

Person Centered and Experiential Psychotherapy

Videreuddannelse for psykologer til specialist i psykoterapi 2011-2012

Institut for Personcentreret og Oplevelsesorienteret Psykoterapi (IPCOPT) tilbyder en *intensiv 1½årig videreuddannelse* for *psykologer og psykiatere* i Person Centered and Experiential Psychotherapy (PCE) eller på dansk: Personcentreret og Oplevelsesorienteret Psykoterapi. Uddannelsen opfylder kravene til "det lange forløb" på **specialist uddannelsen i psykoterapi** i Dansk Psykologforening med det **fulde timetal** i teori, supervision og personligt udviklingsarbejde (specialiseringsdelen). Deltagerne vil med uddannelsen opnå færdigheder til selvstændigt at kunne praktisere **klassisk klientcenteret terapi** (Rogers), **personcentreret terapi** (Rogers) og **emotionsfokuseret terapi (EFT)** (Greenberg)

Om PCE-terapi

PCE-psykoterapi består af de psykoterapier, som har deres rødder i Carl Rogers Klientcentrerede Psykoterapi. Det er en psykoterapi-tradition inden for den humanistiske familie af psykoterapier. I menneskesynet inden for PCE lægges der vægt på klientens unikke fænomenologiske oplevelsesverden, respekten for klientens selvbestemmelse og tilliden til klientens iboende væksttendens.

PCE-psykoterapier er grundlæggende relationelle og tager udgangspunkt i Rogers terapeutiske holdning, hvor empati, ubetinget positiv anerkendelse og autenticitet bibringer klienten et terapeutisk klima, hvor klienten kan vokse og udvikle sig emotionelt og personligt. I dag har den empatiske relation med god arbejdsalliance i en varm ægte relation vist sig at være en af de mest effektive faktorer i psykoterapi.

PCE-psykoterapierne har siden Rogers klientcentrerede terapi tilføjet nye elementer f.eks. større fokus på klientens vækst og fulde funktion. Men også en lang række oplevelsesorienterede metoder, som f.eks. Gendlinds fokusering og en lang række oplevelsesorienterede metoder inden for EFT, hvor bl.a. gestalt terapeutisk stolearbejde er en af dem. EFT er en humanistisk integrativ psykoterapeutisk metode, som samler de primære relationelle og oplevelsesorienterede metoder i PCE-traditionen til en metode, hvor terapeuten dialektisk veksler mellem at "følge" klienten empatisk relationelt og "lede"

klienten ved at foreslå oplevelsesorienterede teknikker til at fordybe og bearbejde emotionelle problemstillinger, der opstår i terapien fra øjeblik-til-øjeblik, men hele tiden empatisk afstemt med klienten. EFT er en markørguidet terapi, hvor klientmarkører (reaktioner) angiver mulige terapeutiske teknikkers anvendelse.

PCE-terapier er grundlæggende emotionsfokuserede terapier, hvor kontakt med, fordybelse af, udtryk af og ejerskab af følelser er primært. Følelser betragtes som grundlæggende sunde og som vigtige i vores psykiske funktion, som guide for vores handling. Som en pendant hertil er klassisk klientcentreret terapi med sin ikke-dirigerende tilgang udelukkende fokuseret på klientens oplevelsesverden uanset, hvad den indeholder i respekt for og tillid til klienten, herunder også klientens følelser.

PCE-terapi er forskningsmæssigt undersøgt fra sin start i 1940'erne og har vist sig effektiv overfor en lang række psykologiske problemstillinger. Samtidig har den vist sig effektiv i forhold til andre psykoterapier herunder kognitiv terapi. Når emotionsfokuseret terapi er blevet sammenlignet med kognitiv terapi, har EFT vist sig mest effektiv (Elliot & Freire, 2010).

I PCE-terapier går "hård" videnskabelig undersøgt effektivitet dermed hånd i hånd med "bløde" humanistiske værdier.

Terapimetoder:

I den danske PCE uddannelse lærer deltagerne følgende terapimetoder:

- Klassisk Klientcentreret Terapi (tidlige Rogers)
- Personcentreret terapi (Sene Rogers og efterfølgere)
- Emotionsfokuseret Terapi (EFT)

Emotionsfokuseret Terapi integrerer udover den relationelle empatiske tilgang fra Personcenteret Terapi også følgende oplevelsesorienterede metoder:

- Fokusering (Gendlin) ved uklar følelser
- Clearing a space (Gendlin) ved følelsesmæssig overvældelse
- Gestalt terapeutisk stolarbejde (Pearls) ved indre konflikt og uafsluttede situationer
- Systematic Evocative Unfoldning (Rice) ved problematisk reaktion

- Traume genfortælling (Elliott) ved psykiske traumer
- Meningsarbejde (Clarke) ved meningstab
- Alliance dialog (Safran og Muran) ved alliancebrud
- Selvomsorg (Greenberg og Watson) ved emotionel smerte

Endvidere indeholder uddannelsen også en udvidelse af den klientcentrerede metode, som retter sig særligt mod kontaktsvage klienter og klienter med psykosediagnose:

- Præterapi

PCE uddannelsen repræsenterer alle i de centrale PCE-metoder, der findes i dag og giver deltagerne en solid indføring i disse.

Den danske PCE-uddannelse retter sig mod terapi af voksne og unge.

Mål:

De **overordnede mål for PCE-uddannelsen** er, at deltagerne

- selvstændig kan anvende PCE metoder i sit terapeutiske arbejde
- har erhvervet kendskab til PCE- teori, behandlingsmetode, forskning og etik
- har udviklet sig personligt og emotionelt

Målene med **undervisningen (Teori og færdighedstræning)** er at give deltagerne:

- teoretisk viden om personlighed, psykopatologi, psykens dele og funktion
- viden om PCE-terapiens grundlag filosofisk og menneskesyn
- teoretisk viden om PCE-terapiens behandlingsmetode
- viden om forskningen i PCE-terapi og terapeutiske processer
- indblik i etiske problemstillinger og holdninger i PCE terapi
- færdighedstræning i PCE-terapiernes relationelle og oplevelsesorienterede metoder, så deltagerne selvstændig kan udføre metoderne og forholde sig terapeutisk til klienter.

Målene med **supervisionerne** er, at deltagerne:

- kan anvende PCE-terapeutiske metoder selvstændigt i deres kliniske arbejde
- får større bevidsthed om deres funktion som terapeut og person i terapien
- kan overføre grundlagsteori og klinisk teori til klinisk praksis
- kan forholde sig til etiske problemstillinger i den terapeutiske situation

Målene med **egenterapien/det personlige udviklingsarbejde** er, at deltagerne:

- kan arbejde med egne problemstillinger og smertepunkter
- kan udvikle sig personligt med større ejerskab af og forståelse af sider af sig selv
- kan opnå større emotionel rummelighed, udholdenhed og nuancering
- bedre kan indleve sig i deres klienter
- kan forstå PCE-metoderne oplevelsesmæssigt

Undervisningsmetoder

Undervisningen vil være "elevcentreret" og oplevelsesorienteret i sin tilgang. Der vil være oplæg fra underviserne med præsentationer, demonstrationer live eller på video og diskussion af oplæggene. Øvelser og færdighedstræning foregår i små grupper med deltagerne i rollerne: klient, terapeut og observatør. Der tilstræbes brug af autentisk materiale fra deltagerne eller rollespil af klienter, hvor deltagerne indlever sig i klientens verden.

Supervisionsmetoder

I supervisionen anvendes video af terapier, hvor dele af terapitimen vises og superviseres øjeblik for øjeblik. Enkelte supervision kan være uden video.

Der er 2 lange supervisions forløb med mindst 2 klienter, der tages til supervision mindst 5 gange hver. Der kan herudover tages klienter op til konsultativ supervision.

Egen-terapi metode

Der er tale om gruppeterapi med en terapeut og op til 8 deltagere. Deltagerne kan opleve sig selv som klient ved at bringe personlige emner op, og engagere sig i terapien.

Terapeuterne forholder sig personcentreret og oplevelsesorienteret til deltagerne. Der kan være visse strukturerede elementer i terapien, men de største dele vil følge de enkelte deltagers proces og gruppens proces. Terapeuterne bestræber sig på at skabe et rum og

terapeutisk klima, hvor klienterne kan udvikle sig personligt, lære sig selv bedre at kende og rumme egne sider og følelser bedre.

Litteratur:

Der vil være litteraturlæsning i et omfang af 50-100 sider pr. undervisningsdage
Deltagerne anskaffer selv litteratur. Nogle artikler vil blive udleveret på uddannelsen.
Litteraturliste udleveres ved tilmelding.

Skriftligt arbejde:

Der er ikke skriftligt arbejde i forbindelse med uddannelsen, men skriftlige evalueringer.

Omfang:

PCE-uddannelsen omfatter 43 dage og udgør i alt 256 timer, fordelt på 96 timers teori, 60 timers supervision, 96 timers personligt udviklingsarbejde og 4 timers introduktion.
Teori/supervision og personligt udviklingsarbejde kan også tages som selvstændige forløb på hhv. 160 timers teori/supervision og 96 timers personlig udviklingsarbejde.

Uddannelsen finder sted i tidsrummet kl. 9.30 – 17.30

Godkendelse:

PCE-uddannelsen søges godkendt i Dansk Psykologforening, som specialiseringsdelen ("det lange forløb") af specialistuddannelsen til psykoterapi samt alternativt med 30 timer, anden uddannelsesretning ("det korte forløb").

Uddannelsen retter sig mod individuel psykoterapi af voksne inden for den humanistisk/eksistentialistiske psykoterapi tradition.

Uddannelsen er søgt godkendt med

- 90 timers Grundlagsteori og klinisk teori (12.4.4.2.2)
- 60 timers supervision i grupper af max. 8 (12.4.2)

samt sideløbende

- 96 timers personligt udviklingsarbejde i gruppe af max 8 (12.4.3)

Supervision er af psykoterapi på baggrund af videooptagelse af klientsamtaler.

Supervisionsdelen af PCE-uddannelsen kan også bruges til at opnå autorisation

Teori, supervision og personligt udviklingsarbejde kan anvendes til specialist uddannelsen selvom du starter uddannelsen før, du er autoriseret.

Evaluering:

Der finder evaluering sted efter hver af uddannelsens 3 dele. Evalueringer kan være både mundtlige og skriftlige.

Gennemførelse:

Min 90 % af hver af uddannelsens dele er gennemført

Supervision af mindst 2 klientforløb 4 gange hver. Supervisionsforløb godkendt.

Der udstedes særskilte beviser for teorikurset, supervision og udviklingsarbejde.

Ved supervision benyttes også DP's supervisions-skema

Undervisere og supervisorer:

Ph.D, clinical psychology, Licensed psychologist

Robert Elliott

Professor of counseling, Stratclyde University

Postgraduat træner og supervisor i Emotions Fokuseret Terapi

M.A. Clinical Psychology, Ph.D. Clinical Psychology, Certified Psychologist in Ontario

Psykolog Jeanne Watson

Professor, Department of Adult Education and Counselling Psychology, University of Toronto

Postgraduat træner og supervisor i Emotions Fokuseret Terapi

Master in Psychology, Ph.D., Licensed psychologist and psychotherapist,

Ladislav Timulak

Course Director, M.Sc Counselling Psych, Trinity College Dublin, The University of Dublin

Postgraduat træner og supervisor i Personcenteret Terapi og Emotions Fokuseret Terapi

Cand. psych., aut. psykolog, specialist og supervisor i psykoterapi

Lisbeth Sommerbeck

Privat praksis

Cand. psych., aut. psykolog, specialist i psykoterapi

Niels Bagge

Privat praksis, Institutleder

Terapeuter:

M.A. clinical psychology, registred psychologist and psychotherapist

Kurt Renders

Director and psychotherapist of group practice Conciente in Antwerpen, Belgium

Director and tutor at postgraduate personcentered and experiential psychotherapy trainings

M.A. clinical psychology, registred psychotherapist, gz-psychologist and clinical psychologist

Chaja Kaufmann

Leder af Clinique COLK, Yulius (psykiatrisk service) og postgraduat gruppeterapi træner

Lærer-terapeut og supervisor i Hollandske forening for klient-centreret psykoterapi (VCgP)

Kursusleder:

Cand. psych., aut. psykolog, specialist i psykoterapi

Niels Bagge

Privat praksis, Institutleder

Deltagere:

Cand. psych., cand. pæd. psych. mag.art. i psykologi

Psykiatere

16 – 24 deltagere ialt

Tid: 1. september 2011 – 17. november 2012 for hele uddannelsen eller Teori/superv.

Separat. 28 januar – 30. oktober 2012 for personligt udviklingsarbejde separat.

Kursusdagene starter 9.30 og slutter 17.30 med en times frokost, samt pauser formiddag og eftermiddag

Sted: København eller omegn

Sprog: Dansk og let forståeligt engelsk

Kost og logi: Kost og logi er ikke inkluderet i kursusafgiften.

Der er te, kaffe, vand, frugt og kage til rådighed i løbet af kursusdagene.

Kursusafgift: 3 rater af 25.900 kr. for hele uddannelsen

Teori/supervision separat: 2 rater af 25.900 kr.

Personligt udviklingsarbejde separat: 25.900 kr.

Ansøgningsfrist: 24. juni 2011

Optagelse på uddannelsen:

Deltagerne skal opfylde følgende kriterier for optagelse:

1. Uddannelse som psykolog eller psykiater
2. Arbejdserfaring som psykolog eller psykiater, inden for det kliniske område og psykoterapi.
3. Adgang til mindst 6-8 terapiforløb i hele uddannelsesperioden, som kan videooptages.
4. Forstår, taler, læser og skriver både dansk og engelsk.
5. Adgang til videooptageudstyr og videoredigering (på PC) (kan anskaffes senere)
6. Motivation for at lære personcenteret og oplevelsesorienteret psykoterapi
7. Tid, økonomi og energi privat og arbejdsmæssigt til at deltage i uddannelsen

Der vil være et optagelsesinterview.

Forbehold

Der tages forbehold for mindre ændringer i programmet og kursusbetingelserne

Introduktionsforedrag:

1½-2 timers introduktionsforedrag annonceres løbende på hjemmesiden www.ipcopt.dk

Arrangør:

IPCOPT – Institut for Personcenteret og Oplevelsesorienteret Psykoterapi

Ringstedgade 10, Baghuset

4000 Roskilde

Tlf. 20841884

ipcopt@gmail.com

www.ipcopt.dk

Er du interesseret i optagelse på PCE uddannelsen eller har spørgsmål til denne er du velkommen til at rette henvendelse til kursusleder aut. Psykolog Niels Bagge på tlf. 20841884 eller ipcopt@gmail.com