

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 14 v. senest opdateret den 29. november 2022

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

PUC TILBYDER EN 4-ÅRIG PSYKOTERAPEUT-UDDANNELSE I KØBENHAVN

- PUC ER TEORETISK FUNDERET I NEUROAFFEKTIV PSYKOTERAPI SOM BYGGER PÅ TILKNYTNING OG RELATION
- PUC HAR UDDANNET PSYKOTERAPEUTER I 30 ÅR I INTEGRATIV METODE.
- DEN INTEGRATIVE METODE INDEHOLDER BL.A. SAMTALETHERAPI, MINDFULNESS, KROPSTERAPI OG KUNSTTERAPI
- UDDANNELSEN ER ET TILBUD OM EN KONTINUERLIG FAGLIG OG PERSONLIG PROCES
- UNDERVISNINGEN ER SØGT TILRETTELagt UDENFOR ALMINDELIG ARBEJDSSTID.

UDDANNELSENS FORMÅL

Psykoterapeutuddannelsens formål er at uddanne de studerende i i Neuroaffektiv psykoterapi med relationelt og integrativt fokus. Således at de på forsvarlig og professionel vis, kan bestride hvervet som psykoterapeut i såvel privat såvel som offentligt regi.

Det er ligeledes et formål at uddanne i Neuroaffektiv udviklingsteori og forståelsen af nærmeste udviklingszone, så den kommende psykoterapeut på et fagligt grundlag kan vælge mellem de metoder der undervises i på uddannelsen, set i relation til klientens 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.

Formålet opnås gennem:

Teori: 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 og afstemning i gruppeprocessen. Desuden vil der i undervisningen være færdighedstræning under direkte og indirekte 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

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

Vi beder aspiranter sende følgende:

- En motiveret ansøgning (En side)
- En beskrivelse af dit livsforløb (En side)
- Dit CV
- Dokumentation for uddannelse og relevante kurser

Skriftlig dokumentation for ansøgerens opfyldelse af optagelseskriterier (F.eks. eksamensbeviser, kursusbeviser m.v.) skal vedlægges ansøgningen. Eksamensbeviser kan returneres efter at optagelsesudvalget har godkendt dem.

Når PUC har modtaget en ansøgning (se ovenfor hvad ansøgningen skal indeholde) vil ansøgeren blive indkaldt til en personlig og uddybende samtale, af ca. 1 times varighed, med 1-2 af PUC's undervisere. Samtalen tager udgangspunkt i ansøgningen, og vi vil sammen afklare eventuelle tvivlsspørgsmål. Det er også ved denne samtale, at der spørges ind til baggrund og CV, samt modenhed vurderet på bl.a. kontaktfuldhed og evne til at reflektere over egen livserfaring. Dertil vurderer vi, hvilken kvote du kan optages på. Du kan indplaceres på kvote 1, 2 eller 3, afhængig af uddannelses- og erfaringsmæssige baggrund.

OPTAGELSESKRITERIER I HENHOLD TIL DANSK PSYKOTERAPEUTFORENING'S KVALITETSKRAV:

KVOTE 1:

Ansøgeren skal have færdiggjort en relevant lang eller mellemlang videregående uddannelse af psykologisk, pædagogisk eller sundhedsfaglig karakter, som f.eks. psykolog, læge, lærer, sygeplejerske, pædagog, socialrådgiver, ergo- eller fysioterapeut eller lignende. Herudover skal ansøgeren have haft efterfølgende praktisk anvendelse af uddannelsen i minimum 3 år. Anden relevant erhvervs erfaring eller frivilligt arbejde af humanitær karakter har også betydning.

KVOTE 2:

Ansøgeren til kvote 2 skal have en professionsbachelor eller en mellemlang videregående uddannelse (3 år) der ikke er af psykologisk, pædagogisk eller sundhedsfaglig karakter. Desuden skal ansøgeren have:

- Minimum 3 års relevant erhvervs erfaring i at arbejde med mennesker.
- Dokumenteret viden om psykologiske og pædagogiske teorier (F.eks. eksamen i psykologi fra HF, master i psykologi fra en udbyder i erhvervssektoren eller lignende)

KVOTE 3:

Ansøgeren har mindre en 3 års sammenhængende uddannelse, og kan også være selvlært, iværksætter eller har egen virksomhed. Man skal kunne dokumentere uddannelse eller kursus af minimum et års længde i psykologiske teorier, f.eks. psykologi på HF B-niveau, fra højere læreanstalter eller lignende indenfor psykologi, ledelse, personlig udvikling, terapi eller supervision.

Kravene er fastlagt på baggrund af et tværministerielt samarbejde med Dansk Psykoterapeutforening.

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.

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. Desuden 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 et medlem af lærerstaben, med henblik på en dyberegående afprøvning af ansøgerens forudsætninger.

Forholdet mellem uddannelsen og den studerende reguleres overordnet af en uddannelsesaftale, der fremsendes inden mødet.

DISPENSATION:

Ansøgere med anden baggrund, kan optages efter en konkret vurdering. Dispensation kan bevilges, hvis 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.

MERIT:

Det er desuden muligt at søge om merit, 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, desuden 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 et medlem af lærerstaben med henblik på en dyberegående afprøvning af ansøgerens forudsætninger.

Forholdet mellem uddannelsen og den studerende reguleres overordnet af en uddannelsesaftale der fremsendes inden mødet.

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 udviklingspsykologi er relations-orienteret og har et helhedsorienteret menneskesyn. Metoden er integrativ og de enkelte metoder der integreres, har rødder i flere humanistisk orienterede psykoterapitraditioner.

I undervisning i neuroaffektiv psykoterapi vægtes teori, metode og selvagens ligeligt, så dette er PUC's kompas for tilrettelæggelse af studieforløbet.

Teoretisk begrebsramme

Den teoretiske begrebsramme er neuroaffektiv udviklingspsykologi, som beskrevet af Susan Hart og Maranne Bentzen: 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 terapeutenes 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 vælge interventioner der kan møde klientens problemstillinger og personlige ståsted.

Metode

På uddannelsen lægger vi stor vægt på mindfulness træning, 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 undervises også i mindfulness som del af individuel- eller gruppeteori. Der bliver ud over bevidsthedsteknikker undervist i teorier og tanker omkring 'selvet' og i transpersonlige vinkler.

Den overordnede metode er neuroaffektiv psykoterapi, som er en integrativ metode. Vi integrerer med metoder valgt på baggrund af forståelsen af de tre niveauer i Mc Leans tre-enige hjerne og de neuroaffektive læringsdomæner og -udviklingsbølger.

Dette giver baggrund for en vurdering af den enkelte persons ståsted og kompetencer, og hvorvidt der arbejdes med tidlige tilknytningsforstyrrelser og/eller senere problemstillinger, herunder chok og traumer.

Der undervises på det kropslige og autonome niveau i metoder der retter sig mod vores instinktive og sansebaserede lag fx Biologisk Traumeterapi, Relationel Traumeterapi og andet ressourcerorienteret kropsarbejde. 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.

Der undervises i karakterstrukturer med inspiration fra kropsdynamisk udviklingsteori, A. Lowen, Bodynamic, Eric Eriksson og dertil interventioner på baggrund af karakterstrukturer fra Laurence Heller og Lars J. Sørensen. Der introduceres også til Traumaterapi og intervention ved kriser, overfald, trusler, ulykker, og her undervises i SE-metoden (Somatic Experiencing, Peter Levine)

Andre metoder fokuserer på det limbiske arbejde med vores følelsesliv, tilknytning og relationelle erfaringer og kompetencer. (EFT / Emotional Focused Therapy, dramtrekanten fra transaktionsanalysen, relations-orienteret terapi har fokus på nye relations erfaringer og oplevelsen af at kunne få støtte til selvregulering.) 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 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 bevidstgøres og italesættes i en tryk relation. Således skabes af flere veje forståelsen af og erfaring med de nuværende mødeøjeblikke som beskrevet af D. Stern.

På PUC undervises også 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. 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. Der bliver ud over bevidstgørelse 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 indfølelse 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 kropsjeget 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 terapeutens 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 psykotapeut. Studierapien medvirker også til at fordybe og regulere de processer der sættes i aktiveres i et intensivt studieforløb.

Omfang: Den studerende skal gå i egen terapi ca. 15 timer/år, altså sammenlagt 60 timer – som sammen med egen terapi på uddannelse svarer til de 150 lektioner der kræves fra Dansk Psykoterautforening.. 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 1 og 2 ÅR

TEMA: TEORI. UDVIKLINGSPSYKOLOGISKE TEORIER 0-7 ÅR, TILKNYTNING, BIOGRAFI 0-7 ÅR.

Her præsenteres den studerende for en række udviklingspsykologiske teorier, som er udvalgt i forhold til den neuroaffektive teori, John Bowlbys tilknytningsteori og Daniel Sterns domæneteorier og hans forståelse af det kompetente spædbarn og betydningen af samspillet mellem barn og omsorgsperson, forståelse af narcissisme begreb for den tidlige udvikling i forhold til empati og skamregulering, Schores begreb om, foruden en gennemgang af søskende placeringens systemiske betydning. Desuden introduceres til kropspsykologiske teorier (herunder kropsdynamiske forståelse af karakterstruktur. Vi har valgt at fokusere på en kropsbaseret tilgang både i forhold til udvikling og til forsvar (Hviid/Marcher/Lowen). Dertil Ulla Ring Weekes kropslige tilgang med afsæt i det fysiologiske og direkte fokus på nervesystemet.

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.

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.

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 rig og relateringsdomæner (som alternativ til fase-teoriene) og affektiv afstemning (Stern)
- at tilegne sig viden om vækstbølgerne, kombineret med viden om hjernens udvikling og træning, og derigennem 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 øvelser af forskellig karakter: kropsovelser, kropssansnings øvelser, visualiseringer, kunstterapi, samtale (procesrunder) m.m.

Omfang: xx 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 metoder og anvendelsesområder
- 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-enige 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 gruppeproces 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 domæneteori 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

Kropsligt arbejde med centrale begreber

Formål:

- at de studerende tilegner sig forståelse og betydning af centrale begreber fra de udviklingspsykologiske og

neuroaffektive teorier, som er gennemgået i andre fag. Så den teoretiske forståelse også kan hvile i en kropsligt oplevet erfaring.

Indhold:

Gennem leg og kreativt kropsligt arbejde, vil vi arbejde med begreberne:

- Affektiv afstemning
- Spejling
- Synkronisitet.

4,5 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 (Schoore).
- 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

Narcissisme og skamudvikling (Schoe)

Formål:

- at tilegne sig viden om hvad en narcissistisk forstyrrelse vil sige
- at tilegne sig viden om skamudvikling
- 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

Kropsbevidsthed, nærværsfærdigheder 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 på uddannelsen (terapeutisk arbejde gennem øvelser og arbejde med ressourcer og kropsbevidsthed). Vi henter bla. Inspiration fra Ulla Rung-Weekes Biologiske Traumeterapi og Merete Holm-Brantbjergs relationelle Traumeterapi.

- at den studerende får en basal forståelse fore nervesystemets funktioner.
- at udvikling (følelsesmæssig og interpersonel) og integration som grundlag har koblingen mellem kropssansning, følelse og sprog
- 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 arbejde med kroppen / kropssansning / kropsøvelser, således at det bliver klarere, at stort set alle psykiske processer kan ses som grundlæggende kropsligt baserede.
- at den studerende tilegner sig viden om de bioenergetiske grundbegreber: kropspanser, energibegreb, flow, grounding
- at de studerende oplever 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 teoretisk viden om kropsterapiens anvendelsesområder
- at tilegne sig viden om metodens og at tilegne sig viden om metodens anvendelsesområder, indikation og kontraindikation

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 ikke-sproglige 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 den studerende tilegner sig viden om karakterstrukturerne, som er et tilbagevendende perspektiv. at tilegne sig viden om,
- 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. Hyper- og hyporespons.

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. Dette arbejde har reference psykodynamisk tradition, ligesom gruppe metoden har stor betydning. Omfanf 6 sider.

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 spejling i gruppeprocessen. Biografien skal perspektiveres i forhold til den læste litteratur.

Omfang: 18 lektioner

Selvagens reflekteret ind til teori.

Den studerende reflekterer over sin egen opvækst og udvikling ud fra De neuroaffektive billedbøger.

- Omgang 1/2-2 sider. Fremlægges i plenum.

Omfang: 9 lektioner

Typologi, kommunikation og gruppeproces på baggrund af MBTI-typetest.

- at de studerende tilegner sig viden om overordnede begreber som indadvendt-udadvendt,
- at den studerende tilegner sig viden om de forskellige proceskanaler – tanke, følelse, intuition og sansning.
- at de studerende får indsigt i de projektive mekanismer mellem mennesker.

Omfang: 13,5 lektioner

Selvagens selvglæde og selvudvikling

at de studerende får indsigt i dybden og bredden af selvagensbegrebet.

Omfang: 4,5 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: 4,5 lektioner

2. SEMESTER

TEMA: METODISKE FAGOMRÅDER – SOM AFSLUTTES MED EN 15 SIDERS OPGAVER, SKRIVES I GRUPPER PÅ 2-3 (se 3. semester) og 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-enige hjerne og de to første vækstbølger.

Kropsfunderet Kunstterapi

Kunstterapi er en psykoterapeutisk metode, der tager udgangspunkt i den konkrete materielle verden. En metode hvor det skabende kreative arbejde er omdrejningspunkt for terapien.

Kropsfunderet Kunstterapi tager udgangspunkt i en grundlæggende antagelse om:

- at den skabende og legende proces kan fremme vores iboende udviklende og helende kraft.
- at udforskning af kroppens reaktioner kan åbne for indsigt, vi ikke kan analysere eller tænke os frem til.
- at der er en dyb resonans og forbundethed ikke blot imellem mennesker, men også mellem mennesker omverden.

I Kropsfunderet Kunstterapi har vi særlig opmærksomhed på de anelser, fornemmelser, sansninger og bevægeimpulser, der træder frem i kroppen og i dialogen med det skabte udtryk. Vi vægter at give kroppen ordet og er opmærksomme på de fænomener, der træder frem her og nu -og ud fra antagelsen om at svar lukker og spørgsmål åbner, udsætter vi fortolkning og forklaring længst muligt.

Formål med undervisning i Kropsfunderet kunstterapi er at de studerende:

- tilegner sig viden om- og erfaring med det kunstterapeutiske felt og mulige anvendelser.
- får indsigt i og erfaring med en fænomenologisk tilgang til terapi.
- får indsigt i og erfaring med brugen af det fælles tredje.
- får indsigt i hvordan, man gennem en kropslig tilgang kan undersøge, hvad der er på færde i det indre.
- får erfaring med brugen af forskellige kunstneriske modaliteter og de materialer der er tilknyttet.
- får mulighed for gennem det kreative, legende og sansende arbejde, at erfare og tilegne sig nogle af de grundlæggende begreber i den neuroaffektive terapi som fx spejling, synkronisering, symbolisering og mentalisering

Omfang: 13,5 lektioner

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

Emotionsfokuseret terapi (EFT) samt emotionsfokuseret individuel terapi (EFIT)

Formål:

- At tilegne sig viden om det overordnede teoretiske grundlag for metoden samt dens anvendelse overfor individer og par. Herunder metodens styrke samt kontraindikationer i arbejdet med par.
- At tilegne sig viden om tilknytning mellem voksne.
- At tilegne sig viden og erfaring med den eksperimentelle metode - herunder betydningen af at arbejde med klientens/ parrets emotionelle problemstillinger her-og-nu i terapien.
- At tilegne sig viden om negative samspilsmønstre hos par og det systemiske/ interpersonelle arbejde i parterapi
- De studerende bliver undervist i teori og metode indenfor emotionsfokuseret terapi - herunder centrale interventioner i arbejdet med individer og par. Der undervises og trænes i metoden, som den er udviklet af Sue Johnson og kollegaer. Dette sker via den angivne litteratur, plenumdrøftelser, rollespil samt relevante øvelser i grupper. De studerende får desuden tilbudt et parkursus med egen partner mhp at lære om metoden og dens anvendelse ind i eget liv og parforhold.

Omfang: 9 lektioner

Transaktionsanalyse

Formål

- at gøre den studerende bekendt med et velegnet og simpelt værktøj i forhold til væsentlige rollelag, som de fleste kender til
- at den studerende undersøger hvilke roller de primært kender og hvilke former for interaktion de indgår i.
- 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

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 langtidsbelastninger.
- 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

Kropsterapi / kropsterapeutiske øvelser 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. Inspiration fra Ulla Rung-Weekes Biologiske Traumeterapi

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

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

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

Biografiarbejde 7-14 år.

Efter en introduktion til 2. væksthørens 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 gruppeprocessen. Biografien skal perspektiveres i forhold til den læste litteratur.

Omfang: 18 lektioner

3. SEMESTER – 2.ÅR

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

Her fortsætter vi med at arbejde med forskellige metodiske fagområder se 2. semester. De studerende fremlægger deres emne og opgave (15 siders gruppeopgave). Der er i dette semester fokus på traumearbejdet med forskellige fordybelsesmetoder. Fordybelsestemaet har 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. Desuden fortsætter vi med tilknytning og neuroaffektiv udviklingspsykologi (her med Schore).

Metode opgave opgave-gennemgang i grupper (15 normalsider)

OPGAVE- Metode

Efter gennemgang af metoder og teknikker, skal de studerende lave en skriftlig gruppeopgave og fordybe sig i én de terapeutiske metoder: Transaktionsanalyse, EFT-terapi, kunstterapi, drømmearbejde eller chok-traumeterapi.

Mulighed for vejledning i forbindelse med indsendelse af disposition og litteraturliste, som helt overvejende er fra læst pensum.

Opgaven skal skrives i grupper på 2-4 studerende. Længde: min. 15 normalsider – max. 30. (afhæng af gruppestørrelsen). Opgaven skal skrives med 3.000 enheder pr. side (mellemlinje tælles med). Opgaven bedømmes med hhv. bestået / ikke-bestået.

Formålet med opgaven er udover at styrke det faglige niveau og evne til at tilegne sig og formidle stoffet:

1. evne til at samarbejde (også på baggrund af gruppeopgave) og til at reflektere over sig selv og egen adfærd / mønstre m.m.
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.
4. selvagens i form af refleksion over eget udbytte af metoden.

Omfang: 20 lektioner

Fordybelse af kunstterapi og drømme.

Efter fremlæggelse af metodeopgaverne skal de studerende fordybe sig yderligere gennem nye øvelser og tilgange.

Omgang 16 lektioner

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 mindfulness, dens anvendelsesområder, indikation og kontraindikation.

Indhold: Gennemgang af teori omkring mindfulness. 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, tegning, visualisering og dialog.

Omfang: 16 lektioner under (der arbejdes løbende med mindfulness i gruppeproces)

Fødsels psykologi

Formål:

- at få kendskab til den psykologiske graviditets faser
- at få en uddybet forståelse af kroppens mere fremherskende plads i bevidstheden
- at få viden om traumatisk graviditet og fødsel
- at se sammenhæng til mulige aktiverede traumer
- at orientere sig i muligheden for terapeutisk støtte under svangerskab, under og efter fødslen
- at opleve hvordan forløbet kan genkendes i forandrings og udviklingsprocesser
- at måske få et glimt af sammenhænge mellem liv, død og livscyklussen

Indhold: Der undervises i den psykologiske graviditet og traumatisk graviditet og fødsel. Graviditetens faser og spejling ind i psykologiske udviklingsfaser. Således at de studerende også bliver i stand til at identificere grundtilstande der kan dukke op under et graviditets- og fødselsforløb.

Omfang: 4,5 lektioner

Biografarbejde

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 psykologis 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 kan her beskrive hvordan de oplever at være i gruppen og på uddannelsen.

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 der er stort 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

Evaluering af uddannelsen

De studerende skal hvert semester anonymt aflevere en skriftlig evaluering af uddannelsen, dens lærere og kan her beskrive hvordan de oplever at være i gruppen og på uddannelsen

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 tilknytningserfaringers betydning i relationsdannelse
- at styrke grupperelationen gennem deling

Indhold: Den personlige historie belyses gennem beskrivelse af disse 7 år, og i selvgangen 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.

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 kolliderer. 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, biografarbejde, 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 frys) (Ulla Rung Weeke). Dernæst lærerbaseret oplæg omkring tidlig tilknytning (med inspiration i generelle tilknytningsteorier, nervesystem og tilknytning (Gerhardt, Allan Shore) 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 stress 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.
- At lære om forsvarsmekanismer og reaktionsmønstre som følge af choktraumer, og hvordan disse sætter sig i kroppen og dermed også viser sig i billedsprog.
- At lære at bruge kunstterapi til at bearbejde traumer, afbalancere nervesystemet, og skabe basis for forandring.
- At bruge egne ressourcer og kreativitet som strategi, når man skal restituere sig efter chok-traumer.

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 samspillet 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 hypermentalisering 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 terapeutisk 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', hvorefter de studerende arbejder med deres egen historie i forhold til skam

Omfang: 6,75 lektioner

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 Sørensens 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 Sørensens 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 / krops-sansning / 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 hyper-mentalisering og pseudo-mentalisering (som ikke optræder i Wallroth)
- at udvide selvagens / forståelsen for interventioner nu på præfrontalt niveau (kompas)
- 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 Sørensen: 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 pensum. Der arbejdes med en endnu en kropsterapeutisk øvelse to 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 øvelse 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. A. Lowens og Tove Hvid.

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 forladthedsfølelser, 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 / kropssansning / 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 / borderline 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 (gruppearbejde), efterfulgt af en opsamling i pensum. 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 karakterstrukturer inspireret Alexander Loven/ Tove Hvid.

Omfang: 9 lektioner

Opfølgning på 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 karakterstrukturer. Der bliver udover over lærerbaseret oplæg af underviser 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 Tove Hvid. 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-Büttlers 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 hvert semester anonymt aflevere en skriftlig evaluering af uddannelsen, dens lærere og kan her beskrive hvordan de oplever at være i gruppen og på uddannelsen. Opsamling i plenum.

Omfang: 4,5 lektioner

6. SEMESTER

TEMAER: SPISEFORSTYRELSE, 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 SKRIFLIG EKSAMEN MED EKSTERN CENSOR – EN FORDYBELSE I DE GENNEMGÅEDE TEMAER (ANGST, DEPRESSION, BORDERLINE MODUS, SPISEFØSTYRRELSER 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

Supervision 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 Fin 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 kroppen 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 OPGAVE, SE NEDENFOR, DEUSDEN ARBEJDES MED VIDEOKLIP AF DE STUDERENDES TERAPEUTISKE SESSIONER MED DERES KLIENTER (SUPERVISION)

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 reguleringer af krop/følelse og at gøre det mindre skambaseret ud fra gruppe-proces arbejdet (genkendelse – flere der kender til det).

Omfang: 13,5 lektioner

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 intervererer 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 Lapierre (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: 1 x 4,5 lektioner gruppesupervision pr. måned, foruden godkendelse af klientrapporter,

der er videosupervision 7. og 8. semester.

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 erfaringer 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 hvert semester anonymt aflevere en skriftlig evaluering af uddannelsen, dens lærere og kan her beskrive hvordan de oplever at være i gruppen og på uddannelsen. 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

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

Omfang: 9 lektioner

Supervision på 7. og 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. Supervisions-delen 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

Øve terapi workshop: Færdighedstræning

Under udarbejdelse

Indhold: der arbejdes med diverse mindre øvelser under supervision

Omfang: 15 lektioner

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

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)

Supervision på 7. og 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. Supervisions-delen 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 kan her beskrive hvordan de oplever at være i gruppen og på uddannelsen Omfang: 4, 5 lektioner

Opfølgning på spisebordet / spiseforstyrrelser

Under udarbejdelse

Omfang; 4,5 lektioner

Vejledning af afsluttende opgave og gennemgang af video sekvens

Omfang: 13,5 lektioner

Afsluttende dag med institutleder. Opstart af egen praksis og praktiske spørgsmål i forbindelse hermed, skatteregler, moms m.m.

Forretningsplan og visioner gennem kunstterapi, der bliver bundet en sløjfe i forhold til den allerførste aften på PUC 4 år tidligere.

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.

Studieklienter

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	Ialt	PUC	lektioner
Teori og metode		465	
Færdighedstræning		155	
Egenterapi 75 int+75 ext.		80	70
Supervision		200	
I alt		900	

Årsfag			
1. år	Teori og metode	150	
	Færdighedstræning	30	
	Egenterapi	20	
	Supervision	25	
		225	
2. år	Teori og metode	120	
	Færdighedstræning	45	
	Egenterapi	20	
	Supervision	40	
		225	
3. år	Teori og metode	110	
	Færdighedstræning	35	
	Egenterapi	20	
	Supervision	60	

		225	
4. år	Teori og metode	85	
	Færdighedstræning	45	
	Egenterapi	20	
	Supervision	75	
		225	
I alt		900	lektioner

UNDERVISNINGSFORMER

Vi sikrer os, at vi kan honorere PUCs formålsparagraf både via teori men også via undervisningsformerne – så 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, så 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-præfrontalt) der terapeutisk skal inviteres på.
- At kunne genkende og fordybe de nuværende øjeblikke i den relationsorienterede tilgang og -kontakt.
- en stadig større forfinelse 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. Teori og praksis foregår derfor på forskellige måder, så udøvelsen af terapi dels ses i demonstration, dels læses beskrevet og dels indøves via praktiske øvelser, først på holdet og sidenhen øves med udefra kommende klienter.

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

Underviserne bestræber sig på at skabe en relation i øjenhøjde med et asymmetrisk ansvar og bliver således både 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

LITTERATURLISTE

Grunduddannelsen 1. og 2. år

Udviklings- og tilknytningsteori – 1-4 semester:

Hart, Susan: Neuroaffektiv psykoterapi med voksne, H. Reitzels Forlag (2012)

Marianne Bentzen: Den neuroaffektive billedbog, H. Reitzels Forlag (2014)

Marianne Bentzen: Den neuroaffektive billedbog 2, H. Reitzels Forlag (2014)

Hart, Susan & Schwartz, Rikke: Fra interaktion til relation. Gyldendal Akademisk (2008)

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

Susan Hart: *NEUROAFFEKTIV UDVIKLINGSPSYKOLOGI 1: Mikro- og makroregulering*. H. Reitzels Forlag (2016)

Susan Hart: *Fra Tilknytning til mentalisering*. H. Reitzels Forlag (2016)

Susan Hart: *Mikro- og makro-regulering*. H. Reitzels Forlag (2016)

Bowlby, John: *En sikker base*, Det Lille Forlag (1999)

Stern, D.: *Spædbarnets interpersonelle verden*. Gyldendal (2005)

Karsten G. Hansen: *Kompetencebarnet og den professionelle pædagog*, Forlaget Børn og Unge (2000)

Hart, S.: *Den følsomme hjerne*, H. Reitzels Forlag (2009)

Hart, S.: *Betydningen af samhørighed*, 2006. H. Reitzels Forlag (2016)

Rung Weeke, Ulla: *At danse med nervesystemet*. Skriveforlaget (2018)

Hvid, Tove: *Kroppens fortællinger i billeder*. Modtryk (1992)

Hvid, Tove: *Kroppens fortællinger*. Modtryk (2005)

Marcher, Lisbeth & Fich, Sonja: *Kroppens Encyklopædi*. North Atlantic Books (2014)

Lowen, Alexander: *Bioenergetik*. Borgens Forlag (2008)

Nordentoft: *Dybdepsykologi*, Frydenlund (2003)

Miller, A.: *Det selvudslettende barn*, H. Reitzels Forlag, 3. udgave (2008)

Sørring, *Martensen-Larsen*: *Forstå dit ophav og bliv fri*, Borgens Forlag (2003)

Helliger: *Kærlighedens skjulte symmetri*, Borgens Forlag (2005)

Karterud, S.: *Personlighed*, H. Reitzels Forlag (2018)

Hougaard, E.: *Psykoterapi, teori og forskning*, Dansk Psykologisk Forlag, 2. udgave (2004)

Nystrup: *Psykoterapi*, Psykiatrifondens Forlag (1997)

Metode og selvagens især 1-4 semester

Hart, S.: *Neuroaffektiv psykoterapi med voksne*, H. Reitzels Forlag (2011)

Marianne Bentzen: *Den neuroaffektive billedbog 2*, H. Reitzels Forlag (2014)

Grønkjær: *Forståelse fremmer samtalen*, Gyldendal (2012)

Grønkjær: *Jungs analytiske psykologi*, Gyldendal (2002)

Vedfeldt, O. (2007): *Drømmenes dimensioner*. Gyldendal

Hanne S. Teglbjærg: *Skabende kunstterapi*. E-bog. Aarhus Universitetsforlag (2011)

Ploug, B.: *De psykiske centre*, Gyldendal (1990)

Skov: *Det skabende menneske*, Munksgaard (1991)

Skov: *Kunstterapi*, Marcus (2009)

Elverdam: *Dit kreative indre*, Politikens Forlag (1989)

Johnson, S.: *Tilknytningsteorien i aktion*, Mindspace, (2019)

Hostrup, H.: *Gestaltterapi – en indføring*, H. Reitzels Forlag (1999)

Skogemann: *Dialog med dine drømme*. Saxo Publish (2017)

Arndal, A.: *Heksen i håret - kvindelig personlighedsudvikling i eventyr*. Lindhardt og Ringhof (1985)

Vedfeldt, O.: *Drømmenes dimensioner*, Gyldendal (2007)

Bertelsen, J., *Meditation, drømme, chakrasymboler*, Borgen (2016)

Kast, V.: *Frihedens rum*, Gyldendal (1990)

Grof, S.: *Fremtidens psykologi...*, Borgens Forlag (1977)

Jung, C.G.: *Erindringer, drømme og tanker*, Lindhardt & Ringhof (1998)

Jung: *Mennesket og dets symboler*, Lindhardt & Ringhof (2000)

Skogemann, P. (red.): *Symbol, analyse, virkelighed...*, Lindhardt og Ringhof (2001)

Groth, J.: *Drømmearbejde*, Frydenlund (2014)

Rung Weeke, Ulla: *At danse med nervesystemet*. Skriveforlaget (2018)

Ulla Rung Weeke: *Når sygdom forløser*. Borgens Forlag (2018)

Levine, Peter: *Væk Tigeren*. Borgens Forlag (2004)

Levine, Peter: *Den tavse stemme*. H. Reitzels Forlag (2011)

Levine, Peter: *Helbredelse af traumer*. Borgens Forlag (2006)

Hougaard, E., Diderichsen, B. & Nielsen, T.: *Psykoteraapiens Hovedtraditioner*. Dansk Psykologisk Forlag (1998)

Von Franz, M-L.: *Skyggen og det onde i eventyr*, Gyldendal. Udsolgt fra forlag (1993)

Arrhenius, J.: Kristensen og Lindberg. Eventyrmetoden - en genvej til dialog med børn. Munksgaard/Rosinante (1995)

Arrhenius, J.: *Psykologisk førstehjælp*. H. Reitzels Forlag (2007)

Asper, C.: *Ravnen i glasbjerget*, Gyldendal 2. udg. Udsolgt (1994)

Grimm: *Samlede eventyr*. Gyldendal (2011)

Wentzel, K.: *Danmarks bedste folkeeventyr*, Aschehoug (2000)

Høegh, C.: *Eventyrleksikon*, Samlerens Forlag (1996)

Hougaard, E.: *Psykoteraapi, teori og forskning*, Dansk Psykologisk Forlag, 3. udg. (2019)

Davidson, Richard: *Din hjernes følelsesmæssige liv*. Borgens Forlag (2012)

Jes Bertelsen m.fl.: *Empati*, Rosinante (2012)

Uvnäs Moberg, Kerstin: *Afspænding, ro og berøring*. Akademisk Forlag (2015)

Joachim Bauer: *Hvorfor jeg føler det du føler*. Intuitiv kommunikation og hemmeligheden ved spejlneuroner. Borgens Forlag (2006)

Perry, B.: *Drengen der voksede op som hund*. H. Reitzels Forlag (2019)

Gerhardt, Sue: *Kærlighed gør en forskel*, Dansk Psykologisk Forlag (2004)

Allouche, E. m.fl.: *Misbrug i psykologisk perspektiv*. Dansk Psykologisk Forlag (2022)

Woitiz, J.: *At kæmpe for nærvær*. Gyldendal (2002)

Woitiz, J.: *Voksne børn af alkoholikere*, Borgens Forlag (1990) (2007)

Nakken, C.: *Den addiktive personlighed*, Forlaget Eftertanke (2006)

Forward, S.: *Efter alt hvad jeg har gjort for dig*, Borgens Forlag (2. udg.) (2006)

J. Roesgaard Mogensen og P. Engelbrekt: *At forstå sorg - teoretiske og praktiske perspektiver*. Samfundslitteratur (2013)

Lise Trap: *Hjertebånd - at leve med sine døde*. Alfa (2013)

Davidson-Nielsen og Leick: *Den nødvendige smerte*, H. Reitzels Forlag, 2. udg. (2001)

Davidson-Nielsen: *Blandt løver*, Gyldendal (1999)

Aron, Elaine: *Særligt sensitive mennesker*, Borgens Forlag (2008)

Ammitzbøll, J., m.fl.: *Fødselsdepression-der er hjælp at få*" Frydenlund (2012)

Broden, M.: *Graviditetens muligheder*. Akademisk Forlag (2007)

Overbygningen 3. og 4. år.

Hart, S.: *Neuroaffektiv psykoterapi med voksne*, H. Reitzels Forlag (2012)

Hart, S.: *Neuroaffektiv psykoterapi med børn*, H. Reitzels Forlag (2011)

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

Allen, Jon G.: *Mentalisering i tilknytningsrelationer*, H. Reitzels Forlag (2014)

van der Kolk, B.: *Kroppen holder regnskab, Klim (2014)*

Levine, Peter: *Væk tigeren*, Gyldendals Bogklubudgave (2010)

Heller, L., & Lapierre, A.: *Udviklingstraumer*, H. Reitzels Forlag (2014)

Lyager, L og A.: *At bestige Bjerge, Klim (2015)*

Hildebrand: *Familier med seksuelt misbrug af børn*, 2. udg., 3. oplag, H. Reitzels Forlag (1992)

Bodil Claesson: *Pigen der hoppede ud af sin krop*, H. Reitzels Forlag (2014)

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

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

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

Hildebrand: *Drenge og seksuelle overgreb*, H. Reitzels Forlag (1994)

Skårderud: *Stærk / svag - En håndbog om spiseforstyrrelser*, H. Reitzels Forlag (2002)

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

Claude-Pierre, P.: *Spiseforstyrrelsernes hemmelige sprog*, Borgens Forlag (2000)

Lassen, L.: *Overspisning, Klitrose* (2000)

Arendt, M.: *Kort og godt om angst*, Dansk Psykologisk Forlag (2017)

Hovgaard m.fl.: *Angst og angstbehandling*, H. Reitzels Forlag (2008)

Grønkjær, J.: *Jalousi, skinsyge og kærlighed*. Hovedland (1987)

Hougaard, E.: *Psykoterapi, teori og forskning*, Dansk Psykologisk Forlag, 2. udg. (2004)

Prætorius, N.U.: *Stress - det moderne traume*, Dansk Psykologisk Forlag (2007)

Vesterberg, Heidi: *Hvordan jeg kom gennem stress og blev klogere af det*, Rosinante (2014)

Madsen, I.: *Med små skridt. En håndbog om depression og stress*, Frydenlund (2009)

Denning, Mette: *Kan du klare alt, om følelser, følelshåndtering og stress*, Dafolo (2008)

Chia, M.: *Forvandling af stress til vitalitet Den helende tao*, Hovedland (1996)

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

Hougaard, E.: *Psykoterapi, teori og forskning*, Dansk Psykologisk Forlag, 2. udg. (2004)

Gerlach: *Depression, symptomer, årsager og behandling*, Psykiatrifonden (2006)

Gieger-Bütler, J.: *De mente det jo godt*, Borgens Forlag (2005)

Madsen, I.: *Med små skridt. En håndbog om depression og stress*, Frydenlund (2009)

Masterson: *Det truede selv*, H. Reitzels Forlag (1999)

Sørensen, L.: *Særpræg, særhed, sygdom*, H. Reitzels Forlag (1996)

Sørensen, L.: *Smertegrænsen*, Dansk Psykologisk Forlag (2005)

Sørensen, L.: *Skam, medfødt og tillært*, H. Reitzels Forlag (2013)

Hart, S.: *Neuroaffektiv udviklingspsykologi, mentalisering og meditation, Neuroaffektiv Psykoterapi m. voksne. Gyldendal* (2012)

Rydén, G., & Wallroth, P.: *Mentalisering. At lege med virkeligheden*, Dansk Psykologisk Forlag (2010)

Wallroth: *Mentalisering*, H. Reitzels Forlag (2010)

Hart, S.: *Dissociationsfænomener*, H. Reitzels Forlag (2011)

Hagelquist, J.Ø., & Skov, M. K.: *Mentalisering i pædagogik og terapi*, H. Reitzels Forlag (2014)

Grof, S.: *Fremtidens Psykologi*, Borgens Forlag (2001)

Almaas, A. H.: *Essens*. Borgens Forlag (2003)

Grof, C. & S.: *Psykiske kriser*, Borgens Forlag (1992)

Parforhold og seksualitet

Johnson, S.: *Tilknytningsteorien i aktion*, Mindspace (2019)

Simon, J.: *Imago*, Dansk Psykologisk Forlag (2005)

Lorrie Brubacher: *Emotionsfokuseret parterapi*, Mindspace (2018)

Johnson, Sue: *Hold mig*, Mindspace (2014)

Jacobsen & Visholm: *Parforholdet*, Politisk Revy, 2. udg. 2. oplag (1996)

Skov: *Helteudvikling i parforhold*, Inga (1997)

Hostrup: *Kærestebilleder*, H. Reitzels Forlag (1994)

Josefsson, & Linge: *Kærligheden*, Borgens Forlag (2009)

Seidenfaden K, Draiby.P: *Det levende parforhold*, Lindhardt & Ringhof (2007)

Fasting, N.: *Seksualitet, selvudvikling og tantra*, Borgens Forlag (2003)

Hendrix, H.: *Kærlighed og samliv*. Borgens Forlag (1997)

Praktisk terapi og generelt

Hart, S.: *Neuroaffektiv psykoterapi med voksne*, H. Reitzels Forlag (2011)

Hart, S.: *Neuroaffektiv psykoterapi med børn*, H. Reitzels Forlag (2010)

Holmes, J: *På sporet af den sikre base*, Det Lille Forlag (2003)

Fog: *Saglig medmenneskelighed, Grundforhold i psykoterapien*, H. Reitzels Forlag (1988)

Stern, D.: *Det nuværende øjeblik. Psykoterapi og hverdagsliv*, H. Reitzels Forlag (2004)

Hougaard, E.: *Psykoterapi, teori og forskning*, Dansk Psykologisk Forlag, 2. udg. (2004)

