

*Lars Hem, DK:* "Kreativitet i Otto Ranks teorier".

*Sandra Zinker, USA:* "Gestalt-therapy with children".

I forbindelse med konferencen planlægges der afholdt en 2-3 dgs workshop med *Joseph Zinker* før konferencen og en 2 dgs workshop med *Todd Burley* efter konferencen. Begge workshops afholdes som internat på Mikael Sonnes kursuscenter i Voervadsbro ved Skanderborg.

Sæt kryds i kalenderen!

Nærmere oplysninger om tilmelding, konferencegebyr, osv. følger i næste nummer.

?

## INDSIGT

Indsigt er en brevkasse, hvor vi kan udveksle erfaringer og viden. Der kan spørges om alt mellem gestalt-himmel-og jord, så længe spørgsmålene holder sig inden for gestaltterapeutisk teori eller praksis. Spørgsmålene må gerne indsendes anonymt og vil blive omhyggeligt belyst af et eller flere medlemmer (eventuelt fagfolk udenfor medlemskredsen), der har særlig forstand på netop dette emne, eller som kan foreslå relevant litteratur

Send Jeres spørgsmål til brevkassens emailadresse inden deadline for indsendelse af stof til GF-bladet: [indsigt@postkasse.net](mailto:indsigt@postkasse.net)

## FORSIDE-ILLUSTRATION

Dette er logoet for *Anden Danske Gestaltkonference*. Det vil figurere mange steder i forbindelse med annoncering etc. Som logoet antyder, regner vi med, at arrangørernes og deltageres anstrengelser vil udvikle sig kreativt til et blomstrende samvær mellem deltagere og foredragsholdere.  
h.h.

## GESTALT- KONFERENCEN 16. April, 2005

Rammen om konferencen er det nye Psykologisk Institut i Århus. Her er masser af lys og plads at udfolde sig på og en god kantine.

Konferencens titel er: "**Kreativitet i Gestalt**" og i den anledning er der inviteret fire foredragsholdere, som alle vil inkredse emnet på hver deres vis.

Talerne bliver:

*Joseph Zinker, USA:* "Creativity in Gestalt Therapy"

*Todd Burley, USA:* "Neuroscience of Creativity – a Gestalt Perspective"

Der er desværre ikke indsendt spørgsmål til dette nummer af nyhedsbrevet. Forhåbentlig har sommerferien givet Jer ny inspiration og lyst til dialog med kolleger.

## FOREDRAG

af Birgit Trembacz

"INTEGRERET

SYSTEMISK TEORI"

*Referent Nete Breum*

25. maj mødtes en (alt for) lille skare på ca. 10-15 af GF's medlemmer i 'Basen' i de kønne gamle bygninger fra det tidligere Øresundshospital.

På trods af det lille fremmøde blev det store rum fyldt af livlig diskussion – og (*positiv reframing*) takket være det lille fremmøde blev der til sidst plads til en ændringsmotiverende øvelse, som nok skal blive refereret.

I den terapeutiske praksis på behandlingsinstitutionerne blandes systemisk og gestaltisk tilgang ofte sammen. Birgit Trembacz har som praktiker i mange år arbejdet med at uddifferentiere og sammenligne disse tilgange. Hun er dog på ægte systemisk vis ikke endt op med et enten / eller, men et både/og: Forskellige behandlingsmodeller giver forskellige bud på problem /årsagsforståelse og ændringsfokus. Tilsammen giver de et billede af 'bjerget' set fra forskellige synsvinkler.

Hun taler derfor ud fra et begreb, som hun kalder 'integreret systemisk teori'.

Birgit Trembacz indledte med anekdotisk at fortælle om, hvor-

dan hun som nybagt psykolog på Egå behandlingsinstitution for alkoholikere var blevet superviseret af Solveig Scherer, der som medlem af GF var til stede. Pointen var, at hun da var blevet rådgivet til at 'tage patten til sig'. Hermed ikke ment, at hun var seksuelt udfordrende – men: - at hun skulle lære at trække sig tilbage og give ansvar tilbage til klienter og kolleger.

Herved er en af pointerne i den gestaltterapeutiske holdning slået an: Vi arbejder ikke på at løse klientens problemer, men på at skærpe hendes opmærksomhed over for de valg, hun har og foretager og på at lade hende opleve ansvaret og tage det på sig.

Birgit Trembacz's teoretiske fundament er opbygget omkring behandlingsarbejdet med alkoholikere. Hun har udgivet 3 bøger om dette – bl.a. en børnebog – og en selvhjælpsmanual til unge fra alkoholramte familier.

### **Kernepunkterne i systemisk teori**

Birgit Trembacz startede sit oplæg med en gennemgang af kernepunkterne i systemisk teori:

*Fra det grundlæggende systemiske lag* (Bateson) – udviklet i 50'erne med principper om

- cirkulær årsagsforståelse
- kommunikation: al adfærd er kommunikation
- kontekst er bestemmende for indhold

over det **strukturelle lag** (Minuchin) – familierapi udviklet i 60'erne med fokus på familien som

- struktur
- organisering

- subsystemer
- relationer – og et bud om at være autentisk som terapeut.

(I dag er Minichin 'outdated' i systemisk teori, fordi hans tilgang er normativ. Man tilstræber at benytte synsvinkler, hvor familien ikke pådattes en bestemt værdi).

*Til* de sidste 10 års udvikling: Det **konstruktivistiske lag**, hvor den postmoderne erkendelsesteori ser alle begreber og bevidstheden som konstruerede, påvirkede af medier/sammenhænge/kontekst. Her lægges der vægt på:

- Rammevalg
- Udvalg
- Ordvalg

Mening bliver skabt i sproget. Sproget/konstruktionen skaber problemer – eller udvikling. Det hele er intrapsykisk, al oplevelse er en individuel konstruktion, eller set fra det **socialkonstruktivistiske perspektiv**: Det er samfundsskabte, (sub)kulturelt strukturerede begreber, der former vores 'virkelighed'.

Det **narrative lag**: - vi forstår os selv/får identitet ud fra 'historien'/'fortællingen om mig'. 'Reframing' kan danne konkurrerende historier – 'relabelling' kan danne nye konnotationer/give nye begreber/dimensioner.

I forbindelse hermed opstod der drøftelser af: Samenhængen mellem kybernetikken i 50'erne og den aktuelle postmoderne teori, der igen lægger vægt på 'konstruktionen'. I mellemtiden har der været en optagethed af oplevelsen af 'det autentiske'. Men hvor er 'det autentiske' –

når den individuelle oplevelse er en konstruktion?

### 'Kompasset rundt' i behandlingsmodellernes synsvinkler.

Birgit Trembacz har systematiseret sin analyse af de forskellige modeller – og fremlagde et instruktivt 'kort' over disse modellers forståelse af alkoholisme:

Herfra nævnes bl.a.:

- Psykodynamisk terapi: intrapsyriske konflikter, dvs. gøre ubevidste konflikter bevidste.
- Systemisk terapi : fastlåsthed i systemet, dvs. der er tale om epistemologiske fejl, begrænsende narrativer, strukturelle dysfunktioner ( bryde fastlåsthed, struktur, mening, mønstre, historier).
- Gestaltterapi: Ufærdige gestalter, utilstrækkelig kontakt med følelser (nye oplevelser, færdiggøre det uafsluttede)
- Kognitiv terapi: fejl i tankeprocesser, utilstrækkelige mestringsstrategier .
- (Indøve nye tanker og mestringsstrategier)

og bl.a. også

- Minnesota: Sygdom, kronisk, progressiv og uhelbredelig (erkendelse af magtesløshed, fællesskabsfølelse og indøvelse af ny livsfilosofi)

Der udspandt sig en livlig diskussion om Minnesota-modellen:

Giver den en ny narrativ ? Fjerner sygdomsforklaringen skyld – eller fritager den for ansvar?

Danner den en ny afhængig identitet?

Det er et faktum, at denne behandlingsmodel, der er så højt profileret i offentligheden, giver positive resultater. Birgit Trembacz kunne dog notere, at det er dokumenteret, at andre modeller har 'bedre resultater.'

### **Teori om ændringsprocessen.**

Birgit Trembacz fremlagde nu en nyformuleret teori om ændringsprocessen, som er baseret på undersøgelser af behandling og behandlingsresultater og sammenholdt med mennesker, der har ændret sig uden påvirkning af behandling.

Der er tale om en multiteoretisk og multikulturel teori. Hun pointerer, at den i høj grad bygger på den enkeltes valg og ansvar.

Grundlæggende gør alle mennesker noget, som kan være farligt. Vi prioriterer – vælger til og fra. Man kan godt have et problem uden at ønske en ændring. Men når først man træder ind i en ændringsproces forløber den igennem 4 faser:

- Overvejelse – kan vare længe – ambivalens
- Forberedelse – ofte lang fase
- Handling/ændring (når man går lige fra problemadfærd til handling uden overvejelse er der fare for tilbagefald).
- Vedligeholdelse – al ændring er svær. Tilbagefald er en forventelig naturlig del af enhver ændringsproces og giver anledning til at

lære af erfaring ( ex. arbejde med at erstatte 'det tabte gode' – at rusen medførte oplevelse af selvværd)

- Tilbagefald - medfører 'fald' ud af ændringen – eller medfører 'ny' overvejelserfase

I det motiverende arbejde er det vigtigt at blive ved ambivalensen (og vigtigt at betragte den som en genuin del af ændringsprocessen). Birgit Trembacz fremhæver det vigtige ved åbent at undersøge 'det gode', der er for klienten i 'problemet' – finde meningen – de grundlæggende behov, der opfyldes. Når denne del er 'udfyldt', opstår der som regel spontant refleksioner over de negative sider af problemet. Her lytter terapeuten ind og kan så hjælpe med at formulere/opstille dilemmaet: På den ene side – og på den anden side - mens valget og ansvaret lægges tilbage til klienten.

Motivationen for at bevæge sig hen mod ændringen sker, når der er en diskrepans mellem det, vi oplever og det, vi forventer af livet. Man skal opleve, at der kan komme noget ud af det – at man får et rigere liv.

I parvis øvelse søgte deltagerne nu at finde ind til, hvad dilemmaet er ved: - at ryge, - undlade at dyrke motion, - spise kolesterolholdig mad – og lignende andre problemer, som hurtigt kom på nethinden blandt tilhørerne.

Nogle oplevede at den positive side af dilemmaet fyldte overraskende meget ( - hvilket medfører mindre motivation for ændring).

Her kan det hjælpe at begynde at tale om livet uden problemet – og om bekymringen over livet uden problemet. Og det blev klart, at man ikke kan arbejde med negationer. Det handler ikke om det, jeg ikke gør – men om det jeg gør. Det var en god oplevelse, at skærpe fokus så stringent på den positive side af dilemmaet – og er samtidig i fuld overensstemmelse med, 'hvad vi plejer at gøre'. I gestalttermer ville vi tale om, at gøre gestalten klar ved at følge klientens fænomenologi og give mening til begge sider af dilemmaet – så det bliver et tydeligt valg. Desuden er denne fasebeskrivelse overensstemmende med Circle of Experience/energicirkelen i Gestaltterapiens teori.

Til sidst beskrev Birgit Trembacz *faserne* i den alkoholbehandling, hun har været med til at opbygge.

### 1. Integration:

Alkoholproblemets indflydelse på mit liv/familiens liv. Narrativer om deres historie.

Arbejde med sprog, udfordre 'begrænsende' narrativer.

### 2. Eksternalisering

Problemet 'tages ud' af personen: Man gør ikke personen til problemet og internaliserer det ikke igen. Mange taler om 'dæmonen' – og det undersøges, hvordan den har haft indflydelse i klientens liv (arbejde, familie, parforhold, økonomi, venner ...). Derefter undersøges det: Hvornår var det dig, der styrede 'dæmonen'? Du har været 'offer' for det – og finder nu ressourcer frem til at tage ansvar.

### 3. Tilbagefaldsmestring

Hvor har du haft tilbagefald tidligere? Arbejde med tanke-mønstre. Hvad skal jeg gøre fremover? Familien skal lære at fralægge sig co-dependensen.

### 4. Fremtidsvisioner

Etablere tro på/ vision om et liv uden problemet. Forudsætning for dette er, at klienten sætter sig mål: " Forestil dig: - om et par år ... hvordan ser dit liv så ud?"

### Mine kommentarer til mødet.

*Selvrefleksion.*

Det har været en god komplettering at opleve 2 forskellige udøvere af systemisk terapi.

Mogens Holmes oplæg havde et mere teoretisk perspektiv – og Birgit Trembacz var optaget af at vise en sammenhængende terapeutisk tilgang til alkoholbehandling med en holdning, der integrerede et systemisk perspektiv med en gestaltisk tilgang, hvor der lægges vægt på livsmål, valg og ansvar.

Det var et informativt oplæg – og en god øvelse, som skærpede opmærksomheden over for det at arbejde med ambivalensen.

Men, desværre nåede vi ikke at drøfte ligheder og forskelle mellem gestalt og Birgit Trembacz's opfattelse af integreret systemisk terapi på en mere systematisk måde. Det synes jeg er ærgerligt for det faglige møde, vi kunne have.

Jeg tror, at det hænger sammen med mødeformen.

De 2 sidste oplægsholdere har tydeligt forventet et større 'publikum' – og at de skulle lave en slags foredrag. Når vi er mange, bliver vi spontant til en mere

lyttende flok/publikum med klare forventninger til spillereglerne. Når vi er få, bliver vi en lille gruppe, hvor en del kender hinanden. Jeg selv har det rigtig fornøjeligt med at spille begrebs-ping-pong, når det falder mig ind, men spillereglerne bliver anderledes og kommer ud af trit med oplægsholderens forventninger.

Jeg mener, der er brug for, at vi sørger for en 'ordstyrer'. En der påtager sig at samarbejde med oplægsholderen og holde en struktur. Jeg synes også, at vi på den måde vil være bedre til at påtage os en god værtsforpligtelse over for vores 'gæster' – både oplægsholdere og de gæster, vi inviterer til at være med, - så de også kan få en plads som deltager i debatten.

## NÆSTE MØDE

29. oktober i Århus  
 "*Interpersonel Psykoanalyse*"  
 af Carsten René Jørgensen.

Carsten René Jørgensen er cand.psych.ph.d., gruppeanalytisk psykoterapeut, lektor i klinisk psykologi ved Psykologisk Institut, Århus Universitet og har endvidere skrevet bogen *Psykologien I Senmoderniteten*, Hans Reitzels Forlag, København 2002.

## KONTINGENT

De allerfleste GF-medlemmer har betalt kontingent først på året. 16 medlemmer mangler imidlertid stadig at betale. Der er lagt en huskeseddel ind i bladet til de

skyldige. *Se om det er dig, der har fået en påmindelse.*

## NETDOKTOR

GF har tegnet et abonnement på *Netdoktor*, som betyder, at vi står listet med fremhævelse i deres sundhedsfagbog. Der er lagt 10 søgeord ind som - udover hvis folk søger direkte på os - også vil spore dem ind på GF. På den måde vil folk, der besøger *Netdoktor* og for eksempel leder efter en psykoterapeut eller information om gestaltterapi, blive sporet ind (blandt selvfølgelig andre) på GF. I vores felt står vores formål, og der er link til vores hjemmeside. Sundhedsfagbogen vises på følgende internetportaler indenfor sundhedsområdet:

[www.netdoktor.dk](http://www.netdoktor.dk)

[www.sundhedsguiden.dk](http://www.sundhedsguiden.dk).

Når folk ringer til Jer, så læg mærke til om de nævner, at de fandt Jer via *Netdoktor* eller sundhedsfagbogen - eller bedre spørg efter det direkte, så vi kan se om det giver medlemmerne noget. Det koster 1685.- (incl. moms) pr. år.

Helle Bay-Valdan

## ANNONCER OG MEDDELELSER

### *MEDLEMSLISTEN*

Kan bestilles på tlf.44984733 – eller email [haho@get2net.dk](mailto:haho@get2net.dk)  
(Hanne Hostrup)

### *HJEMMESIDEN*

Husk at sæt Jeres navn på hjemmesidens medlemsliste.  
I skal sende navn, stilling og adresse+emailadresse  
til [hex@adslhome.dk](mailto:hex@adslhome.dk)  
(Helle Bay-Valdan)

### *AKTIVITETER*

Vil I annoncere kurser, foredrag osv.  
på Hjemmesiden og i Nyhedsbrevet?  
Giv besked til Helle Bay-Valdan og Hanne Hostrup.  
Det er gratis reklame!

### *INDMELDELSE*

Hvis du vil melde dig ind i GF, så kan det gøres ved at udfylde  
indmeldelsesformularen på hjemmesiden

eller ved at bede om at få tilsendt en indmeldelsesblanket  
(Helle Bay Valdan, tlf.59446829).  
Du er først medlem når du er ”godkendt” og har betalt kontingent på 200kr.  
(giroblanket tilsendes)

### *NORDISK GESTALTINSTITUT*

Introduktionskursus i gestaltterapi  
4 årig gestaltterapeutisk uddannelse  
Parkursus i Grækenland  
Kursus i Ubetinget kærlighed og tilgivelse  
Et - årig gestaltterapeutisk efteruddannelse  
for færdiguddannede terapeuter.

Et- årig gestaltterapeutisk uddannelse i  
Gruppeprocesser og organisation  
Telefon 49758886

[www.gestaltinstitut.dk](http://www.gestaltinstitut.dk)

Email: [ngi@get2net.dk](mailto:ngi@get2net.dk)

### *TIL SALG*

*International Gestalt Journal*, Volume 25, Number 1-2002

*International Gestalt Journal*, Volume 25, Number 2-2002

*International Gestalt Journal*, Volume 26, Number 1-2003

*International Gestalt Journal*, Volume 26, Number 2-2003

100.- pr. stk + evt. forsendelse,  
Samlet 350.- + evt. forsendelse

Helle Bay-Valdan, tlf. 2232 5454



---

## ***GESTALTWORKSHOP***

### ***Personlig udvikling***

med særligt fokus på fordybelse gennem den kreative proces

*Undervisere:*

Billedkunstner Helle Vinter og Psykolog Mikael Sonne.

Internatkursus. d.23. august kl. 20 - d.27 august kl. 15

Pris: 5.400 kr. inkl. ophold (ekskl. kost)

### ***Lederens personlige Udvikling.***

Udvikling af det personlige lederskab.

Henvender sig til ledere i privat og offentligt regi.

Tre gange tre døgn, internatkursus.

*Kursusleder:*

Mikael Sonne

d.14.-17. september 2004, d.16.-19. November 2004,

d.1.-4. februar 2005.

Deltagerantal: max 8 personer.

pris: 16.800 kr (ekskl. kost og logi)

### ***Gestaltworkshop***

3 døgn internat. Åbent kursus i personlig udvikling.

*Kursusleder:*

Mikael Sonne.

d.25.nov. 2004 kl.20- d.28.nov. kl.16.

Pris: 3.340 kr. inkl. ophold (ekskl. kost).

Tilmelding : Mikael Sonne, tlf 75782528,

mail@mikaelsonne.dk - www.gestalt.dk

Alle kurser afholdes på Kursuscenteret i Voervadsbro ved Skanderborg.

---