

Mygind
Institute



REG. PSYKOTERAPEUT

STUDIEHÅNDBOG

Den traumefokuserede
psykoterapeut uddannelse

INDHOLDSFORTEGNELSE

INTRODUKTION TIL MYGIND INSTITUTE 6

Hvordan blev vores psykoterapeutuddannelse til?.....	8
Det hele menneske	9
Skolens vision og mission	9
<i>Vision.....</i>	9
<i>Mission.....</i>	10
<i>Uddannelsens overordnede indhold.....</i>	10
<i>Transbiologisk psykoterapi.....</i>	10
<i>Sammenhæng mellem biologi og følelsesmæssig tilstand</i>	11
<i>Vekselvirking mellem teori, praksis og proces.....</i>	11
<i>Vurdering af forskellige tilstande og begrænsninger.....</i>	11
Uddannelsens formål og studieplan	12
Undervisningen	12
HM Psykoterapeutuddannelsen i et psykoterapeutisk perspektiv	13
Psykodynamisk	13
Kognitiv terapi	14
Systemorienteret terapi	14
Oplevelsesorienteret psykoterapi.....	15
Gestaltorienteret psykoterapi.....	16
Procesorienteret psykoterapi	16
Kropsorienteret psykoterapi	17
Menneskesyn	18
Konklusion	20
Primærcellen	21
Hovedretning.....	21
Det terapeutiske rum	22
Overordnet set er de fire år indholdsmæssigt struktureret på følgende måde:	25

KURSUSPLAN FOR REG. PSYKOTERAPEUT UDDANNELSEN 25

År 1: Oversigt over moduler.....	25
År 2: Oversigt over moduler.....	30
År 3: Oversigt over moduler.....	33
År 4: Oversigt over moduler.....	35
I alt indeholder uddannelsen: 1.407 lektioner/timer.....	37
Eksamen	37
Merit.....	39
Eksamen 1. år	41
Eksamen 2. år	43
Eksamen 3. år	44
Eksamen 4. år	45
Egenterapi	47
Supervision	47
Læse-/øve-/praktiske træningsgrupper.....	48
Optagelseskriterier for kurser og uddannelser	48
Kvoter	49
Selvansvar og dyb indre proces	49
Kursernes indhold	50
Grundkurset i HM TFT/EFT.....	51
Overbygningen i TFT/EFT	51
METAsundhed	52
Grundkursus i METAsundhed – Din intelligente krop (2 dage).....	53
Analytikeruddannelse i METAsundhed (12 dage i 3 moduler).....	53
TBT – Transbiologisk Traumeterapeut-uddannelse (20 dage i 5 moduler).....	54
Træningsgrupper	55
Selvrefleksion	55
Egenterapi	55
Gruppeterapi:.....	55
Klientterapi:.....	56

Færdighedstræning/øvegrupper	56
Supervision	56
Gruppesupervision	56
Selvstudie	56
En undervisningslektion	57
En terapitime	57
Godkendelser	57
Registreret psykoterapeut	58
Undervisere	58
Andre krav til underviseren.....	59
Praktisk information	59
Varighed af uddannelsen	60
Fysiske faciliteter	60
Etiske regler	60
God klinisk praksis fra FaDP.dk hjemmeside 2019	62
Kvalitetssikring.....	63
Certifikat	63
Studierådet.....	63
Orlov	64
Fravær	64
Udmeldelse.....	65
Tilmelding	65
Ansvarlig uddannelsesleder	65
Studievejleder	65
Organisation	65
Yderligere informationer og tilmelding:	65

BILAG 1: OVERSIGT OVER UNDERVISERE OG DERES CV..... 66

Bilag 1 – Underviseres CV	66
---------------------------------	----

<i>Hanne Mygind Heilesen</i>	66
<i>Lars Mygind</i>	68
<i>Linda Betsy Lundgaard</i>	71
<i>Nadia Zarling</i>	72
<i>Nina Schiøtz</i>	73
<i>Rosalina Reiter</i>	76
Litteraturliste for år 1-4 Mygind Institute.....	78

BILAG 2: LITTERATUROVERSIGT..... 78

Litteraturliste for år 1	79
Litteraturliste for år 2	80
Litteraturliste for år 3	81
Litteraturliste for år 4	82

Introduktion til Mygind Institute

Velkommen til en verden af nye ideer indenfor psykoterapi. Vi ønsker at forandre verdens syn på sygdom, sundhed, psykologi og fysiologi og sammenhængen imellem disse. Vores antagelse er, at 90 % af alle vores problemer skyldes traumer, og at en overvejende del af disse har rod før vores fødsel. Med forskning, interesse for simple og effektive løsninger og respekt for kroppens intelligens, kombineret med kroppens evne til selvhealing, epigenetik¹ og psykoterapi, har vi fokus på sammenhængen mellem miljø, krop, sind og ånd i en holistisk enhed.

Da vi hos Mygind Institute kan lide at holde os fremme i feltet med det nyeste inden for psykoterapeutiske terapiformer, har vi været de første til at introducere flere effektive følelsesforløsende teknikker og holder os løbende ajour med forskningen. I 2002 bragte vi Tankefeltterapi (TFT) og Emotional Frihedsteknik (EFT) til Danmark samt Transbiologisk Traumeterapi (TBT) i 2007 og METAsundhed (også kaldet metamedicin) i 2008. I 2019 udgav vi den danske version af den amerikanske bog "The Genie in your Genes" – på dansk "Dine geniale gener" – der præsenterer et velunderbygget og videnskabeligt fundament for brugen af energiterapi, ikke mindst TFT/EFT.

Hos os lærer du, at der er mange typer af traumer, og at størstedelen af dem kan forløses gennem psykoterapi. Vores antagelse er, at traumer manifesteres på celleplan. Vores traumemodell, kombineret med METAsundhed, som er en holistisk anskuelsesmodel om kroppens intelligens og de biologiske processer, giver dig indsigt i og en forklaring på årsagen til fysiske og psykiske symptomer. Denne viden hjælper det enkelte menneske med at fremme kroppens egne selvhelbredende kræfter. Hos Mygind Institute er vi gennem mange års erfaring med både TFT/EFT, TBT og METAsundhed blevet specialister inden for de nævnte områder. Vores psykoterapeutiske fundament er først og fremmest den organiske samt proces- og kroporienteret psykoterapi med afsæt i den humanistiske og psykodynamiske

¹ Epigenetik betyder "hinsides genetik": Det vedrører de mange faktorer, der forandrer genaktiviteten uden at ændre DNA-kæden, dvs. uden at ændre genets biokemiske struktur. Den basale tankegang i epigenetikken kommer til udtryk i den hyppige brug af formuleringer som "tænder og slukker generne", "genindpakning" og "geniklædning". Det er med andre ord ikke alene genets molekylestruktur, der spiller en rolle, men også de faktorer, der påvirker den måde, som genet kommer til udtryk på, f.eks. det biokemiske miljø og alle de faktorer, der påvirker dette miljø. Kilde: Irvin D. Yalom – Terapiens essens – side 300.



retning. Vi brænder for at hjælpe det enkelte individ med at udfolde sit fulde potentiale til egen og andres glæde.

Vi er privilegerede og taknemmelige, fordi vi får energi af det arbejde, vi har, og fordi de studerende er dybt engagerede.

Vi ser frem til at møde dig!

De kærligste hilsner

Hanne Mygind Heilesen og Lars Mygind

Hvordan blev vores psykoterapeutuddannelse til?

Vi uddannede os begge som åndedrætsterapeuter (Re-birthing a la Leonard Orr og Sondra Ray, med aspekter af holotropisk åndedrætsterapi a la Stanislov Grof) med udgangspunkt i krops- og gestaltterapien i Belgien og USA fra 1996 til 2000. Vi kommer begge fra forretningsmæssige baggrunde, men ønskede noget andet, og det var denne proces, der blev sat i gang for alvor, da vi mødte hinanden i 1997. I 1999 blev vi gift. Vi oplevede en markant forøgelse af vores livskvalitet, da vi gik i gang med at forløse traumer gennem åndedrætsterapien, og det blev startskuddet for vores anden karriere – dvs. et farvel til forretningsverdenen (henholdsvis IT og finansbranchen) og et goddag til at starte eget firma.

I de første år handlede det primært om vores egen personlige udvikling og psykoterapeutiske sessioner med klienter i egen klinik med åndedrætsterapi. Så løb vi ind i tankefeltterapien (TFT) og blev utrolig imponerede af, hvordan man kunne forløse selv dybe, alvorlige traumer med denne simple kropsorienterede teknik.

TFT blev hurtigt vores foretrukne værktøj – både til selvbehandling og i vores psykoterapeutiske klinik, da det så enkelt og effektivt hjalp klienterne til markant fremgang med deres personlige udfordringer. I dag kender de fleste det som EFT (Emotionel Frihedsteknik) eller tapping, der er betegnelsen for en udløber af TFT. Omkring samme tid stiftede vi bekendtskab med METAsundhed. METAsundhed berigede os med et holistisk verdensbillede – og hjalp os med at forstå den tætte forbindelse mellem miljø, krop, psyke og ånd. Det betyder, at vi i dag kan hjælpe mennesker, uanset deres udfordring, samtidigt med at det har styrket vores psykoterapeutiske arbejde med klienterne, især med hensyn til at kunne arbejde med udgangspunkt i de fysiske symptomer.

I Mygind Institute udviklede vores forretning sig gennem årene fra at være en psykoterapeutisk klinik, som behandlede klienters ubehag, til at være en skole, der uddannede TFT/EFT- og METAsundhedsterapeuter. Vi var samtidig åbne for nye tilgangsvinkler til effektive psykoterapeutiske sessioner, og i 2007 løb vi ind i den canadiske psykolog Grant McFetridge (The Institute for the Study of PeakStates). Hans idealistiske mål i livet er at redde menneskeheden og jorden, og hans tese er, at dette gøres bedst ved, at alle opnår en høj bevidsthedstilstand, kaldet Beauty Way. Han er af den overbevisning, at grunden til at vi ikke alle har den tilstand, er traumer. Hans forskning er derfor rettet mod at udvikle effektive værktøjer til traumeforløsning.

Vi studerede PeakStates igennem 5 år på intensiv vis, og i 2011/12 besluttede vi at lave en dansk udgave af PeakStates, som vi har kaldt Transbiologisk Traumeterapi. Årsagen hertil skal findes i, at vi ville bringe undervisning i PeakStates-teknikker til forløsning af traumer ind på vores skole, men vi ønskede et mere procesorienteret og klientcentret fokus, end PeakStates-instituttet anvender, i vores uddannelse af terapeuter.

Der har været andre væsentlige bidragsydere til skabelsen af HM Psykoterapeut, som den ser ud i dag, og disse er ikke mindst psykoterapeut MPF Rosalina Reiter, som er medstifter af uddannelsen, og psykoterapeut Kumi Just, som især har været med til at forme

METAsundhedsdelen. En anden vigtig bidragsyder er psykolog Charlotte Skeel, som tilbage i 2004 var med til at gøre vores version af tankefeltterapi mere psykoterapeutisk og psykologisk.

Akkumuleret set rummer HM Psykoterapeutuddannelsen en mangfoldighed af forløsnings teknikker og øvelser, der er integreret i en organisk og kropsorienteret psykoterapeutisk ramme, som sikrer, at der kan arbejdes med de specifikke problemstillinger, som de forskellige karaktertyper udfordres af.

Det hele menneske

Alle har ret til det gode liv – uanset hvor du er i livet, har du mulighed for at få det bedre og blive en ny, gladere og mere effektiv udgave af dig selv. Hos os kan du blive en exceptionel psykoterapeut med vores 4-årige psykoterapeutuddannelse, der indeholder, alt hvad du behøver. Du får endvidere mulighed for at praktisere som TFT/EFT-terapeut allerede efter første år på uddannelsen.

Vi ved, at du som studerende vil komme i kontakt med mange følelser i dig selv, og at du vil opleve processer, der vil være transformerende og forløsende og gøre dig i stand til at vokse i mødet med dig selv og andre. Vi giver dig pladsen til at vokse og udvikle dig med al din power, og vi støtter dig hele vejen i din proces.

Ønsker du at arbejde som psykoterapeut, er det vores mål, at du via din egen udvikling og de redskaber og teknikker, du lærer op uddannelsen, vil møde dine klienter på en respektfuld måde der, hvor de er i livet, og fra det sted tage afsæt til transformation og forløsning. Du vil som studerende tilegne dig færdigheder og kompetencer til at arbejde med bl.a.: angst, fobier, depression, stress, PTSD, udbrændthed, chok, traumer, kriser, tab, sorg, smerte og relations-, selvværds- og identitetsproblematikker. En HM Psykoterapeut er således godt klædt på til at arbejde med alle typer af udfordringer i et almindeligt menneskes liv. Der undervises også i at kunne genkende tilstande, der bedst håndteres i psykiatrien.

Skolens vision og mission

VISION

Mygind Institutes vision er at lære det enkelte menneske at følge sit hjerte, bl.a. gennem en optimering af de personlige bevidsthedstilstande. Et af de spørgsmål, som er meget aktuelt, i vores psykoterapi, er "Hvad får din sjæl til at synge?". Det er vores ønske, at alle måtte beskæftige sig med det, der netop får deres sjæl til at synge. Vores vision er at sprede viden om effektive redskaber til at forløse følelser gennem uddannelse af HM Psykoterapeuter. Desuden vil vi gerne bygge en bro, der giver mulighed for mere samarbejde mellem klienten, de pårørende, sundhedsvæsenet, det komplementære og det alternative. På denne måde mener vi, at vi opnår bedre fysisk og psykisk sundhed og mere livskvalitet for de samme

penge. Idealet er, at psykoterapi, herunder METAsundhed og traumeforløsende teknikker, bliver en integreret del af det danske sundhedssystem. Respekt, accept, kærlighed og spiritualitet er fundamentet i vores arbejde med mennesker. Vores vision for individet er, at det opnår øget autonomi og udvidelse af personlige muligheder og dermed øget frihed. Dette medfører en øget kontakt til et dybt sjæleligt aspekt af dets essens.

MISSION

Vores intention med HM Psykoterapeutuddannelsen er at nedbringe følelsesmæssige ubehag ved at hjælpe mennesker til at få den nødvendige viden og brugbare værktøjer til at komme i en tilstand af at være rolig, fredfyldt og let. Missionen er at starte med den enkelte og hermed være med til at igangsætte en bevægelse, der kan brede sig som ringe i vandet til hele jorden. Jo mere balance, bevidsthed, sundhed og ansvarlighed, der er i det enkelte individ, jo mere balance og sundhed vil jorden bevæge sig imod.

UDDANNELSENS OVERORDNEDE INDHOLD

HM Psykoterapeutuddannelsen kombinerer det bedste af det, vi har fundet på kurser og uddannelser rundt omkring i verden, med forskellige psykoterapeutiske metoder, de nyeste teknikker og redskaber, samt den klassiske psykoterapi. Denne kombination gør dig i stand til at arbejde på en måde, hvor det fysiske bindes sammen med det følelsesmæssige og det mentale – hvilket sikrer en holistisk, integrativ tilgangsvinkel. Vi kalder det Transbiologisk Psykoterapi.

TRANSBIOLOGISK PSYKOTERAPI

Denne betegnelse findes ikke i de eksisterende definitioner og beskrivelser af psykoterapeutiske retninger, men vi synes den passer præcist til den måde, vi arbejder på. Hvad betyder transbiologisk? Trans- som forstavelse til et ord kan både betyde "på eller til den anden side af", "over", "tværs over" eller "hen over" og "til en ny form eller tilstand". Når vi bruger betegnelsen transbiologisk, bruger vi det både i den første betydning, da vi ved hjælp af regression bevæger os mellem forskellige triggerøjeblikke tilbage til traumeøjeblikket, og i den anden betydning, fordi vores celler fysisk forandrer sig, når vores bevidsthed forandrer sig. Denne sammenhæng har vi meget fokus på i vores uddannelse, og vi anvender en model, der hedder primær-celle-modellen, som er nærmere beskrevet senere i studiehåndbogen. Når det er sagt, er vi ikke dem, som kigger på vævsprøver under mikroskop, men sammenhængen er studeret og beskrevet gennem talrige regressioner foretaget tilbage i den biologiske udvikling.

Effekten af virksom terapi kan måles i hjernebølger, pulsvariation, temperatur, svedafsondring, stresshormoner i spyt og proteinindhold i urin. Kognitivt forandres vores synsvinkel og oplevelse af traumet og triggere. Nogle gange får vi fred med traumet, som det er, og andre gange kommer der et helt nyt narrativ omkring oplevelsen, samtidig med at vi fysiologisk oplever en afspændthed i kroppen muskulatur – skuldrene falder ned.

SAMMENHÆNG MELLEM BIOLOGI OG FØLELSESMÆSSIG TILSTAND

Når du har gennemgået uddannelsen, vil du for alvor forstå de direkte sammenhænge mellem det fysiske, psykiske og sjælelige, og du vil mestre det at forløse traumer på celleplan.

Det er vores overbevisning, at det psykiske repræsenteres i cellebiologien. Ikke ulig Jung mener vi, at vi fødes med et blueprint (i form af fysiske skader, der er opstået undervejs i biologien, samt generationstraumer), der i større eller mindre grad "aktiveres" på godt og ondt af de personer, sammenhænge og oplevelser, vi kommer ud for i livet. HM Psykoterapeuten lærer teknikker, der kan åbne op for dette blueprint, hvorved der kan ske ændringer, der manifesteres såvel følelsesmæssigt som fysisk.

VEKSELVIRKING MELLEM TEORI, PRAKSIS OG PROCES

Man kan sige, at der er en teoretisk del, der handler om at modtage undervisning i teorier og teknikker, og der er en procesdel, der handler om den studerendes egenproces. Denne egenproces rummes og understøttes vedvarende og særligt gennem undervisningen, egenterapi, deltagelse i studiegrupper samt deltagelse på gruppesupervisioner. De studerendes fortid, aktuelle oplevelser eller udfordringer bliver inddraget i undervisningen, således at uddannelsen giver størst mulig udviklingsmæssigt udbytte for den enkelte elevs eget liv. De studerende tilegner sig under forløbet viden, færdigheder og kompetencer til at arbejde med klienter. Dette er en gradvis proces, således at de studerende måske allerede i løbet af det første år er i stand til at arbejde som HM TFT/EFT-terapeuter og have klienter. De psykoterapeutiske færdigheder udvikles gradvist over de 4 år gennem at være i et stimulerende læringsmiljø, under vedvarende supervision, gennem egenterapi og træningsgrupper samt via klientarbejdet. Det er meget individuelt, hvordan og med hvilket tempo denne proces foregår.

VURDERING AF FORSKELLIGE TILSTANDE OG BEGRÆNSNINGER

Gennem undervisningen bliver de studerende i stand til at skelne mellem sund og usund adfærd. Der indgår ikke diagnosticering af psykiatri, men der undervises i at kunne genkende tilstande, der hører hjemme i psykiatrien.

Uddannelsens formål og studieplan

De studerende på Mygind Institutes 4-årige psykoterapeutuddannelse *”HM Psykoterapeut”* undervises i Transbiologisk Psykoterapi, som er en eklektisk terapiform. Eklektisk betyder, at terapiformen indeholder metoder fra flere retninger, og transbiologisk understreger, at HM Psykoterapeut skaber forandringer, der bunder i forløsning på et biologisk plan eller på celleplan, om man vil.

Formålet med uddannelsen i Transbiologisk Psykoterapi er, at de studerende tilegner sig viden, færdigheder og kompetencer både fagligt, teoretisk og personligt, der gør dem i stand til at praktisere som psykoterapeuter med speciale i anvendelse af en kombination af værktøjer fra HM Tankefeltterapi og EFT, HM METAsundhed samt Transbiologisk Traumeterapi.

Alle 4 år er opbygget på en sådan måde, at der både undervises i de grundlæggende teorier, praktiske teknikker (TFT/EFT, META og TBT) og dybdeterapeutiske arbejdsprocesser med klienten i centrum. Den udvikling, som de studerende gennemgår i løbet af de 4 år, betyder, at de får integreret de værktøjer, der undervises i, med en grundig teoretisk og praktisk undervisning i de relevante grundlæggende teorier bag krops- og procesorienteret psykoterapeutisk arbejde. Dette er det underliggende fundament i uddannelsen.

Uddannelsen sikrer, at de færdiguddannede psykoterapeuter fra Mygind Institute kan møde og arbejde med klienter på en etisk og fagligt kvalificeret, forsvarlig måde. Færdiguddannede HM psykoterapeuter kan efterfølgende praktisere som psykoterapeuter.

De studerende tilmelder sig og forpligter sig for ét år ad gangen i henhold til en gensidigt underskrevet uddannelseskontrakt.

Undervisningen

Studieåret starter i februar/marts

Et fuldt undervisningsår består af 29-32 dage, inklusiv 5 gruppesupervisionsdage, fordelt på 5-7 moduler. Hertil kommer, at de studerende skal have 22,5 timers egenterapi, 22,5 timers klientterapisessioner givet under supervision og 22,5 timers supervision givet til medstuderende samt 22,5 timers øvegrupper – i alt ca. 300 timer og lektioner per år.

Undervisningen foregår primært i dagtimerne på hverdage og i weekender i tidsrummet mellem kl. **9.00** og **18.00**.

Der kan være mulighed for at opnå merit for enkelte moduler. I tilfælde af ønske om opnåelse af merit foretager Mygind Institute en individuel meritvurdering. I princippet fortsætter de studerende igennem alle fire uddannelsesår på det hold, som de tilknyttes ved studiestart.

I praksis kan der dog ske ændringer i holdsammensætningen. Studerende har mulighed for at vælge ikke at fortsætte deres uddannelsesforløb efter hvert år, ligesom der kan optages nye

studerende på holdet i forbindelse med optagelse på uddannelsen med merit. Fra 2021 struktureres uddannelsen i et 2-årigt grundforløb og en 2-årig overbygning. I forbindelse med merit skal der foreligge dokumentation for det, der gives merit for. I visse tilfælde kan der blive tale om, at ansøger aflægger praktisk prøve.

Det er først muligt at gå til eksamen, når man enten har deltaget i eller opnået merit for alle moduler på det pågældende år. Ligeledes skal eksamen være bestået på et foregående år, før man kan gå til eksamen på et efterfølgende undervisningsår. Inden start på et nyt studieår skal man aflevere sin dokumentation for, at man har opnået 22,5 time i hver af kategorierne egenterapi, givet supervision, klientsessioner under supervision samt øve/udveksling. Der kan i mindre omfang dispenseres for antallet af timer, således at man opnår manglende timer på et efterfølgende år (ca. 10%).

Modulerne og årene skal tages i den rækkefølge, der er beskrevet i studieplanen. Der kan i særlige tilfælde dispenseres herfor. Hvis man for eksempel bliver syg og ikke kan færdiggøre et modul, kan man tage modulet det efterfølgende år. Der kan også være andre særlige forhold, der gør, at man har brug for at udskyde et modul. Ansøgning om dette skal ske skriftligt til skolen, der vurderer det enkelte tilfælde.

HM Psykoterapeutuddannelsen i et psykoterapeutisk perspektiv

Psykoterapi er en emotionelt ladet, fortrolig interaktion mellem en uddannet psykoterapeut og en aktiveret person, dvs. det kan betragtes som en samarbejdsrelation mellem en klient og en terapeut. Ifølge Dansk Psykologforenings regler om videreuddannelse i psykoterapi, defineres målet for psykoterapien, at klienten opnår øget autonomi og udvidelse af personlige muligheder, symptomlindring og bedre psykisk og social funktion. Vi er enige med Dansk Psykologforening i deres definering og mener, at et væsentligt element er at hjælpe klienten til at blive i stand til at elske og acceptere sig selv ubetinget med alle sine personlige udfordringer, sin historie, fortællinger og eventuelle manglende færdigheder.

I det følgende vil vi give en kort diskussion af retningerne i HM Psykoterapeut set i forhold til psykoterapiens hovedretninger.

Psykodynamisk

Denne del af psykoterapien udspringer af Freud og hans teorier om den tidlige barndoms betydning for personlighedens udvikling og etablering af forsvarsmekanismer. Ifølge Freud rummer mennesker 3 dele, nemlig "det'et" som er sæde for drifterne og de ubevidst erindringer, "jeg'et" som indeholder rationelle og kognitive/erkendelsesmæssige processer, og "overjeg'et", som afspejler forældrenes formaninger og krav.

I HM Psykoterapeut er vores udgangspunkt, at en ikke ubetydelig andel af den enkeltes traumemasse har sin rod før fødslen. Det betyder, at de ting, vi får frem i terapien om

barndommen, er udtryk for triggere, og altså reaktivering af skader, som er sket tidligere i den biologiske udvikling samt i generationerne. I den oprindelige psykoanalyse handlede det meget om at få forløst de seksuelle frustrationer og angst, der var grundlagt af konflikter med de primære omsorgspersoner som følge af deres krav og formaninger.

Freud havde også fokus på forsvarsmekanismer, som bl.a. intellektualisering, fortrængning og projektioner, som i HM Psykoterapeut er så aktuelle som nogensinde før. Freud definerede neurosen som et kompromis imellem forbudte drifter og forsvarsmekanismer, hvor gevinsten var angstreduktion. Sekundærgevinsten er de efterfølgende fordele, f.eks. arbejdsfritagelse eller omsorg fra andre. Freud mente, at den intellektuelle forståelse af og bevidstgørelse omkring egne seksuelle frustrationskonflikter ville forløse personen.

I vores uddannelse er bevidstgørelse en god ting, men ikke altid en forudsætning for forløsning af det bagvedliggende traume. Hvor Freud har stor fokus på de seksuelle drifter, bringes kroppen/det biologiske ikke ind i den praktiske forløsningsproces i den traditionelle psykoanalyse. Hos Freud bliver det mere en mentaliseringsproces, som foregår i den del af os, vi i HM Psykoterapeut kalder tænkehjernen. I HM Psykoterapeut arbejder vi med at bringe alle kroppens intelligenser i spil og opnå en forløsning, der går igennem det sjælelige og det biologiske plan. Mere om dette og vores model af hjernen senere.

Kognitiv terapi

Den kognitive terapi tager sit udgangspunkt i arbejdet med den mentale tankeproces samt hjernens strukturer omkring informationsbearbejdning som en forløser af emotionelle problemer. I HM Psykoterapeut er det vores udgangspunkt, at dynamikken oftest vender den anden vej – dvs. gennem arbejdet med kroppens fysisk følte symptomer og hjertets intelligens sker forløsning af de emotionelle problemer, og først herefter kan der ske en kognitiv forståelse og omrokering af hjernens strukturer i henhold til denne nye forståelse.

I klinikken ser vi det ofte som et markant skift i klientens energi – der opstår en følelsesmæssig lethed, som ofte ledsages af smil, latter, fred og saglighed. Den kognitive terapi er karakteriseret ved kortere og mere resultatorienterede forløb, end man ser indenfor traditionel psykoanalyse, hvor forløb typisk strækker sig over flere år. På denne måde har HM Psykoterapeut noget til fælles med den kognitive terapi, idet vi tilstræber en optimal balance mellem proces og resultat.

Systemorienteret terapi

Denne terapiform knyttes ofte sammen med familieterapi, men den kan også foregå med fokus på individet. Herunder indgår kommunikationsterapien, der igen rummer bevidstgørelse omkring de ord, klienter bruger, samt deres kropssprog, som bærer af kommunikation. HM Psykoterapeuts udgangspunkt er, at en minimal del af den enkeltes

kommunikation findes i de talte ord. Langt den overvejende del af kommunikationen findes i kropssproget og kropsholdningen. HM Psykoterapeuten trænes i at spotte uoverensstemmelser i den verbale kommunikation og kroppens udtryk, såkaldt dobbeltbinding. Eksempler på dette er klienter, der smiler, når de taler om sorg eller vrede, eller klienter, der siger "ja" og samtidigt ryster på hovedet. HM Psykoterapeuten trænes også i at se, om der er kropslige blokeringer, der forhindrer klienten i at mærke sit ubehag – de fysiske følte symptomer, eller kropspositioner, der hindrer kontakt til de dybere emotionelle lag, hvorved traumeforløsning vanskeliggøres.

Den mest udbredte form for systemorienteret terapi er familieterapien, hvor individet ses som en del af et system. Afarter af familieterapien bringes i anvendelse indenfor HM Psykoterapeut, når det handler om sessioner med børn, hvor vi ser børnene som bærer af forældrenes problematikker. Her vil vi gerne have forældrene i terapi, således at de bliver rolige, fredfyldte og lette omkring barnets udfordring. Her arbejder vi på at neutralisere de psykiske forbindelser mellem forældre og børn, der er traumebaserede (vi kalder det for "kroge").

På det individuelle plan arbejdes der også systemisk med kroppens ni intelligenser – hvor man kan belyse, undersøge og forløse et problem forskellige steder i klientens kropsintelligenser. Målet er her at opnå harmoni, balance og tilfredshed i hele kropsbevidstheden, så man fremstår som et helt menneske, der kan være centreret og balanceret i sine valg og kommunikation/relationer til andre. De 9 kropsintelligenser, vi arbejder med, ses her som en familie, hvor der overordnet set skal være en enig og fælles forståelse.

Oplevelsesorienteret psykoterapi

Denne klasse af psykoterapi udspringer af den emotionsfokuserede terapi (Eugene Gendlin) med rod i humanistisk-eksistentiel teoridannelse. Der er 2 hovedretninger, nemlig den klientcentrerede, som udspringer af Carl Rogers arbejde i 1940'erne, og gestaltterapien som udspringer af Perls i 1940'erne. Den væsentligste forskel på de 2 retninger er brugen af terapeutiske greb og iscenesættende teknikker eller et fravær af disse, hvor Rogers står som fortaler for sidstnævnte. I HM Psykoterapeut er vi oplevelsesorienterede i vores tilgang – vi er dog mere intervenserende end, hvad Rogers stod for. I mødet med klienten er vi optaget af dennes oplevelse af begivenheden her og nu, samt hvilke fysisk følte fornemmelser der er forbundet hermed og deres emotionelle budskab.

Kritikere vil kunne beskyjde os for at være "fikse"-terapeuter, idet vi er meget fokuseret på forløsning af specifikke traumer og gerne ser, at klienten under sessionen har opnået en tilstand af at være rolig, fredfyldt og let. Man kan også hævde, at man som HM psykoterapeut har et projekt med sin klient, som kan stå i vejen for en helt åben proces. Problemet opstår der, hvor man som terapeut ikke accepterer, at klienten ikke er klar til at slippe ubehaget og har brug for at bevæge sig i sit eget tempo.

Når vi har ro i tankerne, fred i hjertet og lethed i kroppen, er vi vores utraumatiserede selv, eller det man kan kalde "det højere selv", hvor der sker en udvidelse af de personlige muligheder og den personlige frihed. På denne måde opnås bedre kontakt til et dybt sjæleligt aspekt af ens essens. Når det er sagt, sker det, at man ikke når frem til en tilstand af at være rolig, fredfyldt og let i sessionen, og så ved man som HM Psykoterapeut, at der er mere arbejde at gøre omkring problemstillingen, hvis klienten er villig til det.

Gestaltorienteret psykoterapi

Gestaltterapi er defineret som en oplevelsesorienteret psykoterapi, hvor man beskæftiger sig med det, der betyder noget i ens liv - her og nu. I terapien arbejdes med de ting man oplever, uden at fortolke/dømme. Herved får man mulighed for selv at erfare, hvad hver enkelt oplevelse betyder. Perls var grundlægger af gestaltterapi, hvor "gestalt" kom fra gestaltpsykologien. Ifølge teorien kan kontaktprocessen afspores af forældrenes krav i barndommen, hvilket medfører, at personen spiller overfladiske eller selvfornektende roller. Det er et mål i terapien, at klienten bringes til at leve her og nu i kontakt med sine aktuelle oplevelser, behov og følelser.

Perls er kendt for at have sagt: "Loose your mind and come to your senses." Der er lighedspunkter til den måde, vi arbejder på i HM Psykoterapeut – vi tager udgangspunkt i det, der opleves her og nu uden at fortolke eller dømme. Vi har fokus på det, der fører til, at vi spiller roller, og afdækker og forløser de traumer, der forårsager dette. Når det kommer til "mind and senses", går vi ind for, at man i det daglige finder en balance imellem tænkehjernen (hovedet), følelhjernen (hjertet) og kropshjernen (kroppen). En tilstand af balance er netop karakteriseret ved en balance og et ubesværet flow imellem kroppens intelligenser. I HM Psykoterapeut oplever vi dog ofte, at tænkehjernen "blander sig" og på denne måde kan stå i vejen for en dybere forløsning. Dette kan takles med simple øvelser, som HM Psykoterapeuten lærer at benytte. I HM Psykoterapeut er det således normalt følelhjernen, vi gerne vil kommunikere med, medmindre der arbejdes specifikt med forløsning af traumer i tænkehjernen og kropshjernen. Nogle af de mest almindelige traumer, vi ser her, er overbevisninger, associationer, fordømmelser og projektioner.

Procesorienteret psykoterapi

Den procesorienterede psykoterapi hører også til den oplevelsesorienterede psykoterapi. Vi ser en del lighedspunkter med den procesorienterede psykoterapi, idet vi i HM Psykoterapeut er særdeles fokuserede på, at det, der udtrykkes i kroppen, er centralt i forhold til at forløse klientens ubalancer, sjælelige sår, tab og længsler samt eksistentiel ensomhed. Den procesorienterede psykoterapi anvender begrebet kropslig resonans, og det giver dyb genklang i HM Psykoterapeut, hvor klientens indre landkort afspejles i kroppens fysiske følte symptomer. HM Psykoterapeuten anvender de fysiske følte symptomer som pejlepunkter i forhold til, hvilke terapeutiske redskaber der benyttes til forløsning af klientens problemstillinger.

Den Procesorienterede terapeut benytter egen krop – f.eks. i forbindelse med katalyserende, mobiliserende og nærende berøring i sessioner. HM Psykoterapeuten benytter også kropslig berøring, f.eks. når der anvendes TFT/EFT og i forbindelse med grounding-øvelser. Begge dele anses som værende basale og uundværlige i vores terapiform. Centralt er også HM Psykoterapeutens støtte til klienten, at være med nærvær og kærlig tilstedeværelse i sine oprindelige fysiske følte symptomer, hvorved traumer kan forløses. Den tilstand, der sigtes efter, er en tilstand af følelsesmæssig neutralitet – udtrykt ved ro i hovedet, fred i hjertet og lethed i kroppen. Hertil kommer en fornemmelse af at være fysisk ekspanderet og lysende, når forløsningen er gået til det dybest mulige niveau – et stadie der har rødder før fødslen.

Kropsorienteret psykoterapi

Her kommer Alexander Lowens Bioenergetik ind. Han var uddannet hos Wilhelm Reich, men efter en del år skabte Lowen sin egen retning, der udspringer af Reichs kropsorienterede terapi. Ifølge Bioenergetikken er kroppen central. Mennesket er sin krop, og det handler om at finde en balance mellem at blive ladet op og at blive afladet, således at energien kan flyde frit og uhindret i kroppen. Når følelser ikke udtrykkes frit, kan dette ikke ske, og der opbygges spændinger og muskelpanser. Disse spændinger kan forløses gennem forskellige kropslige øvelser, bl.a. åndedrætsøvelser, TRE og Dearmouring.

I de sessioner, der beskrives af Lowen, er det klart, at han i forbindelse med sine sessioner med Reich regredierede tilbage til begivenheder i den tidlige barndom². I HM Psykoterapeut anvender vi også regression, hvor rækkefølgen på sin vis er omvendt, idet vi med udgangspunkt i klientens problemstilling bringer dennes opmærksomhed hen på, hvilke fysiske følte symptomer, der er forbundet med den givne konflikt – f.eks.: Hvordan føles det i din krop, når du tænker på, at din far slog dig? Herefter guides klienten til at regrediere tilbage til første gang, klientens krop oplevede netop dette. Vores erfaring er, at klienter langt fra altid er bevidste om, hvilken begivenhed der ligger som den allertidligste, men deres krop husker det, fordi der er en cellulær hukommelse. Den manglende bevidste erindring er også et resultat af, at mange problemstillinger grundlægges i forbindelse med den biologiske udvikling, før klienten bliver født. Klienten støttes i at være i netop det tidligste traumeøjeblik med en selvkærlig energi og accept. Det er tilstedeværelsen i det, vi kalder det frosne øjeblik, der bringer forløsning. Den selvkærlige energi og accepten er blot medvirkende til at speede forløsningen op.

I HM Psykoterapeut mener vi, at der er en tæt sammenhæng mellem tanken i hovedet, følelserne i hjertet og det, der sker fysisk i kroppen. Ubalanceret et af stederne vil afspejles på de øvrige planer. Vi anvender METAsundhed, der er en detaljeret model, hvormed HM Psykoterapeuten ud fra de fysiske symptomer eller ubalancer, som klienten oplever, kan finde

² Alexander Lowen – Bioenergetik, side 16.

frem til, hvilke følelsesmæssige konflikter der skal bearbejdes, for at der kan ske forløsning fysisk og følelsesmæssigt. METAsundhedsmodellen har en detaljeringsgrad, der er langt mere omfattende end det, vi kender fra f.eks. Louise Hays bøger.

Vores erfaring er, at ikke alle klienter er klar til at arbejde med kroppens symptomer, ligesom heller ikke alle er klar til at regrediere tilbage til før fødslen med henblik på at opnå forløsning af et problem i nutiden. HM Psykoterapeuten kan i disse tilfælde vælge andre værktøjer, der ikke på samme måde udfordrer klientens overbevisninger om virkeligheden, og hvad der kan lade sig gøre – f.eks. tankefeltterapi og den traditionelle psykoterapeutiske samtale. Hvis det handler om en klient, som sidder fast i eksempelvis frygt med højt ubehag, kan det at være i kontakt med nærende eller katalyserende berøring eller anden form for grounding via en værenskontakt nedsætte angstniveauet, så der er mulighed for at genfinde fodfæste og dermed forsætte processen.

Menneskesyn

Vores menneskesyn tager afsæt i Carl Jungs model af psyken for så vidt angår ideen om delpersonligheder. Ifølge Jung består psyken af en samling af delpersonligheder, der samlet set udgør psyken. Psyken anses som værende et selvregulerende system, som stræber imod en balancering af modsatrettede kvaliteter med henblik på personlig vækst – en proces han kaldte individuering.

Overordnet set er Jungs ide om en delpersonlighed, der rummer skyggesiderne – altså de sider man som menneske ikke vil kendes ved og derfor ofte deponerer i andre, særdeles aktuel i HM Psykoterapeut. Med vores fokus på traumerne som værende årsag til manglende trivsel og vores konkrete anvendelse af en række forløsnings teknikker i psykoterapien, er det målet at bringe lys ind i disse aspekter, der ofte er gemt i skyggesiderne. Her er det HM Psykoterapeutens væsentligste opgave at hjælpe sine klienter herind, således at de i sessionerne bliver i stand til at være tilstede i "skyggerne" med kærlighed og accept, hvorved der kan ske en integration. Det er vigtigt at forstå, at det er meget individuelt, hvad det enkelte menneske har deponeret i skyggen. Nogle har således gemt de gode egenskaber her og præsenterer en svagere og mere "glansløs" udgave af sig selv, som afholder dem fra at individuere med succes i livet. Omvendt viser andre gerne deres omnipotente selv, men skjuler de dele af sig selv, de opfatter som svage eller mindre attraktive.

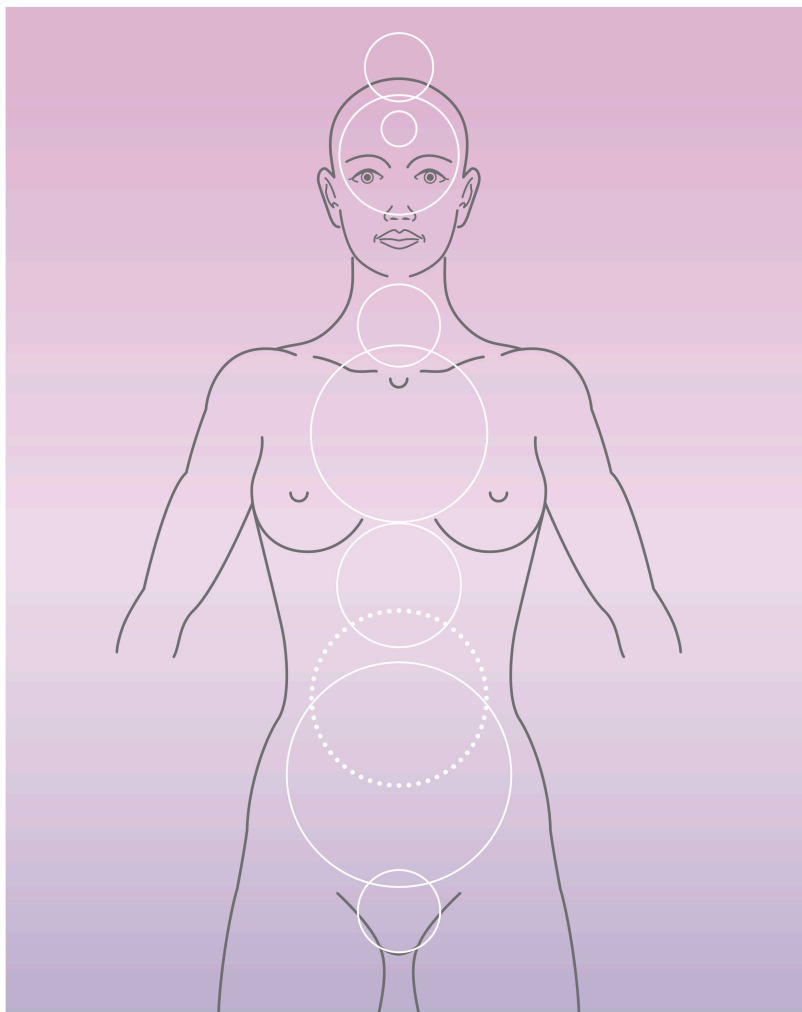
Rent praktisk benytter vi os af en model, hvor det antages, at mennesket rummer 9 delpersonligheder eller bevidstheder, der har hver sin funktion/opgave i forhold til organismen. Der er 3 store: henholdsvis tænkehjernen, følehjernen og kropshjernen, som også er beskrevet af den amerikanske læge og neurospecialist Paul Maclean, og det er ofte disse 3, der er i spil i det psykoterapeutiske arbejde. Vi kalder dem de 9 hjerner, men det er mere præcist bevidstheder med forskellige personligheder og dagsordener. De 3 store kan dog relateres til vores fysiske hjerne, idet tænkehjernen er den nye del af hjernen, neo-cortex, og står for det logiske, rationelle og fornuftsbaseret. Hjertehjernen kan relateres til det limbiske system og varetager vores følelser. Kropshjernen kan relateres til den gamle del af

hjernen og kaldes ofte for krybdyrshjernen/hjernestammen. Denne bevidsthed er primært optaget af organismens overlevelse.

Oversigt over de 9 bevidstheder:

- *Buddhahjerne*
- *3. øje-hjerne*
- *Tænkehjerne*
- *Rygradshjerne*
- *Hjertehjerne*
- *Solar plexus-hjerne*
- *Moderkagehjerne*
- *Kropshjerne*
- *Perineumhjerne*

De ni bevidstheder må ikke forveksles med chakraer, som er noget andet. Når vi arbejder med projektioner anvender vi helt konkret disse hjernebevidstheder, ligesom de er et væsentligt led i arbejdet med relationer til andre samt i roller, det som Jung kalder "Persona".

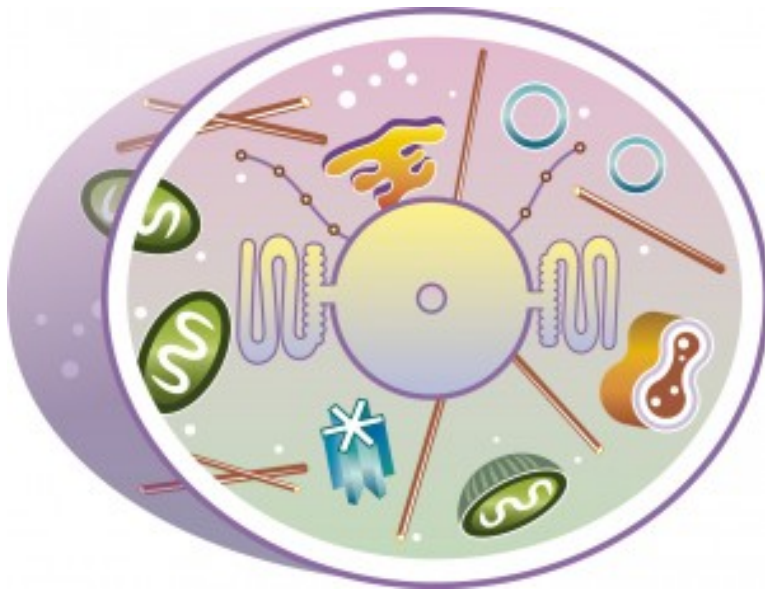


For os i HM Psykoterapeut er det vigtigt at pointere, at vi stræber efter at udvikle vores psykoterapeuter til at være rummelige og fordybende behandlere, med udgangspunkt i arbejdet med deres klienter. Både skyggesider og de bevidste sider, dem vi ser og viser frem af os selv, skal være i balance. Er dette ikke tilfældet, kan vi som terapeuter/individer nemt fremstå som overfladiske personer, og som sådan ikke med åbenhed og ægthed se nye perspektiver gennem klientens øjne, og dermed med succes støtte klienten i at finde sin egen essens.

Et andet aspekt af Jungs delpersonligheder, er det han kalder ”det kollektive ubevidste”. Jung mente, at mennesket bliver født med et såkaldt blueprint, der rummer alle elementerne til personens grundlæggende karakter. I modsætning hertil var hans daværende kolleger overbevidste om, at man kommer ind i verden nærmest som et ubeskrevet blad. Men ifølge Jung fødes man med et biologisk betinget blueprint, der styrer adfærden, og dette påvirkes af arketyperne i ens liv – forældre, familiemedlemmer, væsentlige begivenheder – samt arketyper i naturen og kulturen. I HM Psykoterapeut er det som tidligere nævnt vores overbevisning, at mennesket fødes med sin næsten fulde traumemasse, hvor de påvirkninger man oplever i sit liv er udslagsgivende for, hvilke traumer der i praksis aktiveres som følge af triggere.

Konklusion

Akkumuleret set er HM Psykoterapeut en kropsorienteret psykoterapeutisk terapi, og der undervises primært i teorierne herfra samt den humanistiske, oplevelsesorienterede psykoterapi. Den måde vi inden for HM Psykoterapeut anvender de kropslige symptomer som pejlemærker for, hvilke forløsnings teknikker der skal tages i anvendelse, er for os at se ret unik. Ligeledes er den bagvedliggende traumemodell – samt antagelsen om, at alt ubehag skyldes traumer, specifik for HM Psykoterapeut. En HM Psykoterapeut arbejder fænomenologisk, oplevelsesorienteret og klientcentreret i sessionen og er målrettet og resultatorienteret i forhold til at lande sin klient i en tilstand, hvor vedkommende føler sig rolig, fredfyldt og let mod sessionens slutning.



Primærcellen

Vi mener, at der er en direkte sammenhæng mellem det, der foregår i vores celler, og det vi fornemmer, der sker mentalt og følelsesmæssigt. I vores model af virkeligheden arbejder vi med et begreb vi kalder Primærcellen. Primærcellen rummer alle vores oplevelser i dette liv (også før fødsel), alt det, vi har arvet, og tidligere liv. Den repræsenterer så at sige vores individualitet på godt og ondt. Når vi arbejder med at forløse traumer, sker der en følelsesmæssig, mental og fysisk forandring i os. På de sidste 2 år af studiet arbejder vi mere direkte med denne viden om primærcellen. Primærcellen som begreb er beskrevet af Peak States Instituttet, hvor Grant McFetridge blev opmærksom på, at han i sine åndedræts-sessioner ofte i regressioner endte i et landskab, han kunne genkende fra biologien. Han blev klar over, at han i sessionerne blev ført tilbage til begivenheder, som havde fundet sted i hans egen biologiske tilblivelse – begivenheder, hvor der var sket det, man kan kalde "produktionsfejl". Når han gennem kærlig tilstedeværelse og accept i disse begivenheder kunne forløse fejlene, så skete der en forandring i hans liv og velvære i nutiden. Vores traumeforståelse bygger på denne antagelse om deres opståen og manifestation i vores fysiske krop. Vores måde at håndtere traumerne på med de værktøjer, vi anvender, bygger også på denne opfattelse, og influerer på den måde, hvorpå vi arbejder med tankefeltterapi og METAsundhed.

Hovedretning

HM Psykoterapeut udspringer af Tankefeltterapi/EFT samt Transbiologisk Traumeterapi, der er kraftfulde teknikker til at forløse traumer, og METAsundhed, som er læren om den fysiske manifestation af traumeshok i kroppen. Vi kombinerer det mentale, det følelsesmæssige og det fysiske. De fysiske følte fornemmelser er meget vigtige i forhold til at bestemme typen af traume, og de er pejlemærker for, hvordan HM Psykoterapeuten arbejder med sin klient i sessionen. Udgangspunktet er, at klienten har alle de ressourcer, klienten har brug for, at HM

Psykoterapeuten tror på sine egne og klientens ressourcer og har respekt for klientens model af verden, og at svarene findes på det ubevidste plan.

Vores udgangspunkt og tilbagevendende omdrejningspunkt på HM Psykoterapeut er den organiske psykoterapi. Organisk psykoterapi er ikke navnet på en bestemt teori, men mere en samlet betegnelse af det at få krop og psyke til at spille sammen på fordybende og autentisk vis uden at ville diagnosticere. Fordybelse og næring er fundamentet for læring. Det betyder, at vi igennem de 4 år holder fokus på en håndfuld centrale psykoterapeutiske teorier og metoder, der retter sig imod at øge og forbedre kontakten mellem terapeut og klient.

Det terapeutiske rum

Udfordringen på HM Psykoterapeut er, at vi har værktøjer som kan virke meget resultatorienterede, og de kan se ud som modsætninger til hensigten i den humanistiske psykoterapi, som meget handler om at rumme det, som er, og at acceptere livets eksistensvilkår. Det kan virke som et paradoks, men det er netop dette paradoks, der også viser sig i tesen om, at et menneske først kan forandre sig, når det for alvor accepterer tingene, som de er. Netop derfor er det at kunne elske og acceptere sig selv og sine symptomer og udfordringer en central del af alle sessioner i HM Psykoterapeut. Vi er meget opmærksomme på balancen mellem selvkærligheden og accepten på den ene side og traumeforløsningsdelen på den anden. Terapien må aldrig blive mekanisk, og HM Psykoterapeuten lærer at arbejde med denne balance igennem samtlige 4 år.

En kernekompetence, når det gælder psykoterapi, er evnen til at være åben, fordomsfri og respektfuld over for sin klient. Generelt er der på uddannelsen en stadig fokus på at kunne anvende åbne og fordybende spørgsmål i samtlige 4 år. På år 1 starter det med tankefeltterapien, hvor vi anvender spørgsmålet "Hvad er det værste ved?" – vi arbejder med detaljernes detalje for at komme helt ned i essensen for den enkelte klient. Dvs. et ubehag som f.eks. "Jeg er bange for at blive en fiasko" kan bunde i mange forskellige ting, og ved at bruge de åbne og fordybende spørgsmål hjælper vi klienterne ind i deres indre landkort, så de bliver opmærksomme på deres overlevelsestrategier. Der er et stærkt fokus på at bruge klientens egne ord. For at understøtte ovenstående starter de studerende allerede på første år med at lære den gestaltterapeutiske tilgang og arbejder i løbet af uddannelsen med en lang række helt konkrete grundlæggende vidensområder som fx tilknytningspsykologi, eksistentiel psykoterapi og i detaljer ligeledes med fx indre barn problematikker, skam samt en lang række temaer som vold, misbrug, modstand, mv - og på alle disse moduler trænes ovenstående kompetencer på forskellig vis.

I METAsundhed er udgangspunktet et fysisk symptom eller en sygdom, og her indledes med en åben dialog vedrørende klientens overvejelser og følelser omkring dette. Senere starter METAsundhedsanalysen, hvor terapeuten bl.a. afdækker klientens repræsentationssystem omkring symptomet: VAKOGS – V=visuelt, A=auditivt, K=kinestetisk, O=olfaktorisk, G=gustatorisk, S=selvsnak. Endvidere spørges der ind til overbevisningerne omkring symptomet. Hvis det for eksempel handler om et rygproblem, kunne en overbevisning være:

"I min familie har vi svage rygge – sådan er det bare." Set i lyset af, at det er anerkendt at det meste somatisk-oplevede ubehag/smerter er psykosomatisk kan denne tilgang for mange være en støtte i at forstå og acceptere årsagen til deres oplevede ubehag/smerter.

I TBT'en fortsættes arbejdet med de åbne spørgsmål, i første omgang med udgangspunkt i de fysiske følte symptomer, der aktiveres i de forskellige problematikker. Hvis for eksempel klienten taler om sin frygt for at blive overfaldet, så spørger vi klienten, hvordan denne frygt manifesteres i kroppen som fysiske følte symptomer. Der kunne eventuelt være 3 symptomer: måske knugen i maven, hjertebanken og spændinger i skuldrene. Næste skridt er at komme mere i detaljer omkring de fysiske symptomer og undersøge, om klienten kender disse symptomer fra tidligere begivenheder. Det giver en fordybelse tilbage til tidlig barndom og eventuelt før fødsel. Vi oplever, at det er en udfordring for vores studerende at lære at have tillid til processen, hvorved klienten fører sig selv det relevante sted hen ved hjælp af de rette åbne spørgsmål med kalibrering omkring empati og spejling af klientens følelser.

På uddannelsen har vi et vedvarende fokus på at formidle forskellen på åbne spørgsmål og projektioner. Går processen i stå omkring de åbne spørgsmål, kunne en respons være ikke at stille flere spørgsmål men give klienten tid til at lande i sin krop og følelser. Pauserne er ofte lige så vigtige som de "rette" spørgsmål. Og i nogle tilfælde er det klienten, der ved, hvad det næste vigtige spørgsmål er.

Som psykoterapeut handler det om at have en god timing. Der er en tid til at stille spørgsmål, en tid til at holde sin mund og måske en tid til at servere en projektion. Den kan f.eks. lyde sådan her: "Jeg har en fornemmelse af, at du føler dig som en femårig, og der er en side inden i dig, der siger "Jeg vil ikke" – giver det nogen mening for dig, eller er det bare noget der sker i mig?" Enten har man ramt plet og kan støtte klienten i at være i de pågældende følelser og kropsfølelser i den pågældende situation, eller man har ramt forkert, hvorved klienten ofte pludselig ved, hvad det handler om. Når man har en projektion, er det vigtigt at spille åbent og være 100 % klar til at slippe den, hvis den afvises af klienten.

På intro modul på år 1 præsenteres de studerende for de første simple modeller, der giver den nødvendige baggrund for at kunne stille de åbne, fordybende spørgsmål og at kunne være undersøgende med respekt for klientens proces og model af virkeligheden for dermed at kunne kalibrere og spejle på empatisk/passender vis. Lidt senere på uddannelsen er der et helt modul, hvor der udelukkende arbejdes med kommunikationsformer, spørgeteknikker, mv.

En række moduler på uddannelsen har speciel sigte på den psykoterapeutiske viden, færdigheder og kompetencer, men i praksis sættes alle værktøjsmoduler ind i den psykoterapeutisk ramme, der er fundament for uddannelsen. Alle de i tabellen nævnte moduler afsluttes med en mindre skriftlig opgave, hvor de studerende skal svare ift konkret viden men også vise, at de kan reflektere over stoffet fagligt og i forhold til sig selv.

Tabellen giver en oversigt over kurser der specifikt IKKE indeholder TFT/EFT, META og TBT:

Modul	Antal dage
Klientkontakt og det terapeutiske rum	2
Psykoterapeutisk forståelse og kompetence	4
Klinikvejledning	2
Den psykoterapeutiske samtale	2
Tilknytningsteori og åndedrætsterapi	2
Eksistentiel psykoterapi	4
Opvækst i dysfunktionelle familier	2
Kropsterapi	2
Organisk psykoterapi	2
Livskriser og kroniske ubalancer	2
Autencitet og det terapeutiske rum	3
Ialt	27

Til supervision skal alle deltagere udføre en klientsession, der superviseres af en psykoterapeut samt medstuderende. "Psykoterapeuten" superviseres på sine faglige evner samt sin evne til empatisk nærvær i det terapeutiske rum. De studerende skal deltage på 5 sådanne supervisioner pr år pr årgang – dvs. i alt 20 dage.

Kursusplan for Reg. Psykoterapeut uddannelsen

Overordnet set er de fire år indholdsmæssigt struktureret på følgende måde:

År 1: Oversigt over moduler

Intromodul (4 dage)

Denne studiehåndbog skal være læst.

Materiale vedrørende klientcentrerede terapi, som udleveres inden kurset, skal være læst.

Skriv "Om gestaltterapi"

Psykoterapiens historie i korte træk.
HM Psykoterapeut set i et bredere psykoteraeutisk perspektiv/styrker og svagheder.
Centrale begreber på uddannelsen.
Dannelse af træningsgrupper og tid til at være i grupperne hver dag. Disse grupper er også dem, man laver øvelser i på intromodulet.
Introduktion til supervision.
Introduktion og øvelser ud fra dybdeterapeutiske modeller.
Introduktion til dokumentation af timer.

Vi arbejder med at matche klienterne, kropsligt og sprogligt.
Vi arbejder med vores sanser og repræsentationer og måder hvorpå vi sorterer og prioriterer tidligere oplevelser som i dag er blevet til mønstre, overbevisninger og adfærd. Vi introducerer den tredelte hjerne og taler om overbevisninger, følelser og fysiske følte kropslige fornemmelser. Vi øver os i at forstå andres måder at opfatte og konkludere tidligere oplevelser på og respektere vores klienters oplevelser og konklusioner af og om verden som er subjektiv. Så vi kan forblive i vores egen verden med respekt for andres oplevelse af verden.

Vi skal vi se på hvad det vil sige at være psykoterapeut. Vi tager udgangspunkt i artiklen om Carls Rogers 6 betingelser og "Om gestaltterapi" - drager paralleller til vores eget liv. Vi ser også på nogle af de grundlæggende aspekter, som i både personligt og fagligt kommer til at forholde jer til undervejs i hele uddannelsen. Vi ser på formålet med at lære psykoterapeutiske færdigheder på HMP-uddannelsen. Undervisningen foregår med øvelser, videoer og dialog i plenum og mindre grupper.

TFT/EFT grundkursus (2 dage)

Tankefeltterapi og EFT - Lars Mygind og Hanne Mygind Heilesen – læses inden kursusstart.

Online videointroduktion - Kom godt i gang med tankefeltterapi/EFT – ses inden kursusstart.

Den grundlæggende teori og historie om tankefeltterapi (TFT) og emotionel frihedsteknik (EFT).

Hvad er SUD?³

Deltagerne introduceres til gruppeterapi, og hvordan de kan låne fordele fra hinandens processer.

Klienten er eksperten (Carl Rogers).

Introduktion til den 3-delte hjerne: tænkehjernen, følelhjernen og kropshjernen.

En simpel indføring i projektion og overføring.

En introduktion til begreber som fobi og angst, og hvordan TFT/EFT kan lindre dem.

Hvad er den psykiske del af smerte.

Hvad er de mest almindelige ting i livet, som giver stress, bekymring, ubehag og smerter.

Hvad der skal til for, at du kan arbejde dig selv og dine nærmeste, når det gælder lettere ubehag?

Akupunkturpunkter, som vi benytter.

Smerteforløsning og bevidstgørelse af mønstre i afhængighed.

TFT/EFT-overbygning (10 dage: 2 x 3 dage plus 2 x 2 dage)

Manual i TFT/EFT fra Mygind Institute – 171 sider. Udleveres på kursus.

OBS: Læses inden start på internatkurser.

Dine geniale gener - Dawson Church - læses inden kursusstart.

Tankefeltterapi/EFT i et psykoterapeutisk perspektiv. Mobiliserende, katalyserende og nærende berøring.

Hvordan møder jeg et andet menneske og bruger TFT/EFT til at få klienten til at slappe af.

Den polyvagyale teori (Stephen Porges).

Grounding-øvelser

"Elsk dig selv"-øvelsen, som sætter gang i den dybere terapeutiske proces omkring mindreværd og selvnedvurdering.

³ Joseph Wolpe – *The Practice of Behavior Therapy*

Konfrontation med dødens uundgåelighed (som der gøres mere i dybten med på separat modul om Døden med udgangspunkt i Yalom), og hvordan den ligger som en eksistentiel angst i de dybere lag. Hvordan det ikke er selve dødsøjeblikket, som er selve problemet, men alt det, som ligger lige før eller efter dødsøjeblikket.

Den studerende introduceres bl.a. til en simpel og meget effektiv regressionsteknik til at arbejde med indre barn problematikker, som især er brugbar for klienter, som er dissociert og ude af egen krop.

Der arbejdes med observation af klientens kropssprog, spændinger i kroppen, temperatur i kroppen og sansninger i kroppen.

Der øves førkontakt, kontakt og efterkontakt.

Der arbejdes klientcentreret og terapeuten øves i at bruge klientens ord og forståelse.

Der øves retraumatisering med det formål at forløse energien i traumat/gestalt.

Der undervises i sekundære gevinster, forsvar og det ubevidst autonome system.

Hvordan kan energien bygges op og aflades gennem fortællingen. Det narrative

Hvilke aspekter kan en trigger bestå af, hvordan kan de findes og evt. forløses.

Hvad er forskellen på følelsesmæssig og fysisk smerte

Hvordan kan man arbejde med grupper op til 6 personer.

Hvad er preframing og reframing?

Klientkontakt og det terapeutiske rum (2 dage)

Terapiens essens - Irwin Yalom - til og med s. 151.
Gestalt, vejen til øget awareness - Bjarne Busk
Kap. 8 – 11. Side: 123 – 209.

Alt læses inden kursusstart.

Intro

Gestaltterapi – historisk Pearls og Yalom.

Kontaktmønstre – gennemgang af de seks kontaktmønstre der er beskrevet indenfor gestaltterapien, med udgangspunkt i de studerendes oplevelser. Gruppearbejde og rollespil.

Kontaktcirklen – gennemgang af kontaktcirklen og refleksioner over egne oplevelser i forhold til før kontakt – fuld kontakt – efter kontakt.

Kallibrering – hvordan kan vi blive gode til at "mærke" klienter og blive ekstra opmærksom på de informationer der kommer fra denne uden projektioner.

Polariteter - Karpman's trekant. Med udgangspunkt i Fiedländers ideer om at mennesket rummer en række polariteter taler vi om rigiditet og om hvad det vil sige at svinge pendulet fra en polaritet til en anden og om hvorvidt det sker med eller uden awareness. Vi ser på forskellige roller man kan indtage i sit liv/i forskellige situationer – offer – bøddel -redder dynamikken, såvel internt og i samspil med andre grupper. At blive spilfri gennem at blive mere bevidst.

Overføring, Modoverføring Projektiv identifikation i det terapeutiske rum. Begreberne gennemgås og levendegøres gennem eksempler.

Der laves en del øvelser til de forskellige emner og der arbejdes med egne udfordringer.

Moraløvelse hvor de studerende i grupper forholder sig til forskellige situationer der kan opstå imellem klient og terapeut - hvad er OK i relationen?

METAsundhedsgrundkursus – Din intelligente krop (2 dage)

Forstå kroppens intelligens - Johannes Fisslinger og Lars Mygind – læses inden kursusstart.

Den første introduktion til psykosomatikken som er en af grundstenene i vores psykoteraeutuddannelse – vi kalder modulet for "Din intelligente krop". Det handler om at få vendt sit perspektiv på hvad der er sundhed og sygdom på hovedet – kan ubehagelige symptomer i virkeligheden være til hjælp for os ift at forstå hvad der foregår i os selv? Hvordan kan denne viden bruges som afsæt for den personlige udvikling og blive et trin i individuationsprocessen? Der introduceres til kroppens faser – stress og regeneration – og sammenhæng med sygdom. Vi tager hul på begreber som UDIN (gestalt) og triggers og hvilken indvirkning de kan have på vores fysiske velvære.

Psykoteraeutisk forståelse og kompetence (2 x 2 dage)

Gestalt, vejen til øget awareness - Bjarne Busk - Kap 1 – 7 - læses inden kursusstart på første modul.

Rørt ramt og rystet, supervision og den sårede hjælper - Susanne Bang – læses inden kursusstart på første modul.

Psykoteraeutik & psykoteraeutisk supervision Camacho, Dechlis & Wiklund
Læs side 1 – 82 & 143 – 166 inden kursusstart på 1. modul.

Rejsen Hjem – John Bradshaw – læses inden kursusstart på anden modul.

Skam – Lars J. Sørensen

Det selvudslettende barn - Alice Miller. Læses inden anden modul.

1. modul

Overordnet introduceres og trænes grundlæggende gestaltterapeutisk teori og værktøj til arbejdet i bl.a. de obligatoriske supervisionsgrupper og det at til at få/give feedback.

Formålet er at blive klogere på hvad gestalt er - hvordan den på væsentlige områder er en del af dit kommende psykoteraeutiske fundament - og ikke mindst hvordan teorien bruges i praksis.

Vi kigger også på, hvordan TFT og Gestalt fungerer sammen.

Det er vigtigt, at du har læst pensum inden modulerne, da vi ikke går bøgerne slavisk igennem, men har fokus på, hvordan teorien integreres i praksis.

De studerende opfordres til at lave/gentage alle øvelserne (fra begge moduler) selv - evt ved at tage det op i egenerapi eller med din studie/læse/øve-gruppe.

Meget af det, der skal læses til begge moduler på 1. år dag og til 2. modul senere på året lægger op til bl.a. Irvin Yalom's bøger senere på uddannelsen.

	2. modul Vi arbejder med begreberne: at føle sig forkert, usund skam, lavt selvværd, mv. og hvordan det kan hænge sammen med værdier, manglende motivation, dårlige vaner og ubevidste overbevisninger, mv samt teknikker til at arbejde med disse temaer i praksis. Vi trækker tråde til TFT'en og de gestaltterapeutiske teorier, vi arbejdede med på 1. modul og træner teknikker og teorier i praksis. Vi arbejder med indre barnbegrebet – forståelse, teknikker og træning.
Psykoterapeutisk supervision	
Minimum deltagelse i 5 x 1 dags gruppesupervision pr år.	Alle deltagere modtager psykoterapeutisk supervision af en klientsession. Mulighed for at få supervision på case.

Kompetencer på år 1:

Allerede efter år 1 bliver du i stand til at praktisere i begrænset omfang som certificeret HM Tankefeltterapeut. Der tages hul på de grundlæggende aspekter af at være i kontakt med sin klient og kunne være empatisk tilstede i det terapeutiske rum. Ligeledes er der fokus på terapeutiske problematikker. Du får endvidere flere redskaber til at behandle både dine egne og dine klients følelsesmæssige konflikttemaer og en række symptomer indenfor en psykoterapeutisk ramme hvor omdrejningspunktet er gestaltterapien. Vi arbejder i særlig grad med begrebet "awareness" og hvordan det danner grundlag for den personlige udvikling og vækst.

År 2: Oversigt over moduler

METAsundhedsanalytiker (12 dage – 3 moduler)

METAsundhedsmanual udleveres.

METAsundhedsopslagsværk udleveres.

Intelligente celler - Bruce Lipton – læses inden første modul.

Binyretræthed - James L. Wilson – til side 73 – læses inden andet modul.

Væk tigreren- Peter A. Levine – læses inden andet modul.

Fra kræft til kraft - Madsen, Kolås m.fl – kan læses.

Din Intelligente Krop – Susanne Billander – kan læses.

For Jung var der ingen tvivl om at der var en tæt sammenhæng mellem krop og psyke. Ifølge ham slår energien fra det ubevidste indhold igennem på det kropslige plan i form af psykosomatiske lidelser. På disse moduler tager vi psykosomatikken til et nyt niveau.

Med udgangspunkt i en model der beskriver hvordan kroppen svinger imellem at være i stress og regeneration ser vi på hvordan organvævet i kroppen reagerer på disse svingninger. Der arbejdes med følgende emner:

Høj og lav arousal -fokus på at komme ned i kroppen og mærke efter hvad der sker her. At blive bevidst om kroppens signaler og hvad de betyder – awareness.

Det autonome, det parasympatiske og det sympatiske nervesystem.

Den polyvagale teori.

Placebo / nocebo – hvordan kan det bruges i klientsessionen ift. bevidstgørelse.

Den hjælpsomme krop – psykosomatik.

Det optimale liv – at finde meningen i meningsløsheden (dette går vi dybt med i de eksistentielle grundvilkår på år 2).

Udbrændthed og binyretræthed – hvilke psykoterapeutiske teknikker kan bruges her ift.

bevidstgørelse af klienten om denne problematik og hvad man kan gøre ved det+

Flygtningekonflikten og isolation (undervises i dybten på senere modul.)

Psykoterapeutisk SOFT analyse,

METAsundhedsanalyse, terapiplan – i denne har vi fokus på det psykiske, åndelige og spirituelle, fremfor kost og motion. Det overlader vi gerne til andre.

Hvordan bevidstgør man en klient om sammenhængen mellem et fysisk symptom og den dertil tilhørende bevidsthed i en psykoterapeutisk sammenhæng.

Klinikvejledning – opstart af egen klinik (2 dage)

Manual udleveres.

Sociologi til sundhedsprofessionelle - Annemarie Dalsgaard og Lone Meldgaard – læses inden kursusstart.

Obligatorisk kursus for selvstændige, som vil lønsumsregistreres og være momsfrataget. Sundhedsloven, Markedsføringsloven, Datatilsynet og Persondataforordningen, herunder GDPR, etik, klinikdrift, regnskab, journalføring, priser, branding herunder logo og identitet, hjemmeside og salgsmateriale.

Den psykoterapeutiske samtale (2 dage)

Terapiens essens s. 151-324 - Irvin D. Yalom.

At leve sin terapi – Lone Algot-Jeppesen & Leif Vedel Sørensen.

At være der, hvor du er – Bent Falk – læses inden kursusstart.

Se evt. serien på HBO der hedder "In treatment"

I den psykoterapeutiske proces og ligeledes ved brugen af tankefeltterapi er spørgeteknikken afgørende for at opnå de bedste resultater. Årsagen er, at det er dialogen, der holder klientens fokus fast på figuren og/eller ubehaget, mens behandlingen står på.

Denne dag skal vi øve os i at lytte og spørge samt udvikle vores intuition. Vi kan alle vokse og videreudvikle os i denne disciplin.

Vi vil udforske samtaleens psykologiske aspekter herunder de mekanismer og samspilsmønstre, som aktiveres i løbet af sessionen som for eksempel klientens følelser og deres indvirkning på samtalen, modstand, overføring, modoverføring og projektiv identifikation.

Facilitering af samtalen

I løbet af de 2 dage, vil vi se på hvilke elementer den professionelle samtale indeholder i en blanding af oplæg, plenum, øvelser og indirekte/direkte supervision. Vi træner, hvordan vi kan facilitere en samtale, holde kontakten og evnen til at være i processen, således at de optimale betingelser for behandlingen er til stede. Som HM psykoterapeut er det vigtigt at spørgepaletten er så bred som mulig, da forskellige typer spørgsmål hjælper din klient med at være i og rumme sit ubehag, alt imens du kan behandle med tankefeltterapi. Vi træner spørgeteknikker, kreative spørgsmål, intuition og aktiv lytning.

Tilknytningsteori og åndedrætsterapi (2 dage)

"Den indre uro" - Inge S. Holm

"Unmothered" artikel på dansk

Artikel om mindfulness (kan læses)

Modulet er det første i en serie af 3 som omhandler opvækstens betydning for den senere livskvalitet, i form af bl.a. psykosomatiske symptomer, manglende sociale kompetencer og ubehagstilstande. På dette modul ser vi nærmere på hvordan traumatisering i de tidlige tilknytningsrelationer påvirker hjerne og nervesystem i form af alvorlig dysregulering og hvad man kan gøre ved det.

Undervejs arbejdes der med eget stof på baggrund af oplæg fra filmen "Mommy dearest" hvor der anvendes åndedrætsterapi som forløsende værktøj.

Eksistentiel psykoterapi (2x2 dage)

Eksistentiel psykoterapi - Irvin D. Yalom:

Døden og Friheden (modul 1)

Pensum er Irwin Yalom's værk: Eksistentiel psykoterapi. Vi deler den op, så vi arbejder med de to første livsvilkår Døden og Frihed på 1. modul og

Isolation og Meningsløshed (modul 2)	Isolation og Meningsløshed på 2. modul. Arbejdet på uddannelsen går ud på at skabe et solidt fundament som psykoterapeuter, og disse dage er væsentlige i denne proces. Stoffet gennemgås, diskuteres og trænes individuelt, i grupper og plenum.
Psykoterapeutisk supervision	
Minimum deltagelse i 5 x 1 dags gruppesupervision pr år.	Alle deltagere modtager psykoterapeutisk supervision af en klientsession. Endvidere skal deltagere være supervisor på en klientsession. Mulighed for at få supervision på case.

Kompetencer på år 2:

Med denne undervisning og de mange praktiske øvelser i METAsundhed integreret i den psykoterapeutiske proces, bliver du en effektiv METAsundhedsanalytiker. Du vil blive bedre til at forstå både din egen og andres proces i et sygdomsforløb og til at kortlægge og støtte klienten i selv at forløse de følelsesmæssige aspekter i dette. Forståelsen af METAsundhed gør dig i stand til at forstå de psykosomatiske sammenhænge og hvordan det er forbundet med selvansvar, selvforståelse og større bevidsthed. Du får vigtige redskaber til at benytte samtaleteknikker og det psykoterapeutiske procesarbejde, der er nødvendige for en succesrig behandling.

År 3: Oversigt over moduler

Transbiologisk traumeterapi (TBT) (20 dage – 5 moduler)

Manual/arbejdshæfte udleveres på kurset – der læses afsnit til de enkelte moduler. (110 sider)

Healing med hjertet - Paula Courteau – læses inden kursusstart.

Rejsen - Brandon Bays – læses inden kursusstart.

Gestalt, vejen til øget awareness – Bjarne Busk – kapitel 5 side 83-99.

Youtube video: Fritz Pearls Awareness

Med udgangspunkt i oplevelseorienteret, eksistentielle psykoterapi samt fænomenologien inspireret af Pearls og Yalom, arbejdes der med forskellige traumetyper og forløsnings teknikker. Primærmodelen, som konkret beskriver traumernes biologiske natur, kendt fra Alexander Lowen og Jung, hvor sidstnævnte mente, at energien fra de ubevidste indhold slår igennem i form af psykosomatiske lidelser, introduceres. Modellen bruges også i forhold til at de studerende undervises i brugen af regression i den biologiske udvikling hvorved det bliver muligt at forløse meget tidlige gestalter (såvel før og efter fødsel).

Der arbejdes med kernetraumer, hvor vi via interview anvender loven om årsag og virkning, og hvordan årsagen (det dybtliggende kernetraume) ligger til grund for en masse hverdagstraumer som er mere umiddelbart synlige og tilgængelige. Kernetraumet lokaliseres herefter i kroppen og der kan ske en forløsning hvorved der opnås adgang til at gå nye veje i livet, i stedet for at stagnere i gamle mønstre. Der er fokus på at fjerne begrænsninger og ekspandere klientens tryghedszone.

Med afsæt i den tredelte hjerne, som blev beskrevet af den amerikanske hjerneforsker Dr. Paul D. Maclean og de ni intelligenser (beskrevet af den canadiske psykolog Dr. Grant McFetridge) arbejdes der med de selvstændige og evt. skjulte dele af personligheden. Dette sker gennem bl.a. gestaltterapien, herunder stolarbejde samt specialiserede TBT teknikker (såkaldt "hjernearbejde"), der gør det muligt at forløse blokeringer, og stabilisere, hhv. undertrykte og dominerende dele. Der indgår endvidere 3 meditative, regressive processer til forløsning af den studerendes egne traumer.

TBT er en meget omfattende model for traumer der gør de studerende i stand til at skelne mellem mere end 30 forskellige traumetyper med udgangspunkt i klientens subjektive opfattelse.

Alle dertilhørende teknikker har til formål via forløsning af tilbageholdt udtryk at bringe det enkelte individ i bedre balance i sit følelsesmæssige spektrum, uanset om det handler om en accept af livets vilkår eller en forløsning af et ubehag. Vi arbejder henimod den frit vibrerende og pulserende krop, hvor energien flyder frit (i forhold til Paul Macleans model rolig i tænkehjernen, fedfyldt i følelhjernen, let i kropshjernen), så det enkelte individ kan træde frem som autentisk og helt.

Opvækst i dysfunktionelle familier (2 dage)	
“Livsfarlig familie” - Inge S. Holm Artikel om voldens væsen (kan læses) Artikel om søskenderivalisering (kan læses) Artikel og uddrag af rapport fra TUBA (kan læses)	Tema – alkohol, stoffer, vold og seksuelt misbrug. Dette andet modul i serien på 3 moduler med fokus på opvækstens betydning, har fokus på emotionelt omsorgssvigt i barndommen og hvilke senfølger det kan have og hvordan der kan arbejdes med dette. Der tages bl.a. udgangspunkt i de studerendes egne processer og oplevelser. Undervejs anvendes følelsesforløsende teknikker.
Kropsterapi (2 dage)	
Bioenergetik - Alexander Lowen – læses inden kursusstart. Ryst dig fri – David Berceli Youtube video: TRE ® (Tension & Trauma Releasing Exercises): Full Instructions with Dr. David Berceli (OFFICIAL)	I kropsorienteret psykoterapi er ideen at arbejde hen imod en integration af krop og psyke, følelse og intellekt. Gennem vores opvækst har mange af os været nødt til at gøre dele af vores krop og psyke ufølsom for at tilfredsstille krav fra omgivelserne og takle den smerte vi oplever. Summen af dissociation og tilbageholdt udtryk såsom længsel, vrede eller angst ligger stadig bundet i kroppen som muskelspændinger, underspændte muskler og ikke mindst fastlåste kropsholdninger. Med udgangspunkt i Bioenergetikken, arbejder vi med kroppens udtryk og teknikker til fysisk forløsning. Deltagernes trænes i at forstå de signaler, som klienten sender med sin krop og sit udtryk, og hvordan man gennem fysiske øvelser kan løse op for og forløse traumer. Der arbejdes med begreberne horizontal og vertikal grounding herunder 4 forskellige former til opnåelse af grounding samt hvordan følelserne kan containes i kroppen. Malcolms Browns model om viljes og værens centrene gennemgås herunder hvordan det falske selv spejles i kroppens struktur. Forskellige øvelser fra Lowen og TRE øves og danner udgangspunkt for træning i denne form for psykoterapeutisk behandling.
Psykoterapeutisk supervision	
Minimum deltagelse i 5 x 1 dags gruppesupervision pr år.	Alle deltagere modtager psykoterapeutisk supervision af en klientsession. Endvidere skal deltagere være supervisor på en klientsession. Mulighed for at få supervision på case.

Kompetencer på år 3:

På år 3 får du skærpet din opmærksomhed på at kunne finde og forløse traumer/gestalter i den psykoterapeutisk proces. Vi arbejder med mere end 30 forskellige typer af traumer, hvor hver traumetype har sin helt egen specifikke healingsteknik (generationstraumer, huller, kopier, projektioner, depression, roller, m.m.). Du lærer om de 9 bevidstheder, eller hjerner, og om hvordan de kan anvendes i skyggearbejde med klienten. Via TBT lærer du endnu mere om dine egne styrker og svagheder som menneske og psykoterapeut. På år 3 lærer du for alvor, hvad det vil sige at tage selvansvar til et nyt niveau. Du eksamineres og certificeres som Transbiologisk traumeterapeut.

År 4: Oversigt over moduler

Organisk psykoterapi (2 dage)	
Beskrivelse af organisk psykoterapi af cand. psyk. Kresten Ravnkjær – udsendes og læses inden kursusstart.	Den organiske psykoterapi udspringer af gestaltterapien og kropsterapien Pearls, Lowen, Malcom Brown. Fremfor at arbejde mekanisk / unuanceret med spørgeteknikker, handler det om den klientcentrerede terapi, der organisk udfolder det der ligger bag de uafsluttede gestalter, der holder klienten fast i indre overbevisninger og begrænsninger.
Hvorfor ikke? - Inge og Kresten Ravnkjær	
Sjælens længsel - Lars J. Sørensen – kapitel 1-3, side 1-79. Læses inden kursusstart.	
Adfærdsmønstre(psykiatri) i et METAsundhedsperspektiv (2 x 3 dage)	
Kompendium udleveres.	Baggrunden for tvangspræget adfærd set i et METAsundhedsperspektiv. Med udgangspunkt i adfærd arbejder vi os baglæns og finder frem til de traumer, der tilsammen er trigger for adfærden. På disse moduler kigger vi på de psykiatriske diagnoser, hvor meget skal der til for at få diagnosen og hvordan kan psykoterapeuten arbejde med de mildere udgaver af adfærden. Hvordan kan traumer blive til adfærd som bliver til psykiatriske diagnoser? Dette er hovedsageligt et teoretisk modul som skal bevidstgøre psykoterapeuten om sine egne adfærdsmønstre og hvordan de genkendes i klienten. Der arbejdes fænomenologisk.
De psykiatriske diagnoser – Aksel Bertelsen, Poul Munk Jørgensen og Per Bech – læses inden kursusstart.	
METAsundheds Master (4 plus 3 dage)	
Kompendium udleveres.	Teknikker til processen i at grave sig ned i de dybere lag og finde frem til der hvor gestalten har haft sit udgangspunkt og få dette bearbejdet. Der arbejdes med at forløse fysiske og psykiske symptomer. Med nærvær, empati og accept af klientens verdensbillede, synliggør vi den
META messages from the body - Sam Thorpe.	

	bioemotionelle sammenhæng der er opstået på baggrund af klientens subjektive oplevelse af tidligere hændelser/oplevelser og hvilken indflydelse summen af tidligere oplevelser/erfaringer har på klienten og felterne som klienten er en del af. Eleven skal undersøge og fordybe sig i et fysisk væv som skal præsenteres for klassen. For både at træne nysgerrighed og præsentationsevner.
Livskriser og kroniske ubalancer (2 dage)	
"Eksistentielle livskriser" - Jørn Lauersen "Neuroaffektiv udviklingspsykologi" bind 1-3 - Susan Hart Artikel Emotionel eating, artikel på dansk (kan læses) Artikel Når frygt skaber sygdom (kan læses) Artikel Skilsmisse og tilknytningssvigt (kan læses) Artikel Livet er en ønskebrønd (kan læses) Artikel Fantomsmerter (kan læses) Artikel Livsstress (kan læses)	Tema modstand mod forandring, stress, kroniske smerter, fantomsmerter, overvægt, livskriser (bl.a. skilsmisse). Dette tredje modul om opvækstens betydning samler op på de temaer fra de 2 første moduler og ser på de typer af problemer der typisk præsenteres af klienter i psykoterapi (bl.a. de eksistentielle problemstillinger), som et resultat af disse forhold i opvæksten. Hvordan støttes disse klienter bedst i den psykoterapeutiske proces. Undervejs anvendes følelsesforløsende teknikker.
Autenticitet og det terapeutiske rum (3 dage)	
Kast lys over skyggen - Debbie Ford – læses inden kursusstart. Gestalt, vejen til øget awareness - Bjarne Busk – kapitel 2, 11 og 12. Jungs analytiske psykologi – en introduktion – Preben Grønkjær	Jungs model af personligheden. Individuation Arbejdet med det ubevidste og det der er usynligt for os selv. Det, vi ikke selv kan se ved os selv, samt det ubevidste. Jo mere vi kan rumme os selv på godt og ondt, jo mere autentiske bliver vi som mennesker og psykoterapeuter. På dette modul går vi på jagt efter det, vi har deponeret i skyggen. Transaktionsanalyse.
Assistent (min. 10 dage)	
	Alle studerende på HM Psykoterapeut skal være assistent minimum 10 dage på enten TFT/EFT, METAsundhed eller transbiologisk traumeterapi. Assisterter på de psykoterapeutiske moduler skal have gennemført år 3.
Psykoterapeutisk supervision	
Minimum deltagelse i 5 x 1 dags gruppesupervision pr år.	Alle deltagere modtager psykoterapeutisk supervision af en klientsession. Endvidere skal deltagere være supervisor på en klientsession. Mulighed for at få supervision på case.

Kompetencer på år 4:

På dette år arbejdes der med den organiske psykoterapi, skygge arbejde og modstand mod forandring. Vi bygger således på det psykoterapeutiske fundament i såvel teori som i praksis. Det sidste år på uddannelsen er et år hvor du integrerer den viden du har fået og den personlige proces du har gennemgået. Dine kompetencer skærpes i forhold til at kunne arbejde med komplekse problemstillinger i din klinik. Du træder for alvor ind i din egen personlige power som psykoterapeut og menneske gennem at mestre det terapeutiske rum samt de indlærte værktøjer til at kunne støtte andre mennesker i deres proces og traumeforløsning. På år 4 er der mulighed for at gentage kurser. Endvidere er det obligatorisk at gentage mindst 1 af forløbene i TFT/EFT, METAsundhed eller TBT, som assistent (minimum 10 dage).

Alle studerende skal pr. år dokumentere 22,5 timers egenterapi, 22,5 timers modtaget supervision, 22,5 timers øve/udveksling, 22,5 timers givet supervision.

I alt indeholder uddannelsen: 1.407 lektioner/timer

1407 lektioner/timer
1047 timers undervisning, opgaver og selvstudie
90 timers egenterapi (modtaget)
90 timers klientterapi med supervision (modtaget)
90 timers givet supervision
90 timers læse-/øve-/praktiske træningsgrupper

Eksamen

Hvert år afsluttes med eksamen. Eksamen er obligatorisk for alle studerende.

Eksamensresultatet bedømmes som enten bestået eller ikke bestået.

Hvis eksamen ikke er bestået, gives mundtlig feedback (maksimalt 10 minutter) på den konkrete årsag hertil, så den studerende har mulighed for at læse op på det pågældende. Herefter aftales en ny eksamensdato.

Prisen for re-eksamination eller på et tidspunkt udenfor de af skolen bestemte dage er kr. 1.500.

Der er censor på såvel den praktiske som den skriftlige eksamen. På år 1 og år 3 er anvendes en intern censor, og på de øvrige årgange anvendes en ekstern censor.

	År 1	År 2	År 3	År 4
Mundtligt	20 minutters praktisk prøve i klientsession med TFT/EFT. Bruger terapeuten klientens ord? Projektioner?	Praktisk prøve i SOFT-analyse med METAsundhed. Kan terapeuten omformulere komplekse begreber, således at de kan forstås af klienten?	Praktisk prøve i klientsession med TBT.	Praktisk prøve i klientsession med HM Psykoterapi.
	Sidste TFT/EFT-modul.	Sidste METAsundheds-modul.	Sidste modul	Dato fastsættes ca. 1 år forud.
Skriftligt	Minirapport med selvrefleksion. Hvordan kan jeg gøre det anderledes næste gang?	METAsundhed: 60 minutters skriftlig eksamen. Psykoterapiske færdigheder	Teoretisk prøve	Psykoterapeutisk opgave.
	Afleveres og skal godkendes inden start på år 2.	Sidste dag på år 2 modul i psykoterapeutiske færdigheder.	Modul 4 på TBT forløbet.	Afleveres senest 1 måned inden eksamen
Obligatorisk litteratur	Skriftlig prøve vedrørende alle bøger.	Skriftlig prøve vedrørende alle bøger.	Skriftlig prøve vedrørende alle bøger.	Skriftlig prøve vedrørende alle bøger.
	Sker på det modul, som den enkelte bog er pensum til.	Sker på det modul, som den enkelte bog er pensum til.	Sker på det modul, som den enkelte bog er pensum til.	Sker på det modul, som den enkelte bog er pensum til.
Cases	6 klientcases i TFT SUD skal være nul	5 klientcases i META	5 klientcases i TBT	10 klientcases i META hvoraf 5 skal have UDIN forløst.
	Afleveres og skal godkendes inden start på år 2.	Afleveres og skal godkendes inden start på år 3.	Afleveres og skal godkendes inden start på år 4.	Afleveres senest 1 måned inden eksamen

Merit

De studerende kan opnå merit for det skriftlige, de allerede har lavet. Dvs. at studerende, som kommer ind på år 1, og som allerede har TFT/EFT-overbygningen, ikke skal gentage de 6 cases, de en gang har lavet for at blive TFT/EFT-terapeuter.

Det aftales endvidere med skolen, hvilke dele af eksamen de studerende skal tage, samt på hvilket niveau de studerende kommer ind på uddannelsen.

For at opnå merit skal den studerende aflevere dokumentation for gennemførelse af de meritgivende moduler.

Studerende fra andre psykoterapeutiske uddannelser, der ønsker at afslutte med HM Psykoterapeut, skal eventuelt aflægge en praktisk prøve i forbindelse med optagelse på HM Psykoterapeut. Endvidere skal der udarbejdes et skriftligt dokument, hvor den studerende forholder sig til HM Psykoterapeutuddannelsen i forhold til sit oprindelige uddannelsessted: For eksempel hvilke styrker og svagheder den studerende ser i sig selv i forhold til at færdiggøre sin studier på HM Psykoterapeut, samt hvilket teoretisk fundament den studerende kommer fra, og hvordan det er i forhold til det teoretiske fundament for HM Psykoterapeut.

Når der gives merit til en studerende, skal denne merit begrundes skriftligt, således at den kan indsendes til FaDP på opfordring. Den skriftlige dokumentation opbevares i kursistens mappe hos HM Psykoterapeut. Meritansøgninger skal endvidere vedlægges dokumentation for gennemført egenterapi, udveksling/øvegrupper samt givet og modtaget supervision. Denne dokumentation skal have en passende detaljeringsgrad.

Eksamen 1. år

Skriftlig eksamen

1. Der afleveres 6 skriftlige cases, hvoraf mindst 3 skal være skrevet af klienten selv. Disse cases skal beskrive en TFT/EFT-session eller -sessioner, hvor klienten er kommet på SUD 0. Hver case skal fylde maksimalt ½ A4 side. OBS: maks. 2.000 tegn.

Case fra klient skal indeholde:

- *Terapeutnavn*
- *Klientnavn*
- *Klientens adresse eller telefonnummer*
- *Generel beskrivelse af problemet med SUD*
- *Kort beskrivelse af sessionen/sessionerne*
- *Resultat af sessionen med SUD på nul, rolig i tankerne, fredfyldt i hjertet og let i kroppen*

Case fra behandler skal indeholde:

- *Terapeutnavn*
- *Generel beskrivelse af problemet med SUD*
- *Kort beskrivelse af sessionen*
- *Resultat af sessionen med SUD på nul, rolig i tankerne, fredfyldt i hjertet og let i kroppen*
- *Antal sessioner*
- *Forløbets længde – antal dage eller måneder*
- *Test af resultatet efter tidligst 7 dage for at sikre, at resultatet holder*

2. Der skal afleveres en minirapport, som viser, at den studerende er i stand til selvrefleksion efter en session.

Minirapporten skal indeholde:

- *1-2 A4-sider, maskinskrevne*
- *En beskrivelse af en session. Gerne en mislykket session da det er der, vi lærer mest.*
- *Hvad tænkte du om dig selv under forløbet?*
- *En beskrivelse af klientens problemstillinger og sessionen.*
- *Hvilke spørgsmål stillede du udover de sædvanlige om problem og SUD?*
- *Hvorfor stillede du de forskellige spørgsmål under sessionen – beskriv dine overvejelser.*
- *Hvilken SUD havde klienten før, under og efter sessionen?*
- *Hvordan var din kontakt med klienten i løbet sessionen – vær konkret.*
- *Indholdsfortegnelse i Minirapport:*
 - *Indledning: hvorfor denne klient?*
 - *Forløbet: hvad gjorde du - hvorfor - hvad virkede - hvad virkede ikke - hvilke punkter bankede du på – fik nogle punkter særlig opmærksomhed?*

- *Afslutning: refleksion over sessionen/forløbet – hvad tænkte du om dig selv? - hvordan syntes du selv det gik? - hvad kunne du have gjort anderledes?*

Formålet med den skriftlige del af eksamen er at sikre, at den studerende har arbejdet med forskellige typer af klienter og kan støtte klienten til fuldstændigt at slippe ubehaget – dvs. SUD = 0. Minirapporten skal sikre, at den studerende er i stand til at reflektere over sig selv og sin egen adfærd samt sin kontakt til klienten.

3. De studerende skal hver især lave en beskrivelse af egne problemstillinger/traumer, som ønskes bearbejdet i løbet af året. Beskrivelsen skal gennemgås med deres arbejdsgruppe ved årets start. Når året er gået, skal der gøres status over egen proces, og der skal undersøges, om der er dukket nye problemstillinger op i løbet af året, samt leveres en beskrivelse af, hvad der er gjort, og om man er kommet i SUD 0. Beskrivelsen af højst to problemstillinger må ligeledes maksimalt fylde en halv side (2.000 tegn). I det skriftlige arbejde er det fint, hvis de studerende kan sætte de ting, de møder i praksis på såvel egen krop som i klientsessionerne, i et teoretisk perspektiv, hvor der er mulighed for det. Opgaven sendes til lars@mygind.dk.

Bemærk, at dette er en fast opgave på alle 4 år.

Obligatorisk litteratur

De studerende testes i den obligatoriske litteratur gennem 10 – 20 skriftlige spørgsmål til hver bog. Det sker på det pågældende modul, hvor bogen er pensum.

Mundtlig eksamen

Formålet er at demonstrere brugen af TFT/EFT i en terapeutisk sammenhæng. De studerende giver hver især en TFT/EFT-session foran underviseren og får feedback på denne. Det forventes, at de studerende har behandlet eventuel præstationsangst og eksamensskræk inden, således at de så vidt muligt er rolige, fredfyldte og lette i eksamenssituationen.

Censor:

Der er intern censor på den praktiske del af eksamen.

Eksamen 2. år

Skriftlig eksamen

1. De studerende afleverer 5 skriftlige METAsundhedanalyser indeholdende terapiplan, hvoraf 1 skal omhandle en personlig problemstilling og terapiplan. Formålet med cases er at sikre, at den studerende fuldt ud forstår METAsundhedsmodellen.

2. De studerende skal hver især aflevere en beskrivelse af egne problemstillinger/traumer som ønskes bearbejdet i løbet af året. Beskrivelsen skal gennemgås med deres arbejdsgruppe ved årets start. Når året er gået, skal der gøres status på egen proces, og der skal undersøges, om der er dukket nye problemstillinger op i løbet af året, samt leveres en beskrivelse af, hvad der er gjort, og om man er kommet i SUD 0. Beskrivelsen af højst to problemstillinger må ligeledes maksimalt fylde en halv side (2.000 tegn). I det skriftlige arbejde er det fint, hvis de studerende kan sætte de ting, de møder i praksis på såvel egen krop som i klientsessionerne, i et teoretisk perspektiv, hvor der er mulighed for det. Opgaven sendes til lars@mygind.dk.

Bemærk, at dette er en fast opgave på alle 4 år.

3. De studerende skal bestå den skriftlige prøve på METAsundhedsoverbygningen. Formålet er at sikre, at de studerende har styr på de grundlæggende sammenhænge i METAsundhedsmodellen.

Obligatorisk litteratur

De studerende testes i den obligatoriske litteratur gennem 10 – 20 skriftlige spørgsmål til hver bog. Det sker på det pågældende modul, hvor bogen er pensum.

Mundtlig eksamen

Den mundtlige eksamen skal sikre at de studerende kan skabe en tryk kontakt til klienten og udføre en simpel SOFT-analyse, som bliver forstået af klienten. De studerende giver hver især en METAsundhedsanalyse foran hele gruppen og får feedback på denne. Det forventes, at de studerende har behandlet eventuel præstationsangst og eksamensskræk inden, således at de så vidt muligt er rolige, fredfyldte og lette i eksamenssituationen.

Censor:

Der er ekstern censor på såvel den skriftlige som den mundtlige del af eksamen.

Eksamen 3. år

Skriftlig eksamen

De studerende skal bestå den skriftlige test i Transbiologisk Traumeterapi (TBT). Formålet med denne test er at sikre, at de studerende med udgangspunkt i en beskrivelse af fysisk følte symptomer kan skelne mellem forskellige traumetyper.

2. De studerende afleverer 5 skriftlige cases af sessioner. Indeholdende: SUD før og efter, hvilke specialsituationer blev behandlet, hvilke teknikker blev der anvendt? Endvidere skal der indgå en refleksion over klientkontakten undervejs i sessionen. Hvilke valg tog den studerende i forhold til at optimere kontakten? En case må maksimalt fylde ca. 1 A4-side.

3. De studerende skal hver især aflevere en beskrivelse af egne problemstillinger/traumer som ønskes bearbejdet i løbet af året. Beskrivelsen skal gennemgås med deres arbejdsgruppe ved årets start. Når året er gået skal der gøres status på egen proces, og der skal undersøges, om der er dukket nye problemstillinger op i løbet af året, samt leveres en beskrivelse af, hvad der er gjort, og om man er kommet i SUD 0. Beskrivelsen af højst to problemstillinger må ligeledes maksimalt fylde en halv side (2.000 tegn). I det skriftlige arbejde er det fint, hvis de studerende kan sætte de ting, de møder i praksis på såvel egen krop som i klientsessionerne, i et teoretisk perspektiv, hvor der er mulighed for det. Opgaven sendes til lars@mygind.dk.

Bemærk, at dette er en fast opgave alle 4 år.

Obligatorisk litteratur

De studerende testes i den obligatoriske litteratur gennem 10 – 20 skriftlige spørgsmål til hver bog. Det sker på det pågældende modul, hvor bogen er pensum.

Mundtlig eksamen

De studerende giver hver især en session foran underviseren, censor og evt. medstuderende. Formålet er, at de studerende under sessionen skal udvise overblik over teknikkerne i TBT, således at de i deres terapi demonstrerer evnen til at vælge den bedste teknik til det præsenterede problem. De studerende skal også vise, at de kan etablere en god kontakt, formår at rumme klienten og kan skabe en atmosfære af tillid, der gør klienten i stand til at forløse. Det forventes, at de studerende har behandlet eventuel præstationsangst og eksamensskræk inden, således at de er rolige, fredfyldte og lette i eksamenssituationen.

Censor:

Der er ingen censor på denne prøve.

Eksamen 4. år

Skriftlig eksamen

De studerende skal aflevere 10 META-cases fra og med 2020. Af de i alt 15 cases, der skal afleveres på henholdsvis år 2 og år 4, skal mindst 3 munde ud i, at klienten har oplevet resultater/positiv forandring. Formålet med cases er at sikre, at de studerende kan arbejde med forskellige fysiske symptomer og være med til at skabe mærkbare og vedvarende forandringer i klienters situation.

Praktisk prøve

På modul B på METAsundheds Master skal den studerende behandle en for dem ukendt klient. Formålet er at vise, at den studerende formår at søge efter en UDIN samt afdække stress- og løsningsstriggere, så det giver mening for klienten.

Obligatorisk litteratur

De studerende testes i den obligatoriske litteratur gennem 10 – 20 skriftlige spørgsmål til hver bog. Det sker på det pågældende modul, hvor bogen er pensum.

Mundtlig eksamen

Psykoterapeut eksamen:

Inden den studerende indstilles til eksamen, skal de studerende dokumentere, at de har gennemført 90 timer i kategorierne egenterapi, superviseret terapi, givet supervision og øvegrupper. Eksamensdato fastsættes ca. 1 år forud. Eksamen skal finde sted inden 1. juni i det efterfølgende år. Er dette ikke muligt, skal den studerende udarbejde en skriftlig begrundelse, der skal godkendes af skolen.

1) De studerende medbringer en klient – det kan være en ny klient eller en klient i et igangværende behandlingsforløb.

2) Der afsættes 1 time til sessionen.

3) Efter sessionen følger den studerende sin klient ud ad døren og venter uden for eksamenslokalet.

4) Eksaminator og censor evaluerer sessionen.

5) Tilbage melding til den studerende: Bestået/Ikke bestået.

Skriftligt speciale

Den skriftlige opgave skal vise de studerendes evne til at integrere den psykoterapeutiske teori med deres praksis og demonstrere deres evne til selvanalyse/refleksion med udgangspunkt i det valgte teoretiske område.

Omfang: 5-15 sider.

Problemformulering skal godkendes af skolen.

Vurderingsgrundlag - formål

Under sessionen vil de studerende blive evalueret på følgende kompetencer, som skal vise at de mestrer:

- *Terapeuten skal overordnet set vise en praktisk udførelse der har forbindelse til det som den skriftlige opgave har omhandlet.*
HERUDOVER:
- *At skabe og bibeholde kontakt med klienten – at opbygge et tillidsforhold til denne.*
- *Evnen til at møde klienten der, hvor vedkommende er, og at tilpasse terapien i overensstemmelse hermed.*
- *Afdækning af klientens problemstilling gennem brug af passende samtaleteknikker.*
- *At hjælpe klienten med at prioritere og vælge, hvilken problemstilling der skal være fokus på, hvis der kommer flere på bordet, gennem bevidstgørelse om SUD.*
- *At indtage terapeutrollen og udvise en passende balance mellem at være empatisk og at kunne tage styringen i sessionen, hvor det er nødvendigt under bibeholdelse af kontakten.*
- *At vælge passende metoder fra HM Psykoterapeut-værktøjskassen i forhold til klientens problemstilling.*
- *At få reduceret klientens SUD, hvis der arbejdes med traumeforløsning, og at få landet klienten et passende sted, når tiden er udløbet.*
- *At holde tiden.*

Censorkorps og eksaminator

Eksaminator Psykoterapeut Lars Mygind

Censor Psykoterapeut Gitte Holmen

Censor Psykoterapeut Michael Huntley

Egenterapi

Under uddannelsesforløbet til HM Psykoterapeut skal du kunne dokumentere, at du har haft mindst 90 timers egenterapi i alt på de fire år.

Det vil sige, at du skal have minimum 22,5 timers egenterapi om året, hvoraf mindst halvdelen skal tages hos terapeuter, der er på vores terapeutliste (findes på www.mygind.dk). Øvrige timer skal tages hos psykoterapeuter, som er medlem af Dansk Psykoterapeutforening eller medlem af Forening af Danske Psykoterapeuter (FaDP).

Her er ikke tale om sessioner, men timer i terapi, som skal verificeres af den terapeut, som du behandles af.

Du skal bruge terapeutens underskrift hver gang, du har været i egenterapi. Dokumentationsskemaer udleveres på uddannelsen.

Vi anbefaler, at man anvender flere forskellige terapeuter undervejs.

Sessionerne dokumenteres over for Mygind Institute i form af terapeutens navn, dato og tidspunkt samt underskrift. Disse rapporter scannes og indsendes til kontor@mygind.dk og gemmes elektronisk i de studerendes mapper. Denne dokumentation afleveres årligt og er adgangsgivende i forhold til at starte nyt studieår.

For hvert år laves et overbliksskema med en sammentælling af, hvor meget der er dokumenteret. I tilfælde af, at en studerende mangler op til 10 % i en eller flere af kategorierne, kan der blive givet dispensation for start på det kommende år, hvis den studerendes standpunkt i øvrigt vurderes at være ok.

OBS: De samme timer kan ikke tælle for flere ting hos samme studerende.

Supervision

Superviserede sessioner med klienter

På HM Psykoterapeutuddannelsen skal du have 22,5 timers superviserede sessioner med klienter i løbet af et undervisningsår. For hver årgang afholdes der 10 årlige supervisionsdage, og hver af disse dage gælder som 2 timers superviseret session med klienter, 2 timers givet supervision til medkursister og 2 timers øve/udveksling per gang. Det er obligatorisk at deltage på minimum 5 af de 10 årlige supervisionsdage. Hvis man ikke har mulighed for at opfylde minimumskravet, skal man aftale 3 timers individuel supervision med enten Lars Mygind, Hanne Mygind Heilesen eller Rosalina Reiter pr. dag, man mangler mangler. Hvis man er en gruppe på 3, der skiftes til at være terapeut, klient og supervisor i 6 timer, svarer dette også til en supervisionsdag.

Resten af timerne kan opnås gennem deltagelse i træningsgrupper, der optimalt set udgøres af 3 HM Psykoterapeutstuderende. Man skal huske at få supervisors underskrift på selve dagen på sit dokumentationsskema. Timer kan også opnås ved at samle en gruppe til en casedag, hvor man gennemgår en række cases sammen med en supervisor, (f.eks. en underviser fra uddannelsen eller en færdiguddannet psykoterapeut).

OBS: De samme timer kan ikke tælle for flere ting hos samme studerende.

Supervision til medstuderende

Du skal have givet 22,5 timers supervision til medstuderende pr. år. For hver årgang afholdes der 10 årlige supervisionsdage, og hver af disse dage gælder som 2 timers givet supervision. Det er obligatorisk at deltage på minimum 5 af de 10 årlige supervisionsdage. Hvis man ikke har mulighed for at opfylde minimumskravet, skal man aftale 3 timers individuel supervision med enten Lars Mygind, Hanne Mygind Heilesen eller Rosalina Reiter pr. dag, man mangler mangler. Hvis man er en gruppe på 3, der skiftes til at være terapeut, klient og supervisor i 6 timer svarer dette også til en supervisionsdag.

Resten af timerne kan opnås gennem deltagelse i træningsgrupper, der optimalt set udgøres af 3 HM Psykoterapeutstuderende. Man skal huske at få supervisors underskrift på selve dagen på sit dokumentationsskema. Timer kan også opnås ved at samle en gruppe til en casedag, hvor man gennemgår en række cases sammen med en supervisor, (f.eks. en underviser fra uddannelsen eller en færdiguddannet psykoterapeut).

OBS: De samme timer kan ikke tælle for flere ting hos samme studerende.

Læse-/øve-/praktiske træningsgrupper

Endvidere skal du have 22,5 timers øve/udveksling med medstuderende pr. år. For hver årgang afholdes der 10 årlige supervisionsdage, og hver af disse dage gælder som 2 timers øve/udveksling. Det er obligatorisk at deltage på minimum 5 af de 10 årlige supervisionsdage.

Resten af timerne opnås gennem deltagelse i træningsgrupper med medstuderende. Der skal være mindst tre studerende til stede, hver gang gruppen mødes. Man skal huske at få en underskrift på selve dagen på sit dokumentationsskema.

OBS: De samme timer kan ikke tælle for flere ting hos samme studerende.

Optagelseskriterier for kurser og uddannelser

For at blive optaget på HM Psykoterapeut skal man være mindst 30 år (der kan i visse tilfælde dispenseres fra alderskravet ud fra en individuel vurdering, baseret på en skriftlig ansøgning), og desuden ser vi på studie- og erhvervserfaring samt menneskelige erfaringer og modenhed i forhold til alder.

Hvis man ikke i forvejen har gennemført en uddannelse, hvor man kan dokumentere at man har haft minimum 50 timers grundlæggende psykologi, skal man tage disse timer, inden man starter på HM Psykoterapeutstudiet eller senest i løbet af det første år.

Man skal kunne argumentere for, hvorfor man ønsker at blive optaget på uddannelsen.

Ansøgere forventes at have læst denne håndbog inden optagelsessamtalen.

Alle ansøgere kommer til samtale hos en af de ledende undervisere – oftest Hanne Mygind Heilesen – inden endelig optagelse. Her bliver der spurgt ind til din uddannelse (i såvel traditionelle fag samt alternative), civilstatus, eventuelle diagnoser og nuværende eller tidligere misbrug, samt om du har erfaringer med selv at modtage eller give sessioner, hvilket er en stor fordel. Derudover spørges der ind til din motivation for at søge ind på denne uddannelse, og samlet set bliver du vurderet egnet til optag ud fra dit helhedsbillede, hvor du er i dit liv lige nu. Det er i orden at bruge uddannelsen udelukkende som selvudvikling, men du skal være villig til at deltage i alle øvelser under uddannelsen, bl.a. som terapeut.

Der udfyldes et optagelsesskema for hver studerende, der optages, og denne gemmes i den studerendes mappe.

Kvoter

De studerende optages under 2 forskellige kvoter, hvor kvote 1 kræver en længerevarende uddannelse af humanistisk, social, pædagogisk eller sundhedsfaglig karakter.

Kvote 2 dispenserer fra dette på forskellig vis, eksempelvis ved alder, anden videregående uddannelse samt relevant erhvervs erfaring, kurser i personlig udvikling, psykologi, psykoterapi mv. Uddannelsesstedet vurderer, om den enkelte kandidat er velegnet.

Optagelsen sker mundtligt og begrundes skriftligt, så den senere kan fungere som dokumentation for den studerende i forhold til at blive Reg. psykoterapeut hos FaDP.

Selvansvar og dyb indre proces

Vi ved, at du som studerende kommer i kontakt med mange følelser i dig selv og vil opleve processer, der vil være transformerende, udfordrende og forløsende og gøre dig i stand til at vokse i mødet med dig selv. Vi giver dig pladsen til at vokse og udvikle dig med al din kraft og støtter dig i din proces.

Ønsker du at arbejde som terapeut, er det vores hensigt, at du via din egen udvikling og de redskaber og teknikker, du lærer, vil møde dine klienter på en respektfuld måde der, hvor de er i livet, og derfra tage afsæt til transformation og forløsning.

Det er vores erfaring, at man gennemgår en dyb personlig proces undervejs på HMP – på en god, lærerig og udfordrende måde. Når det bliver udfordrende, er det vigtigt at række ud efter hjælp. Man kan tale med sine medkursister og med underviserne, da det er vigtigt, at man ikke isolerer sig i sådan en situation. Ligeledes er det vigtigt at komme frem, hvis man er frustreret eller irriteret over et eller andet i forbindelse med studiet. Vores erfaring er, at de tidspunkter, hvor man som studerende oplever de store udfordringer i forhold til at komme videre og tage sine næste skridt på HM Psykoterapeut, er de tidspunkter hvor læringen er størst. Som studerende er man altid velkommen til at tage kontakt til skolens undervisere samt medlemmer fra studierådet.

Kursernes indhold

HM TFT/EFT grundkursus og overbygning

Tankefeltterapi (TFT) er udviklet af den amerikanske psykolog **Dr. Roger Callahan** i 1980. Senere hen, i 1993, udviklede hans elev **Gary Graig** en version af teknikken, som han kaldte Emotional Freedom Techniques (EFT). I dag læner vi os op af Dawson Church, som er den førende forsker i EFT, og den uddannelse i klinisk EFT i USA, som han har etableret.

TFT og EFT er i USA godkendt som evidensbaserede behandlingsformer, og der findes over 100 videnskabelige artikler om dem. Det videnskabelige fundament er veldokumenteret – ikke mindst igennem bogen ”Dine geniale gener” af Dawson Church. Bogen er udkommet på dansk i 2019 på vores forlag Frog & Toad. Metoderne er enkle, skånsomme og virker hurtigt ved at kombinere traditionel samtaleterapi og meridianstimulation med en let banken på kroppen, hvorved psykisk og fysisk ubehag kan fjernes eller elimineres helt.

I HM Psykoterapeut blandes tankefeltterapi og EFT sammen med principper fra NLP, Psykoterapi, METAsundhed og Transbiologisk Traumeterapi til vores egen udgave som vi kalder HM TFT/EFT. HM TFT/EFT kombinerer østens viden om kroppens energibaner med psykoterapeutisk samtale. Energibanerne, kendt fra akupunktur, stimuleres med en let banken forskellige steder på kroppen, samtidig med at den behandlede fokuserer på sit ubehag. Dette kombineres med vores viden om traumernes tilstedeværelse i kroppens celler.

Forskellen På Tankefeltterapi og Emotional Freedom Techniques (EFT)

I TFT banker man på akupunkturpunkterne i en bestemt rækkefølge ud fra den diagnose, som klienten har, f.eks. angst eller fobi. I EFT banker man alle punkterne i en vilkårlig rækkefølge samtidig med, at man siger nogle bestemte sætninger (bekræftelser), som beskriver det problem, der arbejdes med. Begge teknikker bruger et fokus på problemet, der skal behandles, og det er de samme punkter, der bankes på.

Bag om Tankefeltterapi og Emotionel Frihedsteknik

HM TFT/EFT tager udgangspunkt i modellen om den tredelte hjerne: krop-, føle – og tænkehjernen. Mange mennesker befinder sig i deres tænkehjerne og tror, at de kan rationalisere sig ud af problemerne, men i virkeligheden befinder problemet sig ofte i kropshjernen, hvor logik ikke har den store indflydelse. Med TFT/EFT kan vi forbinde det tænkte og det følelsesmæssige med det fysiske. På ganske kort tid (typisk 10-20 minutter for ét specifikt tema) kan ubehaget forløses, og der kan ske en forløsning.

Grundkurset i HM TFT/EFT

På grundkurset lærer man primært grundteknikkerne samt principperne til selvbehandling. Man får også mulighed for at prøve at behandle en anden. 80 % af kursusdeltagerne oplever en tydelig effekt på sig selv i løbet af de to første dage. 40 % oplever helt at slippe et ubehag, som har fulgt vedkommende i kortere eller længere tid. Alle bliver vidne til, hvor effektivt TFT/EFT er, selv for en begynder. På grundkurset behandler vi de deltagere, som melder sig, i gruppeterapi.

Grundkurset indholder

- *HM Tankefeltterapi og EFT*
- *Hvad er omvendt polarisering, og hvordan behandles det?*
- *Kort introduktion til kroppens 2 faser: stress og regeneration*
- *Hvad er en fysisk følt fornemmelse?*
- *Hvad er angst?*
- *Hvad er en fobi?*
- *Hvordan forløser man simple fobier?*
- *Hvordan behandler man afhængighed?*
- *Hvordan behandler man smerte?*

Overbygningen i TFT/EFT

På overbygningen lærer du at anvende teknikkerne i en psykoterapeutisk ramme til forløsning af en lang række af de ubalancer, klienter typisk kommer med i terapien. Specifikt undervises der i forløsning af de gængse problemstillinger, man støder ind i som terapeut: fobi, angst, selvværdsproblematikker, afhængighed, præstationsangst, mv. Endvidere undervises der i behandling af børn, spædbørn og dyr.

Kurset indholder

- *HM Tankefeltterapi og EFT*
- *HM Matrix –en simpel regressionsteknik, som anvendes til at forløse gamle traumer, eller når klienten ikke kan komme ind i kroppen*
- *Effektiv spørgeteknik til at finde det "frosne øjeblik"*
- *Forskellige definitioner på et traume*
- *Teknik til at finde problemernes problem*
- *Forløsning af de forskellige typer af traumer og ubehag*

- *Hvad er angst, og hvordan kan man behandle det?*
- *Hvordan forløser man fobier?*
- *Hvordan behandler man afhængighed?*
- *Projektioner – overføring – modoverføring (Fritz Perls)*
- *Klientcentreret fokus (Carl Rogers)*
- *Fokusering (Eugene Gendlin – Focusing)*

METAsundhed

METAsundhed er læren om de naturlige biologiske processer, som har udviklet sig gennem milliarder af år. METAsundhed er en præcis indgangsvinkel til, hvad sygdom og helbredelse er, idet METAsundhed tager udgangspunkt i biologien. Det handler om at se situationen fra oven og opnå en forståelse for, hvad det er kroppen fortæller, når der er et symptom eller en sygdom.

Med ét er det logisk, at vi til tider får en forkølelse eller en alvorlig sygdom. Vi lærer at forstå de faser, som kroppen gennemgår, når vi rammes af sygdom og har symptomer, samt den tætte sammenhæng, der er mellem psyken og den fysiske krop.

METAsundhed har allerede hjulpet adskillige mennesker igennem vanskelige perioder med sygdom. METAsundhed handler om at finde den bedste behandling til at forløse den mentale ubalance, styrke kroppens selvhelbredende evner og lindre/helbrede de fysiske symptomer.

METAsundhed er et helhedssyn på sundhed og sygdom baseret på kroppens intelligens og naturlove, som giver logiske forklaringer på kroppens biologisk adfærd. Det er en model, som giver dig forklaring på din krops biologiske adfærd, både i forhold til tidligere, nuværende og fremtidige symptomer. META betyder at se noget oppefra, altså det at få "et større overblik". I METAsundhed lærer du at fremme kroppens selvhelbredende kræfter. Det handler om at lytte til kroppens signaler og anvende dem på en konstruktiv og helbredende måde. Kroppen skelner ikke mellem konkrete/praktiske problemer og følelsesmæssige problemer. Det gør METAsundhed til gengæld, da dette værktøj hjælper med at oversætte tanker og følelser til cellebiologi. På METAsundhedmodulerne lærer du inden for en psykoterapeutisk ramme at hjælpe klienter til at forstå deres sygdom i et METAsundhedsperspektiv samt at udarbejde en terapiplan i forhold til de ting, der afdækkes i METAsundhedsanalysen. METAsundhed er ikke en behandlingsmetode men en analyse og forståelsesmodel. Forståelsen bidrager til større bevidsthed, som i sig selv kan være helbredende.

Når du hører eller læser om principperne i METAsundhed, vil du med det samme se, hvordan du og dine medmennesker bevæger sig igennem alle de stadier, METAsundhedsmodellen beskriver – uden undtagelse! Kroppens intelligens opfører sig nemlig på samme måde i os alle sammen.

METAsundhed bygger på naturlove, som giver logiske forklaringer på kroppens biologiske adfærd. Kroppen, med dens celler, forsøger hele tiden at hjælpe os ved at tilpasse sine

biologiske programmer til de situationer, vi står i. *METAsundhed sætter kroppen ind i et psykoterapeutisk perspektiv.*

Grundkursus i METAsundhed – Din intelligente krop (2 dage)

Grundkurset vil introducere dig til principperne i METAsundhed. På dette kursus får du en forståelse af din intelligente krop, og hvordan dine medfødte evner kan udnyttes til selvhelbredelse. På denne måde kan du opleve mindre angst, frygt og bekymring omkring sygdom og symptomer og skabe en bedre balance mellem krop, sind og ånd.

Du vil lære:

- *De bagvedliggende årsager til sygdom*
- *De to faser i sygdom og helbredelse*
- *Forbindelsen mellem miljø - krop – psyke - ånd*
- *Følelsesmæssige konflikter som årsag til sygdomme*
- *Hvordan naturlovene anvendes i forbindelse med f.eks. kræft, astma, hudproblemer, hovedpine, forkølelse, tandpine, rygproblemer m.m.*
- *Praktiske eksempler*

Efter kurset vil du have en dybere forståelse for:

- *Hvad det er, din krop fortæller dig, når den er syg*
- *Hvad dine følelser og tanker betyder for din sundhed og sygdom*
- *Om du er i stressfasen eller regenerationsfasen*
- *At der kan være skjulte "gaver" i sygdom*
- *At alt kan helbredes*

Analytikeruddannelse i METAsundhed (12 dage i 3 moduler)

Hovedformålet med denne uddannelse er at blive i stand til at analysere et fysisk symptom fra et psykoterapeutisk perspektiv med det formål at kunne lægge en terapiplan, som kan føre til accept, lindring eller eliminering af symptomet. Derudover bliver man introduceret til forløsning af psykiske tilstande kaldet konstellationer, og til, hvordan man forsker i symptomer, som ikke er beskrevet i manualen.

Uddannelsen er opbygget i 3 moduler - i alt 12 dage.

Modul A indeholder en gennemgang af de fem hjernelag og en beskrivelse af de vigtigste organvæv.

Modul B indeholder en gennemgang af hjertet, en introduktion til sammenhængen mellem kombinationer af traumer og adfærd (konstellationer) samt en gennemgang af storhjernebarken, som handler om relationer og territorielle konflikter.

Modul C handler om den praktiske anvendelse af viden om organvæv og de fem hjernelag samt om terapiplaner.

TBT – Transbiologisk Traumeterapeut-uddannelse (20 dage i 5 moduler)

Denne del af studiet handler om traumer: Hvordan og hvorfor vi får dem, hvordan de lagres i kroppen samt hvordan vi kan komme af med dem. Udgangspunktet er PeakStates-modellen, der er udviklet af den canadiske psykolog Grant McFetridge. Ifølge McFetridge opstår de fleste traumer før fødslen som et resultat af biologiske skader – der er således en direkte sammenhæng og samklang mellem kroppens celler og vores følelsesmæssige tilstand.

På denne del af uddannelsen vil du:

1. *Blive mere opmærksom på dig selv som terapeut og menneske.*
2. *Lære at få øje på/genkende egne styrker og svagheder.*
3. *Blive bedre til at holde dig centreret i dig selv, uanset hvad der sker omkring dig, dvs. blive mindre følsom for andres aktivering.*
4. *Få lejlighed til at forløse egne traumer både før og efter fødsel.*
5. *Finde og forløse traumer hos andre – vi arbejder med mere end 20 forskellige typer af traumer og specifikke healingsteknikker, (bl.a. generationstraumer, huller, kopier, projektioner, depression og roller).*
6. *Lære om de 9 hjernebevidstheder, og hvordan vi kan arbejde med dem.*
7. *Styrke din evne til at indgå i relationer, bl.a. ved at blive bedre til at stå i dig selv og fornemme, hvor du "slutter" og den anden "begynder".*
8. *Lære at genkende traumer ud fra de fysiske følte symptomer.*
9. *Udbygge forståelsen af sammenhængen mellem psyke og krop, bl.a. gennem forståelse af primærcellen.*
10. *Opleve en højere grad af indre styrke og ro som menneske og terapeut.*
11. *Slippe af med tvangslignende tanker og andre former for uønsket støj i hovedet.*
12. *Blive en mere komplet, effektiv og kompetent terapeut.*
13. *Blive mere rolig, fredfyldt og let i det hele taget.*
14. *Blive i stand til at forløse komplekse traumer både i dig selv og andre.*
15. *Blive introduceret til Primærcelellmodellen.*

Meditative healingsprocesser

Kurset indeholder endvidere meditative healingsprocesser kaldet *Silent Mind*, *Brainlight* og *Inner Peace*, hvor du som deltager får mulighed for at forløse mange traumer i en proces.

For at blive certificeret som Transbiologisk Traumeterapeut er det en forudsætning, at du har deltaget på de 5 uddannelsesmoduler, samt at du har bestået den praktiske og teoretiske prøve, hvor du skal demonstrere, at du kan håndtere teknikkerne på tilfredsstillende vis. Endvidere skal der afleveres 5 cases.

Træningsgrupper

På hvert uddannelsesforløb vil der blive nedsat selvstyrende træningsgrupper. En træningsgruppe består af mindst tre og maksimalt 6 personer fra samme årgang, som alle er aktivt deltagende. Skolen danner disse grupper. Udefrakommende kan deltage, men er ikke en del af træningsgruppen. For at man kan oparbejde de nødvendige timer, der kræves i givet/modtaget supervision og øve/udveksling, er det vigtigt, at man er 3 personer, der kan være henholdsvis terapeut, klient og supervisor. Man skiftes til at være i rollerne. F.eks: Hvis 3 personer træner i 6 timer med 2 timer i hver rolle, kan hver især skrive 2 timer i givet supervision, 2 timer i modtaget supervision og 2 timer i øve/udveksling på de relevante dokumentationsskemaer.

Selvrefleksion

Ved selvrefleksion forstås evnen til at se sin egen proces udefra. Det handler om at blive god til at spørge sig selv om, hvad man vil sige til sig selv, hvis man var klient hos sig selv eller sin egen supervisor. Det er evnen til at tænke over, hvordan man indgår i relationer med andre, og villigheden til at se, hvad ens andel har været, når tingene kører af sporet. Man skal blive villig til at se omverden som en projektion af noget, der foregår inde i en selv. Hvis man er god til selvrefleksion, kan man hele tiden bevæge sig fremad og udvikle sig på positiv vis med de erfaringer, man gør sig undervejs. Selvrefleksion er integreret i og foregår under hele uddannelsen som en del af den personlige udviklingsproces. Selvrefleksion foregår som en del af undervisningen og følges konkret op med en årlig skriftlig aflevering af egne temaer og egenproces samt status over, hvor langt man er nået i årets løb. Brugen af et såkaldt "traumekatalog" støtter op om denne løbende proces.

Egenterapi

Ved egenterapi forstås den personlige og individuelle psykoterapi man som klient modtager og får af en kvalificeret psykoterapeut. Mindst halvdelen af timerne tages hos en terapeut fra HM Psykoterapeuts egenterapiliste, mens den anden halvdel kan tages hos terapeuter, der er medlem af Dansk Psykoterapeutforening, Foreningen af Danske Psykoterapeuter eller andre autoriserende foreninger, f.eks. den europæiske psykoterapeutforening. Psykoterapeuter uddannede på visse skoler vil også kunne godkendes. Kontakt os hvis du er i tvivl.

Gruppeterapi:

Gruppeterapi er en gruppe af mennesker, typisk på 3-20 personer, som taler sammen om og arbejder med de vanskeligheder og problemer, som de udfordres af. På HM Psykoterapeut bruges det ofte på den måde, at en person er fokusperson for underviseren, og resten bemærker, hvordan de påvirkes af fokuspersonens tema og laver selvbehandling undervejs. Meningen er, at den forståelse og de erfaringer, man får om sig selv i gruppen, kan bruges til at lave en liste over issues(traumekatalog), som skal forløses. Dette foregår som en del af undervisningen. Fokuspersonen får endvidere det ud af det, at gruppens samlede energi kan være katalysator for dennes udviklingsproces.

Klientterapi:

Er færdighedstræning, hvor den studerende behandler en klient, hvorefter der gives supervision herpå. Denne klientterapi kan foregå på en af de følgende måder:

- *En terapeutisk træning, hvor du er terapeut, og en medstuderende/underviser er supervisor.*
- *En terapeutisk træning, hvor du er terapeut, og du optager sessionen, og en medstuderende/underviser giver supervision på baggrund af optagelsen.*
- *En terapeutisk træning, hvor du er terapeut, og du laver en mundtlig eller skriftlig beskrivelse, og medstuderende/underviser giver supervision på baggrund af din beskrivelse.*

Færdighedstræning/øvegrupper

Færdighedstræning indgår på alle moduler, da uddannelsen er meget praktisk orienteret. Ved færdighedstræning forstås den færdighed, man opnår ved at udøve terapi.

Færdighedstræning er en vigtig del af uddannelsen. Den bevirker, at den studerende efter uddannelsen kan udføre en professionel psykoterapeutisk session med en klar bevidsthed omkring egne kompetencer.

Supervision

Ved supervision forstås en samtale, der kan være direkte eller indirekte på et stykke terapeutisk arbejde. Supervision kan være intern og ekstern i grupper eller individuel.

Supervision er et led i den faglige og personlige udvikling og gives af andre ofte mere erfarne personer, når den studerende ønsker faglig udvikling eller oplever problemstillinger.

Supervision kan også gives af medstuderende. På HM Psykoterapeut lægges der stor vægt på at give supervision på den studerendes praktiske udførelse af psykoterapi. Dette gøres ved at studiet afholder 10 supervisionsdage pr. år for hver årgang. Det er obligatorisk at deltage på 5 af disse supervisionsdage, og hvis man ikke kan opfylde kravet, skal man aftale individuel supervision med en underviser i et omfang, så man opnår tilsvarende timetal.

Gruppesupervision

Foregår på skolen med en supervisor og i forbindelse med undervisning. Supervision givet til dine medstuderende, når i arbejder tre eller flere sammen. Den studerende skal give supervision til en medstuderende ved klienttræningen. Skolen afholder en gruppesupervision på hver årgang 10 gange om året.

Selvstudie

Der vil være selvstudie i forbindelse med de forskellige moduler i form af videoer, læsning og skriftlige opgaver.

En undervisningslektion

En undervisningslektion har en længde på 45 minutter.

En terapitime

En terapitime har en længde på 60 minutter.

Godkendelser

Findes der en statsautoriseret godkendelse af psykoterapeuter? Nej, Danmark har endnu ikke en offentligt anerkendt psykoterapeutuddannelse.

Det er en generel misforståelse, at psykoterapeuter er statsligt godkendte. Det kan dog fastslås, at der ikke findes nogen statslig godkendelse af psykoterapeuter eller af uddannelsesinstitutioner for psykoterapeuter i Danmark. Staten har aldrig autoriseret eller beskrevet en uddannelse, der kvalificerer til at praktisere som psykoterapeut. Tre ministerier var dog i 2004 involveret i et projekt, der skulle føre til kvalitetsstandarder for psykoterapeuter.

Socialministeriet introducerede i 2004 en ramme for kvalitetsvurdering af private psykoterapeutuddannelser på fritidsbasis, som var beregnet til at efteruddanne personale på institutioner og hospitaler til at arbejde med psykisk svage og syge. Baggrunden for det offentlige systems oprindelige interesse i en evalueringsordning for private psykoterapeutuddannelser var et ønske om at få fastsat nogle kriterier, der kunne anvendes ved rekruttering til de nye storkommuner og regioner.

Projektet blev skrinlagt, og vurderinger af private psykoterapeutuddannelser blev stoppet den 1. marts 2006 af EVA (*Danmarks Evalueringsinstitut*). Et forslag om, at titlen psykoterapeut skulle beskyttes, har tre gange været til afstemning i Folketinget, men det blev hver gang frafaldt.

Enhver kan derfor bruge titlen psykoterapeut uden nogen form for bevis, certifikat eller anden dokumentation.

Det er i dag muligt for private uddannelsesinstitutioner at benytte private evalueringsordninger, som foretages af et privat konsulentfirma ud fra fortolkninger af de oprindelige kvalitetskriterier. Der er således ikke tale om en offentligt anerkendt evalueringsordning.

Staten uddanner derimod psykologer og psykiatere, som begge er beskyttede titler.

HM Psykoterapeutuddannelsen er godkendt af Foreningen af Danske Psykoterapeuter (FaDP).

Det giver dig en garanti for, at vores psykoterapeutuddannelse overholder alle krav, der stilles til en eksamineret psykoterapeut.

Læs mere om betingelser for godkendelse og optagelse: <http://fadp.dk/>



Registreret psykoterapeut

Forening af Danske Psykoterapeuter, FaDP, er godkendt af Styrelsen for Patientsikkerhed til at registrere psykoterapeutiske uddannelsessteder, der må uddanne "Registrerede psykoterapeuter". Håbet er, at psykoterapeuter med denne titel med tiden vil blive berettiget til at tage klienter med tilskud fra det offentlige på linje med psykologer. Vores skole er godkendt som Reg. psykoterapeutisk uddannelsessted, hvilket betyder at HM Psykoterapeuter efter afsluttende eksamen på år 4 kan søge optagelse hos FaDP som Reg. Psykoterapeuter, hvorefter de må kalde sig Reg. psykoterapeuter.

Undervisere

Alle undervisere på HM Psykoterapeutuddannelsen har stor erfaring og ekspertise på deres felt såvel teoretisk som praktisk. De er alle psykoterapeuter eller psykologer. De er nøje udvalgt til at kunne formidle netop kernen og essensen i deres fag på en pædagogisk og engageret måde, således at du som studerende sikrer dig, at du får den bedste viden og læring om emnet hos Mygind Institute.

En præsentation af de respektive undervisere og deres CV er vedlagt som bilag til studiehåndbogen. Her fremgår også, hvilken faglig organisation de er medlem af. Mygind Institute tjekker op på, at der er overensstemmelse imellem det, som underviseren har oplyst, og de faktiske forhold.

Undervisere hos Mygind Institute kan tilbyde de studerende individuelle sessioner og supervision.

Alle fast tilknyttede undervisere hos Mygind Institute har som minimum en 4-årig psykoterapeutisk uddannelse eller tilsvarende kvalifikationer. Alle har klinisk erfaring samt solide formidlingskompetencer og praktisk erfaring inden for det terapiområde, de underviser i. Vi ansætter kun undervisere, vi selv har set undervise. Der gives endvidere løbende supervision på undervisningen.

Underviserne skal årligt dokumentere seks timers egenterapi og seks timers supervision. Underviserne er desuden forpligtet til at overholde FaDP's etiske regelsæt. De er også forpligtet til at holde sig ajour med de seneste teorier inden for faget og er ansvarlige for egen

faglig udvikling, som de årligt skal dokumentere. Alle undervisere skal være organiseret i respektive faglige organisationer som dokumentation for deres faglighed.

De undervisere, der kvalificerer sig til at undervise hos Mygind Institute, opfordres til at indmelde sig i Foreningen af Danske Psykoterapeuter.

Undervisernes løn og ansættelsesforhold er fortrolige.

Andre krav til underviseren

Underviseren skal bruge skriftligt materiale efter aftale med Mygind Institute.

Underviseren skal registrere de studerendes fremmøde.

Underviseren må ikke sælge kurser eller terapi til de studerende eller deres virksomheder uden aftale med Mygind Institute.

Mygind Institute sørger for lokale, kaffe, te, vand og snacks på undervisningsdage.

Aflønning sker efter aftale med Mygind Institute og er fortrolig.

Underviseren skal være loyal over for Mygind Institute og virksomhedens produkter.

Underviseren skal gøre Mygind Institute opmærksom på problemer af enhver art, inden de studerende orienteres.

Underviseren inviteres en gang om året til en inspirationsdag på skolen, hvor fortid og fremtid diskuteres.

Praktisk information

Økonomi

For opdaterede priser og informationer beder vi dig at tjekke vores website.

Pris (2021)

Kr. 31.000,- pr. år ved kontant betaling inkl. supervisionsdage (ekskl. egenterapi)

Kr. 33.000,- pr. år for afdrag igennem 6-12 måneder.

Ovenstående beløb tilrettes ved opnåelse af merit.

Orlov koster kr. 2.500 og kan maksimalt vare et år. Ansøgning om orlov skal være skriftlig og indeholde begrundelse.

Afdragsordning

Ring og få en snak om din situation.

Bruttolønsordning

Flere af vores studerende har en bruttolønsordning gennem deres arbejdsplads. Har du en sådan ordning, kan du spare op til 50 % af uddannelsens pris ved at lade din arbejdsplads betale for den.

Ring til Lars Mygind (+45 40 32 73 86) og få en snak om din situation.

Varighed af uddannelsen

Uddannelsen har en varighed af 4 år og skal afsluttes inden for 5 år fra studiestart. Såfremt særlige omstændigheder taler for en yderligere forlængelse af studiet, kan der gives skriftlig dispensation herfor.

Fysiske faciliteter

Mygind Institute centret er et kursus- og uddannelsessted beliggende i hjertet af Hellerup, tæt på stationen.

Vi har til huse på Hellerupvej 10, hvor man går igennem porten mellem nr. 6 og 8 og inde i baggården til venstre finder Mygind Institute i Baghuset på 2. sal.

I vores lokaler i Hellerup har vi en undervisningssal og 2 behandlerrum samt stort tekøkken.

Det er her, at al undervisning på HM Psykoterapeutuddannelsen foregår. Dog kan man vælge at tage METAsundhed og HM TFT/EFT-kurserne på et af vores andre kursussteder rundt omkring i Danmark og udlandet. De fleste år vil der kunne tilbydes forløb i transbiologisk traumeterapi, som er en væsentlig del af år 3, i såvel Jylland som i Hellerup. Supervision tilbydes 5 gange årligt (pr. årgang) i Hellerup og 5 gange årligt (pr. årgang) i Jylland (Tornby). Du finder mere information om kurserne på HM Psykoterapeut samt kursusplaner på <https://mygind.dk/hm-psykoterapeut-kursusplan/>.

Etiske regler

Mygind Institute følger de etiske regler, som beskrevet af Foreningen af danske psykoterapeuter (FaDP), hvor der fremgår følgende:

“Foreningen af Danske Psykoterapeuter lægger vægt på, at der hos psykoterapeuter generelt, og i særdeleshed blandt medlemmerne af foreningen, bliver opretholdt et højt niveau af etisk standard og god klinisk praksis. Og derfor er der fastsat en række etiske regler, som psykoterapeuter, der ønsker sig medlemskab af foreningen, skal underskrive for at opnå medlemskab. Samtidig har foreningen opretholdt et etisk råd, der fungerer som klageinstans efter de klagerregler, der gælder for psykoterapeuter, der er medlemmer af foreningen. De svarer til de krav, der stilles til organisationer, der ønsker at kunne registrere medlemmer i et register for Registrerede Alternative Behandlere (RAB).”

Etiske regler fra FaDP.dk hjemmeside 2019

De etiske regler skal tjene til at styrke god og forsvarlig behandling af patienter/klienter.

§ 1. En psykoterapeut skal støtte en klients eget ønske om udvikling og psykisk sundhed, og respekten for klienten går forud for psykoterapeutens interesser.

§ 2. Psykoterapeuten har tavshedspligt om alle forhold vedrørende klienten, herunder om der foreligger et klientforhold.

§ 3. Psykoterapeuten skal ligeledes sikre tavshedspligten om klienten både i grupper og under supervision.

§ 4. Psykoterapeuten er ikke undergivet tavshedspligt, hvis det kan være til fare eller skade for en af parterne eller andre.

§ 5. Psykoterapeuten kan ikke indhente eller udlevere oplysninger om en klient uden dennes samtykke.

§ 6. Al journalføring, bånd, videooptagelse m.v. må kun ske med klientens samtykke og fulde aktindsigt og skal opbevares, så tavshedspligten sikres fuldt.

§ 7. Psykoterapeuten må ikke udnytte sin funktion som terapeut, hverken til fordel for sig selv eller til skade for klienten.

§ 8. Psykoterapeuten må ikke have intim eller privat omgang med en klient. Ligeledes skal forretningsmæssig omgang undgås, det neutrale professionelle terapeutiske niveau skal bevares fuldt intakt også efter afsluttet behandling.

§ 9. Psykoterapeuten skal henvise klienten til anden behandling, hvis den professionelle terapeutiske kontaktform ophører, eller terapeuten ikke er kompetent til at arbejde med de problemer / udviklingsønsker eller opgaver klienten har.

§ 10. Psykoterapeuten har ansvar for, at en igangværende terapi altid afsluttes på en terapeutisk forsvarlig måde, evt. ved henvisning til anden relevant form for terapi eller en anden terapeut.

§ 11. Psykoterapeuten har ansvar for sit faglige niveau ved at tage supervision og efteruddannelse.

§ 12. Hvis psykoterapeuten får personlige problemer, skal denne søge støtte til, hos egen terapeut og / eller supervisor vurdering af egen faglig habilitet.

§ 13. Psykoterapeuten har ansvar for at informere klienten om terapeutens etiske regler og andre relevante forhold, fx til offentlige myndigheder, og skal selv have et regelret forhold til både myndigheder og kolleger.

§ 14. Brud på de etiske regler kan medføre eksklusion fra foreningen.

God klinisk praksis fra FaDP.dk hjemmeside 2019

Regelsæt for god klinisk praksis er bindende og retningsgivende i relation til alt psykoterapeutisk arbejde, der praktiseres af alle FaDP's Registrerede psykoterapeutiske medlemmer og uddannelsessteder. Registrerede medlemmer skal overholde følgende regler for god klinisk praksis:

Reg. Psykoterapeuter

1. *Reg. medlemmer skal udvise omhu og samvittighedsfuldhed i deres faglige virke, herunder gøre brug af psykoterapeutiske midler og metoder, som er forsvarlige og som de er kvalificerede til at benytte.*
2. *Reg. medlemmer skal anbefale en klient at søge læge m.v., hvor dette må anses for indiceret.*
3. *Reg. medlemmer skal overholde lovgivningen, herunder afstå fra at fraråde en lægeordineret behandling eller benytte behandlingsmetoder, som det er forbeholdt bestemte autoriserede sundhedspersoner at anvende. Hvis psykoterapeuten kommer i tvivl om, hvorvidt et medicinsk behandlingsforløb er foreneligt med den psykoterapi, der tilbydes, skal klienten opfordres til at afklare dette med sin læge.*
4. *Reg. medlemmer skal løbende vedligeholde og opdatere deres faglige viden. FaDP har et skema, hvor medlemmet skal krydse af og vedhæfte dokumentation for, at medlemmet holder sig ajour. Medlemmet skal på anmodning fra FaDP til enhver tid kunne godtgøre, at de holder sig fagligt og personligt ajour.*
5. *Reg. medlemmer skal give klienten saglig og nøgtern information om behandlingen og de forventninger, klienten kan have hertil, herunder evt. risici. Psykoterapeuten må ikke give løfter om helbredelse.*
6. *Reg. medlemmer skal føre journaloptegnelser over deres behandlinger af den enkelte klient, herunder om indikation samt den behandling og den information, der er givet til klienten.*
Journalen skal opbevares utilgængeligt for andre og skal destrueres eller anonymiseres senest fem år efter et behandlingsforløbs afslutning eller straks, hvis praksis ophører. Den praktiserende psykoterapeut har også tavshedspligt omkring det at selve klientrelationen eksisterer.
7. *Reg. medlemmer har tavshedspligt med hensyn til de oplysninger om private forhold og andre fortrolige oplysninger, som de gennem deres faglige virksomhed får om deres klienter. Tavshedspligten ophører, hvis medlemmet derved overtræder landets love.*
8. *Reg. medlemmer skal udøve deres gerning omhyggeligt og samvittighedsfuldt, samt vise respekt for klientens egenværdi og respektere klientens individuelle behov og valg.*

9. *Reg. medlemmer skal i deres arbejde vise respekt for kollegers arbejde, og være til støtte i faglige situationer. Dette er ikke en hindring for at tage overtrædelser op, der vedrører FaDP's regler for god klinisk praksis.*
10. *Hvis en klient er i gang med et hvilket som helst behandlingsforløb, som psykoterapeuten oplever som uforeneligt med den behandling psykoterapeuten tilbyder, må det andet behandlingsforløb afsluttes, inden sessioner kan aftales.*
11. *Klinikken, hvor psykoterapien foregår, skal fremtræde ren og hygiejnisk.*
12. *Reg. medlemmer skal medvirke til, at der i befolkningen er respekt og tillid til faget.*
13. *Regelsættet for God Klinisk Praksis fremgår af FaDP's hjemmeside.*
14. *Overtræder et Reg. medlem FaDP's vedtægter eller sine medlemsforpligtelser iht. til vedtægterne og "Regelsæt for god klinisk praksis", vil medlemmet blive ekskluderet.*

Uddannelsessteder

1. *Er der tale om et uddannelsessted, erstattes klient med "elev" og "behandling" med "undervisning/vejledning" i ovenstående punkter. Undtaget herfra er punkt 6 og 10.*
2. *Der skal gives informationer fra uddannelsesstedet om, at alle har tavshedspligt. Det gælder også tavshedspligt eleverne indbyrdes. Både under og efter uddannelsen.*
3. *Hvis en elev er i gang med et hvilket som helst behandlingsforløb, som uddannelseslederen/ underviseren oplever som uforeneligt med uddannelsen og de krav, der foreligger til elevens engagement, evne til at modtage undervisning mv, må behandlingsforløbet afsluttes, inden uddannelsen kan påbegyndes eller fortsættes. Eleven skal have haft en samtale om dette og have modtaget en skriftlig dokumentation på konklusionen af samtalen. Begge parter skal underskrive dokumentet.*
4. *Hvis et uddannelsessted lukker, sker der en afregistrering hos FaDP.*
5. *Lederen/ejeren kan ikke registrere uddannelsesstedet med mindre personen selv er "Reg. psykoterapeut."*

Kvalitetssikring

Der er etableret interne kvalitetssikringsmekanismer. Blandt andet ved, at Mygind Institute indsender studievejledningshåndbogen til FaDP, hvis/når denne opdateres, og modulbeskrivelser ved eventuelle ændringer af disse.

Certifikat

Uddannelsen afsluttes med en psykoterapeuteksamen. Når den studerende har gennemført og bestået den afsluttende eksamen, udstedes certifikat til den studerende. Beviset indeholder det timetal, der har været undervist i, samt egenerapitimer, supervisionstimer mv.

Studierådet

Studierådet har til opgave at danne bindeled mellem de studerende og HM Psykoterapeut som uddannelsessted. Rådet har en hjælpende og rådgivende funktion i forhold til de studerende og varetager sager og spørgsmål, hvor en studerende har brug for støtte i sin relation til uddannelsesstedet. Studierådet består af 2-3 studerende, som er valgt af deres medstuderende. De vælges for 2 år.

Ledelsen for HM Psykoterapeutuddannelsen afholder et årligt møde med studierådet.

Medlemmerne af studierådet er opført på hjemmesiden www.mygind.dk her:

<https://mygind.dk/hmp-studieraad/>

Orlov

Kun i særlige tilfælde kan der bevilges orlov eller dispensation, f.eks. barsel eller lignende. Orlov fra uddannelsen bevilges kun på baggrund af en skriftlig ansøgning og pålægges et gebyr på kr. 2.500. Orlov fritager ikke den studerende fra betalingspligten under orlov. Efter endt orlov genoptages uddannelsen på førstgivne hold med ledige studiepladser.

Skolen kan beslutte at pålægge en studerende orlov, såfremt særlige omstændigheder taler herfor.

Fravær

Fremmøde registreres af skolen. Et eventuelt fravær kan indhentes på efterfølgende hold mod betaling. Der ydes ikke kompensation for fravær uanset årsagen hertil. Generelt skal alle kursusdage være gennemført på de forskellige årgange. Små afvigelser herfra kan i specielle tilfælde accepteres – dette skal aftales med skolen.

Oversigt over antal af studerende m.v.

Antal HMP studerende	2018	2019
Optaget	23	19
Frafald	4 stk. / 17%	1 stk. / 5%
Uddannede (ialt)	13	19
Studietid, år (Gns)	4,1	4,2
På dispensation	0	0
Studerende i alt		54

HM psykoterapeutuddannelsen er forholdsvis ny, idet det første hold startede i 2013. De første psykoterapeuter blev færdigtuddannede i 2017.

Udmeldelse

Skal ske skriftligt til Hanne Mygind Heilesen på hanne@mygind.dk

Tilmelding

Ønsker du yderligere informationer eller at blive optaget på HM Psykoterapeutuddannelsen, er du til enhver tid meget velkommen til at kontakte os. Skriv til hanne@mygind.dk

Fortegnelse over studerende

Mygind Institute fører oversigt over følgende:

- *Antal optagede*
- *Frafald og frafaldsprocent*
- *Antal uddannede*
- *Gennemsnitlige studietid*
- *Studerende på dispensation, inkl. begrundelserne for dispensation*

Denne oversigt indsendes til FaDP i lige år.

Ansvarlig uddannelsesleder

REG Psykoterapeut Nina Schiøtz.

Studievejleder

Hanne Mygind Heilesen

Organisation

www.mygind.dk/hm-teamet/

Yderligere informationer og tilmelding:

Tel: + 45 70 27 82 88 – hanne@mygind.dk

Har du spørgsmål er du altid velkommen til at kontakte os. Se mere på www.mygind.dk

Bilag 1: Oversigt over undervisere og deres CV

Bilag 1 – Underviseres CV

HANNE MYGIND HEILESEN

Underviser primært på år 3 på HM Psykoterapeut samt på supervisioner i Jylland.

Jeg har siden 2000 undervist i personlig udvikling, tankefeltterapi – grundkurser og overbygninger – samt grundkursus i METAsundhed. Siden 2012 har jeg primært undervist i transbiologisk traumeterapi.

CV

Født: 16. oktober 1962

Terapeutiske uddannelser

- 2019 Spirituel Psykoterapeut – HEG (forventes afsluttet i 2020)
- 2016 Dearmouring - Deer Tribe
- 2014 - 2015 NES Health Practitioner
- 2008 - 2010 Peak States Advanced Training (traumehealing advanced)
- 2008 Grundkursus og overbygning i METAsundhed
- 2007 - 2008 Peak States Therapy Training – certificeret som Peak States Terapeut
- 2007 EAP (Equine Assisted Psychotherapy – psykoterapi hvor hesten anvendes i det terapeutiske arbejde)
- 2005 - 2006 SMC StressProfilen – Profdoc Work AB
- 2003 - 2005 Bevidstolog – Institut for kernebevidsthed
- 2002 - 2003 Tankefeltterapeut – TFT Denmark
- 2000 - 2001 Action Profiler – Leading Edge People
- 1996 - 2000 Åndedrætsterapeut – People Development

Stillinger

2002 - Mygind Institute, udvikling af mennesker, selvstændig, psykoterapeut(FaDP)
2002 - 2003 TK Development, Aalborg, Pressemedarbejder
2000 - 2002 Leading Edge People Ltd., Partner, England
2000 - 2001 People Development Inc., træner, ledelse og udvikling, Belgien
1998 - 2000 Dow Jones, København, Journalist
1997 - 1998 Selvstændig Butiksindehaver
1994 - 1997 Inter Ikea, Belgien, Fundmanager
1988 - 1994 Børsmæglerselskabet Børssyd
Cand. merc. 1988

Hertil kommer en del fagligt relevante konferencer, kurser og online træning.

LARS MYGIND

CV

Født: 8. december 1961

Stillinger

- 2002 - Mygind Institute, partner, Danmark
- 2001 - 2001 Leading Edge People Ltd , Partner, England
- 2000 - 2001 People Development Inc., træner, ledelse og udvikling, Belgien
- 1999 - 2000 MondoSoft A/S, Salgschef EMEA, software producent
- 1996 - 1998 Intellix A/S, adm. direktør, software producent
- 1992 - 1995 Søren Mygind A/S, edb-ansvarlig, emballage grossist
- 1991 - 1992 Casino Copenhagen, croupier
- 1987 - 1990 Mygind Junior ApS, direktør, grossistvirksomhed
- 1986 - 1990 Small and Green ApS, direktør, produktion af smykkerne
- 1983 - 1983 Reynolds Aluminum Europe, kundeservice, Belgien
- 1983 - 1992 Jytte Abildstrøms Sommerteater, skuespiller, turnéleder.
- 1982 - 1983 Delta Plastic GmbH & Co., praktikant, Tyskland

Uddannelser

- 2019 - 2020 Spirituel Psykoterapeut – HEG (forventes afsluttet i 2020)
- 1998 - 2014 Godkendt Psykoterapeut, FaDP meritvurderet
- 2008 - 2012 META-Health Senior Master trainer, IMMA, 1.800 timer
- 2007 - 2009 PeakStates Terapeut, Institute for the study of PeakStates, 900 timer
- 2003 - 2005 Bevidstolog(meditation), Institut for kernebevidsthed, 400 timer
- 1998 - 2001 BreathWorker, People Development Inc, 1.004 timer, Belgien
- 1984 - 1987 Litteraturvidenskab ved Københavns Universitet
- 1982 - 1983 Industriekaufmann, Bremen
- 1981 - 1982 Sproghøjskolen på Kalø, tysk/fransk
- 1980 - 1981 Niels Brock, Højere Handelseksamen
- 1976 - 1980 Student, matematisk/samfundsfaglig

Kurser

- 2019 Life Vision Retreat med PhD Dawson Church, 42 timer
- 2019 Buddhistisk essentiel psykoterapi med Lama Tilman Borghardt og Wolfgang Erhardt, 14 timer
- 2019 EFT professional training, Dawson Church, 28 timer
- 2018 IMMA conference, Barcelona, 28 timer
- 2018 Goal Mapping, Kirsten Steen, 7 timer
- 2018 Awakened Mind Experience med Gary Groesbeck & Donna Bach, 16 timer
- 2018 Naturopatic Seminar, London, 28 timer
- 2018 Quantum Seminars, Paris, 21 timer

2018	Læsning af CT scan, Anton Bader, 28 timer
2017 - 2018	Clipper Ventures, deltagelse i kapsejlad jorden rundt i 3 måneder som bl.a. watch captain
2017	Global Inspiration Conference, Østrig, 50 timer
2016	Bodydearmoring – Deer Tribe Schweiz, 52 timer
2016	Joao de Deus, Brasilien, 50 timer
2015	IMMA conference, Hawaii, 28 timer
2015	MAT kursus, Ingeborg Hjortsballe
2015	DP4 og Enlightenment process, Tron Enger, 14 timer
2015	Global inspiration conference, Tenerife, 50 timer
2014	NES MiHealth Training, Jef Martinussen, 16 timer
2014	IMMA conference, Birmingham, 28 timer
2013	Matrix Reimprinting, Karl Dawson, 16 timer
2013	IMMA conference, Ægypten, 28 timer
2012	Matrix Reimprinting, Penny Croal, 16 timer
2012	IMMA conference, Middelfart, Arrangør, 28 timer
2011	Enlightenment intensive, Jean Michel Maumin, 28 timer
2011	Matrix Reimprinting, Sasha Allenby, 16 timer
2011	TRE, David Bercelli, 7 timer
2010	TAT, Tapas Flemming, 50 timer
2010	Sea Urchin med Jonna Eierslev, 32 timer
2010	IMMA conference, München
2010	Open medicine, Jean-Michel Maumin, 48 timer
2010	Health Creation, Annie Rasmussen
2009	Addictions training, Matt Fox, 50 timer
2008	Sea Urchin med Jonna Eierslev, 32 timer
2008	Theta Healing, Signe Fjord, 100 timer
2007	Akupunktur 2000, John Boel senior, 16 timer
2006	Global Inspiration conference, Canada, 50 timer
2006	NLP master practitioner og hypnose, Nichlas Farup, 112 timer
2005	Nordic Coaching Federation conference, Norway
2005	EFT med Gary Craig
2004	Global Inspiration Conference, Estland, 50 timer
2004	Kinesiologi, Vendsyssel helseskole, 100 timer
2002	Healer, The Martin Brofman Foundation, Schweiz, 20 timer
2002	The new medicine, Harald Bauman, Schweiz, 16 timer
2002	Latterinstruktør, Laughter Club International, Indien, 20 timer
2002	Tanke Felt Terapeut, Det Indre Tankespillet, Norge, 50 timer
2001	Decision Advisor, Leading Edge People, England, 160 timer
2001	Unleash the Power Within, Anthony Robbins, USA, 30 timer
1997	Power Communication Perceptions, Belgien, 20 timer
1995	Fælles mål, Teamwork, Planlægning, Kommunikation – Frontline Management A/S
1991	Croupier/Dealer, Black Jack, Roulette, Casino Austria International
1989 - 1990	DIEU's ESF-66, i alt 21 dages lederkursus over 1/2 år, 180 timer

Tillidshverv

- 2019 - 2020 Bestyrelsesmedlem METAsundhed Danmark
- 2017 - Nu Bestyrelsesmedlem Foreningen af Danske Psykoterapeuter FaDP
- 2014 - 2019 Boardmember, IMMA – International MetaMedicine Association
- 2010 - 2014 Advisory board, IMMA – International MetaMedicine Association
- 2009 - 2012 Advisory board, Institute for the study of PeakStates
- 2002 - 2010 Dansk koordinator for International BreathWork Foundation

LINDA BETSY LUNDGAARD

Linda har siden 1999 haft fokus på formidling inden for personlig udvikling, idet hun har undervist i NLP hos Team Vision efter endt NLP MasterPractitioner-uddannelse og afholdt flere seminarer sammen med Sexolog Lotte la Cour.

I 2004 blev Linda internationalt certificeret coach ved Joseph O'Connor og afholdt herefter coachuddannelser, ligesom hun har arbejdet med NLP og Coaching i en-til-en sessioner og i virksomheder.

Siden 2010 har Linda arbejdet med TFT/EFT og METAsundhed og samtidig assisteret ved flere uddannelser inden for samme område. Efter endt uddannelse som Psykoterapeut har hun ligeledes undervist i METAsundhed hos Mygind Institute.

NADIA ZARLING

Uddannet Psykoterapeut fra Mygind Institute 2018.

Bachelor fra Roskilde Universitet i Psykologi samt Sundhedsfremme og Sundhedsstrategier 2017.

Medlem af FADP

Praktisk erfaring: Nadia har arbejdet terapeutisk som alternativ behandler siden 2014 og arbejder i dag aktivt som selvstændig psykoterapeut og formidler.

Undervisningskompetence: Nadia har holdt kurser og undervist online siden 2015.

NINA SCHIØTZ

Jeg har siden 2002 arbejdet som psykoterapeut og supervisor – og siden 1994 som professionel foredragsholder og underviser.

Jeg har lært at formidle gennem 7 år som amatørskuespiller, kurser i præsentationsteknik, kommunikationsstudier i ind- og udland samt faglig sparring og evaluering, som fortsat er den måde, jeg videreudvikler mine kompetencer på.

For så vidt det er relevant, er jeg ligeledes uddannet akademiøkonom fra CBS og har Certificate in Public Relations fra McGill University, Montreal/Canada.

Jeg er medlem af FaDP, og i dette regi gik jeg i 2017 op til den kliniske eksamen, hvor jeg fik karakteren 12, hvilket var sidste del af min ansøgning om Styrelsen for Patientsikkerheds beskyttede titel "Registreret Psykoterapeut", som jeg modtog i november 2017.

Min faglige baggrund er bl.a. en 4-årig Diplomuddannelse til Psykoterapeut ved Psykoterapeutisk Institut i København, 2002 (Eksistentiel samt Gestalt- & Familierapi). Uddannelsen er kvalitetsgodkendt af Dansk Psykoterapeut Forening, hvor jeg ligeledes er optaget som medlem.

Efter min grunduddannelse har jeg taget en Masterclass på 1,5 år i Gestaltterapi ved Københavns Gestalt Institut.

Jeg er også uddannet PREP-leder på Center for Familieudvikling og gennemfører i samarbejde med Karsten Schiøtz [Prep-parkurser](#) i kommunalt og privat regi. Kurserne henvender sig til par, som ønsker at forbedre deres parforhold, men som ikke synes, at parterapi appellerer til dem.

Indenfor det energi- og kropsterapeutiske område, er jeg bl.a. uddannet certificeret Tankefeltterapeut og har grundkursus i METAsundhed v/Lars Mygind, [Tankefeltterapiskolen, Danmark](#)

Jeg har i 2015 efteruddannet mig i Mental Førstehjælp, v/Karsten Schiøtz. Det er en teknik (udviklet på basis af Core Dynamics), som fjerner følelsesmæssigt ubehag.

Jeg er certificeret NADA-akupunktør fra Lars Wiinblad, [NADA-Danmark](#). NADA tilbyder jeg i forbindelse med al terapi, da det sætter kroppen i stand til at reparere sig selv og samtidig virker som en forstærker på al anden behandling. I særdeleshed effektiv i forhold til depression, angst, stress og abstinenser – og meget hjælpsom i processen med at sætte ord på følelser.

Som supplement og til smertebehandling, rygestop, misbrugsbehandling, vægtkontrol, stress, allergi og andre problemer i kroppen er jeg uddannet i øreakupunktur, lysterapi og posturologi fra [Godthjælp Akupunktur](#) og [Holbæk Zonecollege zdc](#).

Jeg har uddannelsen i “Natur, Mindfull & [hesteassisteret terapi](#)” fra Marie-Louise Demant og Gerd Weber. Når jeg inddrager hestene i psykoterapien, inspirerer de også til balance i nervesystemet hos klienten – hesten kan formidle en unik kontakt til vores eget indre. Hesten kan være med til at spejle os og give os forøget indsigt og mod. Lege med os.

I min praksis som privatpraktiserende psykoterapeut arbejder jeg ud fra den fænomenologiske metode (oplevelsesorienteret psykoterapi) funderet i det eksistentielle humanistiske menneskesyn.

Jeg tilbyder stresscoaching forløb – og er ligeledes tilknyttet [StressAmbassadøren](#)

Jeg har foruden min egen praksis siden 2008 også været tilknyttet [Møllegårdens Private Botilbud](#) i Odsherred for unge mellem 17 og 30 med psykiske og/eller svære sociale problemstillinger, hvor jeg ugentlig har henholdsvis terapeutiske samtaler og ride/hesteterapi med samtlige beboere.

Jeg fungerer ligeledes som supervisor individuelt og for grupper af socialrådgivere og konsulenter i kommunalt regi og for personalet på flere skoler.

Siden 2008 har jeg undervist studerende på [AkupunkturAkademiet](#) i uddannelsens psykologi-pensum og klinisk praksis.

Siden april 2019 har jeg været uddannelsesleder og underviser på [Mygind Institutes Psykoterapeutuddannelse](#), hvor jeg tidligere ligeledes har været censor.

Jeg går fast i supervision og videreuddanner mig løbende.

Jeg har foruden ovenstående:

- *I 2019 opnået certificering i Stressambassadørens StressCoachuddannelse.*
- *I 2018 afsluttet “Natur, Mindfull & Rideterapeutuddannelsen” v/MarieLouise Demant og Gerd Weber.*
- *I 2017 opnået den beskyttede titel for psykoterapeuter, Reg. Psykotereapeut, tildelt af Styrelsen for Patientsikkerhed.*
- *I 2018 deltaget i workshops om selvskade med Susan Hart, Bo Møhl og Naomi Halpern.*
- *I 2017/18 gennemført efteruddannelse og certificering i Neuroaffektiv Psykoterapi v/Susan Hart og Marianne Bentzen. Jeg arbejder ligeledes med den neuroaffektive analysemodel.*
- *I 2017 startet kurser i Anatomi, Fysiologi og Sygdomslære med henblik på at ansøge om RAB-godkendelse.*
- *I 2017 bestået klinisk eksamen i psykoterapi v/FaDP med karakteren 12 – for at blive godkendt som Reg. Psykoterapeut.*
- *I 2017 gennemført behandlerkursus for at kunne ansøge om at blive Reg. Psykoterapeut.*
- *Kursus i Mental Førstehjælp v/Karsten Schiøtz, Videnshuset i Vordingborg.*

- *Kursus i Meta-medicin v/Lars Mygind.*
- *Kursus i Ansigtslæsning v/akupunktør Per Heissel.*
- *Kursusforløb i Neuroaffektiv Psykoterapi v/Diane Poole Heller, KGI.*
- *Kursusforløb i Mindfulness v/Lone Beier Holm.*
- *Kursus i parterapi v/Bob Resnick på Københavns Gestalt Institut.*
- *Les Greenberg-workshop (Emotion Focused Therapy) på Psykoterapeutisk Institut.*
- *3 måneders kursus i Assertiv Kommunikation på Psykoterapeutisk Institut.*
- *Kursus i Ånd og Krop v/Grethe Rosenkvist.*
- *Kursus i medicinsk Qi Gong v/Catharina Nordlindh, samt 3 opfølgende kurser hos Mette Olsen.*
- *Foredrag om skam, psykoser, misbrug, neuroaffektiv psykoterapi, parterapi, og mange andre spændende temaer.*

Jeg er også uddannet Latterinstruktør fra Latterinstituttet og efterfølgende uddannet til Lattercoach/ Goodheart-coach ved Psykolog, Ph.D. Annette Goodheart.

I min tidligere karriere arbejdede jeg bl.a. med kommunikationsrådgivning. Jeg var i 8 år generalsekretær i Max Havelaar Fonden forud for tiden med international handel og markedsføring.

Jeg har boet 10 år i udlandet – og har desuden 30 års bestyrelseserfaring – lige fra fritidsforeninger, politisk regi, børneinstitutioner til private virksomheder samt offentlige råd og organisationer. Jeg har ligeledes fungeret flere år som domsmand. Pt er jeg næstformand i bestyrelsen for Odsherred Musikskole og ligeledes næstformand i bestyrelsen for Ulstrup Efterskole (specialefterskole).

ROSALINA REITER

Rosalina er en erfaren psykoterapeut og underviser. Hun har stor pædagogisk erfaring både som skolelærer, observationslærer og behandler af børn og unge og i undervisningsregi omkring personlig udvikling på såvel højskoler som i privat regi. Rosalina har superviseret og lavet kurser om bl.a. konflikthåndtering, kommunikation og kropsterapi siden begyndelsen af 90'erne. Hun har en stærk intuition og stor empati. Dette giver hende en platform, hvor der er nærvær og fordybelse i forhold til grupper og enkeltpersoner og med fokus på den enkeltes ressourcer og begrænsninger.

CV

Født: 13. maj 1959

Uddannelser

1996	Medlem af Psykoterapeutforeningen MPF
1995	Efteruddannelse i psykoterapi (DIG)
1992	Uddannelse i krops- og gestaltterapi - Psykoterapeut (DIG)
1989	Etablering af egen praksis
1983	Uddannet folkeskolelærer fra Blågård seminarium med speciale C (børn med særlige vanskeligheder såvel psykisk som fysisk)

Løvrigt

2015	Spirituel træning i enhedsbevidsthed og højere bevidsthed i O&O Academy og Golden Age Movement, Indien.
2014 - 2015	TRE, Tension, Stress and Trauma Release-uddannelsen v/Michael Nissen, bioenergetikker og psykolog, certificeret af David Berceli
2012 -	Medstifter og underviser på Mygind Institutes HM Psykoterapeutuddannelse i bl.a. tankefeltterapi (HM TFT/EFT) og transbiologisk traumeterapi (HM TBT)
2012 - 2019	Underviser på HMP uddannelsen i Psykoterapi, TFT og TBT
2009 - 2012	Medstifter af PeakStatesklinikken
2008 - 2009	Peak States advanced therapist, The Institute for the Study of Peak States, v/Grant McFetridge
2007 - 2008	Peak States basis-therapist, The Institute for the Study of Peak States
2007	TFT-terapeut v/Lars Mygind
1994 - 2007	Ungekonsulent i Gladsaxe kommune, arbejde med fokus på ressourcer og jeg-støttende behandling
1999	Efteruddannelse i familieopstillinger
1997	Intensiv Kursus i USA i 5 uger, Procesorienteret Psykoterapi, POP, og konfliktløsning
1996	Godkendt MPF, medlem af Dansk Psykoterapeutforening
1994 - 1996	Lollands Højskole, underviser på personlighedsudviklingskurser
1992 - 1995	Efteruddannet på DIG i organisk psykoterapi

- 1992 - 1994 Projektleder hos Frank og Koch med henblik på personlig udvikling, kursus til kontanthjælpsmodtagere.
- 1991 - 1992 Undervisning og støtte til uledsaget 18-årig iransk flygtningedreng med svær PTSD
- 1989 - Egenpraksis i psykoterapi og healing
- 1988 - 1992 Uddannet Krops- og gestaltterapeut på DIG i Holbæk.
- 1990 - 1990 Underviser på Ungdomsskolen Utterslev, fysisk og psykisk handicappede.
- 1987 - 1990 Egenpraksis med massagehealing og terapi
- 1987 - 1989 Spirituelt forløb Bevidsthed og Vækst, med gennemgang af 7-årige udviklingsfaser, hos Bjarne Larsen.
- 1985 - 1989 Underviser på Høtherskolen Haarlev, specialundervisning og obs uv.
- 1986 - 1987 Kursus i Holistisk Anatomi og Fysiologi, v Cand Scient Bertel Andersen
- 1985 - 1987 Massage uddannelse V Bjarne Larsen, Nordlys massage, intuitiv massage.
- 1983 - 1985 Undervisning og pædagogisk arbejde på Behandlingshjem Lindersvold Institution for Børn med Svære traumer og PTSD, Faxe Ladeplads
- 1983 - 1985 Egenterapi i bioenergi og gestalt terapi.

Bilag 2: Litteraturoversigt

Litteraturliste for år 1-4
Mygind Institute

Litteraturliste for år 1

Litteratur	Fag	Bemærkninger
Tankefeltterapi & EFT få ro i sindet, fred i hjertet og lethed i kroppen. <i>Lars Mygind og Hanne Heilesen</i>	TFT/EFT Grundkursus	Læses inden kursusstart
Video: Kom godt i gang med Tankefeltterapi/EFT		Ses inden kursusstart
TFT/EFT manual 171 sider <i>Heilesen & Mygind</i>	TFT/EFT Terapeutuddannelsen	Udleveres på kurset Manualen læses inden start ved internatkursus
Dine geniale gener <i>Dawson Church</i>		Læses inden kursusstart
Forstå kroppens intelligens. <i>Johannes Fisslinger & Lars Mygind</i>	METAsundhed Introduktionskursus	Læses inden kursusstart
Terapiens essens <i>Irvin D. Yalom</i>	Klientkontakt & det terapeutiske rum	Læs side 1 – 151 inden kursusstart
Gestalt, vejen til øget awareness <i>Bjarne Busk</i>		Kap. 8 – 11 Side: 123 – 209
Psykoterapi & psykoterapeutisk supervision <i>Camacho, Dechlis & Wiklund</i>	Psykoterapeutisk forståelse og kompetancer	Læses inden kursusstart på 1. modul
Rørt, ramt og rystet, supervision og den sårede hjælper <i>Susanne Bang</i>		Læses inden kursusstart på 1. modul
“Gestalt - vejen til øget awareness” - <i>Jesper Peter Rasmussen & Bjarne Busk</i>		Kap 1 - 7 læses inden kursusstart på modul 1
”Skam” af <i>Lars J. Sørensen</i>		Læses inden modul 2
Det selvudslettende barn <i>Alice Miller</i>		Læses inden modul 2
Rejsen Hjem – <i>John Bradshaw</i>		Kan læses inden modul 2
Artikel om Carl Rogers Klientcentreret terapi	Intromodul	Læs inden modul
Eleverne skal kunne fra 2020 dokumentere mindst 50 timers grundlæggende psykologi inden opstart på uddannelsen ellers skal det tages eksternt og være afsluttet inden start på år 2.		

Litteraturliste for år 2

Litteratur	Fag	Bemærkninger
METAsundheds manual 90 sider <i>Mygind Institute</i>	METAsundhed, terapeutuddannelsen	Udleveres ved kursusstart
METAsundhedsopslagsværk 270 sider		Udleveres ved kursusstart
Intelligente celler <i>Bruce Lipton</i>		Læses inden modul A
Binyretræthed <i>James L. Wilson</i>		Læses inden modul B Læs til og med side 70
Væk tigeren <i>Peter A. Levine</i>		Læses inden modul B
Manual til klinikdrift og opstart af egen klinik – 20 sider	Opstart af egen klinik og klinikvejledning	Udleveres ved kursusstart Opslagsværk
Sociologi til sundhedsprofessionelle <i>Annemarie Dalsgaard og Lone Meldgaard</i>		Læses inden kursusstart
Neuroaffektiv udviklingspsykologi 1-3 (triologi) <i>Susan Hart</i>	Tilknytningsteori og åndedrætsterapi	Læses inden kursusstart
Artikel af <i>Inge Holm</i>		Udleveres og læses inden kursusstart
Terapiens essens <i>Irwin D. Yalom</i>	Den psykoterapeutiske samtale	Læs side 152 og færdig inden kursusstart
At leve sin terapi <i>Lone Algot Jeppesen og Leif Vedel Sørensen</i>		Læses inden kursusstart
At være der hvor du er <i>Bent Falk</i>		Læses inden kursusstart
"In treatment" HBO serie		Ses inden kursusstart
Eksistentiel psykoterapi <i>Irwin D. Yalom</i>	Eksistentiel psykoterapi Modul 1	Kapitlerne om Døden og Friheden Læses inden kursusstart
Eksistentiel psykoterapi <i>Irwin D. Yalom</i>	Modul 2	Kapitlerne om Isolation og Meningsløshed Læses inden kursusstart

Litteraturliste for år 3

Litteratur	Fag	Bemærkninger
Kompendium til TBT (100 sider)	Transbiologisk traumeterapeut	Der læses afsnit til de enkelte moduler
Healing med hjertet <i>Paula Courtau</i>		Læses inden kursusstart
Rejsen <i>Brandon Bays</i>		Læses inden kursusstart
Gestalt, vejen til øget awareness <i>Bjarne Busk</i>		Kap 5, side 101 - 111
Youtube video: Fritz Perls Awareness		Ses inden kursusstart
Bioenergitik <i>Alexander Lowen</i>	Kropsterapi	Læses inden kursusstart
Ryst dig fri <i>David Berceli</i>		Læses inden kursusstart
Youtube videoer: TRE (Tension & Trauma Releasing Exercises): Full Instructions with Dr. David Berceli		Ses inden kursusstart
<i>Litteratur kommer</i>	Opvækst i dysfunktionelle familier	

Litteraturliste for år 4

Litteratur	Fag	Bemærkninger
Kompendium, adfærdsforstyrrelser i et METAsundhedsperspektiv 140 sider	METAsundhed Konstellationer	Udleveres på kurset
De psykiatriske diagnoser <i>Aksel Bertelsen, Poul Munk-Jørgensen og Per Bech</i>		Læses inden kursusstart
META messages from the body <i>Sam Thorpe</i>	METAsundhed Master	Læses inden kursusstart
Beskrivelse af organisk psykoterapi (artikel der udleveres) 4 sider <i>Kresten Ravnkjær</i>	Organisk psykoterapi	Læses inden kursusstart
Hvorfor ikke? <i>Inge og Kresten Ravnkjær</i>		Læses inden kursusstart
Sjælens længsel, <i>Lars J Sørensen</i>		Kap 1 – 3, side 1 - 79
Kast Lys over skyggen <i>Debbie Ford</i>	Autencitet i det terapeutiske rum	Læses inden kursusstart
Gestalt, vejen til øget awareness <i>Bjarne Busk</i>		Kap 2, side 33 – 48 Kap 11, side 193 - 205 Kap 12, side 209 - 225
Jungs analytiske psykologi – en introduktion <i>Preben Grønkjær</i>		Læses inden kursusstart
Litteratur kommer	Livskrises og kroniske ubalancer	