

## 7. SEMESTER • HOLD 21-6 - OB 4 • EFTERÅR 2024

Sidst opdateret den 24.01.24 – 7. version (Kim Nygaard • 9.+10.+11. august)

Sidst opdateret den 12.01.24 – 6. version (Temadag • 1. november • SKAM)

Sidst opdateret den 20.12.23 – 5. version (Montanagade 15B • 22.-24. nov.)

Sidst opdateret den 20.12.23 – 4. version (Kim Nygaard • 9.-11. aug.)

Sidst opdateret den 12.09.23 – 3. version (Terapeutisk lederskab II • Justering af tekst og litteratur)

Sidst opdateret den 20.07.23 – 2. version (Clairens pensionering • Undervisere • Justering af litteratur • Lokaler)

Sidst opdateret den 01.01.23 – 1. version (**Første udkast**)

### Introduktion til semesterplan

#### Forudsætninger for at deltage på 4. år

Som studerende på 4. år er det obligatorisk at gennemføre mindst ét klientforløb (der danner grundlag for 4. års hovedopgave og eksamen) og få sagssupervision herpå, samt gå i egenerapi:

- *pligt til 25 timers sagssupervision (ud over de i undervisningen indeholdte supervisionstimer) på terapeutisk arbejde med egne klienter (betaling herfor er ikke inkluderet i prisen for uddannelsen, men betales særskilt), hos én af underviserne, som hver tilbyder gruppesupervisionsforløb, se under "Semesterplaner" på [www.piaa.dk](http://www.piaa.dk). Alle medlemmer i samme træningsgruppe må ikke vælge samme supervisionsgruppe.*
- *pligt til 10 timers individuel egenerapi hos anerkendt psykoterapeut / klinisk psykolog. Betaling herfor, er ikke inkluderet i prisen for uddannelsen, men betales særskilt. Egenerapien skal forløbe ved en terapeut som ikke er underviser eller har andre (økonomiske) forbindelser til Psykoterapeutisk Institut Århus.*

Såfremt den studerende har gået i egenerapi (ved et medlem af Psykoterapeut Foreningen, autoriseret klinisk Psykolog eller psykiater) under de tre første år at uddannelsen eller tidligere, tæller dette forløb med i de samlede 20 timers egenerapi, der stilles krav om dokumentation for.

#### Tider og temaer

Undervisningen afholdes fredage og lørdage fra kl. 10.00 - 17.00, søndage fra kl. 10.00 - 16.00. Frokost afholdes kl. ca. 13.00 - 14.00. Der tages udgangspunkt i dagens undervisningstema som en vejledende overskrift for dagens forløb.

Afbud meddelelse direkte til weekendens underviser, med [info@piaa.dk](mailto:info@piaa.dk) på som Cc. Der refunderes ikke for deltagerfravær. Ret til ændring af semesterplan forbeholdes.

#### Forum

Forum fungerer primært som bibliotek og database, hvorfra der kan downloades materiale og slides.

## Litteraturangivelser & pensum

Under hvert tema er der angivet anbefalet obligatorisk og supplerende litteratur til den enkelte undervisningsweekend fra de bøger der er pensum og angivet i bunden af semesterplanen.

## Træningsgrupper og referater

Træningsgrupperne mødes (obligatorisk) minimum 4 gange pr. semester med referatpligt. I alt minimum 24 timers obligatorisk arbejde med mødepligt i træningsgrupperne. Træningsgrupperne skal arbejde med 1-2 terapeut-klient-øvepositioner hver gang de mødes, samt diskutere den obligatoriske litteratur. Møderne skal afholdes mellem de enkelte undervisningsgange og må ikke afholdes som en samlet blok hen over en forlænget weekend eller i en ferie. **Se studieordningen for struktur og formalia.**

**Fokuspunkterne** er at sætte sig ind i begrebsapparatet, samt at forholde sig personligt til det teorien - genkender jeg mig selv eller nære relationer i det læste? Hvordan påvirker det læste mig? Spørgsmål til teorien kan bringes op i plenum.

Træningsgruppearbejdet tager afsæt i form og struktur kendt fra undervisningen og gæsteklientarbejde. Vælger gruppen at arbejde med andet (evt. presserende problemstillinger), da redegøres der i referatet herfor.

Fokus for gruppereferaterne er ikke en nøjagtig og minutøs gengivelse af mødet i træningsgruppen. Fokus for gruppemedlemmernes individuelle personlige bidrag til referatet skal være:

- Hvad tager jeg med fra dette træningsgruppemøde?
- Hvad fylder mest?
- Feedback til mødeleder
- Er der noget (personligt) jeg har brug for at tage op med underviseren ved næste undervisning?

### Der afleveres gruppereferater til følgende undervisere, samt administrationen:

- Administration (Niels Møller) [info@piaa.dk](mailto:info@piaa.dk)
- Birgitte Randrup Krog [birgitte@piaa.dk](mailto:birgitte@piaa.dk)
- Kim Nygaard [kim@piaa.dk](mailto:kim@piaa.dk)
- Kristina Hermann [kristina@piaa.dk](mailto:kristina@piaa.dk)

Referaterne er en orientering til underviserne. Underviserne giver ikke eksplicit feedback på de enkelte referater. Det er gruppens/de enkelte medlemmers eget ansvar at bringe temaer/problemstillinger de oplever i gruppen ind i undervisningen på plenum. Referentens rolle er at samle de enkelte deltageres bidrag, og sende disse samlet (i alt max 3 sider a' 2.400 tegn). Indholdsfortegnelse og oversigter, samt evt. bilag, tæller ikke med i omfanget.

*Der refunderes ikke for deltagerfravær. Ret til ændring af semesterplan forbeholdes.*

**Obligatorisk Litteratur**

- Bessel A. van der Kolk, (2019), Kroppen holder regnskab
- Rienecker, L. og Jørgensen, P.S, *Den gode opgave, opgaveskrivning på videregående uddannelser*

**Supplerende litteratur**

- Ingen supplerende litteratur anført

**Gæsteklienter**

- Medbring gerne gæsteklienter – koordineres med dagens underviser

**Tema 1 - Introduktion til 4. år****Semesterstart**

Gennemgang af semesterplanen. Vi skal vælge klientkoordinator og forholde os til at alle på holdet skal have mindst et klientforløb i egen praksis. I denne forbindelse skal vi forholde os til, at supervision på egne klienter er obligatorisk (specielt som novice-terapeut). Hovedopgaven får opmærksomhed (se evt. formalia m.m. i studieordningen).

**Tema 2. – Øveklínik med fokus på kroppen i psykoterapi****Baggrund**

Al mellemmenneskelig interaktion/kommunikation kan ses og forstås i kroppens optik – lige fra spædbarnets spejling af (moderens) mimik, til den instinktive pejling vi får af den andens stivhed eller afspændthed. I terapeutiske samtaler kan det væsentligt at være opmærksom på tilbageholdt åndedræt, tomme øjne, livfuld mimik osv. Heri ligger megen information.

I den terapeutiske samtalen, skal terapeuten træne sig i at observere og involvere kropslige udtryk, og på den måde styrke sit sanseapparat og forståelse af eksempelvis kropslig bundet psykiske smerte, som det f.eks. ved PTSD.

Peter Levines postulat om at indholdet i terapien ikke er det centrale i eksempelvis arbejdet med kropslige ubalancer, men at det er regulering af nervesystemet der er det helende og virksomme element, er et godt billede på information er bibragt terapeuten, af andre kanaler end det verbalt sagte med ord. Kroppen kan fortælle noget, klienten måske ikke er bevidst om eller har ord for. Også i traditionel terapi, der i udgangspunktet ikke er traumearbejde eller kropsterapi.

På samme måde som lugtesansen ”kører uden om” intellektet, hvormed en bestemt duft eller smag, kan sendes os årtier tilbage i tid, hen til en given episode eller periode, så kan kropsterapeutisk arbejde (eksempelvis arbejde med vejrtrækning og udstrækning, jf. Wilhelm Reich) også være en meget direkte tilgang, uden om ord og intellekt, som mange af os bruger til at holde sammen på os selv og holde vores forsvar aktivt med. Det betyder, at terapeuten, ved brug af en kropsterapeutisk tilgang, har en særlig forpligtigelse til at overveje, hvilke interventioner der anvendes, hvorfor og med hvilket sigte.

Vi kan ikke tale om og arbejde psykoterapeutisk, specielt med et kropsterapeutisk perspektiv, uden at forholde os til fysisk bevægelse og natur. I psykoterapi er vi på flere måder medskaber af store som små bevægelser i klienten og os selv. Vi bliver følelsesmæssigt bevæget og både klient og terapeut bevæger sig, på flere niveauer, fra én tilstand til en anden. Vigtigheden af at bevæge sig fysisk og bruge sin krop, på en naturlig måde, eksempelvis gå, og gerne i naturen, kan ikke understreges nok. Både vores psyke og fysik forfalder, og vi mister funktioner, smidighed, udholdenhed og styrke, hvis ikke vi bruger os selv. Use it or lose it. Kombinationen af fysisk bevægelse og natur, er ganske enkelt helbredende, for både krop og sind.

### **Vi vil fokusere på 3 områder af kropsligt arbejde:**

1. Træning af observation af vejrtrækning, kropssprog, kropsholdning, muskeltonus, mimik, spændthed versus afslapning. En valid evne til at observere dette kan kun finde sted, dersom man har en rimelig fornemmelse og erfaring med disse områder og sansninger hos sig selv.
2. Kropslige øvelser der har terapeutisk mening. Det kan være øvelser som aktiverer og deaktiverer såvel det sympatiske som det parasympatiske nervesystem. Øvelser der kan fremme den retning en given terapi har på et bestemt tidspunkt. Øvelser der fremmer en sund vejrtrækning.
3. Kropsterapeutiske tilgang i terapien. Det kan være at forstærke en sansning, at kropsliggøre oplevelsen af en psykisk hæmning og arbejde med eksempelvis et meget lukket og forsvarspræget kropsholdning.

I de terapier der finder sted gennem weekenden vil vi skærpe den kropslige optik i det psykoterapeutisk arbejde. Og i de efterfølgende snakke vil vi uddybe denne optik og inddrage den læste litteratur.

**Obligatorisk Litteratur**

- Hermann, K. (2015) Du er ikke alene. En opvækst med alkoholproblemer . Muusmann forlag
  - (s.74-156.)

**Supplerende litteratur**

- Dodes, L. (2002) The Heart of Addiction. A new Approach to Understanding and Managing Alcoholism and Other Addictive Behaviors. Harper
- Allen, J.G. (2014), Mentalisering i tilknytningsrelationer – behandling af traumer med traditionel terapi, Hans Reitzel
  - (Side 27-80)
- Fog, J. (1998) Saglig medmenneskelighed. Grundforhold i psykoterapien, Hans Reitzels Forlag
  - (s.236-275)

**Gæsteklienter**

- Medbring gerne gæsteklienter – koordineres med dagens underviser

**Tema - Psykoterapeutisk arbejde med individuelle & familier med misbrug****Formål**

- Overblik over konsekvenserne ved misbrug i familien. Personligt og i familien.
- Børn, unge og voksne børn. Skader, senfølger og udviklingsmuligheder.
- Opbygning/reparation af parforholdet og forældreskabet.

Vi vil danner os et overblik over dysfunktioner og problemer i misbrugsfamilier, som du typisk vil støde på som terapeut. Gennem tilknytningsteorien og mentalisering vil vi kigge på 3 forskellige terapeutiske interventioner:

- **Arbejdet med forældre.** Etablering af sundt forældreskab for børn, der er vokset op i familier med misbrug.
- **Parforholdet efter et misbrug.** Opbygning af tillid og tryk tilknytning. Nødvendigheden af reparation efter et misbrug
- **Terapi med et voksen barn.** Arbejdet med utrygtilknytning, barndomstraumer, følelsesregulering, afvikling af barndommens overlevelsesstrategier og udvikling af nye voksenkompetencer.

**Indhold og teori**

Se angivet obligatorisk litteratur.

**Metode**

Kort oplæg fra underviseren. Undervisningen vil centrere sig omkring en forholde sig til den obligatoriske litteratur og individuelle processer. Teorien kobles til egne erfaringer og indsigter. Øvelser af terapeutiske processer, der tager afsæt i den obligatoriske litteratur, for at træne den studerendes refleksion og opmærksomhed på egne processer i relation til klient eller gruppe.

**Obligatorisk Litteratur**

- Jørgensen, Carsten René. (2018), Den Psykoterapeutiske Holdning, Hans Reitzels Forlag
- Yalom, Irvin "Terapiens essens" Åbent brev til en ny generation af terapeuter og patienter"

**Supplerende litteratur**

- Fog, Jette "Saglig medmenneskelighed", Hans Reitzels Forlag 1998.

**Gæsteklienter**

- Medbring gerne gæsteklienter – koordineres med dagens underviser

**Tema – Terapeutisk tilgang og intervention (Terapeutiske lederskab, del 2.) og gæsteklientarbejde****Weekenden er koncentreret om terapeutens samspil med klienten.**

- Hvor bliver jeg især udfordret i mit terapeutiske arbejde?
- Hvilke forsvars- og overføringsmekanismer er især udfordrende for mig?
- Hvordan viser klientens intrapsykiske besvær sig i det relationelle samspil med mig som terapeut? Hvordan interagerer jeg med det?
- Hvad lykkes jeg især med i mit terapeutiske arbejde?

**Metode**

Kort oplæg fra underviseren. Undervisningen vil centrere sig omkring en forholde sig til den obligatoriske litteratur og individuelle processer. Teorien kobles til egne erfaringer og indsigter. Øvelser af terapeutiske processer, der tager afsæt i den obligatoriske litteratur, for at træne den studerendes refleksion og opmærksomhed på egne processer i relation til klient eller gruppe. Weekenden indledes med en personlig runde, hvor alle forholder sig reflekterende til sit aktuelle psykoterapeutiske arbejde.

**Fredag d. 1. november**

**Carsten René Jørgensen**

**Auditorie: C4.41**

**VIA**

**TEMADAG**

**Ceresbyen 24**

**8000 Aarhus C**

**Klokken 10.00 – 16.30**

#### **Obligatorisk Litteratur**

- Jørgensen, Carsten René. (2023), *SKAM*, Hans Reitzels Forlag

#### **Supplerende litteratur**

- Evt. supplerende litteratur tilgår

### **SKAM - Fra værdifuldt socialt kompas til psykisk smerte**

Hvordan indkredser og forstår vi skam? Hvordan kan vi adskille skam og skyld – og skelne imellem konstruktiv og destruktiv skam?

Kan skam være en central følelsesmæssig drivkraft ved en bred vifte af psykiske lidelser – og bag destruktive processer i samtidskulturen?

Kan destruktiv skam være forbundet med svære forstyrrelser i identiteten?

Skam er en anti-terapeutisk emotion, der i udgangspunktet hæmmer kontakt med eget indre liv og med andre, den hæmmer klientens åbenhed og kontakt med terapeuten. Så hvorledes kan vi rumme, afkode og afgifte skam i det psykoterapeutiske rum?

Dette er en række af de spændende spørgsmål professor i klinisk psykologi Carsten René Jørgensen vil udfolde med afsæt i sin seneste bog: *Skam. I spændingsfeltet mellem moralsk kompas og psykisk lidelse* (Hans Reitzel 2023).



22. november

Kim Nygaard

Montanagade 15B

**Obligatorisk Litteratur**

- Rienecker, L. og Jørgensen, P. S, *Den gode opgave, opgaveskrivning på videregående uddannelser*

**Supplerende litteratur**

- Ingen supplerende litteratur anført

**Gæsteklienter**

- Koordineres med underviser

**Tema 1. – Opgaveskrivning \_ 4. års opgave**

Der er mulighed for, at holdet kan få hjælp og vejledning til at udforme problemformulering til 4. års hovedopgave, samt at få vurderet den litteratur der påtænkes anvendt i opgaveskrivningen.

23. + 24. november

Kim Nygaard

Montanagade 15B

**Obligatorisk Litteratur**

- Ingen.

**Supplerende litteratur**

- "Saglig medmenneskelighed" (Jette Fog):
  - I kapitel 10: Afsnittet "Modoverføring", side 222 – 230
  - Kapitel 14: "Terapeuten", side 355 – 377
- "Den Psykoterapeutiske Holdning" (Carsten René Jørgensen):
  - I Kapitel 10: "Kommunikationskanaler og niveauer i behandlingsrelationen", side 315 - 390

**Hjemmeopgave vedr. Tema 2.**

- Forhold dig til nedenstående spørgsmål, inden undervisningen, og skriv svarene ned til dig selv i din notesbog eller lignende. Tag afsæt i og viderefør arbejdet fra 6. semester. **Vær konkret.**

## Tema 2. - Hvad er stadig svært for mig?

### Del. 2

Vi fokuserer på og arbejder med spørgsmålet: ”Hvad er stadig svært for mig”, personligt som fagligt?

- Genbesøg og besvar spørgsmålet fra ”Hvad er stadig svært for mig”, på 6. semester, og forbind evt. spørgsmålet til de erfaringer du gjorde dig, om dig selv, ved temaer som eks. Genogram, Skam og skyld, Tab og traume, Par-weekend m.fl., samt din Fagpersonlige målsætning. **Vær konkret.**
  - Konkret, hvordan har jeg arbejdet med mit besvær og udviklingspunkter de forgangne tre år?
    - Konkret, på hvilke områder har jeg udviklet mig og styrket min bæreflade – og hvordan?
      - Konkret, hvordan opleves udviklingen af mig selv?
      - Konkret, hvordan viser udviklingen sig i mine nære relationer?
  - Hvad er mit aktuelle besvær og udviklingspunkter?
    - Hvorfor er mit besvær og mine udviklingspunkter stadig aktuelle?
    - Hvilke forsvarsmekanismer bruger jeg? - Hvordan dulmer jeg mit besvær?
    - Spørg evt. din træningsgruppe om potentielle u-erkendte ”Blinde pletter”
  - Konkret, hvordan/på hvilken måde oplever jeg, at mit besvær/mine udviklingspunkter påvirker mine nære relationer og mit terapeutiske arbejde?
  - Muligheder og begrænsninger i terapi
    - Nogle udviklingspunkter/opmærksomhedspunkter er aktuelle igennem hele livet og lader sig måske ikke opløse - men vi kan lære at håndtere vores besvær/livsomstændigheder på måder der er mere hensigtsmæssige og omsorgsfulde for os selv og andre!
      - Hvilke temaer og opmærksomhedspunkter tror jeg kommer til at følge mig livet igennem, som jeg måske skal se på med milde og kærlige øjne?

## LITTERATURLISTE 7. SEMESTER

### Pensum og anbefalinger

Under hvert tema er der angivet anbefalet obligatorisk og supplerende litteratur til den enkelte undervisningsweekend, fra pensumlisten i bunden af semesterplanen. Angivelserne under de enkelte temaer er anbefalinger, hvilket betyder, at den som studerende er velkommen til at læse litteraturen i en anden rækkefølge, hvis det giver mest mening for den enkelte studerende.

Det vigtigste er at læse pensum og tilegne sig begrebs- og analyseapparatet.

- At danner sig en integreret psykodynamisk forståelse, og bruge denne som optik for analyse og diskussion, i forhold til eget liv, terapeutisk praksis i undervisning/træningsgrupper, samt i eksamensopgaver.
- At tilstræbe en aktiv indre personlig forholden sig til pensum, samt aktivt at forsøge at forbinde ny viden fra pensum med allerede eksisterende begreber og forståelser, fra tidligere læst pensum.
- Måske er denne aktive forholdemåde den største forskel på at studerede noget, i forhold til blot (mere passivt) at læse en teoretisk tekst, men uden samtidig at forsøge at forstå sig selv og verden med den nye viden og begrebsverden. At studere er mere slidsomt end blot at læse, men det er meget mere spændende og mere lønsomt.

### Læsevejledning / Optik & analyse / Kobling af teori & praksis

Vi anbefaler vores studerende at læse litteraturen i forhold **til sig selv** og fokusere på følgende:

- Hvad er de centrale begreber - hvordan forstår I dem?
- Hvor genkender jeg overskriften på de teoretiske begreber / temaet / problemstillingen, der er omdrejningspunkt for den enkelte bog, artikel eller teori i mit eget liv?
  - Hvilke teoretiske begreber fra pensum er eksplicit/implicit i spil i mit liv?
- Træningsgruppe-medlemmerne kan med deres respektive træningsgrupper dele, hvad de er mest optaget – eller evt. ikke forstår. Del evt. jeres noter og lad jer inspirere af hinanden.
- Forberede evt. oplæg til jeres træningsgruppemøde. Det hjælper stærkt på egen forståelse at skulle formidle en given teori og begreber til andre – samt evt. forbinde og integrere nye teoretiske forståelser og begreber til allerede eksisterende teorier og begreber.

En anden mulighed er at dele med hinanden, de områder af litteraturen I hver især har som primært fokus og vil bringe i spil som analytisk optik på de terapeutiske sessioner der sker i plenum i undervisningen og dermed forbinde teori og praksis, både inde i jer selv og evt. eftersnak om en given session eller iagttagelser.

*Evt. udgået litteratur kan downloades via forum. Hvis ikke den udgåede litteratur findes på forum, skriv da en mail til Niels Møller på [info@piaa.dk](mailto:info@piaa.dk). Identisk litteratur kan gå igen og optræde under forskellige temaer. Dette er ikke en fejl.*

### Obligatorisk litteratur & Pensum

Bessel A. van der Kolk, (2019), Kroppen holder regnskab

Etikregler fra Dansk Psykologforening og Psykoterapeut Foreningen. Kan hentes på nettet (Forvaltningsret).

Giraldi, A., Graugaard, C. og Møhl, B. (2019), *Sexologi – faglige perspektiver på seksualitet*

Hermann, K. (2015) Du er ikke alene. En opvækst med alkoholproblemer . Muusmann forlag

- (s.74-156.)

Karterud, S., Wilberg, T. & Urnes, Ø (2013), *Personlighedspsykiatri*, 1. udg., 1. oplag

Eller

Cullberg, J. (2008), *Dynamisk psykiatri*, 5. reviderede udgave, 8. oplag. Hans Reitzel

Jørgensen, Carsten René. (2018), *Den Psykoterapeutiske Holdning*, Hans Reitzels Forlag

Jørgensen, Carsten René. (2023), *SKAM*, Hans Reitzels Forlag

Rienecker, L. & Jørgensen, P.S. (2010), *Den gode opgave, opgaveskrivning på videregående uddannelser*, 3. udg., 4. opl.. Samfundslitteratur

Yalom, I. (2009), *Terapiens essens*, Gyldendal, 2. udgave. Hans Reitzel

Yalom, I. (2009), *Eksistentiel psykoterapi*. Hans Reitzel

### Supplerende litteratur

Allen, J.G. (2014), *Mentalisering i tilknytningsrelationer – behandling af traumer med traditionel terapi*, Hans Reitzel

- (Side 27-80)

Dodes, L. (2002) *The Heart of Addiction. A new Approach to Understanding and Managing Alcoholism and Other Addictive Behaviors*. Harper

Fog, J. (1998) *Saglig medmenneskelighed. Grundforhold i psykoterapien*, Hans Reitzels Forlag

- (s.236-275)

Levine, Peter A. (2008), *Den Tavse Stemme*, Hans Reitzels Forlag

Skårderud, F. (1998), *Uro, Tiderne skifter*

