 1980-86 hos bl.a. Jim Simkins, Bob Martin, Tony Horn. Har i 25 år haft privatpraksis og har ledet en 3-årig uddannelse i tegneterapi og gestaltterapi, men arbejder i dag overvejende som gæstetræner, supervisor, workshopleder, foredragsholder og forfatter. Hanne Hostrup har bl.a. udgivet bøgerne *Kærestebilleder* (1994), *Gestaltterapi* (1999), *Supervision på gestaltterapeutisk grundlag* (2002) og *Tæft, trit og retning - parforhold og parterapi* (2004).

TID OG STED: Torsdag-fredag den 28. og 29. maj 2015 kl. 10-17. Wegeners Gård, Vesterbro, København.

PRIS: Medlemmer kr. 2.600, ikke-medlemmer kr. 3.000. Inkl. morgenmad, kaffe/te, kage, frugt. Max. 16 deltagere.

TILMELDING som anført nedenfor senest den 15. april 2015.

TILMELDING til kurser, foredrag og fyraftensmøder på www.dpfo.dk > Aktiviteter > [arrangementet].

BETALING: Betaling skal ske *samtidig med* tilmelding til reg.nr. 1551 konto nr. 5037859. Oplys arrangementets navn og dit eget navn.

AFBUD TIL KURSER: Ifølge købeloven kan du inden for 14 dage fortryde din tilmelding til et kursus. Efter 14 dage er din tilmelding bindende, og du hæfter for betaling af den fulde kursusris. Vi har dog forståelse for, at du kan blive forhindret. Vi vil derfor ved framelding inden sidste tilmeldingsfrist returnere kursusris fra trukket kr. 450 til dækning af administration. Herefter ingen tilbagebetaling.

TJEK www.dpfo.dk > Aktiviteter > [arrangementet] for oplysninger om stedet for afholdelsen samt evt. ændringer i tilmeldingsfrist mv.

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

KURSUS

MINDFULNESS I DEN PSYKOTERAPEUTISKE PRAKSIS

Kurset henvender sig til psykoterapeuter, der ønsker at igangsætte udviklingsforløb om integration af meditative væren-tilstande i deres terapeutiske praksis og i deres personlige liv. Fokus er på arbejde med klienter, som er låst i bestemte tanke-, krops- og følelsesmønstre, som slører for tilstedeværet i det oplevede nu.

Væren og essentilstande opstår ofte i et psykoterapeutisk forløb. På kurset indgår meditative øvelser og træning, og der arbejdes med kapacitet til at kunne rumme og fordybe tilstedeværet i nuet. Kurset er en introduktion til at træne evnen til at opfange det magiske i øjeblikket og dermed blive bedre i stand til at støtte udviklingen af sine klienters værenskapacitet. Der undervises i, hvordan væren kan erkendes, forstås, erfares. Der vil være fokus på at opdage kursisternes egne blokeringer af væren, både når de viser sig som forestillinger, følelsesstrukturer eller som kropslige låsninger og reaktioner. Vi vil se på brugen meditative, kropslige og samtalemæssige teknikker til at skabe kontakt til nuet og på, hvordan du som terapeut gennem mindfulness kan støtte dine klienters udfoldelse. Undervisningen vil foregå i et oplevelsesorienteret klima.

Der vil evt. være mulighed for at etablere en gruppe, der mødes jævnligt over et år med teori, træning og supervision.

Kurset henvender sig til psykoterapeuter og andre behandlere, med og uden meditative erfaringer.

NIELS THORNING

er psykoterapeut MPPF og partner i Psykologhuset Vesterport, et professionelt hus for psykoterapi og kursusvirksomhed. Har igennem mange år arbejdet med psykoterapi og som underviser på en psykoterapeutuddannelse. Har grupper i mindfulness og supervision. Har 26 års mediativ erfaring og har siden 1998 været i et mediativt/spirituelt træningsforløb i Ridhwan School ledet af A.H. Almaas i Holland, Tyskland og USA

TID OG STED: Torsdag-fredag den 8.-9. oktober 2015 kl. 9.30-17. Akupunkturskolen, Teglgårdsstræde, København.

PRIS: Medlemmer kr. 2.400, ikke-medlemmer kr. 2.800. Inkl. morgenmad, kaffe/te, kage, frugt. Min. 15, max. 18 deltagere.

TILMELDING som anført nedenfor senest den 26. august 2015.



UDDANNELSE I FAMILIEOPSTILLING OG SYSTEMISK OPSTILLING

OPSTART:

København, den 9. april 2015

Nørre Snede, den 20. august 2015

Kursuspris 27.500 kr. (pr. år)

**Særlig pris for medlemmer af Dansk
Psykoterapeut Forening kun 22.500 kr. (pr. år)**

Familieopstilling er en blid, dynamisk og virkningsfuld måde til at få bevidsthed på "forviklinger" og ubevidste mønstre i livet. I løbet af uddannelsen får du et praktisk anvendeligt redskab til at skabe forløsning og forandring inden for menneskelige relationer med mulighed for at udfolde dine indre potentialer.

Uddannelsen er bygget op omkring relevant teori, samt brugbare metoder og værktøjer. Foruden et solidt teoretisk fundament, vil deltagerne blive rustet med de færdigheder og redskaber, der er nødvendige for at bearbejde personlige, familiemæssige og sociale temaer.

Uddannelsen som er af 40 dages varighed (5 moduler á 4 dage pr. år) består af følgende: Teori, praktisk træning, supervision af facilitatorfollen, gruppeproces og gruppeledelse og uddannelsessuperviserede træningsgrupper mellem modulerne.

**Uddannelsen kvalificerer til optagelse i DFSO,
Dansk forening for Systemisk Opstilling.**

1- ÅRIG UDDANNELSE I ORGANISATIONSOPSTILLING

OPSTART:

København, den 19. marts 2015

5 moduler á 4 dage

Kursuspris 35.000 kr.

**Særlig pris for medlemmer af Dansk
Psykoterapeut Forening kun 29.900 kr.**

Uddannelsens målsætning er, at deltagerne efter endt uddannelse kan bruge Organisationsopstilling og den systemiske tilgang i arbejdet med organisationer, virksomheder og andre arbejdsrelaterede opgaver. Organisationsopstilling bygger til dels fra principperne fra Familieopstilling.

Uddannelsen giver en solid indføring i de grundlæggende teorier, som Organisationsopstilling hviler på. Målsætningen er, at deltagerne lærer at "sanser og tænke" i systemiske helheder. Herefter føres deltagerne ind i de forskellige interventionsmuligheder og forskellige tilgange der kan skabe en dynamisk forandringsproces.

Danske og internationale undervisere

For at give uddannelsen højest mulig kvalitet, har vi udover de danske undervisere, Erik Svarer og Liv Dhanyo Thommesen, inviteret nogle af Europas førende organisationsopstillere til at undervise på uddannelsen.

Bl.a.: Jane Petersen, Cecilio Regojo, Christina Essen, Claude Rosselet.

Creating Connection – Couple Therapy in the 21st Century

Mød den verdenskendte psykolog, forsker og forfatter
dr. Sue Johnson i København **8. april 2015**



Dr. Sue Johnson afholder et seminar for alle, som har en professionel interesse i parforhold og parterapi. I løbet af dagen vil du få en unik lejlighed til at høre Sue Johnson tale om sit banebrydende arbejde med integration af den nyeste forskning omkring tilknytning mellem voksne og kærlighedens betydning i moderne parterapi.

Pris pr. deltager er dkr. 2.690,- (ex moms)
Du kan finde flere oplysninger om arrangementet og om Emotionsfokuseret Parterapi hos **Dansk Center for Emotionsfokuseret Parterapi** – www.dkceft.dk
Har du spørgsmål, eller ønsker du at tilmelde dig, kan du skrive til Steen Rassing på mail s.rassing@gmail.com

Sue Johnson står bag flere udgivelser, blandt andet bogen Hold Me Tight, som er udkommet på dansk med titlen "Hold Mig", samt den seneste bog Love Sense.



Om dr. Sue Johnson

Sue Johnson er blandt verdens førende inden for sit felt, relationer og parforhold, og hun står bag udviklingen af Emotionsfokuseret Parterapi. Sue Johnson er Professor Emeritus i klinisk psykologi ved University of Ottawa, forsker ved familie- og ægteskabsprogrammet ved Alliant Universitetet i San Diego, direktør for International Centre for Excellence in Emotionally Focused Therapy (www.iceeft.com) og direktør for Ottawa Couple and Family Institute inc.

Emotionsfokuseret Parterapi er relativt nyt i Danmark, men praktiseres allerede af en lang række terapeuter. På Dansk Center for Emotionsfokuseret Parterapi – www.dkceft.dk – kan du finde en liste over en række af de terapeuter, der er uddannet i metoden. Du kan også finde en oversigt over de kurser, der tilbydes terapeuter, der ønsker at uddanne sig og måske opnå certificering indenfor EFT.

Næste kursus på dansk afholdes af EFT-instruktør og -supervisor Jette Simon i april 2015. Dette kan du læse mere om i en anden annonce i dette blad.

NeuroAffective Relation Model – NARM

- 1-dags introduktion v. psykolog Tove Mejdahl
25. februar 2015 - pris kr. 900
- 2-årigt Certificeringsprogram for erfarne klinikere v. dr. Laurence Heller. Start 6. maj 2015
Pris: 4 moduler á kr. 12.000

NARM er en kombineret udviklingspsykologisk model og en terapeutisk metode til at arbejde med udviklingstraumer. Metoden er ressourceorienteret og ikke-regressiv. I NARM arbejdes "her og nu"-orienteret, og terapiformen understøtter vores evne til regulering af nervesystemet og vores kapacitet til at føle os forbundet med os selv og andre. Se mere om NARM og tilmeld dig på www.narm.dk Undervisningen finder sted i Hovedstadsområdet. Spørgsmål rettes til LS@NARM.dk

ISTDP

Intensiv Dynamisk Korttidsterapi

5 dages grundkursus med fokus på:

- At opbygge en terapeutisk alliance
- At udvikle et effektivt fokus
- At vurdere og regulere angstniveau
- At adressere uhensigtsmæssige forsvar

Foruden gennemgang af teori vil kurset indeholde video-illustrationer og øvelser mhp. at træne konkrete interventioner i forhold til højangst og terapidestruktive forsvarsmekanismer.

Holdstørrelse max. 8.

Kurser i Aarhus:

Hold 9: d.5/2, 19/2, 5/3, 19/3, 16/4, kl. 9-17

Hold 10: d.14/4, 28/4, 12/5, 26/5, 9/5, kl. 9-17

Pris: Kr. 7.500.

Yderligere oplysninger på www.thannel.dk

 **Psykolog Bjarne Thannel**
PSYKOTERAPI, KURSER OG SUPERVISION

BODYNOMIC
International



BODY-KNOTTEN

m. Erik Jarlnæs

Søndag 8. marts 2015

fra 11–17.

Sted: I København

HVORDAN ARBEJDE MED BØRN

m. Lisbeth Marcher

Fra 10.-12. april, 2015.

Lisbeth vil dele ud af sin store viden om at arbejde med børn

CHOKTRAUME UDDANNELSE – DEL 1 OG 2

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.

1. del er deltagerens personlige proces, og 2. del vil omhandle det professionelle behandlingsarbejde.

Del 1 og del 2 er på hver 3 x 5 dage:

Del 1 opstart: 26. – 31. august 2015,

Del 2 opstart: 27. april – 1. maj, 2016.

1-ÅRIG PSYKOTERAPEUTISK GRUNDUDDANNELSE

– HOLDSTART I 2014 I DANMARK OG 2015 I ATHEN

Du vil med et kropslig psykologisk udgangspunkt lære at opbygge ressourcer i samspillet med familie, venner, kollegaer og klienter.

Bodydynamics speciale er forståelsen af sammenhængen mellem den psykologiske, motoriske og neurologiske udvikling hos barnet og den voksne.

Foundation 1A, internat i Athen: (på dansk)

Ialt 3 x 6 dage

Start: 14. – 19. april 2015.

Lærere: Michael Gad, Anders Lund Pedersen og Ditte Marcher.

3-ÅRIG BODYNOMIC KROPS PSYKOTERAPEUTISK

UDDANNELSE START I 2015

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

Opstart i København:

15. – 18. oktober 2015, afsluttes august 2018.

Lærere: Ditte Marcher, Lene Wisbom, Anders Lund Pedersen, Michael Gad og Bo Bromberg o.a.

Se mere på www.bodydynamic.dk

Info og nyhedsbrev: lene@bodydynamic.dk



DØDSPROCESSEN DØDSBEVIDSTHED

21.22/3 2015

dødsfaserne og
dødens naturlige træk
opefter
den store overgang
fra at have en krop
til ikke at have en krop
energimæssig og
spirituel forståelse
for tiden op til
døden, dødsøjeblikket
og timerne efter
klassiske døds
meditationer

lisbeth lawaetz
clausen & irene
lis engelbrecht
lisbeth.lawc@gma
il.com 3011 6611
3965 6273

AKUPUNKTURSKOLEN.DK

Uddannelse til SPÆDBARNSTERAPEUT

Hold 6

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

Start: 3. og 4. september 2015

Sted: Kolding Vandrehjem

Undervisere:

Cand. psyk. Inger Thormann og
psykoterapeut MPF Inger Poulsen

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

www.spædbarnsterapi.dk

eller

www.mgconsult.dk

MINDFULNESS og indre frihed

EFTERUDDANNELSE 2015

med professionel træning af
bevidst, empatisk nærvær
som personlig og faglig kompetence.

Inspireret af
pædagogikken på Vækstcentret
og under ledelse af
Jens-Erik Risom, BA, CA, forfatter af
"Mindfulness og meditation i liv og arbejde".
Med Jacob Piet, ph.d.
og Thomas Jensen, cand.psych.,
som medundervisere.

Start maj 2015.

Se nærmere på vores hjemmeside:

www.anvendtmeditation.dk

EFTERUDDANNELSE



Skolen for Anvendt Meditation

www.konbalance.dk



Bogføring
Årsregnskab
Selvangivelse

Anne Hjøllund
Talknuser

info@konbalance.dk

+45 3022 1822



Bliv Godkendt Kognitiv Psykoterapeut på 3 eller 4 år!

Kom til gratis info-møder den 10. marts eller 17. juni 2015 kl. 15-16.

Center for Kognitiv Terapi i København og Næstved – CEKTOS – 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 (Problem-solving Therapy) og prof. Frank Dattilio (Komplicerede sager) underviser og superviserer over 500 lektioner fordelt på 4 år – ca. 1 dag om ugen.

Næste uddannelsesstart den 31. august 2015. Pris pr. år kr. 44.800. (Beløbet kan deles i 2 årlige rater).

Læs mere her www.ektos.dk



NYHED

Spring et år over, hvis du i forvejen har 100 timers teori og 50 timers supervision, f.eks. vores UKT-1+2+3 for kr. 17.000 kr .pr. semester.



Grundkursus/Externship i Emotionally Focused Couples Therapy (EFT)

Emotionsfokuseret Parterapi (EFT) er en evidensbaseret metode til arbejde med par, udviklet af dr. Susan M. Johnson, som baserer sig på mere end 20 års forskning og praksis.

Dette kursus henvender sig primært til psykologer og psykoterapeuter, der ønsker at uddanne sig i denne metode. Med fra kurset får du blandt andet indsigt i EFT modellens enkelte faser og trin og de interventioner, man anvender i arbejdet med par. Du får set, hvordan principper omkring voksentilknytning omstættes til arbejdet med at opbygge trygge relationer i par.

Kurset er officielt godkendt af the International Center for Excellence in Emotionally Focused Therapy (www.iceeft.com) og er første del af uddannelse 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 ved Palo Alto Universitetet.

Kurset afholdes flere gange årligt i Danmark. Næste gang d. 15.-18. april 2015.

Første dag kl. 10.00 – 17.00 øvrige dage kl. 9.00 – 16.00.

Kurset afholdes i lokalerne hos Center for Familieudvikling, Østergade 5, København.

Prisen er dkr. 8.200,- inkl. frokost og kursusmanual.

For yderligere information og tilmelding kan du kontakte Steen Rassing via mail s.rassing@gmail.com.

Emotionsfokuseret Parterapi er relativt nyt i Danmark, men praktiseres allerede af en lang række terapeuter. På Dansk Center for Emotionsfokuseret Parterapi – 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 over en række af de kurser og andre aktiviteter, der henvender sig til par eller terapeuter.

Den 8. april 2015 besøger Sue Johnson København og afholder et seminar for interesserede terapeuter. Dette er omtalt i en anden annonce i dette blad.



Mindfulness for behandlere MINDFULNESS-BASERET RELATIONSARBEJDE

med fokus på egen evne og erfaring

**Træning i bevidst nærvær og compassion
1-årig efteruddannelse i 3 moduler (60 timer)**

Modul 1: Relationen og kontakten til dig selv.

Grundlæggende mindfulness i teori og praksis, baseret på essensen af det dokumenterede 8 ugers MBSR program.

Den 15.-17. maj 2015 i Århus.

Modul 2: Mindfulness i relationen

Mindfulness i det psykoteraeutiske rum, træning i autenticitet og nærvær. Indføring i interpersonel mindfulness gennem oplevelsesorienteret praksis. Den 13.-14.-15. november i Silkeborg.

Modul 3: Fordybelse i mindfulness og compassion

At være i relationen med hjerte og medfølelse. At rumme lidelse og bevare sig selv uden at brænde ud. Nye veje; forandringer, visdom og erkendelse. Indføring i buddhistisk psykologi og filosofi.

Den 25.-28. februar 2015. Strandgården på Helgenæs. Internat.

Undervisere: Birthe Moksha Jørgensen og Rikke Braren Lauritzen. Begge psykoteraeuter MPF og uddannede mindfulness lærere fra Center for Mindfulness, Massachusetts USA. Medlemmer af Mindfulness Foreningen Danmark.

Pris: Kr. 15.500 ekskl. moms.



www.mindfulnesssterapi.nu
www.moksha.nu

PUC Psykoteraeutisk Uddannelses Center

**Spiritualitet i psykoteraeutik - Mød dine klienters
spirituelle ressourcer fra et sikkert ståsted**

Kursus over 2 lørdage: d. 11. & 18.4. 2015

Teoretisk ramme: Neuroaffektiv teori og
C.G. Jungs Analytiske psykologi.

Kurset foregår i en vekselvirkning mellem teori,
øvelser, erfaringsdeling og eksistentiel samtale.

Kursusledere: Karen Bro, psykoteraeut MPF
Stine Holtan, kunstterapeut MPF

**Neuroaffektiv udviklingsteori -
Faglig opdatering om teori, metode og selvagens**

1-dags kursus: lørdag d. 6.6. 2015

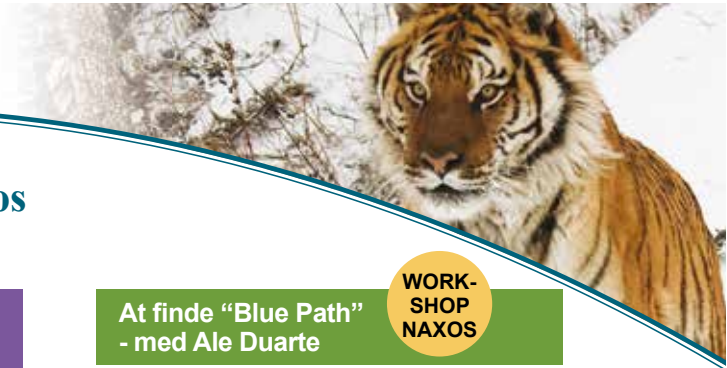
En introduktion til teori og centrale værktøjer viser, hvordan
dine kompetencer placeres på det neuroaffektive landkort.

Kursusleder: Karen Bro, Psykoteraeut MPF og
Uddannelsesleder på PUC's 4-årige grunduddannelse

Thorvaldsensv. 3 · 1871 Frb. C · www.puc.kbh.dk

**1-årig efteruddannelse
Hesteassisteret terapi
www.happyhorses.dk**





Kurser København og Naxos SE Uddannelsen 2015

Introduktion til SE Metoden til kropslig forløsnings af traumer - med Ursula Fürstenwald

Introduktionskurset er en forudsætning for optagelse på uddannelsen. Introduktion samt uddannelsens første to moduler foregår på dansk.

Dato: 17. - 19. februar 2015

Pris: Betaling før 01.01.2015:....kr. 3.800,-
Betaling efter 01.01.2015:..kr. 4.200,-
inkl. Kaffe, te og forfriskninger

Sted: Astrologihuset, Teglværksgade 37, 2100 Ø

Uddannelsen til Somatic Experiencing Practitioner® - med Ursula Fürstenwald

Ny uddannelse starter forår 2015.

Forudsætning for optagelse på uddannelsen er gennemførelse af et introduktionskursus til SE (se ovenfor), plus en grunduddannelse indenfor Social & Sundhed, samt terapeutisk træning og erfaring.

Ansøgning om optagelse, samt ønske om rekvirering af informations flyer sendes til: traumeheling@hotmail.com.

Dato: 21. - 26. april 2015

Pris: Kr. 9.500,-

Sted: Inspirationscenter Maribo (Internat kursus)

1st European Conference on Somatic Experiencing

Keynote speakers: Dr. Peter Levine - Ale Duarte and Heike Gattner
Information: www.se2015.org

Dato: 04. - 06. Juni 2015

Pris: Betaling før 01.03.2015:....kr. 4.200,-
Betaling efter 01.03.2015:..kr. 5.500,-

Sted: LO Højskolen Helsingør

Rabat ved samtidig tilmelding til SE- konferencen og Workshop med Peter Levine.

Tilmelding og betaling inden 1.marts 2015 = samlet pris kr. 9.500,-
svarende til en samlet rabat på kr. 1.100,-
Efter 1. marts 2015 er prisen kr. 11.200

At finde "Blue Path" - med Ale Duarte

WORK-
SHOP
NAXOS

Lær at arbejde med belastende oplevelse på en ny måde, ved at bruge flere vinduer med fokus på "blue path" i arbejde med det røde felt. At følge ekspansionens veje og genåbne for glæden i somatisk terapi.

Workshoppen er åben for alle med interesse i personlig og professionel udvikling. Både erfarne og uerfarne samt SE og andre terapeuter er velkomne.

Dato: 04. - 09. september 2015

Pris: Kr. 6.000,-

Sted: Naxos Grækenland (Apollonos)

At lytte til børn - med Ale Duarte

Find Ale på youtube
søg på "Somatic Experiencing with Ale Duarte"

Ale Duarte har bred erfaring fra arbejdet med traumer og har holdt workshops om somatisk heling for både professionelle og ofre for naturkatastrofer.

Ale er uddannet i Somatic Experiencing, Neuro-Linguistic Programming (NLP), Iyengar Yoga, Rolfing, og haft privat praksis siden 1995. Han bor i Rio de Janeiro, Brasilien. Han har boet i USA i 8 år og taler derfor fremragende engelsk.

Dato: 11.- 14. Juni 2015 • alle dage kl. 10.00 -17.00

Pris: kr. 4.200,-

Sted: Hellerup Sognegård

Depression, aggression og åndedræt - med Peter Levine

WORK-
SHOP

Traumeheling ApS har igen den store glæde at invitere til workshop på masterclass niveau med Peter Levine, grundlæggeren af Somatic Experiencing, SE terapi.

Workshoppen afholdes som internat kursus i Rørvig - en af Danmarks skønne naturperler med skov og strand. Workshoppen er åben for alle erfarne terapeuter, SE terapeuter såvel som kropsterapeuter.

Dato: 29. maj - 1. juni 2015 • Start kl. 12.00

Pris: Betaling før 01.03.2015:....kr. 6.400,-
Betaling efter 01.03.2015:..kr. 6.800,-

Sted: Rørvig Conference Center, Nørrevangsvej 49, Rørvig

Tilmelding og yderligere information
www.traumeheling.com - traumeheling@hotmail.com

Jette Koch tlf. 2255 2504 - Ursula Fürstenwald tlf. 3927 2524 og Frank V. Olsen tlf. 3020 8751

UDDANNELSE I ARBEJDE MED OMSORGSSVIGT OG OVERGREB

VI TILBYDER EN 4-ÅRIG, GODKENDT PSYKOTERAPEUTISK UDDANNELSE



*Eva Hildebrand,
uddannelsesleder.
Godkendt specialist
og supervisor i Dansk
Psykologforening*

Uddannelsen 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.

Næste hold starter september 2015.

ØVRIGT PROGRAM

2-dages kursus

Introduktion til instituttets grundideer og arbejdsmetoder. Kurset afholdes den 20.-21. februar 2015.

Åbent hus-arrangementer

Den 22. februar og den 25. april 2015 holder vi åbent hus, hvor du uforpligtende kan møde underviserne og høre om uddannelsen.

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

Flere informationer:

www.hildebrandinstitutet.dk



*Vivian Hansen,
socialrådgiver, MPF*



*Jesper Vammen,
psykolog*

HILDEBRAND INSTITUTTET
PSYKOTERAPEUTISK UDDANNELSE



MOAIKU

Bodydynamic • Brantbjerg

Relationel
Traumeterapi

Mestring af vrede og afsky

4.-6. februar 2015 i København

Vrede og afsky udgør begge vigtige elementer i en traumeterapeutisk helingsproces. Arbejde med de 2 emotioner støtter genetablering af grænser, værdighed og integritet på hver deres måde. Psykomotorisk færdighedstræning anvendes som støtte til selvregulering og evne til at indgå i gensidig arousalregulering i gruppen.

Pris: 3450 kr ved tilmelding før 7/1 2015 - derefter 3750 kr

Introduktion til Relationel Traumeterapi

1.-3. juni 2015 i København

Relationel traumeterapi er en psykomotorisk og systemisk metode. Arbejdsformen er nyskabende. Den kombinerer kropsorienteret færdighedstræning og systemisk gruppeproces i opbygningen af et færdighedsniveau individuelt og gruppemæssigt, hvor tilstande, der har været holdt i dissociation kan blive reguleret i gensidighed. Efteruddannelse starter i 2016.

Pris: 3450 kr ved tilmelding før 15/4 2015 - derefter 3750 kr

Kursusleder: Merete Holm Brantbjerg, psykomotoriker og psykoterapeut MPF.
Kontakt og yderligere information:

moaiku@brantbjerg.dk • www.moaiku.dk

Nordisk Institut for Psykokoterapi



Efteruddannelse i Kropps-, Relations- og Ressourceterapi på Neuroaffektivt Grundlag

Toårigt kursus- og træningsforløb for psykoterapeuter og andre med tilsvarende erfaring, som ønsker at blive opdateret på de seneste årtiers opnåede forskning, viden og erfaring indenfor emnerne:

- Tidlige mangler og deres betydning for dannelsen af personligheden
- Neuroaffektiv relationsterapi til heling af klientens evne til at indgå i sunde relationer
- Forløsning af traumer gennem arbejde med kropssansninger og nervesystemet
- Styrkelse af iboende ressourcer og integration af disse i personligheden

Undervisere: Psykoterapeuter MPF, certificerede SE®-terapeuter Inge Farup og Mary Argjaboda.

Gæsteunderviser: Chefspsykolog, cand.psych., specialist og supervisor Lars J. Sørensen underviser 2 dage på henholdsvis første og andet år med emnet skam.

Kurserne foregår som eksternat og som 5 moduler à 4 dage ad gangen pr. år.

Tilmelding er bindende for et år ad gangen.

Kursusarrangør Folkeuniversitetet i Aalborg

Mere om kurset: mary@argjaboda.dk – tlf. 2077 7091

SPARRING, RÅDGIVNING OG SUPERVISION TIL LEDERE

Har du brug for en moden og erfaren samtalepartner at drøfte dine lederopgaver med, er du velkommen til at kontakte mig. Jeg har mange års ledelseserfaring, senest fra min ansættelse gennem 15 år som afdelingsleder og souschef i Studenterrådgivningen.

Susanne Springborg, MPF
Mobil 22 25 62 32
susspringborg@gmail.com



Abonner 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.

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

Skriv til: kontakt@dpfo.dk



DIC

Dansk Imago Center

v/ cand. psych. John Hjarsø Mortensen

Efteruddannelsesforløb til Imagoterapeut

Dansk Imago Center tilbyder certificeringsforløb til Imagoterapeut:

I alt 12 dage fordelt på 3 moduler.

Certificeringen udstedes af IRI (Imago Relationship International) og giver dig samtidig adgang til et inspirerende lokalt og globalt terapeutisk fagfællesskab.

Indhold:

- Parforholdets psykologi og udviklingsfaser.
- Træning i dialogiske processer. Tretrinsdialogen, spejling, validering, empati.
- Imagoprocesserne i forhold til vanskelige parforholdsproblematikker og med forskellige typer af partnere og parforhold.
- Desuden lærer du at bruge dig selv og din intuition til at skabe den tryghed, der er nødvendig, for at imagoprocesserne fører til dybe og varige ændringer.

Imagorammen er eklektisk og baserer sig bl.a. på tilknytningsteori, systemteori, psykodynamisk teori og narrativ teori og er desuden stærkt inspireret af interpersonel neuropsykologi og mentaliseringsteori.

Næste Imagocertificeringsforløb:

Modul 1. 3. og 6. sept. 2015

Modul 2. 29. okt. - 1. nov. 2015

Modul 3. 14. - 17. jan. 2015

Sted: København

Kursuspris: Kr. 24.000

Weekendseminar for par:

21. - 22. marts 2015

5. - 6. juni 2015

Sted: København



Underviser:

Cand. psych. John Hjarsø Mortensen

Klinisk instruktør Imago Relationship International

Formand i Dansk Imagoforening

Tilmelding:

imagocenter@me.com, tlf. 50 73 6000

**Yderligere information om kurset på
www.danskimagocenter.dk**

KONFERENCER, MØDER M.V.

Oversigten er uden ansvar for Dansk Psykoterapeutforening

Foredrag i Jung Foreningen, København – 12.2. Kim Bangshøj: Tid, symbol og kompleks i en moderne bevidsthedskultur. – 5.3. Christel Bormann: Musik som symbol. – 26.3. Lena Måndotter: Sångens läggande kraft – en introduktion till jungiansk sångterapi. 23.4. Katrine Friis: Alkymi i klinikken. Pris kr. 130 for ikke-medlemmer. Alle arrangementer kl. 19:30-21:30 Kulturhuset Indre By, Charlotte Ammundsens Plads 3, København. K www.cg_jung.dk

Den psykoterapeutiske arbejdsgruppe på Fyn – 18.2. Masterclass om supervision v/ psykoterapeut MPF Jane Bykær – 11.3. Psykodynamikken i de æstetiske oplevelser & den psykoanalytiske billedanalyse v/ psykolog Eva Rowly – 8.4. Film: A Late Quartet – 10.6. Æstetisk projektion – find heksen, dragen og kongen i dig selv v/ psykolog Henrik Broue Jensen – Møderne er kl. 17.30-19. Efterfølgende er der et traktament. Ikke-medlemmer kan deltage en enkelt gang, ellers kræves medlemskab. Auditoriet, Psykiatrisk afd., Odense Universitetshospital, J.B. Winsløvsvej, Odense C. Mødet 10.6. er dog i Børnekulturhus Fyrtøjet, Hans Jensensstræde 21, Odense C. www.psykoterapeutisk-arbejdsgruppe.dk

Landsforeningen mod spiseforstyrrelser og selvskade – 18.2. Tre fortællinger. København – 25.2. Trefortællinger. Næstved – 26.2. BED/tvangsoverspisning. Aalborg – 4.3. Tre fortællinger. Odense – 5.3. BED/tvangsoverspisning. Aarhus – 11.3. BED/tvangsoverspisning. København – 19.3. Tre fortællinger. Aalborg – 24.3. Pårørende. Sønderborg – 25.3. Selvskade. Næstved – 15.4. Selvskade. Odense – 16.4. BED/tvangsoverspisning. Sønderborg – 21.4. Selvskade. Aarhus – 28.4. BED/tvangsoverspisning. Næstved – 30.4. Selvskade. Aalborg – 7.5. Selvskade. Sønderborg – 19.5. Pårørende. Aarhus – 20.5. Pårørende. Odense – 27.5. Pårørende. København – Alle arrangementer kl. 18-20.30. www.lsmispiseforstyrrelser.dk

PsyInfo Region Sjælland – 18.2. Livet med autisme. Kalundborg – 16.3. kl. 19-22 Film: Mettes stemme. Næstved – 18.3. kl. 16-18 Gal og normal. Roskilde – 25.3. kl. 18.30-21.30 Veje ud af skizofreni. Holbæk – 25.3. kl. 18.30-21.30 Retspsykiatri og psykiatrien før, nu og i fremtiden. Rundvisning på Sct. Hans Hospitals Museum. Roskilde – 14.4. kl. 19.21.30 Borderline. Vordingborg – 18.4. kl. 13-16 Unge med ADHD. Holbæk – 20.4. kl. 19-21.30 Diagnoseliv indefra og ud. Nakskov – 28.4. kl. 19-21.30 Empowerment og skizofreni. Ringsted – 20.5. kl. 16-19 Demens og film: Mennesker bliver spist. Næstved – 28.5. kl. 19.21.30 Vejen ud af depression. Slagelse – www.regionsjaelland.dk

PsyInfo Midt (egne og andres arrangementer) – 18.2. Stemmehearing. At mestre sin stemmeheareoplevelse. Silkeborg – 18.2. Angst og OCD. Lemvig – 19.2. kl 19-21 Børn som pårørende. Odder – 24.2. Fødselsdepression. Skjern – 5.3. Tvangsoverspisning. Aarhus – 5.3. ADHD hos voksne. Viborg – 12.3. Angst kan behandles. Herning – 12.3. Autism. Aarhus – 17.3. Bipolar affektiv lidelse. Risskov – 19.3. Depression. Randers – 19.3. kl. 15.30-17.30 Fedme og stigmatisering. Aarhus – 26.3. Tvangstanker. Angst og OCD. Skive – 9.4. kl. 15.30-17.30 Borderline impulsivitet. Aarhus – 15.4. Angst.

Rønde – 16.4. kl. 19-21 Når voksne børn har psykisk sygdom. Odder – 21.4. At få livskvaliteten tilbage. Depression. Hadsten – 22.4. ADHD hos voksne. Ørsted – 23.4. Mani – set gennem professionelles, pårørendes og patientens briller. Aarhus – 23.4. 15.30-17.30 Når haven giver mening. Aarhus – 29.4. Skizofreni. Holstebro – 7.5. Bipolar affektiv lidelse. Horsens – 7.5. kl. 15.30-17.30 Kunsten ikke at lade sig stresse. Aarhus – 7.5. Borderline. Viborg – 11.5. Depression. Silkeborg – 12.5. Skizofreni. Skive – 20.5. Depression. Hedensted – 21.5. ADHD hos voksne. Skanderborg – 26.5. Angst kan behandles. Risskov – 28.5. Bipolar affektiv lidelse. Herning – 28.5. Borderline. Aarhus – Hvis intet andet er nævnt, er møderne kl. 19-21.30. www.psykinfo.dk

Region Hovedstadens Psykiatri – Tiltrædelsesforelæsning for professor i klinisk sexologi ved Institut for Klinisk Medicin, Annamaria Giraldi. 20.2. 2015 kl. 14. Auditoriet, opg. 61A, Psykiatrisk Center København, afd. O, Edel Sauntes Allé 10, 2100 København Ø.

Foredrag i C.G. Jungs Venner, Århus – 23.2. Arne Vestergård: Individuation og innovation i organisationer. 23.3. Christel Bormann: Musik som symbol – 4.5. Tusse Weidlich: Odysseus. Sognegården ved Ellevang Kirke – Pris for ikke-medlemmer kr. 130. Alle møder kl. 13-16 i Fritidscentret Skovvang, Skovvangsvej 127, Aarhus N, med mindre andet er anført. Alle er velkomne. www.jungsvener.dk

Hertoft eftermiddage – 26.2. Tine E. Gottschau & Michael M. Pedersen: Ild i gamle huse. Seksualitet, fantasi og intime relationer efter de 65 – 26.3. Christian Groes-Green: Besat af kærlighed, seksuel magi og kønnets magt i Afrika – Kl. 16-18. Psykiatrisk auditorium, Rigshospitalet, Henrik Harpestrengs Vej (opg. 61a). Gratis adgang for alle interesserede. Arr.: Dansk Forening for Klinisk Sexologi, Sex & Samfund og Sexologisk Forskningscenter. www.klinisksexologi.dk og www.sexogsamfund.dk

PsykiatriFonden – 4.3. kl. 9-15.30. Konference om børn til psykisk syge forældre. København S. Gratis. – Arr. PsykiatriFonden. Tlf. 3929 3909. Tilmelding via www.psykiatrifonden.dk

12th International London Eating Disorders Conference. March 18-20 2015. London, England. www.eatingdisordersconference.com

International Conference on Eating Disorders. April 23-25 2015. Boston, USA. www.aedweb.org

1st European Conference on Somatic Experiencing – New Paths in Somatic Experiencing®. June 4-6, 2015. Helsingør, Denmark. www.se2015.org

International Association for the Study of Dreams (aSD) – The Depths of Dreams. 32nd Annual. June 5-9 2015. Virginia Beach, Virginia, USA. www.asdreams.org/2015/

EAP Congress – Gender and Psychotherapy. June 19-21 2015. Athens, Greece. www.eapathens2015.eu

KONFERENCER, MØDER M.V.

... fortsat fra forrige side

IARPP Conference – The Relational Pulse: Controversies, Caricatures and Clinical Wisdom. June 25-28 2015. Toronto, Canada. www.iarpp.net

14th European Congress of Psychology Conference, International Association for the Study of Dreams (aSd) (ECP 2015). July 7-10 2015. Milan, Italy. www.ecp2015.eu

14th European Congress of Sport Psychology – Theories and Applications for Performance, Health and Humanity. July 14-19 2015. Bern, Switzerland. www.fepsac2015.ch

49th IPA Congress – The Shape and Use of Psychoanalytic Tools Today. July 22-25. Boston, USA. www.ipa.org.uk/congress

22nd World Congress of Sexology. July 25-28 2015. Singapore. World Association for Sexual Health. www.was2015.org/

7th International Attachment Conference. August 6-8. New York City, USA. www.iac2015.com

20th International Society of Hypnosis Congress – Roots and Future of Consciousness. August 26-29 2015. Paris, France. www.ishhypnosis.org/index.php/triennial-congress/invitation-to-congress

19th International Congress for Group Psychotherapy and Group Processes. August 31-September 5, 2015. Rovinj, Istria, Croatia. www.iagpcongress.org

8th European Conference on Psychotherapy Research. September 2-27. Klagenfurt, Austria. www.meduniwien.ac.at

ISSPD Congress – Personality Disorders across the Lifespan. October 13-16 2015. Montreal, Canada. www.isspd2015.org.

WCP Congress – Life and Love in the 21st Century. August 23-27 2017. Paris, France.

Oplysninger om møder og konferencer sendes til *Tidsskrift for Psykoterapi*.
Susanne van Deurs, susvd@email.dk.

FORENINGSNYT

Nedenstående er i perioden 1. juni - 19. december ophørt som medlemmer i Dansk Psykoterapeutforening og kan således ikke mere betegne sig som psykoterapeut MPF.

Ole Nielsen
Annette Hansson
Erling Grünfeldt
Jørn Hansen
Lotte Gry Nygaard Petersen
Morten Røhmer
Laila Vanggaard Fischer
Peter Munk
Peter Dan
Jytte Fredgaard
Jesper Kølbæk Jensen
Birgitte Refshauge

I samme periode er 85 nye medlemmer blevet optaget.

I *Tidsskrift for Psykoterapi* nr. 3 2914 stod psykoterapeut MPF Iben H. Nordin Bloch opført som ophørt i foreningen. Dette var dog en beklagelig fejl, idet Iben Nordin fortsat er medlem.

BESTYRELSE OG UDVALG

Bestyrelse

Erik Wasli, formand
Tlf. 3095 0671
E-mail: erik@wasli.dk
Pia Clementsen
Kim Thomas Dan
Bent-Charly Hansen, Forum for
Psykiateruddannelser
Allan Holmgren, næstformand
Pia Jeppesen
Kresten Kay
Clemen Krægpøth
Karen Kaae
Karin Quist, Forum for Psykiater-
uddannelser
Henrik Ølgaard
Anne Karina Busch, suppleant

Etikudvalg

Marianne Bentzen
Margrethe Bjørnshave-Hansen
Merete Holm Brantbjerg
Eva Hildebrand, Forum for Psykiater-
uddannelser
Clemen Krægpøth, bestyrelsen
Gitte Sander, suppleant

Etikpanelet

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

Optagelsesudvalg for individuelle medlemmer

Gerda Feldtbo Andersen
Harald Villemoes
Charlotte Degel, suppleant
Pia Jeppesen, bestyrelsen

Optagelsesudvalg for Forum for Psykiateruddannelser

Steen Degn
Peter Mortensen
Karin Quist, bestyrelsen

Medieudvalg

Lars Bjødstrup
Anne Karina Busch
Erik Wasli, bestyrelsen

Uddannelsesudvalg

Allan Fedders, Forum for Psykiater-
uddannelser
Kresten Kay, bestyrelsen
Pia Jeppesen
Ole Nygaard
Inger Engelund Poulsen, Forum for
Psykiateruddannelser

Kursusudvalg

Maria Louise Blichfeldt
Kim Thomas Dan, bestyrelsen
Charlotte Degel
Ulla Drabæk
Pia Johanne Nielsen

Lokale kursusgrupper

Nordjylland:

Helle Andersen
Mary à Argjaboða
Gitte Fosvang
Anne Kinnberg
Lone Elisabeth Hjortshøj
Betina Klysner
Anne-Grethe Svanlundh

Midtjylland:

Kirsten Kjems
Bodil Boss Nielsen
Sofie Pedersen
Rikka Poulsen

Syddjylland:

Jette Korsgaard
Ella Krog

Fyn:

Lisbeth Baagø
Jan Due-Christensen
Hanne Ellegaard
Marianne Bjørnskov Jørgensen
Gunvor Lund

National delegeret EAP

Marianne Horst, Forum for Psykiater-
uddannelser
Karen Kaae, bestyrelsen

Generalforsamling: Lørdag den 21. marts 2015 i København.



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



Forening og redaktionelt

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

Artikler

- 6 — Ann-Jeanette Foldager Bøndergaard: Hvis forstret kunne tale til os. Om forsterperspektiver og forsterlivstid
- 12 — Nynne Katrine Bojsen: Når tidlige traumer forstyrrer
- 22 — Karen Glistrup: Klientens børn ... er de også mit ansvar?
- 26 — Anne Hedemann: Udviklingsrum i terapi med børn
- 34 — Lisbeth Villumsen: Narrativ samtale med børn i konflikt
- 38 — Inger Mundt: Glimt fra en børneterapeutisk praksis
- 44 — Vibeke Skov: Kunstterapi som forebyggelse mod depression

Information, læserindlæg, debat

- 4 — Kort Nyt

Bog anmeldelser

- 52 — Ilse Sand: Værktøj til hjælpsomme sjæle – især for særligt sensitive som hjælper professionelt og privat. Anmeldt af Birgitte Rantzau
- 53 — Karen Glistrup: Hvad børn ikke ved ... har de ondt af. Bryd tavsheden. Anmeldt af Jens Peder Nielsen
- 54 — Jørgen Groth: Drømmearbejde – om at anvende det ubevidstes symboler. Anmeldt af Lone Segerlin
- 55 — Marianne Bentzen: Den neuroaffektive billedbog. Anmeldt af Birgitte Due
- 56 — Henrik Høeg-Olsen & Thomas Dalsgaard (red.): Mærkelige menneske – moderne personlighedspsykologi. Anmeldt af Hanne Bloch Gregersen
- 58 — Nye bøger

Kurser og foredrag

- 60 — Fyraftensmøder i Dansk Psykoterapeutforening
 - 63 — Kurser i Dansk Psykoterapeutforening
 - 77 — Konferencer, kongresser, møder
-