

Til sagsbehandlere, læger, sundhedsplejersker, forsikringselskaber, organisationer eller andre nøglepersoner med interesse i den faglige begrundelse for arbejdet med børn, unge og voksne i behandling i klinikken v/ Psykoterapeut Birgitte M. Hansen.

Baggrund

Det er en udbredt erfaring og antagelse blandt psykoterapeuter, psykologer og børnetrapeuter at leg er helende, udvikler intrapsyriske processer og virker regulerende og kompetenceudviklende.

”Legen har en helende funktion og danner grundlaget for udviklingen af færdigheder. Den giver mulighed for at udtrykke overvældende følelser, som det kan være svært at udtrykke i ord.”

Kari Killen i bogen ”Omsorgssvigt er alles ansvar”. s. 481

Det psykoterapeutiske arbejde i min klinik er funderet i denne tankegang. Sandplay og legeterapi er i en kombination med samtalebehandling terapeutiske metoder, der bruges til at hjælpe voksne, børn, unge med at udvikle sig og overvinde følelsesmæssig smerte indenfor en fagligt funderet psykoterapeutisk ramme. Familieterapi tilbydes som samtalebehandling.

Legeterapi og sandplay er anerkendt som terapeutiske metoder over hele verden. Dr. Eliana Gil, der er psykolog og phd og en af USA's førende eksperter indenfor børnepsykologien anbefaler en bred vifte af teknikker i det terapeutiske arbejde med børn. Jeg følger denne tankegang i min klinik og kombinerer metoder som sandplay og legeterapi med samtalebehandling. Mit arbejde er bredt funderet i udviklingspsykologi, socialpsykologi og kybernetisk psykologi og psykoterapi.

Erfaring og faglig baggrund

Jeg har særdeles gode resultater i arbejdet med voksne, børn og unges problemer. Jeg har erfaring med mange forskellige slags problemstillinger (se nedenfor). Det er min erfaring at smerte og svære oplevelser gennem psykoterapi kan bearbejdes og integreres konstruktivt.

Jeg er akademisk uddannet og har 12 års efteruddannelse fra anerkendte psykoterapeutiske skoler i Danmark og USA. Jeg arbejder med udgangspunkt i forskning og klinisk praksis indenfor de psykologiske hovedskoler og kybernetisk psykologi og psykoterapi. I arbejdet integrerer jeg således den moderne psykoterapi i en kompetent behandling. Desuden inddrager jeg teori og praksis omkring relationen, der i forskning har vist sig væsentlig for klientens behandlingsresultat. Jeg arbejder bl.a. med baggrund i forankring, hvor klienten anerkendes som deleksperter i sit eget problem samt med en professionel (teoretisk og klinisk) forståelse af psykisk kreativitet, i.e. på hvordan ny erfaring opstår i det indre.

Jeg har bl.a. erfaring med:

Skrøbelig identitet og lavt selvværd

Sorg og krisearbejde, samt traumer

Angst og depression

Stress, tomhed, samt mennesker som søger personlig udvikling

Problemstillinger opstået i børne og ungdomsår; f.eks tab og traume, belastende familierelationer

Trafikulykker

Adoptionsbørn og deres familier

For tidligt fødte børn og deres familier, f.eks usynlige senfølger.

Kronisk eller periodisk syge eller relaterede f.eks. søskende.

Overordnet mål med et terapeutisk forløb

Målet med et terapeutisk forløb er bredt betragtet, at styrke personens indre psyke, adfærd og relation til omverden, samt styrke oplevelse af personens eget selvværd.

I denne klinik kan man få hjælp til at:

- 1) Bearbejde komplekse problemstillinger og komme overens med vanskelige grundvilkår (f.eks som et dybere bearbejdende psykologisk arbejde).
- 2) Skabe kontakt til indre ressourcer og kompetencer eller tilføje disse, som er betydningsfulde for personens udvikling. (f.eks mangel på en far, mor eller særlige erfaringer, kompetencer).
- 3) Bearbejde sorg, krise, chok, traume og indre kaos.
- 4) Udvikle sin identitet.
- 5) Identificere og forstå temaer, der er på spil hos den enkelte i personens indre psyke samt forstå og bearbejde hvordan personen påvirkes af oplevelser i ydre verden. (bevidstgørende behandling)
- 6) Håndtere vanskeligheder i hverdagen, afhjælpe lettere aspekter igennem egenomsorg, kendskab til egendynamik og kendskab til sig selv (jeg-støttende terapi).

Hvordan foregår arbejdet med klienten?

Igennem samtale og forskellige understøttende metoder frigøres intrapsykeiske ressourcer, hvorigennem problemer og eksterne relaterede vanskeligheder bearbejdes. For at solidere den nuværende og fremtidige identitet kan arbejdet involvere såvel berøring til områder i nutiden som i fortiden, men fokuserer på temaer af relevans for at bearbejde klientens nærværende problemer.

Arbejdet kan identificere såvel årsager som dynamik og senfølger. Det foregår i en parallel proces. Der vil i mange tilfælde være umiddelbar lindring efter nogle gange. Herefter følger en periode med

parallel processer i arbejdet mellem fremgang og regression (meningsfuld tilbagevenden) hvor fysiske og psykiske symptomer forsvinder som følge af arbejdet og tilslut en vigtig soliderende fase hvor personen oplever genvunden styrke og yderligere soliderer og udvikler sig. F.eks i form af solid indre selvtillid. Arbejdet kan beskrives som en udviklingsspiral, der går opad og fremad.

Tilbagegang og løbende berøring til væsentlige temaer er i denne klinik en del af en persons mulighed for på afgørende måde at reparere sig selv. f.eks igennem adgang til personlige erindringer, tidligere oplevelser, hvori personen kan genetablere tillid eller erfaring, som måtte være mistet eller af andre årsager ikke opnået på et tidligere tidspunkt i personens liv. Erfaringer som hindrer personen idag og hvorfor personen har brug at arbejde hermed.

Sandplay bruges i denne klinik på en metodisk baggrund af såvel klassiske som nyere teorier og forskning indenfor udviklingspsykologi, krise, traumer, angst, depression m.v. Sandplay kan anvendes som metode både ved behandling af lettere problemstillinger og som en dybdepsykologisk metode ved vanskeligere problemer. Desuden anvender jeg metoden til behandling af traumer hos børn og voksne.

Det terapeutiske arbejde kan lindre og bearbejde lette som svære oplevelser, problemer og grundvilkår hos såvel børn, unge som voksne. Dette sker fordi der i denne klinik er en fundering mellem valg af metoder, klinisk forskning og moderne teorier – hvorigennem klinikken vægter at etablere støtte i det indre hos den enkelte. Det påvirker den ydre adfærd som bliver mere afbalanceret, sundt funderet og reguleret. Børn og voksne udvikler igennem et forløb gennemgående sin identitet og gør sig mere solid.

Samarbejde og koordination

Arbejdet koordineres med løbende dialog med klient eller under visse omstændigheder og med klientens tilsagn med personer, som er vigtige for klienten eller med andre samarbejdspartnere i overordnede samtaler eller kort status - informering, hvor temaer, symptomer og forandringer redegøres for eller kan drøftes. Dette finder sted for at stimulere yderligere til personens egenudvikling i familie og omkringliggende miljø. Er der tale om familierapi finder dette sted som en overordnet del af samtalerapien.

Er der brug for skriftlig opsamling, et resume, rapportskrivning el. lign. betaler personen, kommune eller organisationen som ønsker dette eller dette afholdes af ansøger selv.

Jeg kan indgå i samarbejde med offentlige eller private organisationer og behandlinginstitutioner, hvor jeg kan varetage dele af behandlingen f.eks i form af sandplaybehandling som et aspekt af samarbejdspartnerens behandlingsstrategi.

Kontaktdata

Psykologisk Rådgivning og Terapi
Birgitte Mølgård Hansen, Psykoterapeut MPF
Horsemoosevej 1
3450 Allerød
Tlf. 26432813
E-mail: birgitte@sandplay.dk
www.sandplay.dk