

PSYKOTERAPEUTTRÆF 2016

Alle med en 2-årig psykoterapeutuddannelse kan deltage.

Bestyrelsen kan give dispensation til andre efter ansøgning. Tid: 2. 3. 4. sep. 2016

Sjælens længsel.

Om at finde sig selv uden at føle sig forkert – et behandlingsparadigme

Chefpsykolog Lars J. Sørensen



Når man føler sig forkert og ikke kan holde ud at være sammen med sig selv, gemmer man sig i skamfuldhed. Skam handler ikke om det, man har gjort, men om den, man er, og herved at være god nok. Skam opstår, når man ikke bliver set, som den man er, og når man føler sig behandlet forkert og spejlet forkert tilbage. Til gengæld er det at føle sig set og føle sig mødt i sin selvforståelse en kærlighedsbekræftelse. Lykkes det at komme til stede i det nuværende øjeblik er der nemlig ingen forkerthed eller skam.

Skam kan overvindes gennem nærvær og tilknytning

Berørt heden ved at føle sig set bringer kærlighed ind i det fælles rum. Derfor vil nuværende mødeøjeblikke med et andet menneske for mange føles som en bekræftelse på kærlighedens eksistens. Vores naturlige blufærdighed gør det dog vanskeligt at åbne op for vore dybeste længsler og drømme. Ofte skjuler vi endog drømmene for

os selv og kalder vore natlige drømmer for mærkelige. Samtidig ved vi godt, at disse drømme foregår mere i nutid end vores dagligdag. Vi er også så kropsligt nærværende i drømmene, at vi kan ønske at vågne op. Det må siges at være et paradoks at vi ofte ønsker at glemme vore drømme, når vi er vågne. Ofte vil en natlig drøm både være en beretning om ens overlevelsesstrategi og typiske følelsesmæssige og relationelle vanskeligheder. Men vigtigere kan man i sin drøm blive bragt i kontakt med sig selv og længslerne i sit liv. Hvis det lykkes at komme til stede i sin vågne drømmefortælling, kan sjælens længsel blive indlysende nærværende. Den natlige drøm kan herved blive den livserfaring, man mangler for at føle sig mere hel og mindre forkert.

Skadevirkningerne af ikke-erkendt skam kan være den største enkeltfaktor bag psykisk sygdom og være afgørende for utilstrækkelig psykoterapi. Skam er imidlertid lige så meget en tilstand som en følelse – og typisk så skjult, at den forværres ved omtale og bevidstgørelse. Det påhviler således behandleren at have såvel kendskabet som

fingerspidsfornemmelsen til at arbejde med skamfølelserne. En neuroaffektiv psykoterapeutisk tilgang vil være hjælpsom, fordi den arbejder med nærvær, tilknytning og kroppens sprog.

Kurset bygger på bøgerne "Sjælens længsel" (kommer til foråret) & "Skam - medfødt og tillært" (2013).

Lars J. Sørensen har 1979 -2015 været chefpsykolog på Psykiatrihospitalet i Nykøbing Sj. Han har arbejdet med psykoterapi både i psykiatrien og privat praksis, og han har igennem mange år været underviser på forskellige psykoterapeutuddannelser. Forud for sine seneste bøger udgav han i 1996 bogen "Særpræg-Særhed-Sygdom" og i 2005 "Smertegrænsen", der begge har afsnit om skam

Sted: Velling Kollervej 4-8, 8654 Bryrup. Tæt på Skanderborg. Vil du være sikker på en plads, så tilmeld dig nu.

Der er 2 pers. værelser med eget wc og bad (eller enkeltværelse mod lidt ekstra). Vi skal denne gang ikke selv sørge for mad, så glæd dig til et træf med både super undervisning og lækker mad serveret.

Tid: Fredag d. 2/9: Indkvartering fra kl. 17. Fælles aftensmad kl. 19. Herefter mødes vi i plenum, en hurtig komme til stede runde og Lars har et oplæg til nattens drømme og drømmearbejde.

Lørdag formiddag kl. 9-14. - handler om Skam, selvforståelse og neuroaffektiv udvikling.

Lørdag eftermiddag Kl. 17-19. - bliver udelukkende drømmearbejde.

Søndag kl. 9-10. Generalforsamling samt gruppebillede /Bestyrelsen

Søndag kl. 10-12:30. Afsluttende om skam, forkerthed og psykisk sygdom.

Søndag kl. 12:30-13. Evaluering og afslutning

Alle øvelser holder vi i plenum, ved gruppearbejde vil der være en grundig instruktion i plenum.

Pris: Hvis du var på træf i 2015 eller har betalt medlemskontingent 100 kr. siden, er prisen kun 1700 kr. Ellers 1800 kr. der dækker ophold og alle måltider, undervisning m.m. samt et års medlemskab af foreningen, der hedder PsykoterapeutTræf. Indsæt beløbet på foreningens konto: Reg. 5031 konto 1336130. Send også en mail eller ring op til kasserer Bruno Jensen med navn, adresse, mail, om du er vegetar eller har specielle ønsker beskov@jensen.mail.dk Tlf. 5010 64 44. Du kan også registrere dig på facebook siden PsykoterapeutTræf. Her vil du for fremtiden finde oplysninger om næste års træf og generalforsamling. Kærlig hilsen og velmødt - Bestyrelsen.