

## STUDIEORDNING for 4 årig uddannelse til psykoterapeut på PUC – Psykoterapeutisk Uddannelses Center

med en beskrivelse af formål, struktur, indhold, eksamensbeskrivelser, formalia & regler m.m.

Version 10. senest opdateret den 5. juni 2017

### INDHOLDSFORTEGNELSE

Uddannelsens formål s. 1

Optagelseskriterier, orlov og udmeldelse s.2

Studiebeskrivelse med specifikation af fagenes mål, indhold og omfang herunder evaluering af de studerende s. 3

Grunduddannelse s. 5 og Overbygning s. 16

Oversigt over fordeling af timer s. 42

Undervisningsformer s. 43

Referenceliste / litteraturliste s. 44

Etiske regler 47

Eksamen **kan rekvireres på uddannelsen**

Kvalitetssikring **kan rekvireres på uddannelsen'**

**kan rekvireres på uddannelsen**

### UDDANNELSENS FORMÅL

Psykoterapeutuddannelsens formål er at uddanne de studerende til på forsvarlig og professionel vis, at kunne bestride hvervet som psykoterapeut. Både med relationelt og integrativt fokus. Dette i privat såvel som offentligt regi.

Det er ligeledes et formål, at uddanne den kommende psykoterapeut til, på et fagligt grundlag, at kunne vælge mellem de metoder der undervises i på uddannelsesinstitutionen. Set i relation til fremtidige klienters problematik og personlighed.

Uddannelsen er en efteruddannelse der er målrettet voksne, modne mennesker, som søger personlig og faglig udvikling og derigennem ønsker at skabe et solidt fagligt og holistisk fundament for sig selv og andre.

Teori: Gennem læsning og undervisning (oplæg, gruppearbejde) og de studerendes egne oplæg og skriftlige opgaver opbygges teoretisk viden (almenpsykologien er det forskningsbaserede grundlag).

Praksis: På uddannelsen opnås personlig indsigt gennem procesorienteret undervisning, egen-terapi, gruppearbejde og bearbejdning af gruppeprocessen. Desuden vil der i undervisningen være færdighedstræning under direkte supervision.

Teori og praksis: Teori og praksis integreres i undervisningen f.eks. gennem efterbearbejdelse af terapeutisk arbejde, samt gennem feedback på øvelser, færdighedstræning, skriftlige opgaver m.m.

Svære, alvorlige psykiatriske tilstande uddannes de studerende ikke til at varetage.

Vi arbejder i henhold til de gældende etiske regler fra **Dansk Psykoterapeutforening**.

## OPTAGELSESKRITERIER

Der kan søges optagelse i hhv. kvote 1, 2 og 3. Herunder mulighed for at søge dispensation.

Alle ansøgere skal være fyldt 28 år og skal have min. 3 års relevant erhvervs erfaring efter gennemført uddannelse, eller anden relevant erhvervs erfaring, eller frivilligt arbejde af humanitær karakter.

Ansøgerens modenhed vurderes gennem en personlig optagelsessamtale og baseres i vid udstrækning på om ansøgeren evner at reflektere over egen livserfaring i tilstrækkelig grad.

Skriftlig dokumentation for ansøgerens opfyldelse af optagelseskriterier, f.eks. eksamensbeviser, kursusbeviser, mv. skal vedlægges ansøgningen. Eksamensbeviser kan returneres efter at optagelsesudvalget har godkendt dem. I den skriftlige ansøgning skal indgå en kort levnedbeskrivelse, begrundelse for anmodning om optagelse samt et kort CV.

Da alle ansøgere inden uddannelsesstart skal have en vis viden om psykologiske og terapeutiske teorier og principper kan vi tilbyde et for-kursus heri. (pt. 1-dageskursus i neuroaffektiv udviklingsteori)

### Kvote 1.

Ansøgerne skal have en relevant lang eller mellemlang videregående uddannelse af

psykologisk, pædagogisk eller sundhedsfaglig karakter som fx psykolog, læge, lærer,

sygeplejerske, socialrådgiver, ergo- eller fysioterapeut eller pædagog. Andre med

uddannelser på tilsvarende niveau kan dog optages efter en konkret vurdering.

Herudover skal ansøgeren have efterfølgende praktisk anvendelse af uddannelsen i minimum 3 år eller anden relevant erhvervs erfaring.

Dispensation:

### Kvote 2.

Andre ansøgere med en uddannelse på minimum professionsbachelor niveau, der ikke er af psykologisk, pædagogisk eller sundhedsfaglig karakter.

### Kvote 3.

Ansøgere tilhørende andre faggrupper. Disse ansøgers uddannelse kan være suppleret med kurser fra højere læreanstalter eller lignende, indenfor psykologi, ledelse, personlig udvikling, terapi og supervision (120 timer ved et sammenhængende forløb, 150 timer såfremt der er tale om opsplittede forløb).

### Kvote 2+3:

Ansøgere der optages på dispensation, skal have minimum 3 års relevant erhvervs erfaring. Ansøgere optages på uddannelsen efter en konkret vurdering, der gives ud fra en helhedsbetragtning, hvor også uddannelsesniveau, alder, modenhed, motivation, og erhvervs erfaring klarlægges og vurderes.

Dispensation kan bevilges såfremt optagelsesudvalget vurderer at ansøgeren er i besiddelse af personlige egenskaber kombineret med erfaring i at arbejde med andre mennesker, som vurderes at sætte den pågældende i stand til at gennemføre uddannelsen

Ansøgerens modenhed vurderes gennem en personlig optagelsessamtale og baseres i vid udstrækning på ansøgeren kontaktfuldhed og evne til at reflektere over egen livserfaring i tilstrækkelig grad.

Skriftlig dokumentation for ansøgerens opfyldelse af optagelseskriterier, f.eks. eksamensbeviser, kursusbeviser, mv. skal vedlægges ansøgningen. Eksamensbeviser kan returneres efter at optagelsesudvalget har godkendt dem. I den skriftlige ansøgning skal indgå en kort levnedbeskrivelse, begrundelse for anmodning om optagelse samt et kort CV.

Da alle ansøgere inden uddannelsesstart skal have en vis viden om psykologiske og terapeutiske teorier og principper kan vi evt. tilbyde et forkursus heri.

### Merit

Det er desuden muligt at søge om merit for hvis ansøgeren kan dokumentere gennemførelse af ækvivalerende uddannelser, eller dele heraf.

## Informationsmøder og personlige ansøgermøder – obligatoriske for alle

Vi afholder offentlige informationsmøder hvor der på 2 timer gives en grundig indføring i uddannelsens kultur, struktur og indhold.

Ansøgerne kommer derefter til en uddybende personlig samtale af ca. en times varighed med optagelsesudvalget. Her vurderes deres modenhed og der spørges ind til deres baggrund og CV.

Modenhed vurderes på baggrund af vedkommendes kontaktfuldhed og evne til selvrefleksion set i relation til deres livssituation og baggrund, og der lægges vægt på evnen til at kunne gennemføre større projekter, såsom uddannelse. Desuden overvejes modenhed i forhold til hvor realistisk ansøgeren har været i forhold til økonomi, arbejdspress og børn samt andre forpligtelser.

Motivation bedømmes primært ud fra hvorvidt det skønnes, at ansøgeren har overskud til at indlemme en krævende uddannelse i sit liv – hvorfor der spørges ind til den generelle livssituation, endvidere vurderes motivationen på baggrund af hvorvidt det er realistisk at tro, at vedkommende tør "risikere sig selv" og har modet til at åbne sig i den grad som det fordres på uddannelsen.

Hvis der spores usikkerhed mht. ansøgerens egnethed eller kvalifikationer, vil den pågældende kunne deltage i en afdækkende samtale med to medlemmer af lærerstaben med henblik på en dyberegående afprøvning af ansøgerens forudsætninger.

Forholdet mellem uddannelsen og den studerende reguleres overordnet af en uddannelsesaftale der kan rekvireres.

### Orlov

Det er muligt i særlige tilfælde at ansøge om orlov eller dispensation, som f.eks. sygdom, barsel eller lign. Orlov kan bevilges på baggrund af en skriftlig ansøgning og max. for ét år ad gangen. Uddannelsen skal gennemføres inden for en tidsramme på 6 år. Dispensation fra tidsramme på de 6 år kan dog i særlige tilfælde bevilges og det baserer sig på en individuel vurdering. Kortere orlov fritager som udgangspunkt ikke for betalingspligten. Ved evt. fritagelse for betaling af kursusafgift i orlovsperioden, betales for indeværende studieår. Restbeløbet henstilles til genoptagelse af kursusforløbet, hvorefter der igen betales til de til enhver tid gældende priser. Uddannelsen genoptages på første givne hold med ledige pladser.

Uddannelsens ledelse kan beslutte at pålægge en kursist orlov, såfremt særlige omstændigheder taler herfor. Betingelserne for orlov nedfældes i en orlovskontrakt som underskrives af begge parter  
Ved genoptagelse af studiet, indkaldes til en samtale med uddannelsesleder og holdleder.

### Fravær

Fravær må max. være 10 % pr. år. Fravær kan evt. indhentes på efterfølgende hold mod betaling. Ved et samlet fravær på mere end 10 % kan uddannelsesbevis ikke udstedes.

### Ophør /udmeldelse

Den studerende kan vælge at stoppe studiet i forhold til regler nedfældet i uddannelsesaftalen. Uddannelsens ledelse kan i særlige tilfælde beslutte, at løse en studerende fra uddannelsesaftalens forpligtelser, hvis det efter en samlet vurdering fra PUC skønnes, at den studerende ikke er i stand til at leve op til uddannelsens krav og forpligtelser. Ved ophævelse af aftalen fra uddannelsens side bortfalder betalingen ved udgangen af indeværende kvartal. Ved ikke-bestået eksaminer, gives automatisk en 'advarsel'. Der gives mulighed for en reeksamination. Dette gælder også uddannelsens opgaver der vurderes med bestået/ikke-bestået.

## STUDIEBESKRIVELSE

### Modalitet

PUCs metodiske tilgang er integrativ psykoterapi. Teoretisk funderet i neuroaffektiv udviklingspsykologi. Neuroaffektiv psykoterapi er relationsorienteret og har et holistisk menneskesyn. Metoden er integrativ og de enkelte metoder der integreres har rødder i flere humanistisk orienterede psykoterapitraditioner.

I den neuroaffektive psykoterapi vægtes teori, metode og selvagens ligeligt. Dette er PUC's som rettesnor for studieforløbet.

### Teoretisk begrebsramme

Den teoretiske begrebsramme er neuroaffektiv udviklingspsykologi, som beskrevet af Susan Hart. Neuroaffektiv udviklingspsykologi er en brobygning imellem moderne udviklingspsykologi og nyere hjerneforskning omkring de følelsesmæssige strukturer i hjernen, især tilknytningsteoriene (Bowlby, Stern og Schore) og visse traumeteorier (fx Bessel van der Kolk og Peter Levine) foruden mentaliseringsteori (fx Fonagy, Bateman og Allen).

Neuroaffektiv psykoterapi adskiller sig fra tidligere psykodynamiske teorier på den måde, at sigtet ikke er indsigt, men personlighedsmodning gennem den terapeutiske relations interaktion og afstemning der finder sted mellem klient og terapeut.

### Hvorfor integrativ psykoterapi?

Inden for psykoterapiforskningen findes ingen klare vindere i kampen mellem de forskellige terapeutiske retninger (om end nogle interventioner/metoder kan siges at være bedre til bestemte problemer eller til bestemte klienter). Det man imidlertid kan sige, er det der virker i psykoterapi er relationen mellem terapeuten og klient – hvor klientens tidligere måde at knytte sig til vigtige omsorgspersoner genskabes og hvor det afgørende er terapeuten ægte, accepterende og indlevende indstilling.

Vi mener, at flere terapeutiske retninger bidrager med vigtig behandlingserfaring og at en integrativ tilgang åbner for flere måder at se klienten på både hvad angår udviklingspsykologiske betragtninger og personlighedsdannelse. Sidst men ikke mindst giver det også flere muligheder for at kunne møde klientens problemstillinger.

### Metode

Den overordnede metode er neuroaffektiv psykoterapi, som er en integrativ metode. Vi integrerer med metoder valgt på baggrund af forståelsen af de neuroaffektive udviklingsbølger, så de tre niveauer i Mc Leans tredelte hjerne kan mødes. Dette på baggrund af en vurdering af den enkelte person og hvorvidt der arbejdes med tidlige tilknytningsforstyrrelser eller senere problemstillinger, herunder chok og traumer.

Der undervises i metoder der retter sig mod vores instinktive og sansede lag - vores nervesystem, som kan komme i ubalance ved oplevede trusler mod vores liv (kamp, flugt, undgåelse, stivnen). Det kan fx være det lille barn, som kan føle sig truet ved afvisning, skæld ud, udskamning osv. og som evt. bæres ikke-afstemt med op i voksenalderen. Det kan også være ved kriser, overfald, trusler, ulykker. Her undervises i SE-metoden (Somatic Experiencing, Peter Levine) og kropsterapi fx ressourcerorienteret kropsarbejde. Der undervises i karakterstrukturer med inspiration fra Lowen og Bodydynamic, og også interventioner på baggrund af karakterstrukturer fra Laurence Heller og Lars J. Sørensen.

Der undervises også i metoder der retter sig mod at arbejde med vores følelsesliv og evne til tilknytning (gestaltterapi, dramtrekanten fra transaktionsanalysen, relationsorienteret terapi med fokus på erhvervelse af nye relationserfaringer om at kunne få støtte til selvregulering og EFT / Emotional Focused Therapy). Det kan være, at man har svært ved at få kontakt med sine følelser, eller at man omvendt bliver overvældet af dem og måske derfor reagerer på dem for hurtigt. Det kan også være, at man har svært ved at mærke sine behov eller man tør måske ikke få dem opfyldt. Der kan selvfølgelig også være tale om en svær sorg eller en eksistentiel krise. Vi arbejder også med bevidstgørelse af ordløse tilstande der via sansning ind i det kropslige bevidstgøre og italesættes i en tryk realtion. Således skabes af flere veje forståelsen af og erfaring med de nuværende mødeøjeblikke som beskrevet af D. Stern.

På PUC undervises endvidere i metoder der styrker vores evne til at reflektere og mentalisere. Vi ser på de mønstre og hierarkier der udspiller sig imellem mennesker og på det interpersonelle plan. Vi arbejder med livshistorien og evnen til at udvikle nye narrativer fx gennem styrkelse af symboliseringsevnen med metoder som kunstterapi og drømmearbejde. At styrke mentaliseringsevnen er et overordnet mål i den neuroaffektive psykoterapi og faciliteres til stadighed gennem sansning af egen "inderside" i kontakt.

På uddannelsen lægger vi vægt på træning i mindfulness, både i forhold til selvregulering, affektregulering og for styrkelse af bevidsthedsfunktionen – dvs. at vi med mindfulness lærer en metode hvor vi ikke identificerer os med hhv. fornemmelser, følelser og tanker. Der bliver ud over bevidsthedsteknikker undervist i teorier omkring 'selvet' og i transpersonlige teorier.

### Psykoterapeuternes færdigheder

I punktform er det vores opfattelse

- at terapeuten må være i besiddelse af basal indføling og en evne til at se de relationelle og dynamiske sammenhænge mellem sig og klienten og i klientens øvrige gøren og laden
- at terapeuten må være i stand til at vurdere hvilke interventioner / metoder han/hun vil tage i anvendelse først og fremmest på baggrund af det menneske der sidder overfor, dertil på baggrund af den viden terapeuten har erhvervet sig om symptomerne.

Disse færdigheder opnås på uddannelsen gennem træning af terapeutiske færdigheder og selvagens:

- centralt fokus på relation både i det terapeutiske rum og i arbejdet med den personlige historie
- tilegnelsen af de udviklingspsykologiske teorier
- terapeuttræning fokuserer på relationen gennem kontakt, spejling og afstemning
- terapeuttræning i færdighederne: aktiv lytning opmærksomhedstræning, iagttagelse af nervesystemet, forståelse af forskellige bevidsthedstilstande og inddragelse af kropslige ressourcer
- der arbejdes med ressourcer via arbejde med kropstjeget gennem kropsterapi, men også gennem jungiansk inspirerede terapiformer som kunstterapi, imagination og drømmearbejde.
- terapeuttræningen indebærer tilegnelse af de metodiske tilgange og at kunne vurdere og redegøre for hvilke metoder der egner sig bedst til klientens person og problematik.

Selvagens er ifølge Susan Hart: En oplevelse af at kunne styre sit eget liv, og kunne tage ansvar for, hvad der sker i relationen med andre mennesker. Selvagens er evnen til at føle, at man er et jeg, der kan få noget til at ske, og ikke bare et mig, der bliver udsat for andres handlinger., som gør en ked af det, skuffet, bekymret eller vred.

Det kræver en velfungerende mentaliseringsevne, en stabil identitetsfølelse og en veludviklet biografisk hukommelse at have selvagens.

Selvagens angår vores evne til at indgå i relevante samspil med andre, der kan promovere samhørighedsprocesser. Når der arbejdes med mennesker der lider og sammenhænge med tab og traumer, så er terapeuten kontaktfærdigheder meget vigtige. At kende sin teori, og sine metoder gør det ikke alene. Den personlige udviklingsproces er derfor et centralt tema; ikke kun i den egen-terapi, som de studerende skal gå i ca. 20 timer årligt, men også i selve undervisningen. dette både i forhold til de temaer der undervises i og i

forhold til det at være en del af en gruppe. At bruge sig selv som et redskab kræver en villighed til at kigge indad og arbejde med de steder, som udfordrer i forhold til sig selv og evnen til kontakt, empati og autenticitet. Dvs. at vi anskuer det at bruge sig selv som et redskab som en integreret del af de terapeutiske færdigheder. I undervisningen kommer selvagens på dagsordenen i stort alt hvad vi arbejder med, men især i temaer omkring tidlig tilknytning og familiemønstre og den måde de genspejles på både i dig-mig-os-relationen og i gruppedynamikken.

### **Egen terapi – angår hele uddannelsen**

Formål:

Egen terapi skal sikre at den studerende får personlige erfaringer med den terapeutiske proces – samt mulighed for at arbejde med sin egen historie også naturligvis for at mindske begrænsningerne for sit arbejde som psykoterapeut. Studierterapien medvirker også til at fordybe og regulere de processer der sættes i genag i et intensivt studieforløb.

Omfang: Den studerende skal gå i egen terapi ca. 20 timer/år, altså sammenlagt 80 timer – som sammen med egenerapi på uddannelse svarer til de 150 lektioner der kræves fra Dansk Psykoterapeutforening.. Uddannelsesplaner ændres fra år til år og bliver udleveret omkring ½ år inden ny semesterstart.

## STUDIEBESKRIVELSE – med specifikation af fagenes mål, indhold og omfang

### GRUNDUDDANNELESE 2ÅR

#### 1. SEMESTER

**TEMA: UDVIKLINGSPSYKOLOGISKE TEORIER 0-7 ÅR, TIDLIG BARNDOM. BIOGRAFI 0-7 ÅR. TEMAET AFSLUTTES MED EN STOPPRØVE (DE STUDERENDE FÅR GRUNDIG BESKRIVELSE AF EKSAMEN, BETINGELSER, REEKAMINATION M.M.)**

Her præsenteres den studerende for en række udviklingspsykologiske teorier, som er udvalgt i forhold til den neuroaffektive teori, John Bowlbys tilknytningsteori og Daniel Sterns domænet teori og hans forståelse af det kompetente spædbarn og betydningen af samspillet mellem barn og omsorgsperson, samt Alice Millers narcissisme begreb (og hendes forståelse af den tidlige udvikling i forhold til empati og forståelse), Schores begreb om skamregulering, foruden en gennemgang af søskende placeringens systemiske betydning. Desuden introduceres til nogle kropspsykologiske teorier (herunder Alexander Lowens kropsdynamiske forståelse af karakterstruktur og Lisbeth Marchers fase teori (barnets motoriske og psykologiske udvikling sammenstilles),

Formålet er både at give en introduktion til de udviklingspsykologiske teorier (som er væsentlige som grundbestanddele i forståelsen af neuroaffektiv udviklingspsykologi) – samt at give mere lettilgængelig indføring i barnets verden. Desuden har vi valgt at fokusere på en kropsbaseret tilgang både i forhold til udvikling (Marcher) og til forsvar (Marcher/Lowen). Idet vi forbereder de studerende på terapeutiske interventioner også rettet mod det autonome niveau.

Et andet væsentligt formål under temaet er, at den studerende tilegner sig sin egen historie og at der arbejdes med denne på forskellig vis, se nedenfor.

Temaet afsluttes dels med en individuel opgave på omkring 10 sider i en selvvalgt teoretiker (denne kan man også gøre sig bekendt med via sekundær litteratur, f.eks. Susan Hart) dels ved en mundtlig stopprøve som ligger først i 2. semester, se eksamen.

OBS temaerne fortsætter idet kropsterapeutiske øvelse er gennemgående på uddannelsen og idet temaet tilknytning tages op igen på overbygningen også i form af en overordnet og introducerende gennemgang af Schores bidrag til tilknytning / affektregulering og hjernens modning samt til Fonagys bidrag omkring mentalisering. Se overbygning. Narcissisme og skam er også temaer, som der arbejdes med på overbygningen.

### **Udviklingspsykologiske teorier**

Formål

- at tilegne sig en teoretisk viden om dele af udviklingspsykologien (med fokus på især Bowlby og Stern) / den tidlige barndoms betydning både via den angivne litteratur, ved oplæg, gruppeopgaver og mere oplevelsesorienterede øvelser
- at tilvejebringe forståelse for barndommens betydning for personlighedsdannelse, tilpasningsstrategier (forsvarsmekanismer) – både hensigtsmæssige og uhensigtsmæssige
- at tilegne sig viden om tilknytningens betydning og de forskellige tilknytningsmønstre, samt skabe en forståelse for begrebet 'sikker base'
- at tilegne sig viden om spædbarnet som kompetent i forhold til det relationelle og til den tidlige sans- og reguleringskapacitet, der udvikles i samspil med omsorgspersoner, samt at tilegne sig viden om hvordan de tidlige relationskompetencer kommer til udtryk i udviklingen af selvfølelser, at blive bekendt med begreber som rigs og relateringsdomæner (som alternativ til fase teorierne) og affektiv afstemning (Stern)

- at tilegne sig viden om vækstbølgerne, kombineret med viden om hjernens udvikling og træning, og således tilegne sig en overordnet forståelse for det autonome, det limbiske og det kognitive niveau.
- at tilegne sig en overordnet viden om hvordan spædbarnet udvikler evne til selvregulering, at regulere sig selv og sit nervesystem i relationelle samspil med omsorgspersoner, og hvordan dette skaber indre repræsentationer for hvad barnet kan 'gøre med sig'. Hvordan denne udvikling faciliterer og faciliteres af strukturelle ændringer i hjernen i et samspil der beskrives som vækstbølger, samt at blive bekendt med begreberne 'windows of opportunity' og med affektregulering.
- at den studerende bliver bekendt med sin egen tidlige historie (dels hvad angår udvikling, dels egne tilknytningserfaringer) og få en forståelse for denne baggrunds betydning for egne mønstre i dag.
- at tilegne sig viden om hvorledes disse forskellige tilknytningsmønstre udspiller sig i vores voksne liv, i relationen til andre og mulige måder at arbejde terapeutisk hermed.
- at stifte bekendtskab med begrebet 'det indre barn' gennem oplevelsesorienteret workshop.

Indhold: Der vil på den ene side være den teoretiske del, den varetages ved oplæg, gruppearbejde ud fra spørgsmål og mindre hjemmeopgaver. Der vil desuden være en introduktion til tre-delte hjerne og nervesystemet.

På den anden side arbejdes vil der mere den mere praktiske del, hvor vi arbejder med at den studerende skal tilegne sig sin egen historie. Det gør vi ved at arbejde med en øvelse af forskellig karakter: kropsovelser, kropssansnings øvelser, visualiseringer, kunstterapi, samtale (procesrunder) m.m.

Omfang: 48 lektioner

### **Psykodynamisk terapi / historisk rids og introduktion til modalitet og metode**

Formål:

- at den studerende tilegner sig en vis historisk indsigt i de psykodynamiske hovedtraditioner, at erhverve en teoretisk indsigt i den psykodynamiske terapier overordnede metode og anvendelsesområde
- at den studerende tilegner sig viden om den neuroaffektive udviklingspsykologis rødder og udvikling.

Indhold: introducerende oplæg til den historiske udvikling, dens forgreninger og skoler. Værdigrundlag og forudsætninger. Der undervises i de forskellige tilgange: old school psykodynamisk terapi (herunder identifikation af forsvarsværker, modstand, overføring, modoverføring, drømmeanalyse). Den humanistiske psykologi perspektiveres teoretisk og metodisk i forhold til psykoanalysen, kognitive og systemiske terapier.

At tilegne sig en historisk forståelse for psykoterapibegrebet opstår desuden idet vi arbejder med Bowlby, Stern, Lowen, Winnicott, Bowlby, Lisbeth Marcher, Schore, Fonagy – og metoder som fx. gestaltterapi, transaktionsanalyse, alle placeres historisk og sættes ind i en kontekst.

Omfang: 13,5 lektioner

### **Introduktion til neuroaffektiv udviklingsteori som overordnet giver af PUCs modalitet.**

**Formål:**

- at tilegne sig viden om den tre-delte hjerne
- at tilegne sig viden om 1. vækstbølge og begreber som macro - og microregulering og nærmeste udviklingszone.
- at tilegne sig viden om betydning af tilknytning, affektiv afstemning.
- at tilegne sig viden om det tidlige samspil mellem barn og omsorgsperson og begrebet affektiv afstemning, samt imitation og spejling.
- at relatere denne viden til sig selv

Indhold: Der introduceres til de væsentligste begreber i forhold til tidlig udvikling og reflekteres i plenum. Samtidig arbejdes med gruppedannelse med reference til 2. vækstbølges regulering ind i jævnaldrende-hierakiet.

13,5 lektioner

### **John Bowlby og Daniel Stern: tilknytning og affektiv afstemning.**

Formål:

- at tilegne sig viden om hvad tilknytningsadfærd er og begrebet 'en sikker base'.
- at tilegne sig viden om sikker og usikker tilknytning og tilknytningsmønstrene ifølge Mary Ainsworth og John Bowlby.

- at relatere denne viden til sig selv
- at tilegne sig viden om Daniel Sterns domæneteorier og Rigs
- at tilegne sig viden om det tidlige samspil mellem barn og omsorgsperson og begrebet affektiv afstemning, samt imitation og spejling.

Indhold: Indhold: Der introduceres til tilknytningsteori og betydningen af tidligt samspil og afstemning. Dette er helt centralt i den neuroaffektive forståelse og teori. Der reflekteres ind til selvforståelse i forhold til egne tilknytningserfaringer.

Omfang: 13,5 lektioner

### **Nervesystemet og tidlig tilknytning**

Formål

- at tilegne sig en overordnet viden om hvordan spædbarnet udvikler sin evne til selvregulering, gennem at lære at regulere sig selv og sit nervesystem i relationelle samspil med omsorgspersoner, og hvordan dette skaber indre repræsentationer for hvad barnet kan 'gøre med sig' og andre. Hvordan denne udvikling faciliterer og faciliteres af strukturelle ændringer i hjernen i et samspil, der beskrives som en del af begrebet vækstbølger, samt at blive bekendt med begreberne 'windows of opportunity' og med affektregulering (Schore).
- at de studerende får øget deres kendskab til den tre-delte hjerne
- at de studerende får et øget indblik i hjernens udvikling gennem tidlig tilknytning
- at de studerende får øget viden om nervesystemet og de processer i hjernen der opstår i interaktion
- at de studerende får begyndende forståelse af mulig fejlregulering

Indhold: fordybelse i 1. vækstbølge. der arbejdes med tavleundervisning og enkelte øvelser.

Omfang: 9 lektioner

### **Alice Miller, narcissisme og skamudvikling (Schore)**

Formål:

- at tilegne sig viden om hvad en narcissistisk forstyrrelse vil sige
- at tilegne sig viden om begreberne det depressive / det grandiose, det sande og det falske selv (sådan som Alice Miller beskriver det, der inddrages ikke andre teorier, bortset fra teori om skamudviklingen)
- at relatere denne viden til sig selv
- at tilegne sig viden om skamudviklingen dels som socialisering (beg. 12-14 mdr.) dels som dyb skam

Indhold: der arbejdes i gruppe med spørgsmål til tekstens centrale begreber. Desuden vil der være et oplæg fra lærer omkring skamreguleringens betydning for narcissisme dannelsen. Herunder omkring hvad den dybe skam gør ved nervesystemet og ved evnen til kontakt. Der arbejdes med de studerendes egen historie.

Omfang: 4,5 lektioner

### **Martensen Larsen og søskendeplacering - en systemisk tilgang.**

Formål:

- at tilegne sig en systemisk forståelse af familiestrukturer og søskendeplaceringens eventuelle betydning for opvæksten
- at den studerende gør sig bekendt med sin historie i forhold til søskendeplacering

Indhold: lærerbaseret oplæg med film og gennemgang af søskende placeringens betydning, sådan som ML forstår det.

Omfang: 4,5 lektioner

### **Kropsterapi (fordybelse i Alexander Lowen) m.m.**

Kropsterapi og kropsterapeutiske øvelser samt kropsbevidsthed bruger vi løbende en del tid på, på grunduddannelsen – vi beskriver her overordnet nogle af de formål og noget af det indhold vi arbejder med. Dette dækker således et fag "Alexander Lowen" – men er dækker ligeledes over nogle af de teknikker vi tager ind i arbejdet på uddannelsen (øvelser, terapeutisk arbejde, arbejde med ressourcer og kropsbevidsthed)

- at den studerende tilegner sig viden om de fra bioenergetikken hentede begreber: kropsspanser, energibegreb, flow, grounding.
- at den studerende tilegner sig viden om karakterstrukturerne, som er et tilbagevendende perspektiv
  
- at tilegne sig viden om, at udvikling (følelsesmæssig og interpersonel) og integration som grundlag har koblingen mellem kropssansning, følelse og sprog
- at tilegne sig teoretisk viden om kropsterapiens anvendelsesområder
- at tilegne sig viden om nogle af de mest grundlæggende måder kroppen over tid reagerer på psykisk smerte på og at blive i stand til at aflæse nogle af de mest fundamentale måder at pansre / beskytte sig på
- at den studerende tilegner sig viden om nogle af kropsterapiens teknikker herunder teknikker til grounding og centrering; til at arbejde med overspænding og underspænding (kollapsede tilstande) (Lisbeth Marcher)
- at den studerende bliver gjort bekendt med kroppens ressourcer og egne kropslige reaktioner, og arbejder med nogle af kropsterapiens øvelser og teknikker, både samlet i gruppen men også siden i færdighedstræning under direkte supervision
- at tilegne sig viden om metodens og at tilegne sig viden om metodens anvendelsesområder, indikation og kontraindikation
- at arbejde med kroppen / kropssansning / kropsovelser, således at det bliver klarere, at stort set alle psykiske processer kan ses som grundlæggende kropsligt baserede.

Indhold: teoretisk gennemgang (oplæg) og diverse kropsterapeutiske øvelser, at inddrage ressourcer i det terapeutiske arbejde, krop / sind koblinger. Vi arbejder med diverse kropsbaserede øvelser, således at sproglig erfaring kobles med den usproglige indre vitalitetsfølelse og følelsesstrøm.

Vi arbejder med intention/ forestilling om, at kunne komme ud til nogen / noget rart (udvidelse af kroppen kontra sammentrækning (at gøre sig lille), på en så langsom måde, så at kroppen når at 'tale' med, således at der rent faktisk sker en udvidelse / nye erfaringer.

Omfang: 13,5 lektioner

### **Tove Hvid/ Lisbeth Marcher / E. H. Erikson**

Formål:

- at den studerende stifter bekendtskab med den kropsdynamiske udviklingsteori samt til Eriksons forståelse af udvikling (gennem psykosociale kriser / udviklingsopgaver)
- at den studerende gør sig bekendt med de forskellige faser og de måder kroppen evt. kan strukturere sig på. (karakterstrukturer)
- at kunne identificere og se nogle af de helt grundlæggende måder kroppen kan se ud på i forhold til de forskellige faser
- at den studerende bliver bekendt med begreber som overspænding og underspænding.

Indhold: Der introduceres til den kropsdynamiske udviklingsmodel og til Erikson, der arbejdes med forskellige lettere kropsovelser og med at kropsaflæse sig selv og andre i forhold til helt grundlæggende parametre i første omgang hos sig selv, siden som øvelse i forhold til en medstuderende..

Omfang: 9 lektioner

### **Biografiarbejde 0-7 år.**

Den studerende arbejder på første semester med sin 0-7 års biografi.

Formål

- at den studerende tilegner sig sin egen historie
- at blive spejlet på sin historie og derigennem opleve heling og accept
- at øge bevidstheden om betydning af tilknytning og primære omsorgspersoners spejlings- og reguleringskompetencer
- at styrke grupperelationen gennem deling

Indhold: Den tidlige personlige historie belyses gennem beskrivelse af disse første 7 år, og læses op til undervisningen. Der arbejdes med selvrefleksion og spejling i gruppe processen. Biografien skal perspektiveres i forhold til den læste litteratur.

Omfang: 18 lektioner

### **Evaluering af uddannelsen**



De studerende skal 1-2 gange årligt evaluere. enten i dialog i gruppe eller ved anonymt at aflevere en skriftlig evaluering af uddannelsen, dens lærere og beskrive hvorledes de synes det er at være i gruppen. Der bruges 1-3 timer på dette i form af mundlig evaluering/eller opsamling og feed-back på skriftlig.

Omfang: 4 lektioner

### **Opgavegennemgang**

Herunder evaluering af de studerende og det faglige niveau på baggrund af opgave, evne til tilegnelse af stoffet.

1. evne til at tilegne sig og formidle psykologisk udviklingsteori og til at reflektere over sig selv og egen tidlige tilknytning og relationserfaring.
2. deltagelse i undervisningen
3. basale terapeutiske færdigheder baseret på den studerendes evne til empati og til at stille spørgsmål, på baggrund af arbejdet i procesterapirunderne og gennemgange af biografier, øvelser m.m.

Omfang: 13,5 lektioner

### **Stopprøve (mundtlig eksamen)**

Eksamens litteratur: Jerlang (red.), *Udviklingspsykologiske teorier*, 4. udg. 2008, kap. 2-6 og 11. Bentzen, Marianne, *Den Neuroaffektive Billedbog*, Reitzel 2015, Hart, S. & Schwartz, R., *Fra interaktion til relation*, 2008, s. ; Lowen, *Bioenergetik*, Borgen 1988; Hvid, *Kroppens fortællinger i billeder*, Modtryk 1992; Miller, *Det selvudslettende barn*, Reitzel, 3. Udg. 2008.

Omfang: 8 lektioner

## **2. SEMESTER**

**TEMA: METODISKE FAGOMRÅDER – SOM AFSLUTTES MED EN 15 SIDERS OPGAVER, SKRIVES I GRUPPER PÅ 2-3 (se 3. semester) BIOGRAFI 7-14 ÅR**

Formål: at stifte bekendtskab med forskellige psykoterapeutiske metoder og få en begyndende forståelse af hvordan de bedst vil kunne anvendes. Det vil sige, at den studerende skal lære noget omkring 'what works for whom' altså hvilke metoder er anvendelige for forskellige klientgrupper, set i forhold til den neuroaffektive udviklingsteoris landkort. Der skelnes mellem top-down og bottom-up processer. Det vil sige, at den studerende får et øget kendskab til den neuroaffektive udviklingsteori, byggende på psykodynamisk tradition i form af tilknytningsteori, kombineret med viden fra nyere neurovidenskab og psykotramatologi. Der vil blive introduceret til de neuro-afektive kompasser som visitations- og navigationsværktøjer i det landskab som dannes af neuroaffektiv teori og metode, organiseret i en overordnet forståelsesramme som dannes af viden om den 3-delte hjerne og de to første vækstbølger.

### **Drømmearbejde**

- De studerende tilegner sig viden og teori om drømme i historisk perspektiv, fra Freud og Jung til en moderne integrativ psykologi
- Drømmene ses som en del af den menneskeliges bevidstheds kreative potentiale til udvikling og forstås som en mulig vej til selverkendelse. De ses som en vej til at få dybere forståelse og respekt for de ressourcer og kræfter i det bevidstheden
- De studerende tilegner sig viden om drømme som informationsbearbejdende system og som en del af den ubevidste intelligens, der skabes en teoretisk ramme til at forstå drømme og bevidsthedsfænomener som en del af bevidsthedens sunde selvregulerende og selvorganiserende mekanismer
- De studerende får viden om drømmenes funktion og indhold, drømme og livsfaser, drømme og indre udvikling
- Symbollaget foldes ud med Jung som teoretisk ramme

Indhold: der gennemgås teorier om drømme og bevidsthed. De studerende introduceres for grundelementer i drømmene, drømmenes fortælling, drømmens faser. De studerende arbejder i praksis med egne drømme for at se hvordan de kan anvende drømmene som en del af det terapeutiske arbejde, og for at danne egen erfaring med drømmenes mangfoldighed. De får en fornemmelse for den kraft, der ligger i drømmenes symbolske virkelighed. Der arbejdes med afspænding, drømmerejser, fortælling, tegning, symbol, association og dialog. Der arbejdes individuelt og i gruppen.

Omfang: 9 lektioner

### **Kunstterapi**

Kunstterapi er en psykoterapeutisk metode, som består af skabende arbejde og samtale. Hertil kommer aktiv imagination, hvor vi bruger vores billeddannende bevidsthed på en intuitiv måde.

Kunstterapi vil dukke op med mellemrum, hvor vi retter fokus på de temaer, som er oppe i uddannelsesforløbet. Vi bruger kreative metoder til bl.a. at bearbejde og inderliggøre teoretisk stof.

#### Formål

- at den studerende tilegner sig teoretisk viden samt praktisk erfaring med kunstterapi
- at den studerende får kendskab til metoder og teknikker, der tager afsæt i det spontane udtryk. Vi ser på hvordan børn, unge og voksne kan anvende kunstterapi
- at den studerende tilegner sig viden om symbolsproget, herunder arbejdet med forskellige tilgange til tolkning og analyser af symboler
- at den studerende får teknikker til, hvordan samtale foregår ud fra billedets præmisser. Desuden at der opnås forståelse for, hvordan billede, imagination og samtale integreres.
- At den analytiske psykologi gøres anvendelig igennem billedarbejde. (-Eller at der opnås forståelse for hvordan kunstterapeutiske teknikker anvendes i forbindelse med analytisk psykologi)
- At den studerende opnår en erfaring og fortrolighed gennem kreative udtryksformer med, at kunstterapi har en selvregulerende funktion.
  
- at tilegne sig viden om metodens anvendelsesområder, indikation og kontraindikation

Indhold: Der gøres brug af meditation, fantasirejse, visualisering, bevægelse. Grundlaget for at arbejde på denne måde har baggrund i Jungs tese om, at spontane udtryk i sig selv kan være helbredende (og ikke bare diagnostiske) – han mente at Selvet havde en medfødt evne til selvregulering.

Der er fokus på at udvikle selvværd og ressourcer men også at belyse komplekser ved hjælp af kunstterapi. Den selvregulerende evne erfares gennem praksis, da undervisning i kunstterapi vil være oplevelsesorienteret.

Omfang: 13,5 lektioner

### **Transaktionsanalyse**

#### Formål

- at gøre den studerende bekendt med et velegnet og simpelt værktøj i forhold til væsentlige rollelag, som vi næsten alle kender til
- at den studerende gør sig bekendt med, hvilke rolle de primært kender og hvilke former for interaktion der oftest udspiller sig.
- at den studerende bliver introduceret til dramatrekanten som terapeutisk værktøj.

Indhold: lærerbaseret oplæg, gruppearbejde, test.

Omfang: 9 lektioner

### **Gestaltterapi**

#### Formål

- at tilegne sig viden om det overordnede teoretiske grundlag for den gestaltterapiens metode og anvendelse, både via den angivne litteratur, arbejdet hermed (gruppearbejde og diskussion i plenum) og ved at arbejde med enkelte øvelser (stoleøvelsen)
- at tilegne sig generel viden om den fænomenologiske metode og her-og-nu begrebet
- at tilegne sig viden om metodens anvendelsesområder, indikation og kontraindikation

Indhold: De studerende arbejder i grupper med spørgsmål til litteraturen og gestaltterapiens hovedbegreber, det vægtes, at de studerende kommer til at få en overordnet forståelse for det filosofiske grundlag, den fænomenologiske metode og med her-og-nu begrebet. Der arbejdes i gruppe med en af de centrale gestaltterapeutiske teknikker: den tomme stol. Dette foregår under supervision. Her vil der især blive lagt vægt på arbejdet med de emotionelle aspekter og med at kroppen (ansigtsudtryk, gestik og bevægelser) bragt med ind i det terapeutiske rum.

Omfang: 9 lektioner

## **Kropsterapi / kropsterapeutiske øvelser / karakterstrukturer/ kropsbevidsthed/den kropsterapeutisk værktøjskasse**

Kropsterapi og kropsterapeutiske øvelser samt kropsbevidsthed bruger vi løbende rigtig meget tid på, på uddannelsen – vi beskriver her overordnet nogle af de formål og noget af det indhold vi arbejder med.

### Formål

- at den studerende tilegner sig viden om nogle af kropsterapiens teknikker herunder teknikker til grounding og centrering; til at arbejde med overspænding og underspænding (kollapsede tilstande)
- at den studerende bliver gjort bekendt med kroppens ressourcer og egne kropslige reaktioner, og arbejder med nogle af kropsterapiens øvelser og teknikker.
- at tilegne sig viden om metodens anvendelsesområder, indikation og kontraindikation
- at den studerende bygger videre på sporet med karakterstrukturerne som diagnostisk værktøj og den implicitte selvagens vedrørende egen kropsholdning mm.
- at arbejde med kroppen / kropssansning / kropsovelser, således at det bliver klarere, at stort set alle psykiske processer kan ses som grundlæggende kropsligt baserede.
- at tilegne sig viden om, at udvikling (følelsesmæssig og interpersonel) og integration som grundlag har koblingen mellem kropssansning, følelse og sprog
- at lære at arbejde med eksplicit feedback fra kroppen til hjernen som et middel til at afklare gamle spor / gamle vaner / tilknytningshistorie (som ovenfor) / som et middel til integration; en verbalisering / bevidstgørelse af somatiske oplevelser afstedkommer ofte integration
- dosering, tracking af nervesystemet samt ressourcearbejde inddrages i måde at arbejde kropsterapeutisk på

Indhold: Vi arbejder med diverse kropsbaserede øvelser, således at sproglig erfaring kobles med den usproglige indre vitalitetsfølelse og følelsesstrøm.

Vi arbejder med intention/ forestilling om, at kunne komme ud til nogen / noget rart (udvidelse af kroppen kontra sammentrækning (at gøre sig lille), på en så langsom måde, så at kroppen når at 'tale' med, således at der rent faktisk sker en udvidelse / nye erfaringer. Vi arbejder desuden med de reaktioner et sådant arbejde afstedkommer. Vi arbejder med øvelser hvor det, konkret 'at komme ud til nogen' inde fra kroppen er i fokus. Igen med samme sigte

Omfang 22,5 lektioner

## **Biografiarbejde**

### **Biografiarbejde 7-14 år.**

Efter en introduktion til 2. vækstbølgens socialiseringsprocesser og regulering ind i jævnaldrende-hierakiet i henholdsvis dyadiske - og grupperelationer skal den studerende på andet semester arbejde med sin 7-14 års biografi.

### Formål

- at den studerende tilegner sig sin egen historie
- at blive spejlet på sin historie og derigennem opleve heling og accept
- at styrke grupperelationen gennem deling

Indhold: Den tidlige personlige historie belyses gennem beskrivelse af 7-14 år, og læses op til undervisningen. Der arbejdes med selvrefleksion og spejling i gruppe processen. Biografien skal perspektiveres i forhold til den læste litteratur.

Omfang: 18 lektioner

## **Evaluerings af uddannelsen**

De studerende skal hvert semester anonymt aflevere en skriftlig evaluering af uddannelsen, dens lærere og beskrive hvorledes de synes det er at være i gruppen.

Omfang: 4, 5 lektioner

### 3. SEMESTER – 2.ÅR

#### **SELVAGENS ER OVERSKRIFT FOR DETTE SEMESTER. FORDYBELSE IND I KREATIVE METODISKE FAGOMRÅDER OG TRAUMEARBEJDE MED SÅVEL ANALYTISK PSYKOLOGISK SOM NARRATIV VINKEL, TRANSPERSONEL PSYKOLOGI, MINDFULNESS, STRESSHÅNDTERING, MIT LIVS EVENTYR, BIOGRAFI 14-21 ÅR**

Her fortsætter vi med at arbejde med forskellige metodiske fagområder se 2. semester samt med opgaver i samme tema (15 siders gruppeopgave). Der er i dette semester særligt fokus på traumearbejdet med forskellige metoder. Desuden fortsætter vi med tilknytning og neuroaffektiv udviklingspsykologi (her med Schore). Vi har et fordybelsestema med ikke mindst selvagens for øje. Vi har et forløb med mindfulness og introduceres til traumearbejde med såvel mindfulness som eventyr og kreativitet som tilgang. Der vil i forhold til eventyrtemaet være fokus på narrativ tilgang i forhold til at danne nye narrativer om egen historie og på analytisk psykologi

#### **Qi Gong som metode til stresshåndtering**

Medicinsk Qi Gong efter biyun metoden er en holistisk metode med megen evidensforskning. der er store sammenfald med Peter Levine's metoder i form af f.eks. langsomhed, repetition og selvmassage

#### Formål

- at introducere til holistisk behandlingsstrategi
- at arbejde med kropsbevidsthed
- at træne fordybelse
- at tilegne sig et kraftfuldt værktøj til stresshåndtering, som kan bruges i hverdagen
- at tilegne sig erfaring med den beroligende og helbredende kraften der ligger i at komme ned i tempo

Indhold: Der instrueres i en øvelsesserie på ½ time som indeholder afspænding, et afbalancerende program af kropsovelser og en systematisk selvmassage til beroligelse af krop og nervesystem

Omfang: 18,5 lektioner

#### **Metoder til bearbejdelse af chok og traumer primært ud fra Peter Levine (SE-metode)**

#### Formål

- tilegnelse af forståelse af de primære forsvarsreflekser på det reptile niveau og de biologiske reaktioner på trusler.
- tilegnelse af kendskab til de almindelige symptomer på akut traumatisering såvel som langtidspåvirkninger.
- tilegnelse af forståelse for ressourcebegrebet og dets betydning i arbejdet med traumer.
- den kommende terapeut for mulighed for at reflektere over sin egen status i relation til såvel ressourcer som stress og traumatisering og dens betydning samarbejde og relationer. Således at der dannes basis for forståelse for egne og andres forskellige funktionsbetingelser
- at den studerende tilegner sig viden og erfaring med basale metoder til håndtering udladning af indespærret energi og pendulering mellem ressourcefulde og ubehagelige kropslige tilstande.

Indhold: Der introduceres til hvordan etologien med sit studie af dyreadfærd giver forståelse for de primære reaktioner på trussel: Kamp, flygt og frysning. Ligeledes hvordan disse tilstande manifesterer sig i nervesystemet. Traumatologisk viden om hvordan traume udspringer af såvel akutte ulykker som langtidspåvirkninger som f.eks. at vokse op i dysfunktionel familiestruktur, mobning i såvel barndom som voksenliv eller f.eks. stressbelastninger i voksenlivet. Der arbejdes med metoder til afdækning af ressourcer gennem bl.a. fordybelse i kroppen. Der arbejdes med metoder til udladning og beroligelse. Der undervises i hvilke hjernestrukturer der involveres i processerne.

Omfang: 20 lektioner

#### **Opgave gennemgang / metode opgave i grupper (15 normalsider)**

Herunder evaluering af de studerende og det faglige niveau på baggrund af opgave, evne til tilegnelse af stoffet.

4. evne til at samarbejde (også på baggrund af gruppeopgave) og til at reflektere over sig selv og egen adfærd / mønstre m.m.
5. deltagelse i undervisningen
6. basale terapeutiske færdigheder baseret på den studerendes evne til empati og til at stille spørgsmål, på baggrund af arbejdet i procesterapirunderne og gennemgange af biografier, øvelser m.m.

Omfang: 20 lektioner

## **Visualiseringer og mindfulness**

### Formål

- at den studerende praktiserer og indlærer teknikker til øget erkendelsesmæssige muligheder bl.a. visualisering, koncentration, meditationstræning og mindfulness
- at den studerende arbejder med denne tekniks anvendelsesområder indenfor især arbejdet med stress og transformation – dens potentialer i forhold til centrering og ro samt bliver bekendt med kontraindikation i forbindelse med disse mindfulness teknikker
- at den studerende bliver gjort bekendt med teori omkring visualiseringer, dens anvendelsesområder, indikation og kontraindikation.

Indhold: Gennemgang af teori omkring visualisering. Introduktion til grundelementer og principperne i mindfulness. Der arbejdes introspektivt og aktivt i dialog med metoder til at opbygge mere ro og nærvær i kontakten med sig selv og i arbejdet med klienter. Metoder: kropsafspænding, opmærksomhedstræning, meditation, mindfulness, mindfulness, tegning, visualisering og dialog.

Omfang: 16 lektioner under dette tema, der arbejdes desuden med visualiseringer i andre fag

## **Transpersonlig psykologi / livscyklus/ fordybelse**

### Formål:

- at få kendskab til Stanislav Grofs teorier om fødselstraumet og dets prænatale faser
- at få en uddybet forståelse af fosterlivets betydning, som del af den første vækstbølge
- at opleve muligheden for at genkalde sig denne periode gennem terapi
- at få et glimt af sammenhænge mellem liv, død og genfødsel
- at opleve hvordan livscyklussen kan genkendes i forandrings og udviklingsprocessers transformationer

Indhold: Der undervises i ændrede bevidsthedstilstande herunder disses forløb, som foregår samtidig med de psykologiske udviklingsfaser. Således at de studerende også bliver i stand til at identificere sådanne tilstande.

Indhold: Der undervises i bevidsthedsudvikling bl.a. gennem oplæg, afspænding, åndedrætsterapi, meditative anvisninger og kunstterapi

Omfang: 16 lektioner

## **Biografiarbejde**

Den studerende arbejder på tredje semester med sin 14-21 års biografi. Inspireret af S. Hart: Neuroaffektiv Psykoerapi med voksne. Reitzel 2011. Kigger vi på teen-agerens udfordringer i forhold til stor udvikling og integration af nye indre og ydre impulser og erfaringer.

### Formål

- at den studerende tilegner sig sin egen historie
- at blive spejlet på sin historie og derigennem opleve heling og accept
- at øge viden om teen-age årenes særlige udfordringer.
- at styrke grupperelationen gennem deling

Indhold: Den personlige historie belyses gennem beskrivelse af disse 7 år, og refereres sammen med selvagens til undervisningen. Der arbejdes med selvrefleksion og spejling i gruppe processen. Biografien skal perspektiveres i forhold til den læste litteratur.

Omfang: 16 lektioner

## **Introduktion til narrativ og analytisk psykologi og arbejdet med eventyr og myter**

### Formål

- at skabe en forståelse for såvel den narrative – som den analytiske psykologiske metode og anvendelse, både via den angivne litteratur, arbejdet hermed og ved at se den udført i praksis på sig selv og på andre i gruppen (arbejdet med eventyr)
- at den studerende oplever ressourcerne i at redefinere narrativet om os selv og vores historie
- at de studerende oplever hvordan spejling i arketyper kan skabe ny selvindsigt
- at den studerende bliver bekendt med teoriens anvendelsesområde, indikation og kontraindikation

- at den studerende tilegner sig en viden om symbolsproget og om den symbolske tilgang i arbejdet med eventyr og myter / om tolkning og analyse

Indhold: introduktion til såvel den narrative – som den analytiske psykologis teorigrundlag. Den analytiske psykologis muligheder og begrænsninger. Der arbejdes med den analytiske psykologis forskellige teknikker, vi ser på hvorledes man kan arbejde med integration af skyggen, anima og animus (dette tema arbejdes der også med i kunstterapi) Desuden arbejdes med følelsesmæssig forladthed (krænkelser af selvet), set ud fra jungiansk synsvinkel og med at opdatere denne i forhold til den viden vi har i dag (Schore med flere) omkring skamudvikling og socialisering. Desuden indøves og praktiseres forskellige kunstneriske udtryksformer.

Den studerende vælger et eventyr, som har haft særlig betydning. Dette eventyr skal analyseres og sættes i relation til egen biografi evt. med en perspektivering og med et arbejde omkring ressourcer. Der afsluttes med en opgave hvor den studerende forfatter sit eget eventyr og give det en kunstnerisk udtryksform (maleri, dans, teater, mimespil, maskespil, collage m.m.) Dette eget eventyr er opgaven som skal nedskrives og afleveres.

Den bagvedliggende tanke er, at perspektivere biografiarbejdet fordybelse i egen historie (ikke at det nødvendigvis er afsluttet som sådan) med et mere kreativt og dermed anderledes og forhåbentligt mere udvidet og perspektiveret syn på egen historie. At arbejde med symboler og drømme kræver andre og større områder af hjernen, derfor er sigtet større integration. At arbejde terapeutisk med kunst, musik, dans etc. kan 'fremme en stigende repræsentation på tværs af de to cortexer' (*Neuroaffektiv psykoterapi med voksne*, s. 34).

Omfang: 35 lektioner

### **Evaluering af uddannelsen**

De studerende skal hvert semester anonymt aflevere en skriftlig evaluering af uddannelsen, dens lærere og beskrive hvorledes de synes det er at være i gruppen.

Omfang: 4,5 lektioner

## 4. SEMESTER

### **DET TERAPEUTISKE RUM, KROPPEN I DET TERAPEUTISKE RUM, KARAKTERSTRUKTURER SET I KROPPEN. PSYKISK SÅRBARHED, PSYKISKE KRISER**

Teamet er det terapeutiske rum og det at skulle til at udøve psykoterapi og med fokus på at arbejde terapeutisk i forhold til det autonome niveau. Vi vender tilbage til neuroaffektiv teori (introduktion til de neuroaffektive kompasser) samt med en introduktion til det terapeutiske rum både i forhold til de terapeutiske kerneområder (empati, medfølelse, rummelighed og afgrænsning). Overbygningstemaet PSYKISKE KRISER startes op med temaerne Psykisk sårbarhed/ særlig sensitivitet misbrug og sorg.

#### **Introduktion til det terapeutiske rum, empati og etik**

Formål

- at udvikle forståelse af at kontakt udadtil forudsætter kontakt indadtil
- tilegnelse af psykoterapiens grundbegreber som empati, kontakt, medfølelse, rummelighed, afgrænsning
- at få træning i at forholde sig analyserende og reflekterende – på baggrund af, i begyndelsen, mindre øvelser
- at den studerende bliver bevidst om den terapeutiske relations særlige karakter – herunder kontrakt, terapeutisk alliance
- at den studerende tilegner sig viden om nogle af de etiske / moralske fordringer klient / terapeut forholdet afstedkommer
- at den studerende tilegner sig de etiske regler

Indhold: Gennemgang og fordybelse i psykoterapiens grundbegreber som empati, kontakt, medfølelse, rummelighed, afgrænsning og etiske regler som det overordnede princip i alle mellem menneskelige forhold, behandlerrollen i særdeleshed. Træning i basale psykoterapeutiske færdigheder.

I færdighedstræningen vil der blive lagt vægt på nogle af de helt basale terapeutiske færdigheder som: At se – at få øje på og være opmærksom på, at se de dynamiske sammenhænge både imellem sig og klienten og i klientens gøren og laden. At føle – hvad sker der i terapeuten, hvilke følelser og fornemmelser kommer terapeuten i kontakt med? Og hvorfor? Herunder basal indføling. At forstå – med hensyn til baggrund og dynamik

Der arbejdes med den studerendes terapeutiske sans, herunder især evnen til kontakt – kontakt med egne følelser og fornemmelser og med det andet menneske.

Omfang: 4,5 lektioner

### **De neuroaffektive kompasser og kroppen i det terapeutiske rum**

Formål:

- at tilegne sig en overordnet forståelse for de neuroaffektive kompasser
- at arbejde med hvilke interventioner og fokusområder der findes på de forskellige niveauer
- at få en øget fordybelse i det autonome kompas
- at tilegne sig måder at arbejde med kroppen på i forhold til det autonome niveau

Indhold: gennemgang af de tre kompasser, diskussion i plenum omkring interventioner samt enkelte færdighedstrænings øvelser. Siden en fordybelse i det autonome kompas samt flere kropsterapeutiske øvelser og terapi i gruppe.

Omfang: 18 lektioner

### **Misbrug – start på overbygningstemaer med overskrift Psykiske kriser.**

Formål

- at de studerende tilegner sig viden om forskellige behandlingsperspektivers sygdomssyn, dels Minnesota-modellens og dels den nyere forståelse af, at vi alle har vore misbrug, og at misbrug udspringer af smerte.
- at de studerende tilegner sig viden om det addiktive mønster, den tvangsprægede adfærd og afhængighedens faser. Det være sig i forbindelse med alkohol, spil, sex, overspisning, shopping eller andet
- at de studerende tilegner sig viden omkring misbrug og misbrugsfamilier, at vokse op med forældre med misbrug, eller være pårørende til en misbruger
- at de studerende arbejder med eventuelle egne addiktive mønstre, med-misbrug, offer-bøddel-redder strukturer m.m.

Indhold: at arbejde med og forstå de overordnede addiktive mønstre og arbejde med forskellige teknikker til bearbejdelse mestendels af pårørende til folk med misbrug, dels i større dels i mindre grupper ud fra de studerendes egne oplevelser.

Omfang: 13,5 lektioner

### **Sorg**

Formål

- at den studerende tilegner sig viden om sorg set i et neuroaffektivt perspektiv. Vi opridser sorgarbejde historisk; men tager teoretisk udgangspunkt i Bowlby og de forskellige tilknytningsmønstre og ser hvilke udfordringer de indebærer ved tab.
- At den studerende præsenteres for de mulige interventionsformer og terapeutisk teknikker til bearbejdelse af tab. Her er to-sporsmodellen og forståelsen ind i kompasserne den foretrukne tilgang i forhold til fase-modeller, som dog stadig giver mening i fx sorg-grupper, hvor forståelsen af et sorgarbejde, hvor man er forskellige steder kan give mening.
- at den studerende tilegner sig viden om forsinket sorg, undgået sorg og kronisk sorg og prognoserne herfor, herunder relevante behandlingsmetoder og teknikker, indikation og kontraindikation
- at den eksistentielistisk terapi og dens perspektiv præsenteres.

Indhold: at arbejde med teorien herom og arbejde med forskellige teknikker til bearbejdelse dels i den store gruppe dels i mindre grupper inklusiv de studerendes egne oplevelser. At arbejde med tab og sorg som en del af livets proces, at afslutte noget, at forlade noget / nogen, blive forladt, børn der flytter hjemmefra, afslutte et langt arbejdsliv m.m.

Omfang: 9 lektioner

### **Evaluerings af uddannelsen**

De studerende skal hvert semester anonymt aflevere en skriftlig evaluering af uddannelsen, dens lærere og beskrive hvorledes de synes det er at være i gruppen.

Omfang: 4,5 lektioner

### **Biografiarbejde 21-28 år**

Den studerende arbejder på første semester med sin 21-28 års biografi. Inspiration hentes fra S. Hart: Neuroeffektiv psykoterapi med voksne og især Wennerberg: Vi er vores relationer.

Formål

- at den studerende tilegner sig sin egen historie
- at blive spejlet på sin historie og derigennem opleve heling og accept
- at styrke bevidstheden om tilknytningserfaringeres betydning i relationsdannelse
- at styrke grupperelationen gennem deling

Indhold: Den personlige historie belyses gennem beskrivelse af disse 7 år, og i selvagensen reflekteres der over sammenhæng mellem tidlige tilknytningserfaringer og de mønstre der har udfoldet sig i fx venskaber og pardannelser i perioden. Der kan arbejdes i grupper med denne biografi (færdighedstræning).

Omfang: 18 lektioner

### **Sommerkursus med Traumatologi ift. relationsdannelse, nervesystem og kropslighed**

I slutningen af 2 år afholdes et sommerkursus med temaer indenfor kropsarbejde og udvikling tilpasset det enkelte hold.

Formål:

- at styrke sammenhængskraften i gruppen
- at fordybe det personlige terapeutiske arbejde med kroppen
- at få indsigt i traumatologi
- at få indsigt i hvordan traumer løber i kroppen.

Sommerkursus 2017 med beskrivelse af psykolog Ulla Rung Weeke.

Kontakt og opmærksomhed ind i ordløse kropslige lag og tilstande set i et neurobiologisk traumeperspektiv.

Ved tidlige udviklingstraumer bliver vi udsatte, sårbare, bange, rædselsslagen, giver op og kollapse. Disse tilstande og tryk, sætter sig primært som ofte ordløse oplevelser og tilstande i vores krop, væv, nerve og hormonsystem og er med til at præge også vores hjernes stofskifte, blodgennemstrømning og udvikling.

Gennemgang af selve organiseringen af de inderste overlevelses og trivsels områder i os, stress respons systemet, det kropslige nerve, hormon - tilknytningssystem og dannelse og funderingen af vores personlighed, herunder også prægninger i undfangelsestidspunktet, embryo fasen og fosterlivet.

Hvordan sanses og genkendes arousaltilstande (hypoarousal) både de højtråbende og de tavse, kollapsede opgivende tilstande (hypoarousal) i kontakt og relation også senere med andre mennesker? Hvad er den nødvendig biologiske skamregulering og hvordan påvirker skamfølelser vores trivsel, kontakt evne og selvværd?

De to dage veksler mellem teori, kropsovelser, udmeldinger og erfaringer fra gruppedeltagerne.

Omfang: 20 lektioner

### **Evaluering af de studerende**

Evaluering ved 4. semesters afslutning i forhold til

1. den studerende faglige niveau (også på baggrund af opgave), evne til at tilegne sig stoffet og deltagelse i undervisningen
2. evnen til at samarbejde omkring øvelser, oplæg, gruppeopgaver, færdighedstræning
3. evnen til selvrefleksion og evnen til at analysere – evnen til empati og nærvær
4. basale terapeutiske færdigheder, baseret på ovenstående samt på hvorledes procesrunder, biografiarbejde, færdighedstræning / relevans i forhold til intervention

Omfang: 8 lektioner



## OVERBYGNING – 2 ÅR

### 5. SEMESTER 3. ÅR

**TEMA: TILKNYTNING (UNDVIGENDE OG AMBIVALENT – DELS KLASSISK AMBIVALENT OG DEPENDENT / JF. SUSAN HART), SKAM, MENTALISERING, SPISEFORSTYRRELSER, ANGST. DER ARBEJDES TILLIGE MED SKIZOFREN-MODUS, MED BORDERLINE-MODUS OG MED DEPRESSIV MODUS UD FRA LARS SØRENSENS BOG *SÆRPRÆG, SÆRHED, SYGDOM, SAMT MED DEPRESSION GENERELT, LIGELEDES MED BORDERLINE / NARCISSITISKE PERSONLIGHEDSFORSTYRRELSER. TEMAET AFSLUTTES MED EN SKRIFTLIG OPGAVER I INDIVIDUEL ELLER I GRUPPE (20 / 35 NORMALSIDER) PÅ 6. SEMESTER.***

**Ved ikke-bestået eksaminer, gives automatisk en 'advarsel'. Der gives mulighed for en reeksamination. Dette gælder også uddannelsens opgaver der vurderes med bestået/ikke-bestået.**

Vi arbejder desuden med at få en dybere forståelse for hvilke interventions-metoder, der mest sandsynligt vil fremkalde størst mulige integrationsproces. Der bliver sat mere fokus på også praktisk at kunne igangsætte både "top-down"-processer gennem samtale, symbolsk bearbejdning og fortolkning, og "bottom-up"-processer gennem en regulering af limbiske og autonome kredsløb.

#### **Kropsterapi / kropsterapeutiske øvelser / kropsbevidsthed generelt på overbygningen**

Kropsterapi og kropsterapeutiske øvelser samt kropsbevidsthed bruger vi løbende tid på, på uddannelsen – vi beskriver her overordnet nogle af de formål og noget af det indhold vi arbejder med.

#### Formål

- at den studerende tilegner sig viden om nogle af kropsterapiens teknikker herunder teknikker til grounding og centrering; til at arbejde med overspænding og underspænding (kollapsede tilstande)
- at den studerende bliver gjort bekendt med kroppens ressourcer og egne kropslige reaktioner, og arbejder med nogle af kropsterapiens øvelser og teknikker, både samlet i gruppen men også siden i færdighedstræning under direkte supervision
- at tilegne sig viden om metodens anvendelsesområder, indikation og kontraindikation
- at øge erfaringen med at arbejde med kroppen / kropssaning / kropsovelser
- at tilegne sig viden om, at udvikling (følelsesmæssig og interpersonel) og integration som grundlag har koblingen mellem kropssansning, følelse og sprog
- at lære at arbejde med eksplicit feedback fra kroppen til hjernen som et middel til at afklare gamle spor / gamle vaner / tilknytningshistorie (som ovenfor) / som et middel til integration; en verbalisering / bevidstgørelse af somatiske oplevelser afstedkommer ofte integration
- 'dosering', tracking af nervesystemet samt ressourcearbejde inddrages i måde at arbejde kropsterapeutisk på

Indhold: Vi arbejder med diverse kropsbaserede øvelser, således at sproglig erfaring kobles med den usproglige indre vitalitetsfølelse og følelsesstrøm.

Vi arbejder med intention/ forestilling om, at kunne komme ud til nogen / noget rart (udvidelse af kroppen kontra sammentrækning (at gøre sig lille), på en så langsom måde, så at kroppen når at 'tale' med, således at der rent faktisk sker en udvidelse / nye erfaringer. Vi arbejder desuden med de reaktioner et sådant arbejde afstedkommer. Vi arbejder med øvelser hvor det, konkret 'at komme ud til nogen' inde fra kroppen er i fokus. Igen med samme sigte.

Vi fokuserer på sammenhængen mellem at arbejde med kroppen på denne måde og at det kan aktivere tilknytningshistorie, som der så igen kan arbejdes med omkring at lige så stille at få nye erfaringer i at kunne knytte sig / falde til ro i kontakt / få støtte. Der arbejdes derfor samtidig med tilknytningshistorie, med skam, angst, uro m.m.

#### **Tilknytning**

"Det neurobiologiske landkort med tre samspils- og tilknytningslag (kropslig sanselighed, følelsesmæssig kontakt og relationsevne/evne til at kunne tænke os om følelsesmæssigt) er en måde, at samle et overblik på, hvorfor tilknytning specielt som fundament i de første år, også er altafgørende for, hvordan vi lærer indefra at håndtere svære belastende tilstande og at komme os efterfølgende." Ulla Rung Weeke.

Dette tema er en fortsættelse af arbejdet på grunduddannelsen. Vi arbejder i første omgang med temaet i forhold til ny holdleder. Hvad sker der med hver enkelt, når man skal forholde sig til en 'fremmed' (ny holdleder)? Dernæst bliver overskriften hvordan man terapeutisk forholder til de to overordnede utrygge kategorier. Kompendie ved Penelope Vinding er udarbejdet, som de studerende skal sætte sig ind i. Temaet er bygget op i tre dele (og foregår over 1 lørdag og 2 aftener)

#### Formål / del 1.

- indefra at mærke de måder man håndterer angst / utryghed på – dvs. at man mærke sig kropsligt sansemæssigt, i forhold til hvad et evt. ydre pres gør ved en, man sætter ord på, og man er i en relation, hvor små reguleringer af

uro/angst/skam ændrer sig. Formålet er således dels at mærke sig, at blive reguleret og se hvordan man kan arbejde i disse dybe lag

- at blive bekendt med de utrygge tilknytningsmønstre ud fra en mere krop- og nervesystemsmæssig synsvinkel
- træning i en længere kropsterapeutisk øvelse, formålet er dels egen proces og tilstedevær samt træning i intervention

Indhold / del 1: der vil være en oplæg, og en længere gruppeproces runde, der er inspireret af Agazarins systemiske grupperprocesser (SCT) men udarbejdet mere i forhold til tilknytning og nervesystem (tidlige former for flugt, tidlige former for kamp og tidlige former for fryd) (Ulla Rung Weeke). Dernæst lærerbaseret oplæg omkring tidlig tilknytning (med inspiration i generelle tilknytningsteorier, nervesystem og tilknytning (Gerhardt, Allan Schore) foruden koblingen mellem utryg tilknytning og kroppens forsvar (vær / muskler der over- eller under-sprænder, drejes, opgives, er låste m.m.) – derefter arbejder vi med en længere terapeutisk kropsbaseret øvelse 2 og 2

Samme dag gennemgås uddannelsens struktur de kommende to år.

Omfang: 9 lektioner

Formål / del 2.

- at tilvejebringe et kendskab til tilknytning og nervesystemets reaktioner på angst/utryghed. Dvs. at øge kendskabet til især utryg tilknytning
- at blive gjort bekendt med de forskellige måder at arbejde terapeutisk med utrygge mønstre (hhv. utryg undvigende, og utryg ambivalent (herunder den dependente / jvf. Susan Hart).

Indhold / del 2: En introduktion til de terapeutiske interventioner – lærerbaseret oplæg. Litteraturen er her primært det kompendie der er blevet sendt ud. Gruppemedlemmerne træner interventioner, og skal lægge mærke til hvad der er svært, hvad sker der i dem. Der er supervision af de gruppemedlemmer, der har været 'terapeuter' – der trænes over to gange.

Formål / del 3

- at tilvejebringe et kendskab til det limbiske kompas (ved Susan Hart og Maranne Bentzen) og tilknytning
- at blive gjort bekendt med de forskellige måder at arbejde terapeutisk med utrygge mønstre (hhv. utryg undvigende, og utryg ambivalent (herunder den dependente / jvf. Susan Hart).

Indhold: 2. Del af terapeut / klient øvelse fra sidst herunder supervision af terapeuterne, dernæst en gennemgang af det limbiske kompas med fokus på sters boblerne og på akserne (ego/alter og positiv og negativ valens).

Omfang: 9 lektioner

Omfang i alt: 18 lektioner

### **Kunstterapi og chok-traume arbejde / til temaet tilknytning**

Formål

- At få kendskab til hvordan man kan arbejde med chok-traumer på en symbolsk måde med børn og voksne.<sup>[1][2]</sup>
- At lære om forsvarsmekanismer og reaktionsmønstre som følge af choktraumer, og hvordan disse sætter sig i kroppen og dermed også viser sig i billedsprog.<sup>[1][2]</sup>
- At lære at bruge kunstterapi til at bearbejde traumer, afbalancere nervesystemet, og skabe basis for forandring.<sup>[1][2]</sup>
- At bruge egne ressourcer og kreativitet som strategi, når man skal restituere sig efter chok-traumer.<sup>[1][2]</sup>

Indhold: Chok-traume er et eksempel på et tema, der arbejdes kunstterapeutisk med på uddannelsen. Kroppen gemmer på mange oplevelser, og ofte er den stivnet omkring bestemte oplevelser, som kan forløses med nonverbale metoder. Vi arbejder med emnet på en nænsom måde, hvor vi pendulerer mellem problemfelter og ressourcer. Igen arbejder vi oplevelsesorienteret med temaet, så den enkelte mærker personligt hvordan det virker.

Omfang: 4,5 lektioner

### **Mentalisering 1**

"Mentalisering opstår og udvikles gennem samspejlet med omsorgsgiveren via spejlingsprocessen." Skårderud.

Formål

- at tilegne sig kendskab til de vigtigste begreber: mentalisering, pretend-mode (forestillings modus), ækvivalens modus samt teleologisk modus, samt hypermentaliserings og pseudomentalisering
- at få et overordnet kendskab til de måder, hvorpå der arbejdes med mentaliseringsbaseret terapi – trække linjer til de to utrygge tilknytningsmønstre og arbejdet med dem.

Indhold: del 1. Introduktion til mentalisering, vigtigste begreber og hvornår bliver vi ikke-mentaliserende eller lavere mentaliserende, hvordan hænger krop og mentalisering sammen, at skrue op og ned for følelser i terapi / interventioner. Dernæst en kropsbaseret øvelse / intervention to og to, grænseøvelse med snor – små reguleringer af evt. ikke-mentaliserende former for forsvar især på autonomt plan / autonomt kompas

Del 2, her arbejder vi i grupper med de spørgsmål der er blevet sendt ud til litteraturen. Opsamling i gruppe. Der arbejdes med terapæutisk i grupper med dramatrekanten og disse ikke-mentaliserende forsvar (forsvar på limbisk plan / limbisk kompas).

Omfang: 9 lektioner

Temaet følges op under temaet: opstart terapi, mentaliseringsfokus, se nedenfor

### **Skam og regulering af den dybe skam (narcissistisk deflation)**

#### Formål / del 1

- at tilegne sig viden om skam og skammens udbredelse i det terapeutiske rum, herunder arbejde med rød og hvis skam
- selvagens, der arbejdes med eget forhold til skam (skamkort)
- terapeutisk øvelse / træning af intervention

Indhold: Introduktion til tema skam, lærerbaseret oplæg i forhold til rød og hvis skam, Cullberg Westons skamkort udleveres og der arbejdes to og to, dernæst en terapeut / klient øvelse (øvelse i at arbejde med skam). Der samles op på Cullberg weston enten i form af power points eller kompendium at læse.

Omfang: 9 lektioner

#### Formål / del 2

- at arbejde med skamkompasset, hvilke reaktioner / forsvar er der typisk i forbindelse med skam, desuden at arbejde med hvad den studerende kender til hos sig selv
- at arbejde kropsterapeutisk / selvagens og som intervention

Indhold: vi begynder en procesrunde på temaet, dernæst arbejdes der med skamkompasset (Gerschen Kaufmann) – både i forhold til at forstå de almindelige forsvar i forbindelse med skam og arbejde med hvad de studerende kender fra sig selv. Dernæst arbejde vi med en længere kropsterapeutisk øvelse, vi arbejder med at 'få sig selv tilbage'. Afslutningsvist bliver der en gruppeproces i SCT 'light version', hvis de studerende arbejder med deres egen historie i forhold til skam

Omfang: 6,75 lektiner

#### Formål del 3:

- tilegne sig viden om især skamudviklingen dels som socialisering (beg. 12-14 mdr.), dels som dyb skam
- at tilegne sig viden om forskellen mellem skyld og skam, samt blive bekendt med den biologiske skam (den sunde skam – skam er regulerende i sociale kontekster) kontra den dybe skam ("jeg er forkert", "uelskværdig" m.m.), samt skyld som internalisering af normer og krav (gør noget forkert)
- det terapeutiske arbejde med skam
- at den studerende arbejder med den sin egen historie omkring skyld og skam – både sammen og i grupper

Indhold: lærerbaseret oplæg omkring den biologiske skam, skamudviklingen som socialisering, oplægget indeholder terapeutiske interventioner i forhold til den dybe skam. Diskussion. Der arbejdes med små regulerende kropslige øvelse og arbejdes der med en længere kropsterapeutisk øvelse 2 og 2. Opsamling

Omfang: 4,5 lektioner

#### Formål del 4:

- tilegne sig viden om Lars Sørensen's måde at begrebsliggøre skam og terapeutisk arbejde med skam på
- at tilegne sig viden om forskellen mellem skyld og skam

Indhold: kortere lærerbaseret oplæg omkring Lars Sørensen's bog om skam, der udleveres et kort opsummerende referat til gennemlæsning hjemme. De studerende arbejder med en case.

Der arbejdes med teorien og litteraturen herom (især Cullberg-Weston og Lars Sørensen), bl.a. med oplæg fra lærer og med spørgsmål de studerende (gruppearbejde). Herunder omkring hvad den dybe skam gør ved nervesystemet og ved evnen til kontakt. Der arbejdes

med at kunne kende forskel på skyld og skam. Træning i at opdage egne reaktioner og eget forhold til skam, samt en vis forståelse for at arbejde med især skam / nervesystem ud fra skamkompasset (som det fremstår i Cillberg-Weston) samt de forskellige skam former (skam over kroppen, over seksualitet m.m.). Der arbejdes med to forskellige måder at arbejde med skam på for overskuelighedens skyld, dels Cullberg Westons øvelse ('at hente barnet') – dels lærerbaseret oplæg ud fra Lars Sørensens betragtninger.

Omfang: 4,5 lektioner

Omfang i alt: 24,75 lektioner

### **Kropsterapeutisk værktøjskasse 2**

Formål:

- at den studerende tilegner sig viden om nogle af kropsterapiens teknikker herunder teknikker til grounding og centrering; til at arbejde med overspænding og underspænding (kollapsede tilstande)
- at den studerende bliver gjort bekendt med kroppens ressourcer og egne kropslige reaktioner, og arbejder med nogle af kropsterapiens øvelser og teknikker, både samlet i gruppen men også siden i færdighedstræning under direkte supervision
- at tilegne sig viden om metodens anvendelsesområder, indikation og kontraindikation
- at arbejde med kroppen / kropssaning / kropsøvelser
- at tilegne sig viden om, at udvikling (følelsesmæssig og interpersonel) og integration som grundlag har koblingen mellem kropssansning, følelse og sprog
- at lære at arbejde med eksplicit feedback fra kroppen til hjernen som et middel til at afklare gamle spor / gamle vaner / tilknytningshistorie (som ovenfor) / som et middel til integration; en verbalisering / bevidstgørelse af somatiske oplevelser afstedkommer ofte integration
- 'dosering', tracking af nervesystemet samt ressourcearbejde inddrages i måde at arbejde kropsterapeutisk på

Indhold: Vi arbejder med diverse kropsbaserede øvelser, således at sproglig erfaring kobles med den usproglige indre vitalitetsfølelse og følelsesstrøm. Der arbejdes og undervises i krop, nervesystem og tidlig tilknytning. Fokus er på kropsterapeutiske interventioner. Der er oplæg fra lærer og oplevelsesorienterede øvelser.

Omfang: 4,5 lektioner

### **Introduktion til opstart klienter (1) / mentaliseringsfokus. Mentalisering 2**

Formål:

- at samle op på undervisningen i mentalisering, at tilegne sig en overordnet forståelse for begreberne hypermentalisering og pseudomentalisering (som ikke optræder i Wallroth)
- at udvide selvagens / forståelsen for interventioner nu på præfrontalt niveau (kompass)
- at tilegne sig overordnet viden om mentaliseringsbaseret terapi sådan som Allen præsenterer det. Der er fokus også på terapeutens evne til mentalisering, og terapeutens måder at inddrage egne sansninger, tanker og motivationer, eksempler på relationelt arbejde, strukturering af terapien (hovedproblemer, hovedfokus, interventioner ved selvfokus og ved anden-fokus // ego / alter)
- at tilegne sig viden omkring hvad en terapeutisk kontrakt er

Indhold: lærerbaseret oplæg, kunstterapeutisk øvelse terapeut/klient/observatør. Supervision / opsamling, samt introduktion til opstart med klienter i form af kort oplæg og diskussion. Desuden lærerbaseret oplæg omkring kontrakt, terapeut/ klient arbejde 2 og 2, opsamling.

### **Skizofrenmodus – ud fra Sørensens: Særpræg, særhed, sygdom**

Formål

- at tilegne sig viden om eksistens-fasens problemstillinger og interventioner hertil ud fra Lars Sørensen
- at tilegne sig viden om indikation og kontraindikation i forhold til sværhedsgrad og parathed
- at den studerende arbejder med sin egen historie omkring de tidlige år

Indhold: der arbejdes med en fælles kropsterapeutisk øvelse i forhold til eksistensmodus, dernæst arbejdes med spørgsmål til litteraturen (gruppearbejde), efterfulgt af en opsamling i penum. Der arbejdes med en endnu en kropsterapeutisk øvelseto og to / opsamling og supervision. Del 2, der arbejdes med en grounding øvelse, dernæst arbejdes der i grupper omkring interventioner til skizofren modus. Og vi arbejder til slut med en case. Der er indlagt små kropsterapeutiske øvelser med fokus på at få fyldt sig ud kropsligt set og mærke kroppens grænser. De studerende skal undervejs arbejde med at se hvorvidt de kender til eksistenstemaer i eget liv.

Temaet er en direkte forlængelse af arbejdet på grunduddannelsen med karakterstrukturerne hhv. Lowens og bodymatics.

Omfang: 15,75 lektioner

### **Borderline - og narcissistiske personlighedsforstyrrelse. Opstart borderline modus**

Formål

- at tilegne sig viden personlighedsforstyrrelser på et helt overordnet plan især den narcissistiske og borderline personlighedsforstyrrelserne, samt en tilegnelse af de begreber der knytter sig til her i den psykologiske faglitteratur: det sande og det falske selv samt svingningen mellem det depressive og det grandiose, om forladthedfølelser, angsttilstande, depressiv undgåelsesadfærd, dissociering m.m.
- at den studerende bliver bekendt med egne eventuelle krænkelse af selvet
- viden om mulige undersøgelsesmetoder ud fra den fænomenologiske undersøgelse og afdækning, dertil skal de studerende tilegne sig kriterierne i diagnosesystemet ICD-10 (sekundært i DSM-IV) – således at de får kendskab til hvilke kriterier der er opstillet her
- at den studerende bliver bekendt med sammenhængen mellem borderline og kompleks PTSD

Indhold: der arbejdes med de forskellige typer af forsvar (depression / grandiositet, splitting, projektiv identifikation, dissociering, udageren m.m.) og de relationelle problemer, evnen til affektregulering, der arbejdes med de studerendes egne 'remme af huden'. Der bliver arbejdet med Masterson, *Det truede selv*, kap. 1-7, ud fra spørgsmål / gruppearbejde, især for at få en god introduktion til borderline modus ud fra de mange eksempler der findes hos Masterson, foruden at der introduceres til mere narcissistiske personlighedsforstyrrelser

Omfang: 4,5 lektioner

Temaet skal ses i forlængelse af introduktionen til narcissistiske forstyrrelser på grunduddannelsen, hvor de studerende har læst og arbejdet med Alice Miller og Katherine Asper.

### **Kropsterapeutisk værktøjskasse 3**

Formål:

- at den studerende tilegner sig viden om nogle af kropsterapiens teknikker herunder teknikker til grounding og centrering; til at arbejde med overspænding og underspænding (kollapsede tilstande)
- at den studerende bliver gjort bekendt med kroppens ressourcer og egne kropslige reaktioner, og arbejder med nogle af kropsterapiens øvelser og teknikker, både samlet i gruppen men også siden i færdighedstræning under direkte supervision
- at tilegne sig viden om metodens anvendelsesområder, indikation og kontraindikation
- at arbejde med kroppen / kropssaning / kropsovelser
- at tilegne sig viden om, at udvikling (følelsesmæssig og interpersonel) og integration som grundlag har koblingen mellem kropssansning, følelse og sprog
- at lære at arbejde med eksplicit feedback fra kroppen til hjernen som et middel til at afklare gamle spor / gamle vaner / tilknytningshistorie (som ovenfor) / som et middel til integration; en verbalisering / bevidstgørelse af somatiske oplevelser afstedkommer ofte integration
- 'dosering', tracking af nervesystemet samt ressourcearbejde inddrages i måde at arbejde kropsterapeutisk på

Indhold: Vi arbejder med diverse kropsbaserede øvelser, således at sproglig erfaring kobles med den usproglige indre vitalitetsfølelse og følelsesstrøm. Der arbejdes og undervises i krop, nervesystem og tidlig tilknytning. Fokus er på kropsterapeutiske interventioner. Der er oplæg fra lærer og oplevelsesorienterede øvelser.

Omfang: 4,5 lektioner

### **Opsamling på opstart med klienter (2). Mentalisering 3**

- stifte bekendtskab med interventionshierarkiet (fra mentaliseringsbaseret terapi)

Indhold: lærerbaseret oplæg omkring interventionshierarkiet, samtaler med hver enkelt studerende omkring hvordan de har det med opstart af klienter, besvarelse af spørgsmål, vi gennemgår forløbet og måder hvorpå der bliver superviseret (herunder gennemgang af hvad en klient rapport skal indeholde).

Omfang 4,5 lektioner.

### **Borderline modus – Lars Sørensen**

## Formål

- at tilegne sig viden om behovs-fasens / bodeline modus problemstillinger og interventioner hertil ud fra Lars Sørensen
- at tilegne sig viden omkring Allens beskrivelser af borderline og traumer, utryk tilknytning
- at tilegne sig viden om indikation og kontraindikation i forhold til sværhedsgrad og parathed
- at den studerende arbejder med sin egen historie omkring de tidlige år

Indhold: Der arbejdes med spørgsmål til litteraturen (grupperarbejde), efterfulgt af en opsamling i penum. De studerende arbejder terapeut/ klient ud fra målebånd/krukke (jvf Lars Sørensen). Supervision på øvelsen. Dernæst arbejdes der i grupper omkring interventioner. 2. Del af øvelsen målebånd / krukke, klient / terapeut. Supervision. De studerende skal undervejs arbejde med at se hvorvidt de kender til eksistenstemaer i eget liv. Der er indlagt mindre kropsterapeutisk øvelse undervejs der især fokuserer på at berolige nervesystemet og bringe arousal ned.

Temaet er en direkte forlængelse af arbejdet på grunduddannelsen med karakterstrukturerne hhv. Lowens og bodydynamics.

Omfang: 9 lektioner

### **Opfølgning på bodydynamics karakterstrukturer**

#### Formål

- at tilegne sig en dybere forståelse af modi og karakterstrukturer

Indhold: som opfølgning på Lars Sørensens modi, bliver der afsat en aften til at få en opfriskning af bodydynamics karakterstrukturer. Der bliver udover over lærer baseret oplæg af bodydynamics terapeut (og SE terapeut) arbejdet oplevelsesorienteret.

Omfang: 4,5 lektioner

### **Opsamling på opstart med klienter (3)**

- gøre de studerende trygge i forhold til opstart af klienter, der er samtaler med gruppen omkring hvordan de forholder sig, besvarelse af diverse spørgsmål
- gennemgang af klient rapport (skema udleveres)
- små introducerende terapeutiske øvelser / en kunstterapeutisk øvelse

Indhold: samtaler med de studerende omkring hvordan de har det med opstart af klienter, besvarelse af spørgsmål, vi gennemgår forløbet og måder hvorpå der bliver superviseret (herunder gennemgang af hvad en klient rapport skal indeholde). Der bliver arbejdet med en kunstterapeutisk øvelse to og to efterfulgt af supervision.

Omfang 4,5 lektioner.

### **Depression og depressiv modus (Lars Sørensen)**

#### Formål

- at tilegne sig viden om depression – herunder at arbejde ud fra de bagvedliggende årsager sådan som de fremsættes af Gieger Büttler og Lars Sørensen
- at tilegne sig viden om den bagvedliggende dynamik og de overordnede interventioner i forhold til depression (Lars Sørensen, *Særpræg, særhed, sygdom*)
- at se depressionen ind i tilknytningsmønstre – Jon Allen
- at arbejde med den studerendes eventuelle egne oplevelser med overbebyrdelse og kollapsestilstande / depressionslignende tilstande
- at tilegne sig viden om indikation og kontraindikation i forhold til sværhedsgrad og parathed
- at tilegne sig viden om prognoser i forhold til sværhedsgrad og varighed
- at tilegne sig viden om undersøgelsesmetoder ud fra den fænomenologiske undersøgelse og afdækning, dertil skal de studerende tilegne sig kriterierne i diagnosesystemet ICD-10 (sekundært i DSM-IV) – således at de får kendskab til hvilke kriterier, der er opstillet her.

Indhold: Del 1. Der indledes med at arbejde med en længere kropsterapeutisk øvelse, lærerbaseret oplæg i forhold til depressiv modus og prædepressivitet / depression. Temaet her med modus er en direkte forlængelse af arbejdet på grunduddannelsen med karakterstrukturerne hhv. Lowens og bodydynamics. Vi arbejder sammen med en øvelse i forhold til tilknytning / strange situation test, der arbejdes her med de studerendes egne tidlige indre krops- og følelsesmæssige forhold til denne oplevelsesorienterede øvelse. Øvelsen er ledet af lærer og angår selvagens samt måder at arbejde terapeutisk på med små regulationer af nervesystem og følelsesmæssige tilstande.

Del 2: der arbejdes i plenum med spørgsmålene til Gieger-Bütlers bog omkring depression og overbebyrdelse, samt mani. Øvelse: strange situation test (se ovenfor).

Del 3.: Der arbejdes med depression generelt ud fra bl.a. Gerlach: depression og symptomer (kernesymptomer, ledsagesymptomer, depressions diagnoser) og vi ser på kompasserne i forhold til depression. Desuden en kort intro til at arbejde terapeutisk med depression. Desuden er der opsamling og evt. demonstrations terapi i plenum. Opsamling.

Del 4.: Der arbejdes med interventioner ud fra Lars Sørensen. Cases.

Der er indlagt mindre kropsterapeutiske øvelser undervejs i gennemgangen af temaet, der især fokuserer på at øge energi niveauet.

Omfang: 24,75 lektioner.

### **Evaluering af de studerende og evaluering af uddannelsen**

Evaluering ved 5. semesters afslutning i forhold til

1. den studerendes faglige niveau, evne til at tilegne sig stoffet og deltagelse i undervisningen
2. evnen til at samarbejde omkring øvelser, oplæg, gruppeopgaver, færdighedstræning
3. evnen til selvrefleksion og evnen til at analysere – evnen til empati og nærvær
4. basale terapeutiske færdigheder, baseret på ovenstående samt på hvorledes procesrunder, færdighedstræning / relevans i forhold til intervention
5. opsætning af fokuspunkter – er der noget, der kan gøres bedre og i så fald hvordan (selvevaluering)

De studerende skal anonymt aflevere en skriftlig evaluering af uddannelsen, dens lærere og beskrive hvorledes de synes det er at være i gruppen. Opsamling i plenum.

Omfang: 4,5 lektioner

## 6. SEMESTER

**TEMAER: SPISEFORSTYRRELSER, ANGST, STRESS, UDVIKLINGSTRAUMER – HERUNDER OPFØLGNING PÅ SE-BASERET TERAPI, DISSOCIATION, PRAKTISK TERAPI BÅDE I UNDERVISNINGEN (FÆRDIGHEDSTRÆNING) OG MED EGNE KLIENTER (15-20 TIMER). SUPERVISION AF KLINETFORLØB. DER AFSLUTTES MED EN SKRIFTLIG EKSAMEN MED EKSTERN CENSOR – EN FORDYBELSE I DE GENNEMGÅEDE TEMAER (ANGST, DEPRESSION, BORDERLINE MODUS, SPISEFORSTYRRELSER M.M.).**

**Ved ikke-bestået eksaminer, gives automatisk en 'advarsel'. Der gives mulighed for en reeksamination. Dette gælder også uddannelsens opgaver der vurderes med bestået/ikke-bestået.**

### **Spiseforstyrrelser**

Formål

- at den studerende tilegner sig viden om de forskellige former for spiseforstyrrelser
- at den studerende tilegner sig viden om hvilke terapeutiske metoder og teknikker, der med fordel kan benyttes i forhold til sådanne differentierede problematikker (relevante behandlingsmetoder og teknikker). Prognosen afhænger selvfølgelig også af sværhedsgraden, og livstruende spiseforstyrrelser ligger udenfor de studerendes kompetenceområde
- at den studerende arbejder med sit eget forhold til mad

Indhold: at arbejde med teorierne herom og arbejde med forskellige teknikker til bearbejdelse heraf. Desuden arbejdes med de studerendes egne oplevelser – dels i større dels i mindre grupper, der arbejdes desuden med familieopstillinger. De studerende får desuden lejlighed til at møde en kostvejleder, der arbejder med spiseforstyrrede. Der vil her blive lagt vægt på støtte i forhold til kortvejledning samt på betydningen tværfagligt samarbejde

Omfang: 13,5 lektioner

### **Opstart klienter (4) / nærværstræning**

Formål:

- at den studerende arbejder med eget nærvær som terapeut

Indhold: diverse oplevelsesorienterede øvelser. Supervision. Under udarbejdelse

Omfang: 6,75 lektioner

### **Angst**

Formål

- at den studerende tilegner sig viden om de forskellige typer af angst og fobiske tilstand
- at den studerende tilegner sig viden om angst, om diagnoserne om forekomsten af comorbiditet, og om hvor bredt begrebet spænder (angst optræder i stort set alle former for psykisk ubalance)
- at forstå angst / ængstelighed ind i tilknytningsmønstrene
- at tilegne sig viden om hvad et overaktivt nervesystem vil sige
- at få større viden omkring interventioner / arbejdet med angst (demonstrations terapi – øvelser)
- at den studerende kan medtænke sig selv og sin egen historie
- at den studerende tilegner sig viden om prognose, relevante behandlingsmetoder og teknikker / viden om mulige undersøgelsesmetoder ud fra den fænomenologiske undersøgelse og afdækning, dertil skal de studerende tilegne sig kriterierne i diagnosesystemet ICD-10 (sekundært i DSM-IV) – således at de får kendskab til hvilke kriterier der er opstillet her
- at tilegne sig en vis viden om indikation og kontraindikation

Indhold: Tema omkring angst er fordelt over 3 gange 4 timer og i det første undermodul arbejdes der mere introducerende, angst ses i forhold til hyppighed, som en naturlig del af kriser og forandringer, vi arbejder overordnet med diagnoserne, at der er pludselig opståede angst former og mere permanente, det forudsættes af de studerende selv læser op på diagnoserne mere specifikt, dog sendes et opsummerende kompendium i form af slides, som afslutning på temaet), i 2. undermodul arbejder vi med hvordan de studerende kender til angst i deres eget liv, der vil være en demonstrations terapi og vi arbejder dybere ind i angst og nervesystem, i 3. undermodul arbejder vi gruppeproces orienteret omkring one-up og one-down – som er måder at forholde sig til angst/skam på. Der er fokus på små regulationer af krop/følelse og at gøre det mindre skambaseret ud fra gruppe-proces arbejdet (genkendelse – flere der kender til det).

Omfang: 13,5 lektioner

### **Supervision ved Karen Bro, 4,5 lektioner gruppesupervision pr måned, foruden godkendelse af klientrapporter**

Omfang: 22,5 lektioner i 6. semester

### **Interventioner og kompasserne**

Indhold: at arbejde med nogle grundlæggende interventioner til de tre kompasser (ca. 4-5 interventioner / metoder), gruppearbejde og lærerbaserede oplæg til hver intervention. Under udarbejdelse

Omfang: 9 lektioner

### **Opsamling på spiseforstyrrelser / mentaliseringsbaseret terapi (skårderud)**

Indhold: Vi arbejder med en artikel af skårderud og kigger på de måder der kan arbejdes med spiseforstyrrede på, samt for en bedre forståelse for tematikken. / under udarbejdelse

Omfang: 4,5 lektioner

### **Veldning af opgaver, de studerende sender 7-10 sider til vejledning plus en indholdsfortegnelse og en litteratur liste, det er muligt at sende en synopsis i stedet.**

Omfang: 9 lektioner

### **Udviklingstraumer 1., her med fokus på borderline, PTSD ud fra Lars Sørensen Smertegrænsen**

Formål:

- at den studerende tilegner sig viden om borderline, udløsende faktorer og reaktioner på tidlige traumer
- at den studerende tilegner sig viden om de biokemiske processer, hvad der konkret sker i kroppen og hjernen
- at den studerende tilegner sig viden om behandlingsmåder
- at den studerende får et indblik i kompleksiteten i forbindelse med udviklingstraumer herunder borderline
- at se borderline ind i kompasserne



Indhold: vi arbejder med spørgsmålene der er blevet sendt i grupper, opsamling, øvelse to og to, opsamling i forhold til kompasserne. Under udarbejdelse

Omfang: 4,5 lektioner

### **Stress**

Formål

- at den studerende tilegner sig viden om stress, stressudløsende faktorer og reaktioner på stress
- at den studerende tilegner sig viden om de biokemiske processer, hvad der konkret sker i kroppen og hjernen
- at den studerende tilegner sig viden om faser af stress, de kropslige og psykologiske eftervirkninger af langtidsstress, om senskader, udbrændthed og traumatisering som følge af stress
- at den studerende får kendskab til og erfaring med teknikker til stresshåndtering og stressreduktion, indsigt i relevante behandlingsmetoder og teknikker, både kropslige og psykoterapeutiske
- at den studerende tilegner sig viden om stress i en social og kulturel kontekst
- at den studerende får et indblik i kompleksiteten i et stressbillede og i udredningen af årsagerne til stress og sammenbrud samt præmisserne og muligheder for helbredelse

Stress er kroppens og psykens reaktion når individet ikke har de nødvendige fysiske og psykiske ressourcer til at håndtere pres, fra det indre og det ydre, hvorfor stress også er gennemgået i forbindelse med depression (overbelastningsreaktion) og angst (når noget ikke mestres) samt i mindre grad sorg, fysisk og psykisk misbrug, personlighedsforstyrrelser m.m. Stress ses som naturlig del en af kroppen og psykens selvregulerende system.

Indhold: Stressbegrebet gennemgås i historisk, biologisk og psykologisk perspektiv med udgangspunkt i læste litteratur. Der introduceres metoder til at klarlægge tilstande af stress. Vi undersøger hvad der kan ligge til grund for og udløse stresstilstande og hvad der kan helbrede stress. Vi kigger på stress som en naturlig del af kriser og forandringer. Der arbejdes med teknikker som afspænding, hjertekohærens, kropskontakt, ressourcer, mindfulness og tilstedeværelse introspektivt og aktivt i kontakt som træning i at reducere stress i både terapeuten og klienten.

Omfang: 15,75 lektioner

### **Mindfulness / stress**

Formål

- at den studerende praktiserer og indlærer teknikker til øget adskillelse mellem tanker/følelser og sig selv (meditationstræning / mindfulness træning)
- at den studerende arbejder med denne tekniks anvendelsesområder indenfor især arbejdet med stress – dens potentialer i forhold til centrering og ro samt bliver bekendt med kontraindikation i forbindelse med disse mindfulness teknikker

Indhold: Meditationstræning / mindfulness. Emnet optræder også i gennemgang af temaet stress (se denne ovenfor)

Omfang: 4,5 lektioner

### **Skriftlig eksamen**

Vurderes af ekstern censor – der gives karakter efter 12 skala.

Formål

- at sikre, at den studerende tilegner sig en dybere forståelse for en af de gennemgåede temaer: angst, depression, spiseforstyrrelser, stress m.m.
- giver forslag til relevante interventioner
- at den studerende kan benytte tilknytningsmæssig og neuroaffektiv forståelsesramme (i dette tilfælde vise en overordnet forståelse for de neuroaffektive kompasser).

Opgave: Man kan vælge at skrive i en gruppe på 2 eller man kan vælge at skrive individuelt. Gruppe opgave på 2 personer, der skrives **45 normal sider (a 3000 enheder per side)**. **Det skal fremgå hvem der har haft ansvar for hvad i opgaven.** **Individuel opgave der afleveres 25 normal sider (a 3000 enheder per side)**

Indhold: Fordybelse i et af de gennemgåede temaer (angst, sorg, misbrug, overgreb m.m. se uddannelsesplan) med en beskrivelse af 'krisen' som sådan, og med en gennemgang af mere neuroaffektiv tilgang / teori (dvs. at forståelsestilgangen skal kunne belyses ud fra de autonome og limbiske og præfrontale niveauer) – samt med et forslag til psykoterapeutiske metoder til bearbejdelse af denne. Indholdsfortegnelse, bilag og litteraturliste tæller ikke med som sider, ej heller billeder. Litteraturliste skal godkendes af holdleder.

Tillæg til opgaven, som skal bestås, men som ikke sendes til censor. Den del der angår jeres personlige historie, skal afleveres for sig, men skal bestås (ligesom alle andre opgaver på uddannelsen), den del bliver bedømt internt. Hvorimod selve opgaven bliver vurderet af ekstern censor og der gives karakter efter 12 skalaen.

### **Vejledning af opgaver**

Omfang: 4,5 lektioner

## **7. SEMESTER- 4. ÅR**

**TEMA: UDVIKLINGSTRAUMER FORTSÆTTELSE, SEKSUELLE OVERGREB, PARFORHOLD SOM AFSLUTTES MED OPGAVER, SE NEDENFOR, DEUSDEN ARBEJDES MED VIDEOKLIP AF DE STUDERENDES TERAPEUTISKE SESSIONER MED DERES KLIENTER (SUPERVISION)**

### **Udviklingstraumer 2. og SE terapi med fokus på interventioner – Undervisningen i SE er en opfølgning på træning på grunduddannelsen**

Under udarbejdelse...

Formål:

- at den studerende tilegner sig viden om og behandling af udviklingstraumer, set ud fra se-metoden
- at tilegne sig viden om grundlæggende måder at intervenserer på ud fra SE-metoden

Omfang: 4,5 lektioner

### **Udviklingstraumer 3**

Formål

- at den studerende tilegner sig viden om og behandling af udviklingstraumer, set ud fra se-metoden og se-baserede metoder, foruden fordybelse i "Udviklingstraumer" af Heller og Lapiere (2014)
- at tilegne sig viden om typiske psykiske følger (skam, dissociering, kontakt problematikker)

Indhold: at arbejde med litteraturen herom (spørgsmål til gruppearbejde), herefter opsamling herunder opsamling omkring relevante behandlingsmetoder herunder prognose, indikation og kontraindikation. Øvelse omkring tidlig kontakt og kropsovelser.

Omfang: 4,5 lektioner

**Supervision sidste gang med Karen Bro:1 x 4,5 lektioner gruppesupervision. Dernæst er der supervision med Penelop Vinding igen minimum 4,5 lektioner pr måned, foruden godkendelse af klientrapporter, der vil også blive videosupervision**

Omfang: 22,5 lektioner i 7. semester

### **Seksuelle overgreb**

Formål

- at den studerende tilegner sig viden omkring behandling seksuelle overgreb
- at den studerende tilegner sig viden om dysfunktionelle familier, deres indbyrdes relationer og hemmeligheder
- at den studerende tilegner sig viden om de psykologiske konsekvenser af overgreb især barndommen, både incestuøse overgreb og overgreb begået af andre uden for familien
- at få overordnet kendskab til hvilke terapeutiske metoder og teknikker, der kan benyttes i forhold til overgrebs art (relevante behandlingsmetoder og teknikker), prognose, indikation og kontraindikation
- at få en vis indsigt i krænkerens psykopatologi

Indhold: at arbejde med teorien og litteraturen herom og arbejde med forskellige teknikker til bearbejdelse – der arbejdes ikke med studerendes eventuelle egne overgreb. Der arbejdes med cases samt en fordybelse ind i drama-trekanten. Desuden arbejdes med skam / skyld. Der undervises primært ud fra lærerbaserede oplæg – lærerne har indgående kendskab til emnet gennem et mangeårigt arbejde.

Omfang: 14 lektioner

## **Dissociation**

Formål

- at den studerende tilegner sig viden dissociation ud fra litteraturen
- at den studerende bliver bekendt akutte interventioner og interventioner på længere sigt

Indhold: Arbejde med årsager til dissociation, diverse kendetegnene samt interventioner til det. Desuden en sontring mellem dissociative forstyrrelser – graderne af dissociation og følgerne af det (depersonalisation, derealisation). Arbejde med egne rumme af huden, hvad kender de selv til dissociation? Læse "Pigen der hoppede ud af sin krop". Små kropslige øvelser og oplæg i forhold til teori.

Omfang: 8 lektioner

## **Evaluering af uddannelsen**

Evaluering ved begyndelsen af 7. Semester i forhold til

De studerende skal anonymt aflevere en skriftlig evaluering af uddannelsen, dens lærere og beskrive hvorledes de synes det er at være i gruppen. Opsamling i plenum.

Omfang: 1 lektion

## **Parforhold – herunder 2 dages kursus for dig og din partner med to Imago terapeuter**

Formål

- at tilegne sig viden om diverse par dynamikker, således at de kan kendes i individuel terapi
- at tilvejebringe en grundig forståelse for barndommens betydning for parrets dynamik
- at tilegne sig erfaring med især frustrationsdialogen fra Imago-terapi, formålet er i første omgang ud fra selvagens
- at arbejde kunstterapeutisk med indre mand / kvinde (mor/far) - selvagens
- at den studerende bliver bekendt med sin egen historie og kan sætte dem i relation til par / relationelle dynamikker (dels hvad angår udviklingsfaser, dels egne tilknytningserfaringer)

Indhold: der arbejdes både med den studerendes egen historie og med forskellige teorier omkring parrets dynamik. Der arbejdes med flere forskellige terapeutiske tilgange til at arbejde med og forstå parrets interaktion, både mere psykodynamiske og oplevelsesorienterede / gestaltterapeutiske, foruden kunstterapeutiske tilgange. Der lægges desuden vægt på at se parforholdets dynamikker ud fra tilknytningsspektivet. De studerende er på kursus 2 dage med et par Imago-terapeuter, der bliver især fokuseret på frustrationsdialogen foruden en indføring i Imago teorien. Temaet afsluttes med en skriftlig opgave, det vægtes at den studerende kan overskue feltet 'mig og den anden', dvs. kan se sin andel i konflikter, kende til typiske projektioner, og steder hvor de bremser sig selv og kører hen over den anden fx

Omfang: 37,5 lektioner

## **Vejledning på paropgaven**

Omfang: 9 lektioner

## **Parforholdsuppgave – mundtlige oplæg, med gennemgang af de vigtigste erkendelser, herunder hvilke mønstre der benyttes m.m.**

Omfang: 9 lektioner

## **Videosupervision på 7. semester**

Videosupervision især ud fra kompasserne, nærmeste udviklingszone, den studerende viser 10 min. klip til supervisionen. Alle skal aflevere det 1. videoklip og få supervision på det inden 1. Marts

For det samlede antal lektioner, se supervision, 7. semester

## **Øve terapi workshop. Færdighedstræning**

Under udarbejdelse

Indhold: der arbejdes med diverse mindre øvelser under supervision

Omfang: 15 lektioner

### **Spiritualitet og terapi, transpersonlig psykologi / Grof – under udarbejdelse**

Formål: Der undervises i ændrede bevidsthedstilstande herunder disses karakteristika.

Indhold: Der undervises i bevidsthedsudvikling bl.a. gennem meditative anvisninger, chakrasystemet, kunstterapeutiske øvelser m.m. At kunne kende forskel på ændrede (udvidede) bevidsthedstilstande og mere psykoseprægede tilstande.

Omfang: 9 lektioner (de sidste 4,5 lektioner foregår på 8. semester)

8. SEMESTER

**FÆRDIGHEDSTRÆNING, SPIRITUALITET OG TERAPI, AFSLUTTENDE KLINISK EKSAMEN (DE STUDERENDE FÅR EN SKRIFTLIG BESKRIVELSE AF EKSAMEN, BETINGELSER, PÅ HVILKEN BAGGRUND DER GIVES KARAKTERER, REEKSAMINATION, BETALING MM.) – HERUNDER VEJLEDNING OG LÆSEFERIE OG MUNDTLIG EKSAMEN PÅ BAGGRUND AF SKRIFTLIG RAPPORT**

### **Opsamling. Info om afsluttende opgave**

Omfang: 4,5 lektioner

### **Supervision på 8. semester, herunder supervision på baggrund af videoklip**

Indhold: gruppesupervision og personlig feedback på de skriftlige klientrapporter (efter hver 3. time). Videosupervision især ud fra kompasserne, nærmeste udviklingszone, den studerende viser 10 min. klip til supervisionen. Alle skal aflevere det 2. videoklip og få supervision på det inden 1. Maj. Supervisionsdelen fylder mere dette semester, da de skal til eksamen i arbejdet med en af deres klienter. Dvs. at vi bruger tid på at øve terapi på uddannelsen, hvor en medstuderende spiller deres klient, så vi ser live, hvordan deres terapi ser ud, der er video supervision, spørgsmål, gruppearbejde omkring problematik, kompasser, lærerbarede opsamlinger m.m.

Omfang: 37,5 lektioner

### **Evaluering af uddannelsen**

De studerende skal hvert semester anonymt aflevere en skriftlig evaluering af uddannelsen, dens lærere og beskrive hvorledes de synes det er at være i gruppen.

Omfang: 4, 5 lektioner

### **Opfølgning på spisebordet / spiseforstyrrelser ved Karen Bro**

Under udarbejdelse

Omfang; 4,5 lektioner

### **Vejledning af afsluttende opgave og gennemgang af video sekvens**

Omfang: 13,5 lektioner

### **Afsluttende aften med Karen Bro og Stine Holtan**

En sidste aften med kunstterapi, der bliver budnet en sløjfe i forhold til den aller første aften på PUC for 4 år siden.

Omfang: 4,5 lektioner

### **Opstart af egen praksis og praktiske spørgsmål i forbindelse hermed, skatteregler, moms m.m.**

Omfang: 13,5 lektioner

### **Eksamenslæsning**

### **Afsluttende klinisk eksamen over 2 dage**

Mundtlig eksamen på baggrund af video sekvens af omkring 25 minutters varighed samt en skriftlig redegørelse på omkring 20 normal sider (3000 enheder pr. side) omkring baggrund for interventioner samt en præsentation af klientens problematik. Der udleveres skriftlig gennemgang af eksamensform – denne gennemgås også mundtligt.

### **Færdighedstræning og supervision, også kaldet det terapeutiske rum – GENERELT PÅ OVERBYGNINGEN**

Formål

- at blive i stand til at formulere, reflektere over og udvikle egen praksis
- at få træning i at forholde sig reflekterende – på baggrund af, i begyndelsen, mindre øvelser, siden praktisk terapi (rollespil, klienter, speciale del)
- at den studerende bliver bevidst om den terapeutiske relations særlige karakter – herunder kontrakt, empati, terapeutisk alliance, modstand, overføring og modoverføring, klientens tilknytning m.m.
- at den studerende efterhånden lærer at lægge mærke til mere og mere hos klienten, adfærd, gestik, små hoveddrej, blikretning, blodgennemstrømning eller mangel på samme (ansigt, hals), vejrtrækning, hvad sproget 'siger' (billeder, indhold), således at de underliggende følelser / impulser / instinktive lag træder frem – og også kunne håndtere hvis der derimod bliver tale om mere lukning / defensive strategier.
- at den studerende tilegner sig teoretisk og praktisk erfaring med begreber som affektregulering, afstemt kommunikation, frygtmodulering, 'indsigt'
- træning i at kunne vurdere nærmeste udviklingszone
- at tilegne sig viden om at psykoterapeutisk arbejde sker ud fra et grundlæggende ønske om en ligelig og ligeværdig relation – med et asymmetrisk ansvar, hvor terapeuten tager ansvaret for rammerne, afstemningen og målet i den terapeutiske proces
- at den studerende tilegner sig viden om de etisk / moralske fordringer klient / terapeut forholdet afstedkommer

Formålet med *supervisionsdelen* er at sikre, at den studerende tilegner sig et højt fagligt kompetenceniveau indenfor arbejdsområdet – supervisionen finder sted hos to supervisorer for at sikre bredden.

I færdighedstræningen indgår dels diverse øvelser i uddannelsesregi som successivt nærmer sig "rigtig terapi", ud fra den gennemgåede metode og teori med efterfølgende procesanalyse og supervision.

Fra 6. semester skal den studerende køre to klient forløb med ikke kendte udefra kommende klienter a 15-25 timers varighed. De studerende undervises og trænes i den forbindelse i at reflektere over egen praksis. En del af denne træning foregår ved at skrive klientrapporter efter hver 3. time, i disse rapporter skal den studerende vise evne til at rapportere og evaluere, de skal desuden kunne udvise god forståelse for klientens problemstillinger og kunne sætte disse ind i et mønster der kan arbejdes med samt give forslag til interventioner. Disse rapporter superviseres af supervisor. Der er også månedlige gruppesupervisioner a 4 timers varighed (samme supervisor).

I supervisionen benyttes videoklip af sessioner som udgangspunkt for supervision, især ved 2. klientforløb

Omfang på hele uddannelsen: færdighedstræning 300 lektioner / supervision 200 lektioner

### **Timefordeling i forhold til Teori, Færdighedstræning, Egenterapi og Supervision**

Fag	I alt	PUC		
Teori og metode		450		
Færdighedstræning		150		
Egenterapi		150		
Supervision		200		
I alt		950		lektioner
Årsfag				lektioner
1. år	Teori og metode			146
	Færdighedstræning			18
	Egenterapi			50

	Supervision			40
				254
2. år	Teori og metode			101
	Færdighedstræning			30
	Egenterapi			40
	Supervision			50
				221
3. år	Teori og metode			104
	Færdighedstræning			57
	Egenterapi			20
	Supervision			65
				246
4. år	Teori og metode			110
	Færdighedstræning			49
	Egenterapi			15
	Supervision			55
				229
I alt			lektioner	950
I alt			lektioner	950

## UNDERVISNINGSFORMER

Vi sikrer os, at vi kan honorere PUCs formålsparagraf både via teori men også via undervisningsformerne – således at form og indhold understøtter hinanden.

De studerende træner og oplever processen dels via gennemgang af teori (lærerbaserede oplæg, besvare spørgsmål i grupper med efterfølgende opsamling i plenum), dels via en tilknyttet praksisdel (terapeutiske øvelser med feedback og under supervision; færdighedstræning fx rollespil) og procesterapirunderne, således at de studerende træner og oplever processen ved at engagere sig aktivt både fra "terapeutrollen" og fra "klientrollen". På den måde opnås:

- kompetence i at rumme, integrere og forstå egne reaktioner, og sekundært relatere disse til teori
- fokus på empatiske færdigheder
- stadig større indsigt i hvor klientens nærmeste udviklingszone og på hvilket niveau (autonomt, limbisk, neo-cortex) der terapeutisk skal inviteres på.
- At kunne genkende og fordybe de nuværende øjeblikke i den relationsorienterede tilgang og -kontakt.
- en stadig større forfining af egen stil og i forhold til interventioner (den studerende skal kunne give en faglig begrundelse for den terapeutiske intervention)

I procesterapirunderne får de studerende lejlighed til at spejle hinanden, spørge ind til hinanden, og se eventuelle temaer / problematikker blive taget op og arbejdet med terapeutisk. Den gruppe-terapeutiske ressource i ikke være den eneste der har det sådan. Teori og praksis foregår således på mange forskellige måder, således at udførelsen af terapi dels ses, dels læses om, dels indøves via praktiske øvelser og siden øves med udefra kommende klienter.

Undervisningsformerne er således vekslende: undervisning i plenum og i større og mindre grupper. Hertil kommer en del selvstudie uden for undervisningstiden, studiegrupper m.m.

Underviserne bestræber sig på at skabe en relation med øjenhøjde i et asymmetrisk ansvar og således både være karavaneførere og rollemodeller med hensyn til empatisk kommunikation. Underviserne anvender desuden de studerendes egne oplevelser i forhold til at arbejde terapeutisk (både lærer / studerende; og studerende / studerende imellem). Således at den studerendes opmærksomhed i situationen får optimale betingelser.

## LITTERATURLISTE

### Grunduddannelsen

#### Udviklingspsykologi – især 1-2 semester:

- Jerlang (red.), *Udviklingspsykologiske teorier*, 4. udg. 2008, kap. 2-6 og 11. **primær**
- Cullberg, J., *Dynamisk psykiatri*, Reitzel, 5. udgave 2002
- Bowlby, John, *En sikker base*, Det lille forlag 1999.
- Karsten G. Hansen, *Kompetencebarnet og den professionelle pædagog*, Forlaget Børn og Unge, 2000, s. 9-13. **Primær**
- Hart, S. & Schwartz, R., *Fra interaktion til relation*, 2008, s. 11-19. **Primær**
- Hart, S., *Den følsomme hjerne*, 2009
- Hart, S., *Betydningen af samhørighed*
- Gerhardt, Sue, *Kærlighed gør en forskel*, Dansk Psykologisk Forlag 2004. **Primær**
- Nordentoft, *Dybdepsykologi*, Frydenlund 2003.
- Miller, A., *Det selvudslettende barn*, Reitzel, 3. udgave 2008.
- Sørring, *Martensen-Larsen. Forstå dit ophav og bliv fri*, Borgen.
- Helliger, *Kærlighedens skjulte symmetri*, Borgen 2005

#### Metode især 1-4 semester

- Lowen, *Bioenergetik*, Borgen 1988. **Primær**
- Dychtwald, *Kropbevidsthed*, Borgen 2005.
- Hvid, Tove, *Kroppens fortællinger i billeder*. Modtryk 1992. **Primær**
- Hvid, Tove, *Kroppens fortællinger*
- Nystrup, *Psykotterapi*, Psykiatrifondens Forlag 1997.
- Grønkjær, *Forståelse fremmer samtalen*, Gyldendal. **Primær**
- Hougaard, E., *Psykotterapi, teori og forskning*, Dansk Psykologisk Forlag, 2. udgave 2004, kap. 12, s. 431-443.
- Ploug, B., *De psykiske centre*, Gyldendal 1990
- Skov, *Det skabende menneske*, Munksgaard 1991.
- Skov, *Kunstterapi*, Markus 2009 **Primær**
- Elverdam, *Dit kreative indre*, Politikens Forlag 1989.
- Hostrup, H., *Gestaltterapi – en indføring*, Reitzel 1999. **Primær**
- Skogemann, *Dialog med dine drømme*. **Primær**
- Arrhenius, Kristensen og Lindberg. Eventyrimetoden - en genvej til dialog med børn. Socialpædagogisk bibliotek.
- Arndal, A., *Heksen i håret - kvindelig personlighedsudvikling i eventyr*. Lindhardt og Ringhof, 1985

- Vedfeldt, O., *Drømmenes dimensioner*, Gyldendal 2007.
- Groth, J., *Drømmearbejde*, Frydenlund
- Thielst, P., *Drømmenes veje*. Gyldendal 1988.
- Bertelsen, J., *Meditation, drømme, chakrasymboler*, Borgen.
- Kast, V., *Frihedens rum*, Gyldendal 1990
- Grof, S., *Introduktion til den indre rejse...*, Borgen 1987.
- Grof, S., *Fremtidens psykologi...*, Borgen 1977.
- Grønkjær, *Jungs analytiske psykologi*, Gyldendal 2002. **Primær**
- Jung, C.G., *Erindringer, drømme og tanker*, Lindhardt & Ringhof
- Jung, *Mennesket og dets symboler*, Ringhof 2000
- Jung, *2 skrifter om analytisk psykologi*. Gyldendal 2001
- Hyde & McGuinness, *Jung for begyndere*, Roskilde bogcafé 1997
- Skogemann, P. (red.), *Symbol, analyse, virkelighed...*, Lindhardt og Ringhof 2001.
- Hougaard, E., Diderichsen, B. & Nielsen, T., *Psykoteraapiens Hovedtraditioner*. Dansk Psykologisk Forlag 1998, s. 1-129.
- Grønkjær, J.B., *Tabt, fortabt og fundet igen*, Hovedland 2006. **Primær**
- Asper, C., *Ravnen i glasbjerget*, Gyldendal 2. udg. 1994. Udsolgt. **Primær**
- Bettelheim, *Eventyrets fortryllelse*, bd. 1-2, Schønberg 1976.
- Grimm, *Samlede eventyr*
- Susanne Barman, *Eventyr metoden*
- von Franz, M-L., *Skyggen og det onde i eventyr*, Gyldendal 1993. Udsolgt fra forlag.
- Goethe, J., *Eventyret om den hvide lilje og grønne slange*, Visdomsbøgerne 2001.
- Wentzel, K., *Danmarks bedste folkeeventyr*, Ashehoug 2000.
- Høegh, C., *Eventyr leksikon*, Samlerens 1996
- Bolen, *De indre guder / De indre gudinder*. Gyldendal 1992. Udsolgt fra forlag
- Kompendium findes.
- Hougaard, E., *Psykoteraapi, teori og forskning*, Dansk psykologisk Forlag, 2. udg. 2004. Kapitel 12
- Psykoteraapi, interaktion og interpersonelle relationer, siderne: 431 – 443 (kommunikationsteori)
- Jes Bertelsen m.fl. *Empati*, Rosinante 2012
- Toustrup, Jørn Autentisk nærvær i psykoteraapi og i livet*. -Dansk psykologisk Forlag, 2006
- Joachim Bauer, *Hvorfor jeg føler det du føler*. Intuitiv kommunikation og hemmeligheden ved spejlneuroner Borgen 2006
- Kontakt og afstemning i hverdagen. Brochure fra skole- og behandlingshjemmet Skovgården
- Perry, B., *Drengen der voksede op som hund*, **Primær**
- Woitiz, *Voksne børn af alkoholikere*, Borgen (1990) 2007. **Primær**
- Beatty, *Gør dig fri af andres misbrug*, Borgen 1990.
- Forward, S., *Efter alt hvad jeg har gjort for dig*, Borgen (2. udg). 2006
- Nakken, C., *Den additive personlighed*, Forlaget eftertanke 2006. **Primær**



*Kampen for nærvær*

Davidson-Nielsen og Leick, *Den nødvendige smerte*, Reitzel 2001, 2. udg. **Primær**

Davidson-Nielsen, *Blandt løver*, Gyldendal 1999.

Aron, Elaine, *Særligt sensitive mennesker*, Borgen, 2008

### **Litteratur på den 2-årige overbygning**

Cullberg, J., *Dynamisk psykiatri*, Reitzel (1984), 1999

Hart, S., *Neuroaffektiv psykoterapi med voksne*, Reitzel 2012. **Primær**

Hart, S., *Neuroaffektiv psykoterapi med børn*, Reitzel 2011

Wennerberg, T., *Vi er vores relationer*, Dansk Psykologisk Forlag 2010

Gerhardt, S., *Kærlighed gør en forskel*, Psykologisk Forlag 2015

Bodil Claesson, *Pigen der hoppede ud af sin krop*, Reitzel 2014

Herman, *I voldens kølvand*, Reitzel 1995.

Rothschild, B., *Kroppen husker*. **Primær**

Levine, Peter, *Væk tigeren* **Primær**

Seidel, *Overgreb mod børn*, Munksgaard 1993. **Primær**

Hildebrand, *Familier med seksuelt misbrug af børn*, 2. udg., 3. oplag, Reitzel 1992

Boe, T.U. & Helen Johnsen Christie, Incest som psykologiske skade – en model for forståelse, i: Borchgrevink, T. S. & Christie, H. Johnsen (red.), *INCEST psykologisk forståelse og behandling*, Universitetsforlaget Oslo 1991, kap. 4, s. 47-69.

Strange, M., Når omsorg bliver til overgreb, i: *Psykolog Nyt*, nr. 23, dec. 1998. **Primær**

Hildebrand, *Drenge og seksuelle overgreb*, Reitzel 1994

Heller, L., & Lapierre, A., *Udviklingstraumer*, Reitzel 2014. **Primær**

Hviid, *Spiseforstyrrelser og livsappetit*, Modtryk 1996. **Primær**

Claude-Pierre, P., *Spiseforstyrrelsernes hemmelige sprog*, Borgen 2000

Crip, *Anorexia Nervosa*, Reitzel

Skårderud, *Stærk / svag en håndbog om spiseforstyrrelser*, Reitzel 2002

Skårderud, Fonagy og Sommerfeldt, Den reflekterende kroppen, i: *Mellanrommet*, 26, 2012 (6?). **Primær**

Lassen, L., *Overspisning*, Klitrose 2000

Hovgaard m.fl., *Angst og angstbehandling*, Reitzel. **Primær**

Hougaard, E., *Psykoterapi, teori og forskning*, Dansk psykologisk Forlag, 2. udg. 2004. Kapitel 10 Terapeutiske metoder rettet mod klientens problemadfærd, kun siderne: 321 – 344.

Geoffroy, M., *Hvem får stress og hvorfor*, Børsen 2007.

Prætorius, N.U., *Stress det moderne traume*, Dansk Psykologisk Forlag, 2007.

Denning, Mette, *Kan du klare alt, om følelser, følelshåndtering og stress*, Dafalo 2008

Chia, M., *Forvandling af stress til vitalitet Den helende tao*, 1996

Hougaard, E., *Psykoterapi, teori og forskning*, Dansk psykologisk Forlag, 2. udg. 2004. Kapitel 10. Terapeutiske metoder rettet mod klientens problemadfærd, kun siderne: 445 – 35 (depression)

Berge & Repål, *Lykketyvene*, Dansk Psykologisk Forlag, 2005

Gerlach, *Depression, symptomer, årsager og behandling*, Psykiatrifondet 2006. **Primær**

Gieger-Bütler, J., *De mente det jo godt*, Borgens Forlag 2005. **Primær**

Madsen, I., *Med små skridt. En håndbog om depression og stress*, Frydenlund 2009. Del 2 s. 161-250

Masterson, *Det truede selv*, Reitzel

Sørensen, L., *Smertegrænsen*, Dansk Psykologisk Forlag 2005. Kompendium forefindes – **primær**

Sørensen, L., *Særpræg, særhed, sygdom*, Reitzel (1996), 2004.

Sørensen, L., *Skam medfødt og tillært*, Reitzel 2013

Grof, C. & S., *Psyriske kriser*, Borgen 1992

Levine, P. A., *Den tavse stemme*, Gyldendals Bogklubudgave 2010

Hart, S., Neuroaffektiv udviklingspsykologi, mentalisering og meditation (kap. 17), i Hart, *Neuroaffektiv.. m voksne*, 2012.

Rydén, G., & Wallroth, P., *Mentalisering at lege med virkeligheden*, Dansk Psykologisk Forlig 2010.

Wallroth, *Mentalisering*, Reitzel 2010

Hart, S., *Dissociationsfænomener*, Reitzel 2011. **Primær /dele af den**

Hagelquist, J.Ø., & Skov, M. K., *Mentalisering i pædagogik og terapi*, Reitzel 2014.

#### Parforhold og seksualitet

Jacobsen & Visholm, *Parforholdet*, Politisk Revy, 2. udg. 2. oplag 1996. **Primær kun omkring kollusionerne**

Skov, *Helteudvikling i parforhold*, Inga 1997.

Hostrup, *Kærestebilleder*, Reitzel 1994. **Primær**

Josefsson, & Linge, *Kærligheden*, Borgen 2009. **Primær – enkelte kapitler**

Johnson, Sue, *Hold mig*, Mindspace 2014, **Primær**

Byriel, Christine, *Kom godt igennem din skilsmisse*, Atelier 1999. Udsolgt

Humle, Susse, *Skilles uden skrammer*, Ashehoug

Hendrix, H., *Kærlighed og samliv*, Borgen 1990

Simon, J.S., *Imago. Kærlighedens terapi*. Dansk Psykologisk Forlag 2005.

Seidenfaden K, Draiby.P, *Det levende parforhold*, 2007. **Primær**

Fasting, N., *Seksualitet, selvudvikling og tantra*, Borgen.

Mann, *Den hellige seksualitet*, Hovedland

Jørgensen, Anne Sophie, *Lodret menneske i en vandret verden*, Ashehoug 2003, 4-7

Chia, M. & Chia, M., *Den seksuelle puls*, Hovedland 2002

#### Praktisk terapi og generelt

Hart, S., *Neuroaffektiv psykoterapi med voksne*, Reitzel 2011

Hart, S., *Neuroaffektiv psykoterapi med børn*, Reitzel 2010

Holmes, J, *På sporet af den sikre base*, Det lille Forlag 2003

Fog, *Saglig medmenneskelighed, Grundforhold i psykoterapien*, Reitzel 1988.

Stern, D., Det nuværende øjeblik. Psykoterapi og hverdagsliv, Reitzel 2004, kap. 7-8-9 s. 122-161

Hougaard, E., *Psykoterapi, teori og forskning*, Dansk psykologisk Forlag, 2. udg. 2004. Kap. 9. Det terapeutiske forhold, p. 273-318

## Etikregler for dansk psykoterapeutforening

### § 1. Almene bestemmelser

1.1 De etiske regler er bindende for alle medlemmer af foreningen.

1.2 Psykoterapeuten skal arbejde for at fremme klientens personlige og psykiske udvikling og sundhed. Hensynet til og respekten for klienten går forud for psykoterapeutens personlige interesser.

### § 2. Forhold til klienten

#### 2.1 Tavshedspligt

Psykoterapeuten har, med de undtagelser der følger af lovgivningen, tavshedspligt vedrørende alle personlige forhold, erfaret under terapien.

Fremkommer oplysninger i terapien vedrørende personer under 18 år, der giver grund til at antage, at pågældende barn udsættes for vanrøgt eller nedværdigende behandling eller lever under forhold, der bringer barnets sundhed eller udvikling i fare, så har terapeuten pligt til at underrette de sociale myndigheder i barnets opholdskommune.

#### 2.2 Videregivelse af oplysninger

At videregive oplysninger kræver samtykke fra klienten, medmindre der foreligger en udtrykkelig undtagelse.

Samtykke skal foreligge skriftligt og angive hvilke typer oplysninger, der må videregives til hvem og til hvilket formål.

Samtykket kan altid tilbagekaldes og bortfalder efter 1 år.

Der kan videregives oplysninger, såfremt det sker til varetagelse af offentlige eller private interesser, der klart overstiger hensynet til de interesser, der begrunder hemmeligholdelse, herunder hensynet til den oplysningerne angår.

2.3 Klienten skal oplyses om sin ret til at se udtalelser, som psykoterapeuten har udfærdiget om klienten.

2.4 Samtykkeregler og vejledning vedrørende optagelse af terapi til forevisning i TV eller til anden forevisning i offentlige forsamlinger

#### 1. Samtykke:

a. Samtykkeerklæring fra klienten skal altid være skriftlig.

b. Samtykkeerklæring kan til enhver tid tilbagekaldes.

c. Samtykkeerklæring skal indeholde oplysning om formål med forevisning og målgruppe.

#### 2. Vedrørende tilbagekaldelse af samtykke:

a. Efter optagelse af terapiforløbet har klienten ret til umiddelbart at tilbagekalde samtykket uden nærmere begrundelse.

b. Klienten har ret til at få forevist den redigerede udsendelse, inden den programsættes. Efter forevisningen har klienten ret til at tilbagekalde samtykket uden nærmere begrundelse.

#### 3. Vedrørende børn og unge:

a. Samtykke fra personer under 18 år må kun modtages med tiltrædelse af indehaveren af forældremyndigheden, der har samme rettigheder som klienten.

b. Såfremt barnet tilbagekalder sit samtykke mod indehaveren af forældremyndighedens ønske, kan optagelsen ikke vises.

c. Såfremt indehaveren af forældremyndigheden ikke kan tiltræde barnets samtykke, kan optagelsen ikke vises.

d. Såfremt det drejer sig om optagelse af en familierapi, hvor en eller flere børn indgår, har hvert enkelt barn ret til at rådføre sig med en voksen udenfor familiekredsen, såvel før som under og efter optagelsen. Den offentlige forevisning må først finde sted, efter den voksne – sammen med barnet – har gennemset den færdigredigerede udsendelse og udtrykkeligt sagt god for den.

#### 4. Terapeutens forpligtelser.

a. Den terapeut, der medvirker i en terapi til offentlig forevisning, må sikre sig, at klienten forstår rækkevidden af sit samtykke, ligesom terapeuten må sikre sig, at forevisningen tjener et lødigt formål.

b. Indgår der børn i terapien, har terapeuten et særligt ansvar for, at barnets rettigheder ifølge ovenstående overholdes, samt at sikre, at terapien forløber på en sådan måde, at barnet ikke udstilles på en krænkende eller respektløs måde.

c. Det påhviler terapeuten at orientere TV- produktionsselskaber og eventuelle filmselskaber om ovenstående etikregler og vejledning, og det anbefales, at de involverede selskaber ved deres underskrift tiltræder disse regler, inden optagelserne påbegyndes.

2.5 Psykoterapeuten må indskærpe, at deltagerne i gruppeterapi iagttager tavshedspligt.

2.6 Psykoterapeuten må indskærpe, at supervisor og andre deltagere i supervision iagttager tavshedspligt.

2.7 Opbevaring af journaler, skriftlige aktstykker, bånd etc. skal foregå forsvarligt med henblik på at forebygge misbrug af materialet.

- 2.8 Optagelser/fremvisning/afspilning af lyd- og/eller videobånd, der ikke falder ind under §2.4, kræver ligeledes klientens samtykke efter reglerne fastsat i §2.4.
- 2.9 Psykoterapeuten må ikke udnytte sin stilling som terapeut til skade for klienten.
- 2.10 Seksuel omgang mellem psykoterapeut og klient må ikke forekomme.
- 2.11 En forretningsmæssig tilknytning til en klient skal undgås, hvis den kan risikere at føre til en ikke professionel kontaktform.
- 2.12 Psykoterapeuten skal henvise klienten til anden behandling, når terapeuten ikke er kompetent til arbejde med de problemer klienten har.
- 2.13 Psykoterapeuten skal oplyse klienten om, hvorvidt det er muligt at få hjælp af det offentlige uden eller med ringe udgift for klienten.
- 2.14 Har psykoterapeuten påbegyndt en terapi, er han/hun ansvarlig for at denne afsluttes på en terapeutisk forsvarlig måde, evt. ved viderehenvielse til en anden kvalificeret psykoterapeut.
- 2.15 Ovenstående bestemmelser gælder også i et terapeutisk lærer/elev forhold.

### **§ 3. Forhold til kolleger**

- 3.1 Psykoterapeuten skal vise kollegial respekt og hensynsfuldhed.
- 3.2 En psykoterapeut, der bliver opmærksom på, at et medlem af Dansk Psykoterapeutforening bryder de etiske regler, har pligt til at påpege det overfor medlemmet og rette henvendelse til Dansk Psykoterapeutforenings etikudvalg.

### **§ 4. Faglig standard**

- 4.1 Hvis psykoterapeuten har personlige problemer, der hæmmer vedkommendes arbejde med klienten, skal psykoterapeuten søge hjælp til at løse problemerne.
- 4.2 Medlemmer af foreningen forpligter sig til at holde sig fagligt ajour gennem egenterapi, supervision og deltagelse i faglige kurser.

*Ændret på den ordinære generalforsamling  
i København den 15. marts 2002*

### **Etikregler for uddannelser der er medlem af Forum for Psykoterapeutiske Uddannelser.**

1. Hvert uddannelsessted er forpligtet til at formulere egne interne etikregler. Disse regelsæt skal respektere etikreglerne i Dansk Psykoterapeutforening og The European Association For Psychotherapy (EAP).
2. De interne etikregler skal overholde følgende principper:  
Habilitets- og kvalitetsregler for uddannelsen skal sikre
  - beskyttelse af den studerendes personlige og indlæringsmæssige proces
  - habiliteten for en person tilknyttet uddannelsen, hvor pågældende har flere roller
3. Uddannelsesstederne forpligter sig til at undervise i fagets etik og i etiske dilemmaer, samt sikre at ansatte og studerende kender de interne etikregler.
4. Etiksager, der vedrører forhold på et uddannelsessted kan bringes op i Dansk Psykoterapeutforenings etikudvalg. Etikudvalgets afgørelser forpligter uddannelsesstedet såvel som ansatte, uanset disses medlemskab af foreningen. I behandling af klagesager behandles klagen efter foreningens etikregler, suppleret med det pågældende uddannelsessteds egne regler samt de her formulerede retningslinjer. Såfremt foreningens og uddannelsesstedets etikregler er modstridende eller afviger fra hinanden er Dansk Psykoterapeutforenings etikregler gældende frem for uddannelsesstedets etikregler.

5. En sagsbehandling kan udmunde i følgende reaktioner:

1. Klagen afvises som grundløs.
2. Klagen kan ikke behandles, da den ikke kan verificeres.
3. Klagen giver anledning til kritik af ledelsen af uddannelsesstedet.
4. Klagen giver anledning til at pålægge uddannelsesstedet at foretage faglige tiltag i relation til ledelse, uddannelse eller lærergruppe
5. Klagen giver anledning til at indstille til bestyrelsen, at uddannelsesstedet pålægges at fjerne en lærer eller en uddannelsesleder fra uddannelsen
6. Klagen giver anledning til at indstille til bestyrelsen, at uddannelsesstedet fjernes fra Dansk Psykoterapeutforenings hjemmeside og at uddannelsen ikke giver ret til optagelse i foreningen.

Etikudvalget fastsætter selv sin forretningsorden, herunder bestemmer hvordan en klage skal behandles og hvorledes en afgørelse skal bekendtgøres.