



Studiekatalog Gestalt- og drømmeterapi

Hva er gestaltterapi?

Gestaltterapien leter ikke etter årsaker og forklaringer i fortiden. I stedet tar man utgangspunkt i opplevelser i nåtiden. Vi bærer alle i oss ubearbeidede gestalter, eller som man også sier, uavsluttede situasjoner. Disse hindrer oss fra å leve våre liv som vi ønsker.

I situasjoner når vi er stressede eller er presset, stiger disse ubearbeidede gestaltene opp og ligger som et filter over vår opplevelse i nåtiden. Plutselig føler vi oss kanskje redde og får angst uten å egentlig forstå sammenhengen. I terapien er det mulig å fullføre gestalten gjennom å gjenoppleve hendelsen i nåtiden med alle dens fortrenge følelser, tanker og handlinger.

Gestaltterapien tilbyr ikke bare psykoterapeutiske verktøy, men omfatter også allmenngyldig teori og praksis rundt kommunikasjon og samspillet mellom mennesker. Som addiktolog møter man ofte mennesker i situasjoner som krever fleksibilitet og evne til å skape kontakt. For å kunne klare en slik oppgave er det nødvendig å kjenne seg trygg i sin rolle som behandler. Gestaltterapien tilbyr en måte å forholde seg, som styrker og behandlerrollen og øker profesjonaliteten i arbeidet.

Drømmeutvikling.

Fritz Perls som er gestaltterapiens grunnlegger sier at drømmen er kongeveien til integrering, det vil si muligheten til å bli hel som menneske. Hvert drømmefragment, hvert lite aspekt av vår drøm speiler vårt liv som helhet. I gestaltterapien tolker vi ikke drømmen, men går inn i den og gjenopplever den i nåtiden. I drømmen finnes både løsning og problemet.

Utdannelsens struktur og innhold.

Utdannelsen pågår i tre terminer og er lagt opp på to seminarer, tre dager per termin. Ved hvert seminar presenteres en teoretisk del som etterfølges av øvelser og prosess trening. Seminarene er lagt til

Kursledelse

Torbjörn Fjellström er hovedansvarlig for FUN Sverige som utdanner addiktologer innenfor rammen av 12-trinnsprogrammet siden 1989. Han er fil.lic psykolog, gruppeterapeut og godkjent veileder av Stockholms gruppterapiforening 1975.

Espen Andresen er hovedansvarlig for FUN Norge som utdanner addiktologer. Han er master addiktolog, gestalt- og drømmeterapeut og driver Addictologi Akademiet i Norge. Han har over 20 års erfaring fra gruppeutvikling.

Noen av de teoretiske emnene som presenteres:

- Gestaltterapiens metodologiske og vitenskapsteoretiske grunn. De teoretiske hjørnesteinene presenteres.
- Utviklingsspsykologi og gestalt. Ulike psykoterapeutiske skoler`s synssett presenteres.
- Gestaltterapi og systemteori. Arbeid med familier og grupper.
- Vi fordypet teorien rundt begreper som projisering, interjeksjon, forsvar, konfluens etc.
- Gestaltterapien som humanistisk psykologi. Vi belyser den åndelige dimensjonen i forandringsarbeidet.
- Vi prøver en gestaltmeditasjon.
- Bevissthet og jeget`s funksjoner. Å oppleve nåtiden.
- Psykiske diagnoser. Vi undersøker begrepet nevrose, borderline, personlighetsforstyrrelse og psykose.
- Psykoterapi og misbruksbehandling. Når kan vi bruke et gestaltterapeutisk forholdningssyn i behandling av avhengige og misbruk?
- Å utvikles som terapeut. Deltagere gir feedback på hverandres forutsetninger til å utvikles i behandlerrollen.

Inntakskrav:

Påbegynt FUN`s metodestudie eller tilsvarende. Er du misbruker skal du ha 3 års rusfrihet. Du bruker ikke antidepressive medisiner eller annen form for psykofarmaka. Vi har opptak ved hver workshop. Du kan altså hoppe inn når som helst og delta.

Som elev ved gestaltutdanningen skal du også gå i egenutvikling parallelt med utdannelsen. Denne egenutviklingen skal bestå av gruppebasert terapi ifht til addiktologisk filosofi.

Utdann deg i Gestalt- og drømmeterapi innenfor rammen av FUN!

Hensikten med studiet er å gi addiktologer/alkohol- og russterapeuter ytterligere forandringsverktøy som komplement i programmet. Gestaltterapien har siden 70-tallet vært prøvd i behandling av misbruk, men først nå, i kombinasjon med 12-trinnsprogrammet, kommer terapien til sin egentlige rett.

Gestaltterapeutiske teorier/metoder som underordner seg prinsippene i programmet underletter og styrker forandringsarbeidet samtidig som det gir en effektiv beskyttelse mot medavhengighet og utbrenthet.

Utdannelsen er prosess- og opplevelsesbasert, hvilket innebærer at man under seminarene kombinerer egne opplevelser med teori og praksis.

Utdanningen omfatter både en yrkesmessig og personlighets-utviklende del da prosesstreningen berører og bearbeider deltagerens egne vanskeligheter og problemer.

Gestalt- og drømmeterapeut utdannelsen har to utganger:

Lisensert gestalt og drømmeterapeut

For deg som har gått og fullført FUN's 3-årige addiktologi utdanning.

Diplomert gestalt- og drømmeterapeut

For deg som tar utdannelsen uavhengig av FUN's addiktolog utdanning.

For mer informasjon:

FUN-Norge AS
Sinsen Terrasse 14
0574 OSLO

terje@addictologen.no

Terje M Karlsen, mobil: 41042830