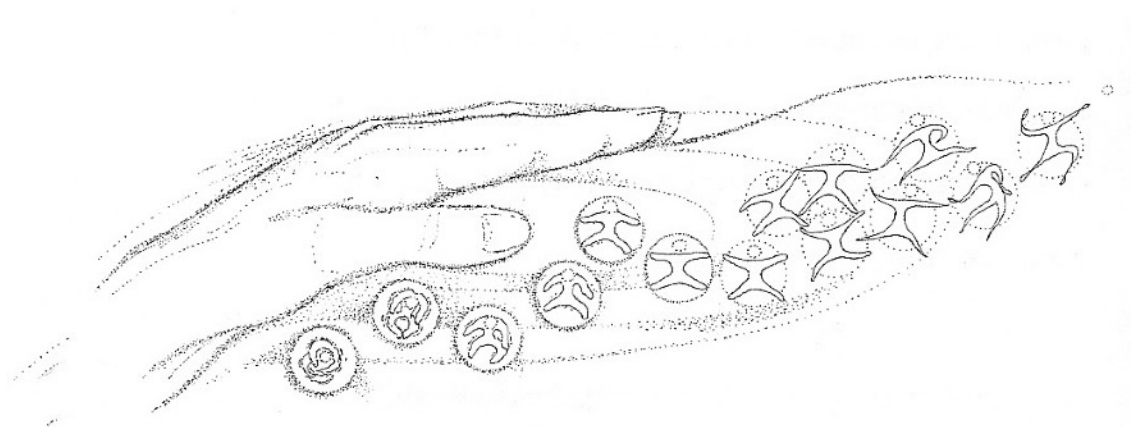


# Efteruddannelse i Kropsterapi

Touching Dialogue - en kropscenteret psykoterapi



<b>Efteruddannelse i kropsterapi:</b>	side	.....2
<b>Mesterlære på 4-mandshold:</b>	side	.....3
<b>Hvad Touching Dialogue kan bruges til:</b>	side	.....4
<b>Sådan foregår Touching Dialogue:</b>	side	.....6
<b>Pris:</b>	side	.....7
<b>Dato &amp; Sted:</b>	side	.....8
<b>Tilmelding til uddannelsen:</b>	side	.....9
<b>Tilmelding til gratis informationsaften:</b>	side	...10
<b>Om Stefan Green Meinel:</b>	side	...11
<b>Hvad andre siger:</b>	side	...12

## **Efteruddannelse i kropsterapi**

Touching Dialogue er en kropscenteret psykoterapi, som er designet til indgå i samtaleterapi. Uddannelsen er til dig, der er psykoterapeut eller psykolog, og som ønsker et kropsterapeutisk værktøj til den individuelle terapi.

Nogle terapeutiske forløb fungerer fint med ord alene. Klienten får det ud af samtalen, der skal til, for at processen kan komme igang og køre til ende. Andre forløb rammer ind i forskellige former for proces-stop, hvor ord ikke rigtig slår til. Det kan f.eks. være med klienter, der har svært ved at mærke deres krop eller svært ved at sætte ord på deres følelser. Eller klienter, som kommer i kontakt med gamle oplevelser af stor utryghed, som pludselig sætter kroppen i affekt og overvælder dem indefra.

Her kan kropsterapi med fokus på kontakt, respekt og fordybelse være et meget hensigtsmæssigt redskab. Kropsterapien foregår påklædt, langsomt og med stort fokus på tryghed. Det giver klienten mulighed for at mærke sin krop, at fordybe sig i sine følelser, helt konkret at opleve tryghed som en sikker base, som modpol til gamle, traumatiske oplevelser. Her glider kropsterapi sammen med samtaleterapi. På den ene side er der ordene, som middel til at få forståelse og indsigt - på den anden side har klienten samtidig en kropslig oplevelse, som er direkte forbundet til det, samtalen handler om.

Den kombination kan hjælpe mange ting på vej, men fremfor alt at klienten mærker en større indre sammenhæng. Kropslige reaktioner bliver til meningsfulde input, i stedet for diffus baggrund. Ord og tanker kan afstemmes med kroppen - det hjælper klienten til at blive mere tydelig - og så er den videre proces i fuld gang.

Touching Dialogue kan bruges til:

- At skabe tryghed og fordybelse
- At skabe indre ressource og tilladelse til forandring (positiv visualisering)
- At lære sin mærkesans at kende
- At skabe sammenhæng mellem krop og tanker
- At undersøge "hvad siger kroppen"
- At lære kroppens ja-nej-måske at kende

- At vække den kropslige hukommelse
- At arbejde med angst og depression
- At arbejde med chok og overgreb
- At arbejde med indre barn, herunder “emotional longing” fra den tidlige barndom
- At integrere dybe og svære processer med respektfuld og omsorgsfuld kontakt

Læs uddybende om hvad Touching Dialogue kan bruge til på side 4-6.

### **Mesterlære på 4-mandshold**

Uddannelsen er bygget op omkring 10 intensive undervisningsdage og 10 øvedage. Undervisningen er mesterlærebaseret med hovedvægt på praktisk undervisning, altså at man arbejder med hinanden på brikse under direkte supervision. Et hold er på 4 personer, så der er god tid til alle. Der vil også være små teorioplæg og tilbagevendende runder, hvor jeg samler op på processen, gennemgår pensum og svarer på spørgsmål.

Øvedagene handler om hjemmearbejde. Om rent praktisk at øve sig - i første omgang på venner og familie, i anden omgang på træningsklienter og gradvist med klienter fra egen praksis. Hjemmearbejde kan også være personlige og kreative opgaver, med fokus på at træne kropslig sansning, meditativ fordybelse og non-verbal kontakt. De 10 øvedage tilrettelægger man selv. De kan med fordel spredes ud, sådan at man øver sig nogle timer om ugen, hver uge mellem undervisningsdagene.

Vi tager metoden bid for bid, hvor den ene del naturligt leder til den næste, som tilsammen bliver til en hel session. Der er både plads til det professionelle aspekt “hvordan bruger jeg TD med mine klienter”, og til personlige processer “denne øvelse påvirker min krop, mine følelser, min historie”. Jeg har mange års erfaring med grupper og proces, og lægger stor vægt på at skabe et trygt og fortroligt læringsrum.

Du vil løbende få feedback på, hvordan jeg ser din udvikling - hvad der går godt, og hvad du skal fokusere lidt ekstra på - sådan at du er flyvefærdig og praksisklar, når eksamen er taget og undervisningsforløbet slutter.

## **Hvad Touching Dialogue kan bruges til**

Touching Dialogue er et redskab til individuel psykoterapi. Touching Dialogue er designet til at indgå i samtaleterapi, til de situationer hvor ord ikke slår til, og hvor det vil være hensigtsmæssigt at få kroppen mere med. Eksemplerne herunder stammer fra praksis og vil indgå i undervisningen.

- At skabe tryghed og fordybelse
- At skabe indre ressource og tilladelse til forandring (positiv visualisering)

En del psykoterapi handler om utryghed og undgåelse. Det kan man sagtens bearbejde med ord, men for nogle vil det være givende, og måske endda afgørende, at få kroppen med - helt konkret at opleve tryghed, at falde til ro og fordybe sig i kroppen. Med det skaber man grundlæggende forudsætning for at videre terapeutiske proces kan finde sted.

Tilsvarende rammer man af og til den mur, at en klient inderst inde ikke kan rumme eller tillade sig selv en stærk positiv forandring. Hovedet ved godt hvad der skal til, indsigten er på plads, følelsesmæssigt er klienten godt på vej - men inderste inde er der noget, der ikke vil give slip. Det kan man bearbejde med "positiv visualisering", hvor klienten på en dyb kropslig måde giver sig selv indre tilladelse til positiv forandring.

- At lære sin mærkesans at kende
- At skabe sammenhæng mellem krop og tanker
- At undersøge "hvad siger kroppen"
- At lære kroppens ja-nej-måske at kende
- At vække den kropslige hukommelse

Alle ovenstående eksempler handler om forskellige aspekter af at "få kroppen med". Uanset hvor god man er til at tænke - så kan man ikke tænke sig til, hvad man mærker! Man er nødt til at mærke efter. Den mur kan mange samtaleterapier støde ind i: "Jeg hører hvad du tænker - men hvad mærker du?" Hvis klienten ikke kan svare, er kropsterapi et oplagt bud på at lære mærkesansen at kende. Og med den at invitere klienten til at udforske sig selv: Hvilken sammenhæng er der mellem min krop og tanker? Hvad betyder mine kropslige reaktioner? Lægger jeg mærke til hvornår kroppen siger ja-nej-måske?

Dertil kommer “kropslig hukommelse” - at mærke det, man husker - at lade fortiden vokse frem, så den kan blive tydelig, og dermed noget klienten kan forholde sig til på en mere levende og direkte måde.

- At arbejde med angst og depression
- At arbejde med chok og overgreb
- At arbejde med indre barn, herunder “emotional longing” fra den tidlige barndom
- At integrere dybe og svære processer med respektfuld og omsorgsfuld kontakt

Hvis en klient kommer med angst eller depression kan et kropsligt redskab gøre en stor forskel. I forhold til angst handler der om at arbejde med tryghed, at skabe en virkelig situation af respektfuld kontakt og reel tryghed, som klienten kan lade op på og bruge som reference i den samtalebaseret del af terapien. I forhold til depression handler det om at skabe et pusterum, et nærende øjeblik hvor klienten både bliver mødt omsorgsfuldt og bliver guidet til en højere grad af kontakt med sig selv. Det er byggeklodser til en proces, hvor klienten både lærer egenomsorg og at kunne handle ud fra sig selv (fra det han/hun mærker).

Hos nogle klienter afdækker den terapeutiske proces gamle (eller nyere) chok og overgreb. Det kalder på stor terapeutisk takt og nænsomhed - og på at genetablere sunde og naturlige grænser. Det kan man gøre på en kropslig måde, bl.a. ved omhyggeligt at arbejde med respektfuld kontakt og aktiv grænsesætning, hvilket får en anden karakter, end når man arbejder med ord alene.

Nogle processer handler om det indre barn, især om “emotional longing”, om dybe uopfyldte længsler efter at blive set og mødt. Den slags arbejde kan man få en fornemmelse af i David Kirk-Campbells fornemme film “A letter to your inner child from a good father”. Det foregår med omhyggelig rammesætning og en tydelig struktur - og kan være dybt forløsende for klienter, der er lige dér i deres proces.



Og endelig, Touching Dialogue er en ramme, en forudsigelig og ordentlig måde at etablere fysisk kontakt på. Det er således også en ramme man kan bruge til integration. Når terapien har været intens, fuld af tårer og svære følelser, kan 10 min på en briks med respektfuld og omsorgsfuld kontakt være en rigtig god måde at afslutte processen på - hvilket samtidig hjælper klienten til at lande og komme godt ud af døren igen.

### **Sådan foregår Touching Dialogue**

Touching Dialogue foregår påklædt på en briks, hvor klienten omhyggeligt og respektfuldt lægges tilrette med puder under ben og overkrop, og med et tæppe over sig. Derpå er der noget tid til fordybelse med berøring af ryggen. Berøringen er nænsom og kontaktfuld. Sessionen veksler mellem samtale og stilhed, som det passer til processen.

En fuld session begynder med en afklarende samtale - hvad er formålet med at arbejde på briks? Det sætter en ramme og skaber et fokus for den terapeutiske proces. Klienten bliver lagt tilrette og får tid til fordybelse to gange i løbet af sessionen, sådan at begge sider af kroppen får lige meget opmærksomhed. Sessionen slutter med kort samtale, der samler op på processen.



## Pris

**16.500 kr. for hele uddannelsen, alt incl.** Et hold er på 4 personer.

Det får du:

- Gratis visitationssamtale
- 10 undervisningsdage (45 undervisningstimer, hold på 4 deltagere)
- 3 x individuel undervisning á 90 minutter, som du fx kan bruges til repetition, supervision eller selv modtage Touching Dialogue
- Eksamensbevis eller deltagerbevis
- Dit navn og kontaktinfo på [www.touching-dialogue.dk](http://www.touching-dialogue.dk)

- dertil 10 øvedage du selv organiserer med øveklienter og hjemmearbejde

Eksamen forudsætter max. 10% fravær, samt at man har øvet minimum en fuld session Touching Dialogue med 5 forskellige øveklienter (men gerne langt flere). Afviklingen af en "fuld session" forudsætter at man har øvet en række "delvise sessioner". Deltagerbevis gives, hvis man ikke ønsker eller består eksamen. De 3 individuelle undervisninger finder sted efter individuel aftale - de er obligatoriske og skal være afviklet inden eksamensdagen.

Bestået eksamen giver ret til at praktisere Touching Dialogue med titlen "Eksam. Touching Dialogue Therapist" eller "Eksam. Touching Dialogue terapeut". Uddannelsen giver ikke ret til selv at uddanne andre i Touching Dialogue.

Uddannelsen er tilrettelagt sådan, at du er flyvefærdig og praksisklar, når eksamen er taget og undervisningsforløbet slutter.



## **Dato & Sted**

Alle undervisningsdage finder sted på **fredage kl. 11.00 til 16.15**, incl. 45 minutters frokost (medbragt eller på en af de mange nærliggende caféer).

Al undervisning foregår på **Gestaltterapeutisk Klinik, Helgesensgade 12, th. kld., 2100 København Ø**. Der er gode muligheder for at finde parkeringsplads.

## **Holdstart foråret 2021**

**- datoer efter nærmere aftale med deltagerne på holdet**





## Tilmelding til uddannelsen

Du tilmelder dig ved at skrive til Stefan Green Meinel på [info@touching-dialogue.dk](mailto:info@touching-dialogue.dk). Jeg vil kontakte dig og aftale en gratis visitationssamtale.

## Forudsætninger for optagelse

- Du er uddannet psykoterapeut (eller snart færdiguddannet).
- Du vil gerne have et kropsterapeutisk værktøj, du kan bruge i individuel terapi.
- Du har lyst til at arbejde med krop, kontakt og fordybelse.

## Optagelse på uddannelsen

- Gratis visitationssamtale hos Stefan Green Meinel.
- Uddannelseskontrakt og betaling markerer bindende tilmelding.



## **Individuel visitationssamtale**

Det er en stor beslutning at vælge uddannelse. Jeg tilbyder derfor individuelle visitationssamtaler med det formål at præsentere uddannelsen og mig selv, at høre om din professionelle baggrund og interesse for kropsterapi samt at give en demonstration (så du ved hvordan TD føles og opleves).

På den baggrund kan du beslutte dig for om du ønsker et Touching Dialogue uddannelsesforløb. Det er gratis og uforpligtende. Eneste krav er, at du skal være uddannet psykoterapeut eller psykolog og have lyst til at arbejde med krop og terapi.

Hvis du ikke føler dig parat til et uddannelsesforløb, vil du gå fra visitationen med en større viden om, og en personlig oplevelse af, hvad "en syntese af kropsarbejde og psykoterapi" er for noget.

Hvis du ønsker at tilmelde dig uddannelsesforløbet, kan du glæde dig til en personlig og professionel rejse i krop og terapi, som dybtgående vil udvikle din mærkesans, og give dig en kropsterapeutisk kompetence, som er umiddelbart anvendelig med dine klienter.

### **Visitationen vil handle om:**

- Hvad kan Touching Dialogue, og hvordan er den forskellig fra andre kropsterapier?
- Uddannelsens opbygning
- Dig og din professionelle baggrund
- Demonstration på briks

Visitationen varer 2 timer og minutter og finder sted:

### **Gestaltterapeutisk Klinik**

Helgesensgade 12, th. kld. (indgang på hjørnet)

2100 København Ø

Tilmelding til Stefan Green Meinel på [info@touching-dialogue.dk](mailto:info@touching-dialogue.dk) eller tlf. 2828-6200

- eller via [onlineformular her](#).

## **Om Stefan Green Meinel**

Det er 25 år siden jeg første gang oplevede Touching Dialogue. Det gjorde et stort og positivt indtryk, og jeg besluttede (næsten) på stedet selv at blive Touching Dialogue terapeut. Det blev til 12 uddannelsesår - 4 år med gestaltuddannelse, 2 år med at blive TD terapeut samt 6 års mesterlære hos David Kirk-Campbell, grundlægger af TD, hvor jeg lærte selv at uddanne andre i Touching Dialogue.

Jeg har haft privat praksis siden 2000 og selv brugt Touching Dialogue de sidste 16 år. Det er en faglig glæde og tilfredsstillelse at have mulighed for at arbejde kropsterapeutisk med mine klienter. Touching Dialogue skaber rammerne for en fordybelse, jeg ikke tilsvarende kan opnå med ord alene. Kropsterapien bliver til konkrete og virkelige oplevelser af nærvær, tryghed, kontakt og grænser, som spiller ind i den samtalebaserede terapi, og som helt tydeligt hjælper klienterne med at få deres krop, følelser og tanker til at hænge bedre sammen.

Dertil kommer den personlige gevinst, jeg fik med lige fra starten: Selv at kunne mærke mig selv, generelt at være mere kropsligt tilstedeværende, at blive fortrolig med dyb ro, at blive mere klar i mine grænser og mere nærværende i min kontakt med andre. Jeg har fået en indre tryghed, jeg bærer med mig overalt. Livet er blevet sjovere og har fået flere nuancer af, at jeg også kan sanse mig vej gennem tingene.

Jeg har undervist i psykoterapi og gestaltterapi siden 2012 og har bred erfaring med gruppe- og undervisningsprocesser. Det er en tilbagevendende feedback, at jeg "har humor og overskud, skaber tillid og tryghed, og et seriøst og udviklende læringsmiljø.



Jeg er født 1968, opvokset og bosat i København, gift med Eva, sammen har vi en datter.

Du kan læse mere om mig og min praksis på min hjemmeside [www.gestaltterapi.info](http://www.gestaltterapi.info).

## Testimonials

Jeg afsluttede sep. 2018 et uddannelseshold i Touching Dialogue, hvor jeg har fået disse ord med på vejen:

"Touching dialogue er oplevelsen af nye landskaber at betragte. Som terapeut en indsigt i de helt dybe tilstande, en ny fornemmelse for nærvær og kontakt. Det ressourcefyldte, omsorgen og nænsomheden på dette dybe plan træder frem for mig. Både i samtale på briks; At være med klienter på dette fine sted, åbner helt nye døre og muligheder for mit videre terapeutiske arbejde. En nye videre rejse er begyndt....."

Jonas Borup, Psykoterapeut MPF

"For mig var det en glædens dag at træde ind hos Stefan til første undervisningsgang. Endelig havde jeg fundet den kropsterapiform, jeg længe havde ledt efter - blidhed, samtale og den dybe non-verbale kontakt mellem klienten og terapeuten - læringsrummet emmede af ro, tryghed og plads til nuet.

Stefan mødte os med åbenhed, nysgerrighed, super velforberedt og fantastisk til at skabe et positivt læringsrum. Undervisningen var struktureret og opbygget på en meningsfuld måde."

Viviana Kold, Psykoterapeut

"Jeg kan varmt anbefale Stefan som underviser i Touching Dialogue. Det er en super relevant efteruddannelse, hvis man som psykoterapeut ønsker at inddrage kroppen mere i sit arbejde. Stefan er en grundig, ambitiøs og humoristisk underviser, hans læringsrum er trygt og nærværende."

Anna Bentzen, Psykoterapeut MPF

