

# **Studieordning for uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut**

Life Academy



**LIFE ACADEMY**

# Indholdsfortegnelse

1. Introduktion .....	2
2. Værdigrundlag .....	2
3. Formål .....	3
4. Uddannelsens kompetenceprofil og overordnede læringsmål.....	4
5. Indhold og læringsudbytte for de enkelte undervisningslevels og forskermoduler .....	7
6. Det videnskabelige udgangspunkt .....	20
7. Certificering af uddannelsen.....	26
8. Campus .....	27
9. Uddannelsestitel .....	27
10. Optagelseskriterier .....	27
11. Regler og procedure for ansøgning om merit.....	30
12. Dispensationer og orlov .....	30
13. Studieoptag, økonomi, studieaktivitet og studievejledning .....	31
14. Uddannelsens tilrettelæggelse, omfang og indhold .....	32
15. Uddannelsesoversigt.....	44
16. Eksamensoversigt og -bestemmelser .....	45
17. Censorkorps .....	48
18. Kvalitetssikring .....	48
19. Organisation og ledelse på uddannelsen .....	50
20. Krav om læsning af tekster på fremmedsprog mm. ....	50
21. Eksamensbevisets kompetenceprofil .....	50
22. Henvisninger til uddybende information .....	51
23. Ikrafttræden og overgangsregler .....	51
24. Ændringer til studieordningen .....	51

## 1. Introduktion

Uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut er en 4-årig deltidsuddannelse på masterniveau, som bygger oven på en lang eller mellemlang uddannelse og min. 3 års erhvervserfaring inden for det pågældende fagområde. Uddannelsen er tilrettelagt således, og du kan følge uddannelsen sideløbende med et fuldtidsjob.

Uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut er et mix af teoretisk og praksisorienteret undervisning, som kræver, at du gennem hele uddannelsen arbejder med dig selv og din egen personlige udvikling. Uddannelsen kræver en høj grad af motivation og forudsætter, at du indgår i et samspil med underviserne og dine medstuderende i udviklingen af dine faglige, personlige og relationelle kompetencer. Undervisningen består af teoretisk og praksisorienteret undervisning, færdighedstræning, egenterapi og supervision. Helt centralt er derfor et støttende og udviklende studiemiljø.

Uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut er baseret på et videnskabeligt udgangspunkt, som tager afsæt i den eksistentielle og humanistiske psykologi og integrerer metoder og teori fra forskellige psykoterapeutiske retninger, herunder psykodynamisk terapi, gestaltterapi, kognitiv terapi, systemisk/narrativ terapi, kroporienteret terapi og naturterapi. Et væsentligt element i uddannelsen er udviklingen af dine forskningskompetencer, dvs. undervisningen i videnskabsteori og dokumentations- og forskningsmetoder, som sætter dig i stand til at forske primært i egen praksis og formidle resultater heraf.

Denne studieordning er en rammebeskrivelse, som giver et overblik over uddannelsens opbygning, indhold, krav og vilkår.

## 2. Værdigrundlag

På Life Academy tror vi på, at vi i alt, hvad vi gør, er med til at udvikle menneskers personlige og faglige kompetencer i relation til dem selv og andre. I centrum står relationskompetencen, og du vil som studerende gennem din egen udvikling opnå en stor bevidsthed om dit eget liv, samtidig med at du erhverver dig kompetencer til at arbejde med mennesker ud fra deres behov og ønsker.

Uanset om dit mål er at arbejde som selvstændig psykoterapeut, bruge din faglighed som ansat i en privat eller offentlig virksomhed, eller din motivation er personlig udvikling, vil Life Academys uddannelse til Integrativ Psykoterapeut give dig en bred vifte af viden og metoder til dette.

Vores uddannelse bygger på den nyeste viden, og vores undervisende psykoterapeuter er med deres autencitet og store faglighed garanter for, at al undervisning forgår i en nærværende og compassionfokuseret atmosfære med relationen som omdrejningspunkt. Vores værdigrundlag understøtter dette:

## **Mission**

Vi skaber fundamentet for udvikling i et forpligtende og støttende studiemiljø, der er baseret på fællesskab, tillid og nærvær. Vi ønsker at tiltrække studerende, der vil gøre en forskel for sig selv og andre i personlige og professionelle sammenhænge. Vi skaber det sammen i relationen til hinanden, i vores formidling, i vores faglige undervisning og i vores terapeutiske arbejde.

## **Vision**

Vi ønsker at være det foretrukne psykoterapeutisk funderede uddannelsessted for læring og personlig udvikling. Ud fra den nyeste viden formidlet i en let, inkluderende og kærlig stemning vil vi gøre livet mere afbalanceret, mangfoldigt og meningsgivende.

## **Værdier**

Alt, hvad vi gør, gør vi med udgangspunkt i tillid, empati og engagement. Værdierne viser vi i måden, vi er sammen på og i vores formidling, vores faglige undervisning og i vores terapeutiske arbejde.

## **Tillid**

For os er tillid den bærende værdi. Vi har tillid til, at vi altid vil hinanden det bedste. Vi har skabt et varmt og kærligt sted, hvor du kan komme som den, du er. I tilliden til hinanden sker den største udvikling.

## **Empati**

Her er plads til alle følelser. Vi sætter os i andre menneskers sted og forstår, respekterer og anerkender, hvordan du har det, og hvor du er i livet. Det vigtigste er, hvem du er, og at du her kan være helt dig selv.

## **Engagement**

Hos os vil du mærke en kærlig og motiverende energi. Vi har et trygt og varmt studiemiljø i indbydende rammer med dybt engagerede undervisere. Vi sætter en ære i at have et solidt fagligt grundlag med afsæt i den nyeste viden.

## **3. Formål**

Formålet med uddannelsen er helt overordnet at uddanne psykoterapeuter til at udøve psykoterapi i praksis i privat og i offentligt regi med en høj grad af formålsbevidsthed og fornemmelse for essentiel tilstedeværelse ud fra en grundlæggende overbevisning om, at alle mennesker er unikke. Med denne tilgang bliver psykoterapeuten i stand til at skabe et rum, hvor relationen skaber et ligeværdigt samspil mellem klient og psykoterapeut. I dette samspil er klientens kropslige fornemmelser altafgørende, og psykoterapeutens rummende og ufordømmende tilgang sikrer, at der skabes et trygt og sikkert terapeutisk udviklingsrum. Formålet er endvidere at kvalificere psykoterapeuten til at forske i egen praksis og udbrede kendskabet til psykoterapi.

Helt konkret er formålet at sætte dig i stand til at:

- at være i en rolig og afbalanceret egentilstand og ud fra en klar formålsbevidsthed udvælge og anvende psykoterapeutiske værktøjer i den konkrete situation i forhold til den konkrete klient
- at støtte og motivere mennesker i deres personlige og relationelle udvikling
- at støtte mennesker i at overvinde hæmmende barrierer og overbevisninger
- at støtte mennesker i at takle kriser, konflikter, mismod og uligevægt
- at støtte mennesker i at leve deres liv fuldt ud
- at skabe og indgå i et åbent, givende og motiverende samspil med andre
- at finde og udfolde dit unikke potentiale som psykoterapeut
- at blive bevidst om din rolle som psykoterapeut
- at arbejde ud fra en reflektiv bevidsthed og forske i egen praksis

Som psykoterapeut behandler du således livskriser og psykisk mistrivsel, men ikke psykiatriske lidelser, dvs. en psykoterapeut behandler ikke:

- psykiatriske patienter
- voldsudøvere
- mennesker med personlighedsforstyrrelser/tilbøjeligheder, hvis deraf følgende adfærd strider mod gældende lov, moral og etik
- selvmordstruede mennesker

Når du som psykoterapeut møder disse mennesker i din praksis, sender du dem videre i systemet til de rette behandlingssteder.

## 4. Uddannelsens kompetenceprofil og overordnede læringsmål

Du opnår i løbet af uddannelsens 4 år indsigt i og forståelse af særlige emneområder inden for psykoterapien, opbygger din evne til at varetage komplekse terapeutiske forløb og opnår kompetencer til at kunne forske i egen psykoterapeutisk praksis og formidle resultater af psykoterapeutisk intervention under inddragelse af relevant forskningsbaseret teori og metode. Endvidere udvikler du din egen personlige stil i rollen som psykoterapeut, udviser en højt udviklet formålsbevidsthed i forhold til valg af interventioner og tager fuldt ansvar for din egentilstand og relationen i det terapeutiske rum.

### Viden

Efter endt uddannelse til Integrativ Psykoterapeut har du viden om og refleksionsevne i forhold til følgende:

1. vigtigheden af relationens og din egentilstands betydning for skabelsen af en støttende, rummende, tillidsskabende og kærlig atmosfære i det psykoterapeutiske rum
2. væsentlige aspekter af forskningsbaseret teori og metode som grundlag for at udøve integrativ psykoterapi

3. relevante psykoterapeutiske metoder og interventionsformer i forhold til specifikke og komplekse psykiske problemstillinger og specifikke og differentierede klienter/-grupper
4. psykodynamiske, gestaltterapeutiske, kognitive, systemisk/narrative, kropsterapeutiske og naturterapeutiske metoder og deres placering i det psykoterapeutiske felt
5. ledelse af psykoterapiforløb ud fra uddannelsens integrative forståelsesramme
6. det videnskabelige grundlag for selvstændigt at indsamle, analysere, dokumentere og formidle forskning i egen praksis
7. videnskabsteori, kvantitative og kvalitative forskningsmetoder, herunder forskellige videnskabelige metoder til dataindsamling og dataanalyse i forbindelse med forskning i egen praksis og supervision
8. de etiske rammer og god etisk praksis for udøvelse af psykoterapi og psykoterapeutisk forskning i egen praksis
9. relevante fora for indhentning og formidling af forskning i psykoterapeutisk praksis
10. de institutionelle og organisatoriske rammer, inden for hvilke psykoterapeuter kan praktisere, fx i det sociale eller sundhedsfaglige felt i offentligt eller privat regi eller i selvstændig praksis
11. egne personlige ressourcer, begrænsninger og udviklingspotentialer i forhold til psykoterapeutisk praksis og nødvendigheden af fagprofessionel supervision, egenerapi og efteruddannelse som redskab til at sikre faglig udvikling og specialisering

## Færdigheder

Efter endt uddannelse til Integrativ Psykoterapeut kan du varetage komplekse terapeutiske forløb og formidle viden om forskning i egen psykoterapeutisk praksis ved at kunne:

1. være professionelt empatisk i dialog med klienter og tilbyde kontakt og nærvær i en støttende, rummende, tillidsskabende og kærlig atmosfære – både verbalt og nonverbalt
2. tilrettelægge og gennemføre psykoterapeutiske forløb med afsæt i psykodynamisk, gestaltterapeutisk, kognitiv, systemisk/narrativ, kropsorienteret og naturterapeutisk psykoterapi rettet mod specifikke klienter/-grupper inden for de institutionelle og organisatoriske rammer, som psykoterapien varetages i
3. udvælge, anvende og evaluere videnskabeligt funderede psykoterapeutiske metoder og redskaber af relevans i den konkrete psykoterapeutiske kontekst med en høj grad af formålsbevidsthed
4. reflektere over, udvælge og anvende relevante psykoterapeutiske interventioner i forhold til specifikke psykoterapeutiske problemstillinger og mål med en høj grad af formålsbevidsthed
5. selvstændigt identificere og formulere en specifik forskningsrelevant problemstilling, begrunde metodevalg, søge og anvende relevant teori og forskningslitteratur og indsamle og analysere data i forhold til egen psykoterapeutisk praksis
6. anvende forskellige forskningsmetoder i forhold til analyse, bearbejdning og dokumentation af egne kliniske data fra psykoterapiforløb baseret på videnskabsteoretiske principper

7. diskutere psykoterapeutiske emner med fagkolleger og øvrige samarbejdspartnere på et teoretisk, erfaringsbaseret og forskningsbaseret grundlag
8. varetage psykoterapeutisk behandling, samtaleterapi og intervention i overensstemmelse med god etisk praksis og gældende etiske regler udstukket af DPFO
9. aktivt og fortløbende arbejde med egne personlige ressourcer, læringsprocesser og udviklingspotentialer i forhold til egen psykoterapeutisk praksis, herunder anvende fagprofessionel supervision, egenerapi og efteruddannelse

## Kompetencer

Efter endt uddannelse til Integrativ Psykoterapeut har du kompetencer til at:

1. varetage erhvervsfunktioner, hvor psykoterapi indgår som et professionelt fagområde
2. styre komplekse arbejdssituationer inden for psykoterapi med behandlingsansvar, herunder identificere relevante psykoterapeutiske interventionsformer i arbejdet med forskellige klientmålgrupper
3. skabe en professionel ramme om dit psykoterapeutiske arbejde med klienter/-grupper ved at tilbyde professionel kontakt og nærvær i en støttende, rummende, tillidsskabende og kærlig atmosfære – både verbalt og nonverbalt
4. anvende psykoterapeutisk viden, metoder og færdigheder fra forskellige psykoterapeutiske retninger til at lede og varetage psykoterapeutisk behandling, samtaleterapi og intervention, herunder udarbejde, gennemføre og evaluere psykoterapeutiske samtaleforløb
5. forholde dig selvstændigt, kritisk og forskningsbaseret til undersøgelse, analyse, dokumentation og bearbejdning af komplekse kliniske problemstillinger, herunder planlægning, gennemførelse og evaluering i form af dokumentation og rapportering
6. tage professionelt ansvar for, igangsætte, indgå i og gennemføre fagligt og tværfagligt samarbejde, hvor psykoterapeutisk faglighed indgår
7. formidle viden og undersøgelsesresultater om psykoterapeutisk praksis, teori og forskning til relevante samarbejdspartnere og fagkolleger på en etisk ansvarlig og professionel måde
8. tage ansvar for og omsætte indsigt i egne ressourcer, egen faglig udvikling og specialisering i psykoterapeutisk praksis ved brug af fagprofessionel supervision, egenerapi og efteruddannelse

## Prøveform

Opfyldelsen af ovenstående læringsmål dokumenteres i to afsluttende eksamener:

**En skriftlig hovedopgave**, hvor du viser din videnskabsteoretiske og psykoterapeutiske forståelse og refleksionsevne i forhold til uddannelsens 4-årige indhold og overordnede læringsmål. Du demonstrerer/belyser/begrunder anvendelsen af uddannelsens teoretiske og forskningsbaserede indhold og metode i praksis på baggrund af et klientforløb på min. fem sessioner med en ekstern klient. Opgaven har et omfang af 40-70 normalsider (à 2400 anslag). Opgaven bedømmes efter 7-trinsskalaen af en underviser og en ekstern censor.

**En mundtlig eksamen**, hvor du demonstrerer din psykoterapeutiske faglighed i en terapisesession med en ekstern klient. Du demonstrerer din evne til at skabe en god relation i mødet med din klient og vise en høj grad af formålsbevidsthed med henblik på at vælge de psykoterapeutiske redskaber, der giver din klient bevidsthed og handlemuligheder. Du redegør efter sessionen for din formålsbevidsthed både i det relationelle perspektiv, det personfaglige perspektiv og i klientperspektivet og argumenterer for valg af metoder i sessionen. Eksamen bedømmes efter 7-trinsskalaen af en eksaminator og en ekstern censor.

## **5. Indhold og læringsudbytte for de enkelte undervisningslevels og forskermoduler**

### **Level 1: Forståelse af dig selv og din omverden**

Med udgangspunkt i dine egne personlige oplevelser får du et indblik i og en forståelse af, hvornår du virkelig er i din essens (der, hvor du er bare er med dine livsvilkår, valg og behov). En række teknikker fra bl.a. NLP og den kognitive psykologi åbner døren til en forståelse af, hvem du er, og hvordan du lærer bedst. Disse teknikker bliver din guide til dit indre landkort og hjælper dig til at forstå dine egne og andres personlighedstræk. Via unikke kalibreringsteknikker lærer du at aflæse det, du ser, ned til mindste detalje, og spørge- og afklarings teknikker sætter dig i stand til at navigere blandt og skabe forståelse hos andre mennesker.

#### **Læringsudbytte for level 1**

Efter level 1:

- forstår du, hvad personlighed og essens er
- er du bevidst om relationens betydning i den terapeutiske samtale
- er du bevidst om repræsentationssystemers og metaprogrammers betydning
- kan du anvende grundlæggende spørge- og afklarings teknikker
- kan du give støttende og løftende feedback

### **Level 2: Accept og bevidsthedsudvidelse**

Med afsæt i særligt den systemiske og narrative tilgang får du teknikker til at finde og forstå din livshistorie, således at du kan skabe forandring hos dig selv og andre. Du lærer med udgangspunkt i gestaltterapien at se dig selv fra forskellige opfattelsespositioner og får et rigtig godt billede og en nødvendig accept af dig selv ved hjælp af arbejdet med livskort. En række positioneringsøvelser bringer dig på sporet af dine grundlæggende værdier. Du opdager, hvordan overbevisninger styrer



dit liv, og du får virksomme værktøjer til at skabe nye overbevisninger, som er mere i overensstemmelse med den, du er lige nu.

### **Læringsudbytte for level 2**

Efter level 2:

- har du en ny forståelse af din livshistorie
- har du indsigt i betydningen af grundmønstre i det terapeutiske rum og har værktøjer til at arbejde med forandringskabende processer
- kan du anvende forskellige opfattelsespositioner, herunder metaperspektiv, i psykoterapeutiske samtaler
- har du kendskab til, hvad der motiverer dig på forskellige livsområder – og har værktøjerne til at skabe denne bevidsthed hos andre

### **Level 3: Klarhed og frisættelse af dine afhængigheder**

Med udgangspunkt i din livshistorie og dit livskort bliver du bevidst om, hvordan vi mennesker har kroge i hinanden og projicerer vores skyggesider over på hinanden. Med afsæt i gestaltterapien arbejder du med frisættelsen af dine afhængigheder. Du får en dybere indsigt i, hvad der motiverer dig, og hvad der giver mening for dig. Dine spørge- og feedbackteknikker suppleres og tilføres dybde. Du går fra offerrolle til ansvarsbevidsthed og bliver bevidst om, at det, du ser i andre, rummer og projicerer du selv – både de lyse og mørke sider.

### **Læringsudbytte for level 3**

Efter level 3:

- forstår du, at det, du ser i andre, handler om dig selv
- kan du arbejde med at sætte dig selv og andre fri af projektioner og afhængigheder
- kan du tage ansvar for din egen udvikling med udgangspunkt i din essens
- har du bevidsthed om, hvordan du træder ud af offerrollen

### **Level 4: Sundhed og psykosomatik**

Vi arbejder ud fra den grundlæggende antagelse, at sygdom kan udspringe af en psykisk ubalance, som ikke heles ved behandling af symptomerne, men ved at arbejde med dybdestrukturene (psykosomatik). Du lærer om, hvordan du ved hjælp af kognitive tilgange og eksternaliseringsprocesser arbejder med dine egne dybdestrukturer, og hvordan du hjælper andre til at gøre det samme. Du lærer at lytte til dit og andre menneskers sprog om sygdom og finde ind til bagvedliggende ubevidste tankemønstre og kropsprocesser. Du får værktøjer og meditationsøvelser til at modellere dine egne og andres selvhelbredende kræfter og arbejde med sundhedsprocesser og sundhedsplaner.

### Læringsudbytte for level 4:

Efter level 4:

- forstår du, hvordan du kommunikerer med din krop, lytter og opfanger dens signaler i de tidlige faser af et sygdomsforløb
- kan du anvende værktøjer til at gå ind i dine egne og andres dybdestrukturer
- kan du finde tilbage til din indre ro og balance ved hjælp af meditation
- kan du tage ansvar for din krop og hjælpe andre med at gøre det samme
- kan du udarbejde sundhedsplaner for dig selv og hjælpe andre med at udarbejde deres

## Level 5: Delpersonligheder og coaching

Du arbejder med at lære dine forskellige delpersonligheder at kende med afsæt i gestaltterapien. Med afsæt i den systemiske teori får du coachingværktøjer til at understøtte fremadrettede og løsningsorienterede udviklingsprocesser.

### Læringsudbytte for level 5

Efter level 5:

- kan du rumme og udnytte dine delpersonligheder bevidst
- anerkender du dig selv som den unikke person, du er
- kan du bevidstgøre andre om deres delpersonligheder og hjælpe dem med at rumme og udnytte dem bevidst
- kan du gennemføre et coachingforløb med en klient ift. at sætte mål og delmål og nå dem

## 1. års refleksionsopgave

1. års refleksionsopgaven har et omfang af ca. 10 sider, hvor du får til opgave at reflektere over dit læringsudbytte, dine læreprocesser og din udvikling i forhold til det, du har lært. Opgaven bedømmes internt, og der gives individuel feedback på level 6 med det formål dels at give dig feedback på dit læringsudbytte på dit 1. år og dels at fastlægge fokuspunkter for dit 2. år.

## Level 6: Dig som professionel coach og terapeut

Med udgangspunkt i modellen for de neurologiske niveauer, som har afsæt i den systemiske teori, lærer du at analysere dine egne handlingsmønstre og din kommunikation med andre. Ved hjælp af bl.a. dit personlige visionboard og Robert Dilts' Disney-Strategi formulerer du din mission, din

vision og din personlige handlingsplan for arbejdet som professionel coach og terapeut. Du har dine grundlæggende coaching- og terapeutiske teknikker på plads nu.

### **Læringsudbytte for level 6:**

Efter level 6:

- har du en større bevidsthed om din egentilstand i det terapeutiske rum
- kan du anvende dine personfaglige kompetencer i coaching og terapi
- har du formuleret din mission og din vision for arbejdet som professionel coach og terapeut
- kan du hjælpe andre til at finde ind til deres mission og vision

Level 6 afsluttes med en personlig samtale med hver enkelt studerende med udgangspunkt i 1. års refleksionsopgaven.

## **Level 7: Forsvarsmekanismer og transformationsteknikker**

Du træder for alvor ind i det professionelle coach- og terapirum og opnår udvidet bevidsthed om samspillet mellem coach/terapeut og klient. Det sker ad forvandlingsbroen, som bringer dig fra gammelt kendt land til nyt land. Du får teknikker til at erstatte dit ubevidste indre beskyttelsesrum (offertilstand) med et ægte og autentisk indre beskyttelsesrum (ansvarsbevidsthed), som bringer dig i en ny og forbedret egentilstand. Teknikkerne har afsæt i en gestaltterapeutisk og kropsorienteret tilgang.

### **Læringsudbytte for level 7:**

Efter level 7:

- har du bevidsthed om, hvordan du træder helt ud af offerrollen
- har du arbejdet med healing af dit indre barn og dine familierelationer
- kan du hjælpe andre med at træde ud af offerrollen og heale deres indre barn og deres familierelationer
- har du fået bevidsthed om dine egne forsvarsmekanismer, og hvordan du kan arbejde med dem
- kan du arbejde med forsvarsmekanismer og dobbeltbindinger i dit psykoterapeutiske arbejde

## **Level 8: Chok, traume, sorg og fobi**

Du bliver introduceret til arbejdet med traumeforløsning, som tager afsæt i de urbiologiske processer i vores nervestystem og Somatic Experiencing metoden, som er udviklet af Peter Levine. Du lærer om, hvad der sker i hjernen og kroppen, når man udsættes for en traumatisk oplevelse,

og du lærer at forløse traumer gennem kroppen. Eksterne undervisere med speciale i tankefeltterapi TFT/EFT lærer dig at bruge tankefeltterapi i dit psykoterapeutiske arbejde.

### **Læringsudbytte for level 8:**

Efter level 8:

- kan du anvende teknikker til traumeforløsning gennem kroppen
- kan du bruge tankefeltterapi i dit psykoterapeutiske arbejde

## **Level 9: Terapeutiske teknikker i kriser**

Du lærer om de forskellige krisetilstande, mennesker kan komme i: chok, traume, sorg og fobi, og du lærer at anvende forskellige teknikker fra systemisk og narrativ teori i forhold til hver enkelt krisetilstand. Du lærer, hvordan det er helt afgørende at anerkende krisetilstandene som dynamiske processer, der forudsætter dit nærvær, din omsorg, din indføling og din evne til at psykoeducere. Du får desuden en indføring i trancesprog, som aktiverer det parasympatiske nervesystem.

### **Læringsudbytte for level 9:**

Efter level 9:

- behersker du grundlæggende psykoterapeutiske teknikker i forhold til at arbejde med chok, traume, sorg og fobi
- kan du tage hånd om krisesituationer for klienter og medarbejdere på arbejdspladsen
- kan du anvende trancesprog
- kan du arbejde med eksterne klienter i coaching- og terapiforløb

## **Level 10: Forståelse af det spirituelle perspektiv**

Dette level omhandler spirituelle perspektiver og terapeutiske tilgange i terapien til forståelsen af det at være et helt menneske. Teknikkerne tager afsæt i den transpersonelle psykologi. Du lærer om symboler, visualisering, regressionsterapi og sjælskontrakter. Du lærer om, hvad der står i vejen for menneskers spirituelle udvikling, og hvordan du kan arbejde med det. Du lærer at lave regressionsterapi og bevidstgøres gennem arbejdet med sjælskontrakter og livsformål om din mission/dit livsformål.

### **Læringsudbytte for level 10:**

Efter level 10:

- kan du anvende terapiteknikker, der understøtter det spirituelle perspektiv
- kan du lave regressionsterapi

- har du indsigt i, hvad der kan stå i vejen for menneskers spirituelle udvikling, og hvordan du kan arbejde med disse forhindringer
- kan du arbejde psykoterapeutisk med sjælskontrakter og livsformål

På level 10 får du udleveret opgavebeskrivelsen for din 2. års opgave. Opgaven læses af en ekstern censor og bedømmes efter 7-skalaen. Du får karakteren og kort feedback til din mundtlige eksamen på level 12.

## **Level 11: Progressionsterapi, tegneterapi og drømmetydning**

Med afsæt i den narrative terapi og gestaltterapien tager vi dig på en rejse ud i fremtiden ved hjælp af særlige visualiseringsteknikker fra progressionsterapien, hvor du får glimt af dit ubevidste sinds visdom, som er forbundet med din essens. Du lærer teknikker til at arbejde med fremtidsperspektivet og de forhindringer og muligheder, der ligger forude. Du indføres i tegneterapi og drømmetydning.

### **Læringsudbytte for level 11:**

Efter level 11:

- kan du arbejde med progressionsprocesser i dit psykoterapeutiske arbejde
- er du bevidst om, hvordan mennesker kommunikerer med den vise udgave af dem selv
- kan du arbejde med drømme i dit psykoterapeutiske arbejde

## **Level 12: Mundtlig eksamen**

Formål: At vise forståelse af det faglige og psykoterapeutiske stof på anvendelsesniveau.

Mundtlig eksamen udgør level 12. Det betyder, at der ikke er nogen egentlig undervisning på level 12 ud over din eksamensforberedelse og afholdelsen af eksamen.

Mundtlig eksamen består af en terapisession, hvor du er terapeut for en klient. Den mundtlige eksamen varer 35 min., og din præstation bedømmes af en ekstern censor og en underviser efter 7-skalaen. Du får endvidere din karakter for 2. års opgaven og kort feedback på opgaven.

## **Level 3.1: Eksternaliserende processer: sandplay og tegneterapi**

På dette level er de eksternaliserende processer sandplay og tegneterapi i fokus. Du får en indføring i teorien bag og arbejder konkret med sandplay og tegneterapi, så du kan anvende det i dit psykoterapeutiske arbejde.

### **Læringsudbytte for level 3.1**

Efter level 3.1:

- har du en viden om de eksternaliserende processer sandplay og tegneterapi og har arbejdet konkret med metoderne
- kan du anvende sandplay og tegneterapi i dit psykoterapeutiske arbejde

## **Level 3.2: Udviklingspsykologi: børne- og teenageterapi**

Med udgangspunkt i udviklingspsykologien lærer du om barnets forskellige udviklingsfaser, og med afsæt i systemisk og narrativ teori lærer du om familiedynamikker, herunder betydningen af de forskellige søskendepositioner og dysfunktionelle familiestrukturer.

### **Læringsudbytte for level 3.2**

Efter level 3.2:

- har du viden om udviklingspsykologien og kan anvende den i børne- og teenageterapi i dit psykoterapeutiske arbejde
- kan du arbejde med søskendepositioner i dit psykoterapeutiske arbejde
- har du fået en grundlæggende viden om familiestrukturer, herunder dysfunktionelle familiestrukturer

## **Level 3.3: Seksuelle overgreb og dysfunktionelle familiestrukturer**

Dette level tager afsæt i systemisk og narrativ teori om seksuelle overgreb og de forskellige typer af overgreb, krænkelser og krænkerprofiler, der findes. Derudover lærer du mere om dysfunktionelle familiestrukturer og senfølger af seksuelle overgreb.

### **Læringsudbytte for level 3.3**

Efter level 3.3:

- kan du arbejde psykoterapeutisk med mennesker, der har været udsat for seksuelle overgreb, herunder anvende offer-frelser-krænker trekanten

## **Level 3.4: Parterapi - samspillet i relationen**

Du lærer om kontroldramaer, dvs. de forskellige måder at være i samspil på med udgangspunkt i psykodynamisk og systemisk og narrativ teori. Du lærer, hvordan du med bevidsthed og transformation kan ændre dine reaktioner. På dette level får du desuden en forsmag på parterapi, herunder Imago-terapi.

### **Læringsudbytte for level 3.4**

Efter level 3.4:

- kan du arbejde psykoterapeutisk med kontroldramaer
- har du en grundlæggende viden om parterapi og Imago-terapi

## **Level 3.5: Parterapi – dynamikker og roller**

Med afsæt i psykodynamisk, systemisk og narrativ terapi lærer du om de forskellige dynamikker i parforholdet. Du får viden om det ubevidste valg af partner og om barndomssår, som tages med ind i parforholdet. Du lærer, hvordan projektioner påvirker relationen i parforholdet, om mandens og kvindens roller og forskelle og om magtkampe i parforholdet. Du lærer at sætte rammerne for parterapi, og hvordan du som terapeut skal gribe parterapi an.

### **Læringsudbytte for level 3.5**

Efter level 3.5:

- er du bevidst om, hvordan du kan arbejde med parterapi i dit psykoterapeutiske arbejde
- kan du anvende Imago-terapi i dit psykoterapeutiske arbejde

## **Level 3.6: Psykopatologi**

Du lærer om psykopatologi, som er læren om, hvordan psykiske sygdomme opstår, og hvordan de kommer til udtryk i form af symptomer og personlighedstræk. Du lærer om personlighedsforstyrrelser og de symptomer, der karakteriserer de forskellige typer, og du får indblik i pårørende-problematikker.

### **Læringsudbytte for level 3.6**

Efter level 3.6:

- har du en viden om psykiske sygdomme og deres karakteristika
- har du en forståelse af, hvilke klienter du henviser videre i systemet

- har du viden om, hvordan du kan arbejde psykoterapeutisk med pårørende og de udfordringer, de typisk rammes af

### 3. års reflektionsopgaven

3. års reflektionsopgaven er en opgave, hvor du reflekterer over dit læringsudbytte, dine læreprocesser og din udvikling i forhold til det, du har lært. Opgaven bedømmes internt, og der gives individuel feedback med det formål dels at give dig feedback på dit læringsudbytte på dit 3. år og dels at fastlægge fokuspunkter for dit 4. år.

### Level 4.1: Familieterapi

På dette level lærer du om familieterapi og om, hvordan du arbejder familieterapeutisk ud fra en oplevelsesorienteret tilgang. Du lærer om de forskellige familiedynamikker, du vil komme til at møde i dit psykoterapeutiske arbejde.

#### Læringsudbytte for level 4.1

Efter level 4.1:

- kan du arbejde ind i forskellige familiedynamikker med forskellige samspilsøvelser
- har du forskellige familieterapeutiske tilgange til arbejdet med familier i dit psykoterapeutiske arbejde

### Level 4.2: Selvskadens psykologi

Du lærer med afsæt i narrativ terapi, dialektisk adfærdsterapi, mentalisering og netværkskort om forskellige former for selvdestruktiv adfærd: forskellige former for spiseforstyrrelser og selvskadende adfærd. Du lærer om sværhedsgrader af spiseforstyrrelser og behandlingsmetoder og -tilgange og om den kompleksitet, der ligger i at være pårørende til et menneske med selvdestruktiv adfærd.

#### Læringsudbytte for level 4.2

Efter level 4.2:

- har du en viden om de forskellige former for spiseforstyrrelser og selvskadende adfærd
- kan du anvende forskellige psykoterapeutiske tilgange i arbejdet med personer med spiseforstyrrelser og selvskadende adfærd – og deres pårørende



## **Level 4.3: Metakognitiv terapi og opmærksomhedstræning**

Du lærer om metakognitiv bevidsthed og opmærksomhed og får indblik i forskellen mellem kognitiv og metakognitiv terapi. Du får også indblik i mentalisering og ACT (Acceptance and Commitment Therapy). Du lærer generelle teknikker, som kan anvendes på mennesker med mange grublerier og bekymringer, stress – og angstudfordringer mv. Endelig træner du din opmærksomhed (indre og ydre).

### **Læringsudbytte for level 4.3**

Efter level 4.3:

- har du en forståelse af, hvad metakognitiv terapi er
- kan du anvende metakognitive værktøjer i dit psykoterapeutiske arbejde

## **Level 4.4: Mindfulness og compassionfokuseret terapi**

Du lærer, hvordan du kan bruge mindfulness og compassionfokuseret terapi til at træde ud af mønstre og reaktioner og opnå nærvær, og hvordan du kan anvende mindfulness og compassionfokuseret terapi praktisk i dit psykoterapeutiske arbejde.

### **Læringsudbytte for level 4.4**

Efter level 4.4:

- har du en forståelse af, hvordan du ved hjælp af mindfulness og compassionfokuseret terapi kan støtte din klient i at være bevidst nærværende og til stede i nuet

## **Level 4.5: Kropsorienteret terapi**

Dette level har en oplevelsesorienteret tilgang. Du får indføring i en række kropsterapeutiske processer og mærker den kropsterapeutiske tilgang på egen krop. Du arbejder endvidere med forskellige psykologiske og fysiologiske temaer og symptomer som fx traumer og stress. Vi arbejder i kropsterapien med det hele menneske.

### **Læringsudbytte for level 4.5**

Efter level 4.5:

- har du bevidsthed om, hvad kroppen forsøger at fortælle dig gennem kropslige symptomer
- har du redskaber til med udgangspunkt i det kropslige symptom at arbejde psykoterapeutisk med de dybereliggende årsager for at aktivere kroppens selvhelbredende kræfter
- kan du inddrage kropsterapeutiske betragtninger i dit psykoterapeutiske arbejde

## Level 4.6: Naturterapi

Dette level har en oplevelsesorienteret tilgang. Ud fra den forskningsbaserede NBMC- metode 'Nature-Body-Mind-Community' vil du opleve, hvordan naturen sammen med naturterapeutiske metoder kan være med til at forbedre klienters liv. Du får en indføring i, hvordan du kombinerer naturen, kroppen, mindfulness og den relationelle forbundethed til andre. I samspil med naturen, vil det være muligt at anvende næsten alt andet, du har lært i din psykoterapeutiske uddannelse, fordi naturen kan spejle indre psykologiske processer, som kan anvendes i psykoterapeutiske processer.

### Læringsudbytte for level 4.6

Efter level 4.6:

- har du bevidsthed om naturens helende kraft
- kan du anvende naturterapi i dit psykoterapeutiske arbejde

## Forskermodul 1: Introduktion til forskningsprincipper og -perspektiver

Niveau: 7

Modulansvarlig: **Ulrik Houliind Rasmussen, Ph.d. i filosofi og Psykoterapeut MPF**

Modul 1 giver dig en tilgængelig introduktion til basale forskningsprincipper og videnskabsteoretiske perspektiver samt relaterer disse til diskussioner indenfor forskningsmetodologi i en psykoterapeutisk kontekst. I forlængelse af Ken Wilbers kvadrantmodel præsenterer modulet forskellige videnskabelige perspektiver på den psykoterapeutiske praksis. Du lærer om grundlæggende filosofiske antagelser knyttet til de forskellige videnskabsteoretiske perspektiver, herunder de forskellige teorifunktioner og kriterier for videnskabelighed, der er indeholdt i disse perspektiver. Desuden bliver du fortrolig med nøglebegreber, der underbygger forskning i psykoterapi, og som sætter dig i stand til kritisk læsning af forskningsartikler og forbereder dig til at planlægge dine egne forskningsaktiviteter.

### Læringsudbytte for forskermodul 1

Efter forskermodul 1:

- kan du anvende videnskabelige begreber og forskningsmetoder præcist og konsistent i relation til din egen psykoterapeutiske praksis
- kan du kritisk undersøge og analysere forskningsproblemer inden for en psykoanalytisk kontekst

## **Forskermodul 2: Aktionsforskning og forskningsmetoder i praksis**

**Niveau: 7**

**Modulansvarlig: Pernelle Rose, Ph.d. og Psykoterapeut MPF**

Modul 2 giver dig en grundlæggende forståelse af aktionsforskning i psykoterapeutiske sammenhænge. Du introduceres til den historiske tradition for aktionsforskning og dens grundlæggende metodiske tilgang og undersøger muligheden for at bruge aktionsforskning i forbindelse med psykoterapi og de etiske implikationer heraf. Du arbejder konkret med praktiske eksempler på de præsenterede metoder og undersøger, hvordan du kan anvende dem i din egen psykoterapeutiske praksis. Målet er at sætte dig i stand til at udvikle forskningskompetencer som grundlag for kritisk at vurdere aktionsforskning i psykoterapi og udvikle din egen tænkning og forskning i din afsluttende hovedopgave.

### **Læringsudbytte for forskermodul 2**

Efter forskermodul 2:

- kan du kritisk vurdere aktionsforskning i forbindelse med psykoterapi
- har du grundlaget for at udvikle din egen tænkning og forskning i din afsluttende hovedopgave

## **Forskermodul 3: Fænomenologi og førstepersons forskningsmetoder**

**Niveau: 7**

**Modulansvarlig: Fergus Anderson, Ph.d. M.Education**

Modul 3 introducerer dig til teori og praksis for fænomenologiske og førstepersons forskningsmetoder i psykoterapeutiske sammenhænge. Du lærer om fænomenologi som en historisk bevægelse og filosofisk holdning, og hvordan den har påvirket kvalitativ forskning, og du udforsker eksempler på eksisterende fænomenologisk forskning i psykoterapi og lærer om forskellige metodiske tilgange til at udføre fænomenologisk forskning i praksis som grundlag for kritisk at vurdere fænomenologisk forskning i sammenhæng med psykoterapi og udvikle din egen tænkning og forskning i din afsluttende hovedopgave.

### **Læringsudbytte for forskermodul 3**

Efter forskermodul 3:

- kan du kritisk vurdere fænomenologisk forskning i forbindelse med psykoterapi
- har du grundlaget for at udvikle din egen tænkning og forskning i din afsluttende hovedopgave

## **Forskermodul 4: introduktion til blandede metoder og kvantitativ forskning**

**Niveau: 7**

**Modulansvarlig: Jelena Popov, Master i Psykologi, Ph.d. M.Education**

Modul 4 introducerer dig til blandet metodeforskning i psykoterapi. Du lærer om det blandede metodeperspektiv i samfundsvidenskabelig forskning mere bredt og om nogle af de centrale debatter og problemstillinger på området, der former forskningspraksis, herunder etik. Målet er at sætte dig i stand til at udvikle forskningskompetencer som grundlag for kritisk at vurdere eksisterende blandet metodeforskning i psykoterapi og udvikle din egen tænkning og forskning i din afsluttende hovedopgave.

### **Læringsudbytte for forskermodul 4**

Efter forskermodul 4:

- kan du kritisk evaluere forskning med blandede metoder i forbindelse med psykoterapi
- har du grundlaget for at udvikle din egen tænkning og forskning i din afsluttende hovedopgave

## **Forskermodul 5: Forskning i egen praksis**

**Niveau: 7**

**Modulansvarlig: Dr. Charlotte von Bülow, Ph.d. M.Education**

Modul 5 giver dig viden og færdigheder til at integrere forskning i din egen praksis som psykoterapeut specifikt og i din livslange læring generelt. I centrum af modulet er et praksisorienteret engagement i indholdet af modul 1, 2, 3 og 4. Ved hjælp af casestudier, mentorordninger i mindre grupper og egne erfaringer udforsker du, hvilke former for metodiske og etiske udfordringer, der opstår, når du anvender en forskningsbaseret tilgang til psykoterapeutisk praksis. Du anvender og uddyber din læring i design, planlægning og udførelse af din afsluttende hovedopgave. Målet er at sætte dig i stand til kritisk at vurdere forskningens rolle i din egen psykoterapeutiske praksis og udvikle din egen tænkning og forskning i din afsluttende hovedopgave.

### **Læringsudbytte for forskermodul 5**

Efter forskermodul 5:

- kan du kritisk vurdere forskningens rolle i din egen psykoterapeutiske praksis
- har du grundlaget for at udvikle din egen tænkning og forskning i din afsluttende hovedopgave

## 6. Det videnskabelige udgangspunkt

Det videnskabelige udgangspunkt for Life Academys uddannelse til Integrativ Psykoterapeut er den eksistentielle-humanistiske psykologi. Fokus i denne psykologiske retning er menneskets frie vilje, valg, ansvar, angst og frihed. Mennesket har mulighed for at forme sin egen personlighed og dermed sit eget liv gennem valget (den eksistentielle psykologi) og ved at lytte til sine egne behov og foretagne valg, der er i overensstemmelse med behovene (den humanistiske psykologi). Uddannelsens teori, praksis/metoder og kommunikationen mellem psykoterapeut og klient – altså alt hvad der sker på uddannelsen og uddannelsens formål – er baseret på disse grundlæggende tanker og antagelser om den menneskelige natur.

Psykoterapeuten møder klienten med det menneskesyn, at den inderste kerne (essens) i menneskets natur, de dybeste lag af menneskets personlighed og selve grundlaget for dets væsen er af positiv karakter. Mennesket er grundlæggende og fundamentalt socialt, fremadrettet, rationelt og realistisk, dvs. klienten er et unikt væsen og dybest set OK.

Mødet mellem psykoterapeut og klient foregår i et rum, som forudsætter, at klienten selv er den største ekspert, når det drejer sig om at løse sine egne problemer og komme videre i sin egen udvikling. Den terapeutiske samtale er en ligeværdig dialog præget af gensidig respekt. Psykoterapeutens rolle er ikke at tolke eller forklare klientens problemer og fungere som ekspert, men – med sin faglighed og erfaring – at skabe de bedst mulige betingelser for, at klienten kan hjælpe sig selv og realisere sine behov og drømme.

Psykoterapeuten er i sin kommunikation åben og i stand til at opbygge et varmt, fortroligt og betingelsesløst accepterende forhold til klienten. Psykoterapeuten anerkender klientens ret til selv at afgøre, hvilken person han/hun vil være, og hvilket liv han/hun vil leve. Klienten har selv ansvaret for sin udvikling og må selv foretage de afgørende valg og beslutninger i sit liv.

### Det grundlæggende menneskesyn

Life Academys menneskesyn er holistisk og bygger ligeledes på tankerne og antagelserne i eksistentiel og humanistisk psykologi. Mennesket er en del af helheden, og helheden er en del af det enkelte menneske. Mennesker lever livet i indbyrdes forbundethed og er her på jorden for at bidrage til fællesskabet. Hvert eneste menneske har sit eget verdensbillede, som er skabt fra fødslen og frem til nu. Dette verdensbillede præger det enkelte menneskes fortolkning af følelser, oplevelser, tanker og behov. På Life Academy ser vi det enkelte menneske som unikt og indeholdende et stort personligt potentiale. Dette er udgangspunktet for alt terapeutisk arbejde og gennemsyrrer hele vores uddannelsesmiljø.

Endvidere arbejder vi som tidligere nævnt ud fra, at den inderste kerne (essens) i menneskets natur er af positiv karakter. Når klienten arbejder fra essens og forholder sig til sine problemer og udviklingspunkter fra det dybeste selv, skabes en varig forandring til det positive. Albert Einsteins sætning om, at problemer ikke kan løses på det niveau, hvorpå de er skabt, er derfor en grundlæggende sætning hos os. Den inderste kerne, essenstilstanden, er rensset for delpersonligheder og mønstre, og når vi sanser livet fra dette grundlag, hentes der stor transformation og udvikling. Den eksistentielt orienterede amerikanske psykiater Irvin D. Yalom arbejder også med essensbegrebet i sin psykoterapi, og vores terapiform henter inspiration herfra.

## Eksistentiel psykologi

Eksistentiel psykologi handler, som navnet antyder, om det at eksistere, og om hvad det vil sige at være menneske. Grundantagelsen er, at mennesket gennem sine valg har en frihed til at skabe og vælge sit eget liv. Den eksistentielle psykologi knytter an til en bestemt filosofisk tradition, nemlig eksistentialismen. Eksistentialismen blev udformet af den danske filosof Søren Kierkegaard (1813-1855) og videreudviklet af tyske og franske filosoffer såsom Martin Heidegger (1889-1976), Jean Paul Sartre (1905-1980), Martin Buber (1878-1965) og Viktor Emil Frankl (1905-1997).

Den eksistentielle psykologi opstod i Europa efter 1. Verdenskrig under den sociale opløsning og det tab af tradition og værdier, der fulgte i kølvandet på krigen. I denne situation stilledes der forståeligt nok spørgsmål til eksistensen og til selve livets mening. For den eksistentielle psykologi gælder det netop om at fastholde en mening med livet midt i meningsløsheden. En mening, det enkelte menneske selv må skabe.

Den eksistentielle psykologi afviser ikke, at mennesket påvirkes af både arvelige og miljømæssige forhold, men i kraft af sin vilje og bevidsthed er mennesket i stand til at forholde sig til disse påvirkninger og ikke blot lade sig styre bevidstløst af dem. Mennesker får dermed selvbestemmelse og en frihed til at forme deres eget liv gennem de valg, de foretager. Vi kan vælge, om vi vil tage en uddannelse eller lade være, blive gift eller lade være, få børn eller lade være. Gennem de valg, vi foretager, får vores liv indhold og mening.

Valget bliver dermed helt centralt i den eksistentielle psykologi. Vi vælger selv, hvad vi gør, og hvem vi vil være. Gennem vores valg får vi indflydelse på vores egen personlighedsdannelse. Dog er valget forbundet med angst for, om vi nu vælger rigtigt, og frygt for det store ansvar, der ligger i selv at skulle forme vores liv. Angsten kan blive så stor, at man lader stå til, at man blot flyder med strømmen og gør, som de andre gør. Eller lader andre vælge for en. Sker dette, bliver man fremmedgjort og mister både sin identitet og sit livsindhold – sin mening med livet.

På mange måder er den eksistentielle psykologi en meget moderne psykologisk teori, der matcher de livsvilkår, mennesker har i nutidens samfund, hvor der ikke længere er faste traditioner og normer for, hvordan man skal leve sit liv. Et samfund, hvor den enkelte har stor frihed, men også kan føle et stort ansvarspress til at skabe og få succes med sit eget liv samt at vælge mellem de mange muligheder, som tilbydes.

I nyere tid har Irvin Yalom (1931- ) bidraget væsentligt til fornyelse af psykoterapien på dette grundlag. Han tager udgangspunkt i, at mennesket med dets mangeartede problemer dybest set forholder sig til de fire ultimative livstemaer: Død, frihed, eksistentiel isolation og meningsløshed. Disse fire livstemaer manifesterer sig i personlighed og psykopatologi, og Yalom arbejder med, hvordan en erkendelse af de fire ultimative livstemaer kan være en hjælp i forhold til den normale udvikling og i forhold til psykoterapi.

Irvin Yaloms eksistentielle psykologi adskiller sig fra den rene eksistentielle psykologi, idet han henter viden og indsigter fra andre psykologiske retninger, især fra psykoanalysen. Han inddrager derfor blandt andet (og helt på tværs af den eksistentialistiske tænkning) barndomsoplevelser som årsagsforklaringer til de problemer, som voksne mennesker kan have med at forene sig med

tilværelsens grundvilkår. At inddrage barndomsoplevelser i psykoterapien er en del af Life Academys teknikker.

## Humanistisk psykologi

Den humanistiske psykologi er beslægtet med den eksistentielle og mener ligeledes, at mennesker er i stand til at forme deres eget liv.

I løbet af 1960'erne breder den eksistentielle tankegang sig til amerikansk psykologi og tager her form af en ny psykologisk retning, der får navnet *humanistisk psykologi*. Den bliver dannet i 1962 af en gruppe amerikanske psykologer med Abraham Maslow (1908-1970) i spidsen og med repræsentanter som Rollo May (1909-1994) og Carl Rogers (1902-1987). Retningen karakteriserer sig selv som den tredje kraft inden for psykologien og ønsker dermed at lægge afstand til de to gamle retninger: Behaviorismen og psykoanalysen. Behaviorismen kritiseredes for at se bort fra menneskets bevidste processer og i stedet se al adfærd som indlært. Psykoanalysen kritiseredes for at koncentrere sig for meget om sygdom og neurotiske problemer.

På den humanistiske psykologis program er der derimod fokus på det raske individ. Ifølge Maslow skal den humanistiske psykologi være en sundhedspsykologi, der studerer og bidrager til udviklingen af menneskets kreative sider og giver muligheder for selvaktualisering. Den humanistiske psykologi foreskriver, at mennesket er et væsen i stadig vækst, der livet igennem stræber efter at realisere sig selv og udfolde sin personlige frihed. Det er netop på dette punkt, at ligheden med den humanistiske og den eksistentielle psykologi er tydelig. Modsat består forskellen mellem de to først og fremmest i, at de humanistiske psykologer anser mennesket for at være født med bestemte behov og evner, som det søger at få opfyldt og aktualiseret i løbet af sin udvikling. Maslow, som fortæller for den humanistiske psykologi, taler ligefrem om, at mennesket er født med en god og social natur, som det gælder om ikke at undertrykke, men at udfolde og realisere. Tilværelsen er således ikke på forhånd meningsløs, sådan som den eksistentielle psykologi lettere tungsindigt beskriver det, men har et indbygget og livsbekræftende formål. Dette formål er selvaktualisering, hvilket betyder menneskets lyst til at realisere egne behov og drømme.

Relationen mellem psykoterapeut og klient og psykoterapeutens egentilstand er altafgørende for et godt resultat. Vi er inspireret af den amerikanske terapeut Carl Rogers (1902-1987), som tilhører den humanistiske retning. Carl Rogers personlighedsteori og menneskesyn er, at den inderste kerne i menneskets natur, de dybeste lag af menneskets personlighed og grundlaget for dets animalske væsen, er af positiv karakter. Mennesket er fundamentalt set socialt, fremadskridende, rationelt og realistisk.

Carl Rogers er først og fremmest kendt som ophavsmanden til den "klientcentrerede terapi", som han udviklede i 1940'erne. Den klientcentrerede terapi hviler på den forudsætning, at mennesket selv er den største ekspert, når det drejer sig om at løse egne problemer og komme videre i sin udvikling. Terapeutens rolle er ikke at tolke eller forklare klientens problemer eller fungere som ekspert, men at skabe de bedst mulige betingelser for klientens selvhjælp og stræben efter selvaktualisering. I denne sammenhæng er det især vigtigt, at terapeuten er åben og i stand til at opbygge et varmt, fortroligt og betingelsesløst accepterende forhold til klienten. Det betyder, at terapeuten på forhånd anerkender klientens ret til selv at afgøre, hvilken slags person han/hun vil

være. Klienten har nemlig selv ansvaret for sin udvikling og må selv foretage de afgørende valg og beslutninger i sit liv.

I dette lys er det en selvfølge, at psykoterapeuten arbejder ud fra sin essens og ud fra en solid faglighed og intuitivt i samspil med klienten vælger de rette værktøjer fra de forskellige psykoterapeutiske retninger. Herigennem skabes forudsætningerne for, at klienten kan løfte sig i sin energi og tage sin power, for derudfra at tage styringen i sit liv tilbage og leve det liv, der dybest set betyder noget for ham/hende. Psykoterapeutens formålsbevidsthed og intuition afgør, om der arbejdes psykodynamisk, oplevelsesorienteret eller progressivt, og hvilke metoder, det giver mening at anvende i den foreliggende situation.

### **Neuropsykologi**

Neuropsykologien handler om forholdet mellem adfærd, kognition og processer i hjernen. Neuropsykologien som disciplin blev påbegyndt af franskmænden Paul Broca allerede i 1861, og den blev for alvor en selvstændig disciplin efter 2. Verdenskrig. Den studerer, hvordan strukturer og processer i hjernen har forbindelse med menneskets tanker, følelser og adfærd. Netop den omstændighed, at hjernen er en formbar størrelse, der i høj grad er afhængig af stimulation fra omgivelserne, er vigtig for psykoterapeutisk terapi. Og den nyere neuropsykologi, som forbinder den nyeste hjerneforskning, tilknytningsteori og udviklingsteori, understøtter i høj grad dette.

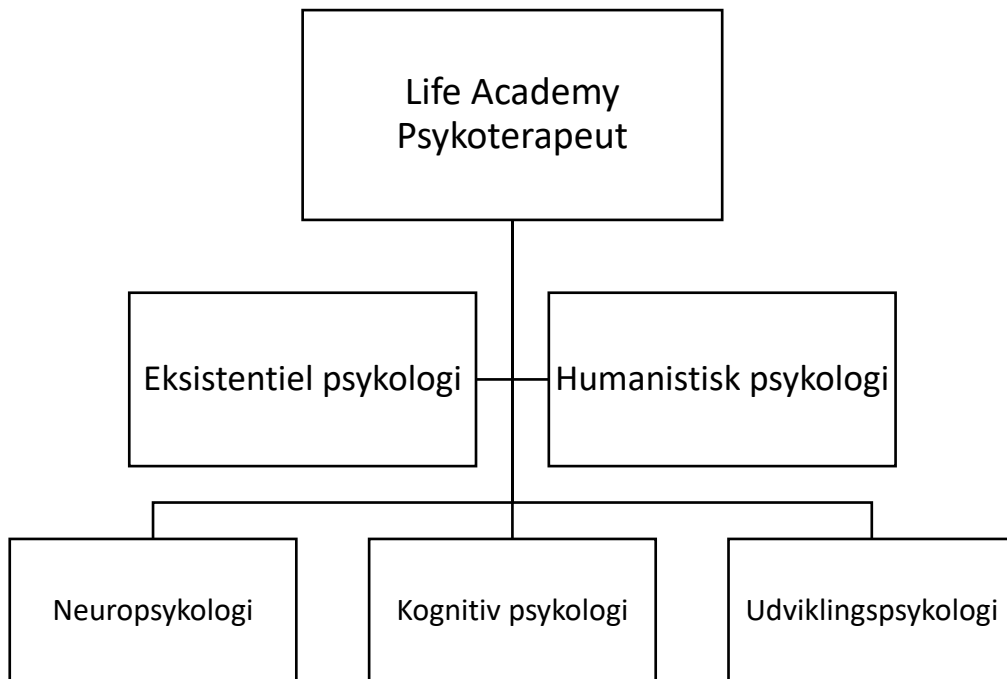
### **Kognitiv psykologi**

Den kognitive psykologi er beslægtet med neuropsykologien, men har sit fokus på de processer hos mennesket, der har med opmærksomhed, perception, hukommelse, tænkning og sprog at gøre. Vigtigt er her, at mennesket tolker og forsøger at skabe mening i ydre stimuli, og at den måde, vi tolker vores verden på, har afgørende indflydelse på vores handlinger og adfærd. Med afsæt i den kognitive psykologi kan vi belyse og arbejde med de mentale processer, der er udviklet på baggrund af samspilserfaringer i opvæksten. Det helt afgørende er her, at vi kan opløse eventuelle selvbegrænsende holdninger og overbevisninger.

### **Udviklingspsykologi**

Den helt grundlæggende tanke i udviklingspsykologien er, at vores personlighed og de relationer, vi får til andre som voksne, i et eller andet omfang er præget af de relationer, vi havde til forældre og andre mennesker i løbet af barndommen. Det er et af de afgørende afsæt for vores psykoterapeutiske praksis.





## Life Academys psykoterapeutiske tilgang

Vores psykoterapeutiske metode er integrativ, det vil sige, at vi benytter os af metoder og teori fra forskellige psykoterapeutiske retninger. Primært:

### Psykodynamisk terapi

Her har psykoterapeuten fokus på at hjælpe klienten med at få indsigt i, hvordan forstyrrende tanker og symptomer kan hænge sammen med ubevidste konflikter og traumer, ofte med rødder i barndomsoplevelser, således at klienten stopper genindspilningen af fortiden i sin nutid og fremtid.

### Gestaltterapi

Gestaltterapien er en psykodynamisk, oplevelsesorienteret terapiform, hvor der tages udgangspunkt i klientens her-og-nu oplevelse. Psykoterapeuten har fokus på at lade klienten gennemspille/genopleve oplevelser og problemsituationer og mærke sine følelsesmæssige og kropslige udtryk hos sig selv med henblik på at opnå klarhed og heling.

### Kognitiv terapi

Denne terapiform fokuserer på at hjælpe klienten til at identificere negative eller uhensigtsmæssige tankemønstre, og den adfærd de resulterer i, og påvirke og ændre den, således at der sker en opløsning af de selvbegrænsende tanker og overbevisninger. På den måde lærer klienten at tolke og mestre virkeligheden på en ny og mere hensigtsmæssig måde.

### Systemisk/narrativ terapi

Denne terapiform har fokus på samspillet mellem mennesker, blandt andet de uhensigtsmæssige roller vi tildeler os selv og andre. Klientens udfordringer forstås og behandles systemisk, det vil sige det sociale samspil og de større systemer, klienten indgår i. Psykoterapeuten hjælper klienten med at komme i kontakt med undertrykte eller glemte følelser ved at udforske følelserne og deres betydning for klienten. Der er fokus på klientens måde at være i verden på, og på hvordan han/hun håndterer de modsætninger, konflikter og følelser, der er en grundlæggende del af tilværelsen. I den narrative terapi ligger vægten på fortællinger (narrativer), og psykoterapeuten hjælper klienten med at nuancere og omfortolke begrænsende fortællinger, så klienten får en ny og mere nuanceret forståelse af sig selv.

### Kropsorienteret terapi

I denne terapiform har psykoterapeuten fokus på de kropslige processer og fornemmelser, der ligger bag og er et resultat af klientens udfordringer. Der arbejdes med værktøjer og terapeutiske øvelser til selvberoligelse og selvfbalancering, blandt andet mindfulness. De kropslige processer og fornemmelser er helt afgørende i Life Academys integrative terapeutiske metode, fordi vi gennem hele uddannelsen lærer at mærke efter og navigere efter kroppens signaler.

### Naturterapi

Forskning viser, at naturen har en positiv virkning på mennesker, og at ophold i naturen suppleret med naturterapeutiske metoder kan forbedre helbred og mental sundhed, reducere stress, styrke immunforsvaret og fremme oplevelsen af mening. Psykoterapeuten arbejder med den forskningsbaserede NBMC- metode 'Nature-Body-Mind-Community' og tilrettelægger og

gennemfører forløb i naturen med afsæt i viden om naturens kvaliteter, atmosfærer, rytmer og rum suppleret med praktiske naturterapeutiske greb og færdigheder.

### **Kommunikation**

Med udgangspunkt i det eksistentielle-humanistiske menneskesyn er kommunikationsformen hos Life Academy at møde hinanden med åbenhed, empati, nysgerrighed, rummelighed og respekt. Vi oplever alle virkeligheden forskelligt, og vi har forskellige verdensbilleder, filtre, overbevisninger, repræsentationssystemer etc. Vi inddrager kropssprog, tonefald, kongruens, energiarbejde, formålsbevidsthed og metakommunikation – vi kalibrerer og matcher/mismatcher. Alt sammen med udgangspunkt i det eksistentielle-humanistiske grundsyn, dvs. uden hele tiden at tolke eller forklare klientens problemer eller fungere som ekspert, men med henblik på at skabe de bedst mulige betingelser for klientens selvhjælp og stræben efter at realisere sine behov og drømme. Her er det især vigtigt, at terapeuten er åben og i stand til at opbygge et varmt, fortroligt og betingelsesløst accepterende forhold til klienten.

### **Etikken i det terapeutiske arbejde**

Psykoterapeuten arbejder for at fremme klientens personlige og psykiske udvikling, sundhed og evne til at skabe meningsfulde interaktioner med sig selv og andre mennesker. Hensynet til og respekten for klienten går forud for psykoterapeutens personlige interesser. Psykoterapeuten skal have indsigt i og forståelse for det enkelte menneskes unikke verdensbillede og udviklingspotentiale. Psykoterapeuten skal kunne adskille sine egne behov og værdisystemer fra klientens. Psykoterapeuten skal kunne danne sig overblik, have indlevelsessevne og en ufordømmende holdning og mestre forskellige terapeutiske teknikker, for at processen kan forløbe respektfuldt og tilfredsstillende. Psykoterapeuten har ansvaret for sin egen professionelle udvikling og sin efterlevelse af de etiske regler, der gælder i det terapeutiske arbejde. Se Life Academys generelle etiske regler for psykoterapeuter i studieordningen side 38-41.

## **7. Certificering af uddannelsen**

Uddannelsen er godkendt af Dansk Psykoterapeutforening (DPFO) og certificeret af Crossfields Europe. Formålet med certificeringen er at sikre, at uddannelsen lever op til det faglige niveau, der er aftalt for psykoterapeutuddannelser, der er medlemmer af DPFO, på basis af de 12 tværministerielle kvalitetskriterier fra 2004 og kravene til indhold og metode, herunder forskningsmetoder i psykoterapeutisk praksis. Det betyder, at du efter endt uddannelse kan blive optaget i DPFO og benytte titlen Integrativ Psykoterapeut MPF.

Uddannelsen certificeres hvert 4. år, og der gennemføres et årligt kvalitetstjek i hvert af de mellemliggende år. Certificeringen sker iht. krav, som svarer til kravene til niveauvurdering på niveau 7 (masterniveau).

Læs om certificeringsprocessen her: <https://psykoterapeutforeningen.dk/uddannelser/om-certificeringen>. Alle institutter, som er medlem af DPFO, vil søge om niveauvurdering hos Danmarks Akkrediteringsinstitution hen over de næste år.

## 8. Campus

Life Academy har lokaler i Aarhus på Norddagesvej 2, 8240 Risskov. Vi har to store undervisningslokaler, terapirum, administration (økonomi, studievejledning og uddannelsesledelse), et køkken, et spise- og opholdsrum, fire toiletter og et brusebad. Der er gratis WIFI til de studerende, interaktiv tavle, musikanlæg og mulighed for gratis parkering på bygningens nærliggende parkeringspladser.

På uddannelsen vil der være kaffe/te og køleskab til medbragt frokost. Der er flere muligheder for at hente frokost i området.

Vi lægger vægt på, at der er et godt studie- og læringsmiljø på uddannelsen, og de studerende har mulighed for at bruge lokalerne udenfor åbningstiden efter aftale. Der afholdes forskellige former for kurser og foredrag, som de studerende har mulighed for at deltage i.

## 9. Uddannelsestitel

Efter endt uddannelse og optagelse i Dansk Psykoterapeutforening (DPFO) har du ret til at benytte titlen **Integrativ Psykoterapeut MPF**. Bemærk, at uddannelsen ikke er gradsgivende og ikke giver dig ret til at bruge titlen Master eller Kandidat. Niveauvurderingen er alene garant for, at uddannelsen er på niveau 7 (masterniveau).

## 10. Optagelseskriterier

Uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut er en 4-årig deltidsuddannelse på masterniveau, som bygger oven på en lang eller mellemlang uddannelse og min. 3 års erhvervserfaring inden for det pågældende fagområde. Uddannelsen er tilrettelagt således, og du kan følge uddannelsen sideløbende med et fuldtidsjob. Vores optagelseskriterier stemmer overens med de til enhver tid gældende optagelseskriterier for optagelse i DPFO:

<https://psykoterapeutforeningen.dk/medlemskab/optagelseskriterier>, således at du efter endt uddannelse kan søge om optagelse i DPFO og bruge titlen Integrativ Psykoterapeut MPF. Det kræver, at du færdiggør din uddannelse til Integrativ Psykoterapeut inden for normeret tid, dvs. indenfor højst 6 år.

Du søger om optagelse på baggrund af din grunduddannelse og søger inden for 3 kategorier: kvote 1, kvote 2 og kvote 3. Vi optager dig på baggrund af dine kvalifikationer og en personlig samtale, hvor motivation, modenhed, selvindsigt og refleksionsevne klarlægges.

### Ordinær optagelse, kvote 1

Hvis du har en mellemlang eller lang videregående uddannelse af social, pædagogisk, psykologisk eller sundhedsfaglig karakter, kan du optages på uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut på kvote 1. Det gælder fx, hvis du er sygeplejerske, læge, tandlæge, pædagog, folkeskolelærer, gymnasielærer, psykolog, fysio- eller ergoterapeut, kiropraktor eller lignende.

### **Følgende skal være opfyldt for optagelse på kvote 1:**

1. Du skal have en mellemlang eller lang videregående uddannelse inden for det sociale, pædagogiske, psykologiske eller sundhedsfaglige område af minimum 3 års varighed.
2. Du skal inden opstart af uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut kunne dokumentere et vist kendskab til relevante psykologiske eller terapeutiske teorier. Her kan du bruge et deltagerbevis eller anden dokumentation fra fx tidligere terapeutiske uddannelser, kurser på universitet eller højere læreanstalt med pædagogisk og/eller psykologisk indhold, et voksen-pædagogisk grundkursus, et kursus på folkeuniversitetet eller fra et højskoleophold med pædagogisk eller psykologisk indhold, HF-fag i psykologi på B-niveau eller Life Academys Psykologiske grundkursus. Du skal kunne dokumentere 120 timer ved et sammenhængende forløb eller 150 timer, såfremt der er tale om opsplittede forløb.
3. Du skal igennem livserfaring have udviklet en vis modenhed, som bl.a. sætter dig i stand til at reflektere over dit eget liv og til at kunne leve dig ind i andre menneskers glæder og sorger. Din modenhed og motivation vurderes gennem et personligt interview forud for optagelsen.
4. Du skal efter endt uddannelse have erhvervserfaring indenfor dit fagområde svarende til mindst 3 års fuldtidsarbejde eller på anden måde haft relevant arbejde med mennesker i mindst tre år. Det kan fx være inden for undervisning, pleje, handicaphjælp, socialt eller sundhedsmæssigt arbejde, ledelse, HR, konsulentvirksomhed, registreret alternativ behandling eller lignende.
5. Der kan i et vist omfang kompenseres for manglende erhvervserfaring gennem anden erfaring såsom U-landsophold eller ophold i udlandet af længere varighed, arbejde som plejefamilie, frivilligt socialt arbejde, ordinært højskoleophold, egenterapi og/eller supervision i arbejdsmæssige sammenhænge af rimeligt omfang.

### **Optagelse på dispensation, kvote 2**

Hvis ikke du har en mellemlang eller lang videregående uddannelse inden for det sociale, pædagogiske, psykologiske eller sundhedsfaglige område, men har en anden videregående uddannelse, kan du under bestemte forudsætninger søge om optagelse på dispensation på kvote 2. Det gælder eksempelvis, hvis du har en BA, kandidatgrad eller MA indenfor det humanistiske, samfundsvidenskabelige eller naturvidenskabelige område.

### **Følgende skal være opfyldt for optagelse på kvote 2:**

1. Du skal have en anden mellemlang eller lang videregående uddannelse svarende til minimum professionsbachelorniveau.
2. Du skal inden opstart på uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut kunne dokumentere et vist kendskab til relevante psykologiske eller terapeutiske teorier. Her kan du bruge et deltagerbevis eller anden dokumentation fra fx tidligere terapeutiske uddannelser, andre kurser med pædagogisk og/eller psykologisk indhold, fra et voksen-pædagogisk grundkursus, et kursus på folkeuniversitetet, fra et højskoleophold med pædagogisk eller psykologisk indhold, fra HF-fag i psykologi på B-niveau, fra kurser indenfor ledelse, supervision eller Life Academys Psykologiske grundkursus. Du skal kunne dokumentere 120

timer ved et sammenhængende forløb eller 150 timer, såfremt der er tale om opsplittede forløb.

3. Du skal igennem livserfaring have udviklet en vis modenhed, som bl.a. sætter dig i stand til at reflektere over dit eget liv og til at kunne leve dig ind i andre menneskers glæder og sorger. Din modenhed og motivation vurderes gennem et personligt interview forud for optagelsen.
4. Du skal efter endt uddannelse have erhvervserfaring indenfor dit fagområde svarende til mindst 3 års fuldtidsarbejde eller på anden måde haft relevant arbejde med mennesker i mindst tre år. Det kan fx være inden for undervisning, pleje, handicaphjælp, socialt eller sundhedsmæssigt arbejde, ledelse, HR, konsulentvirksomhed, registreret alternativ behandling eller lignende.
5. Der kan i et vist omfang kompenseres for manglende erhvervserfaring gennem anden erfaring såsom U-landsophold eller ophold i udlandet af længere varighed, arbejde som plejefamilie, frivilligt socialt arbejde, ordinært højskoleophold, egenterapi og/eller supervision i arbejdsmæssige sammenhænge af rimeligt omfang.

### **Optagelse på dispensation, kvote 3**

Hvis du ikke har en mellemlang eller lang videregående uddannelse, men en mellemlang eller længere erhvervsfaglig uddannelse, kan du stadig under bestemte forudsætninger søge ind på uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut på dispensation. Det gælder eksempelvis, hvis du er uddannet sosu-assistent, heilpraktiker, politibetjent, Addiction Counselor, fængselsbetjent eller lignende, eller hvis du har en anden praktisk handelsfaglig eller teknisk uddannelse med efterfølgende personlig og erhvervsmæssig erfaring suppleret med relevant efteruddannelse/relevante kurser. For studerende optaget på kvote 3 udfærdiges en dispensationsskrivelse, som opfylder kravene fra DPFO og indeholder en begrundelse for optagelse på dispensation.

#### **Følgende skal være opfyldt for optagelse på kvote 3:**

1. Du skal have en grunduddannelse af mindst tre års varighed eller tilsvarende erhvervsprofil.
2. Du skal inden opstart på uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut kunne dokumentere et vist kendskab til relevante psykologiske eller terapeutiske teorier. Her kan du bruge et deltagerbevis eller anden dokumentation fra fx tidligere terapeutiske uddannelser, andre kurser med pædagogisk og/eller psykologisk indhold, fra et voksen-pædagogisk grundkursus, et kursus på folkeuniversitetet, fra et højskoleophold med pædagogisk eller psykologisk indhold, fra HF-fag i psykologi på B-niveau, fra kurser indenfor ledelse, supervision eller Life Academys Psykologiske grundkursus. Du skal kunne dokumentere 120 timer ved et sammenhængende forløb eller 150 timer, såfremt der er tale om opsplittede forløb.
3. Du skal igennem livserfaring have udviklet en vis modenhed, som bl.a. sætter dig i stand til at reflektere over dit eget liv og til at kunne leve dig ind i andre menneskers glæder og sorger. Din modenhed, motivation og muligheder for at gennemføre uddannelsen vurderes gennem et personligt interview forud for optagelsen.
4. Du skal efter endt uddannelse have erhvervserfaring indenfor dit fagområde svarende til mindst fem års fuldtidsarbejde eller på anden måde haft relevant arbejde med mennesker i

mindst tre år. Det kan fx være inden for undervisning, pleje, handicaphjælp, socialt eller sundhedsmæssigt arbejde, ledelse, HR, konsulentvirksomhed, registreret alternativ behandling eller lignende.

5. Der kan i et vist omfang kompenseres for manglende erhvervs erfaring gennem anden erfaring såsom U-landsophold eller ophold i udlandet af længere varighed, arbejde som plejefamilie, frivilligt socialt arbejde, ordinært højskoleophold, egenerapi og/eller supervision i arbejdsmæssige sammenhænge af rimeligt omfang.

## 11. Regler og procedure for ansøgning om merit

Studerende med hele afsluttede studieår fra andre psykioterapeutuddannelser, hvis uddannelsesretning og udgangspunkt svarer til Life Academys, kan evt. opnå hel eller delvis merit efter en konkret individuel vurdering. Proceduren er, at du udfylder et optagelsesskema og medsender dine eksamenspapirer, dokumentation for erhvervsarbejde og nødvendig dokumentation for dit studieforløb. Du deltager herefter i en personlig samtale og opnår evt. merit for hele eller dele af dit hidtidige studieforløb, men skal følge undervisningen på Life Academy i de dele af uddannelsen, som ikke indgik i dit tidligere studieforløb. Du skal som meritansøger stadig færdiggøre din psykioterapeutuddannelse inden for den normerede tidsramme på maksimalt 6 år, og du opnår efter endt uddannelse titlen Integrativ Psykioterapeut.

## 12. Dispensationer og orlov

Du kan i forbindelse med længevarende sygdom, graviditet eller andre grundlæggende ændringer i din livssituation ansøge om orlov fra uddannelsen. Orlov fra uddannelsen kan kun bevilges efter skriftlig ansøgning, hvori du begrundet dit ønske om orlov, og en efterfølgende samtale med uddannelseslederen. I underskriver en aftale om orlov, hvoraf orlovsperioden og betingelserne for orlov fremgår. Efter endt orlov indkaldes du til en samtale med uddannelseslederen, hvor I aftaler det videre forløb. I forbindelse med orlov gælder kravet om færdiggørelse af uddannelsen inden for den normerede tidsramme på maksimalt 6 år stadig.

Der kan i ganske særlige tilfælde efter individuel vurdering gives dispensation for kravet om færdiggørelse af uddannelsen inden for maksimalt 6 år. Det kræver på samme måde som ved orlov en skriftlig begrundet ansøgning og en personlig samtale. Bemærk, at det kan have indflydelse på dine muligheder for at blive optaget i DPFO og derved forhindre dig i at benytte MPF efter din titel.

Ved optagelse på dispensation jf. kapitel 10 udfærdiges en dispensationsskrivelse, som opfylder kravene fra DPFO. Denne dispensationsskrivelse skal vedlægges din ansøgning om optagelse i DPFO efter endt uddannelse.

## 13. Studieoptag, økonomi, studieaktivitet og studievejledning

### Studieoptag/Tilmeldingsprocedure

Uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut har studieoptag 2 gange årligt. Du ansøger om optagelse ved at udfylde ansøgningsskemaet, som ligger på hjemmesiden. Du bliver inviteret til en samtale med studievejlederen, og opfylder du kravene for optagelse, tilmelder du dig via hjemmesiden og vælger den betalingsordning, der passer dig:

- Betaling af det fulde beløb for første studieår
- Oprettelse af afdragsordning
- Arbejdsgiverbetalt betalingsordning (bruttolønsordning)

Ved framelding før uddannelsesstart betales depositum ikke tilbage, og ved framelding i løbet af uddannelsesåret er du forpligtet til at betale den fulde pris for første studieår. Framelding skal ske skriftligt til Life Academys studieadministration.

### Økonomi

Uddannelsesprisen reguleres årligt og følger den generelle prisudvikling. Uddannelsesprisen dækker alle udgifter, der er forbundet med 1 års undervisning, vejledning, eksamen, supervision, gruppeterapi og terapidage. Du tilmelder dig uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut for et år ad gangen og vælger betalingsordning for et år ad gangen. Hvis du vælger at udmelde dig af uddannelsen i løbet af et studieår, sker der ingen tilbagebetaling af uddannelsesprisen. Udgifter til litteratur, deltagelse i den årlige studietur, uddannelsesrettet individuel terapi og omkostninger forbundet med træning med medstuderende er ikke omfattet af uddannelsesprisen. Vores aktuelle priser kan du til enhver tid se på vores hjemmeside.

### Studieaktivitet/fravær

Som studerende er du forpligtet til at deltage aktivt og åbent i alle aspekter af studiet og overholde fastsatte deadlines. Det betyder konkret, at du indtager de roller, som er forudsætningen for gennemførelse af pågældende studieaktivitet fx at påtage dig terapeutrollen i en supervision, i en øvelse i undervisningen eller i færdighedstræningen. Dit og dine medstuderendes læringsudbytte er afhængigt af jeres aktive deltagelse i undervisningen.

På alle studieår sker der en vurdering af din udvikling som studerende i forhold til studieårets læringsmål – dette sker på følgende måde:

1. studieår: samtale ifm. 1. års refleksionsopgaven
2. studieår: mundtlig eksamen og 2. års opgaven
3. studieår: samtale ifm. 3. års refleksionsopgaven
4. studieår: afsluttende mundtlig eksamen og hovedopgaven

Fremmøde registreres. Dit fravær opgøres for et studieår ad gangen – fordelt på undervisning, supervision, gruppeterapi, terapidage, uddannelsesrettet individuel terapi og færdighedstræning, og ved et fravær på over 10% kan vi som udgangspunkt ikke indstille dig til den eller de eksamener, der er ved pågældende studieårs afslutning, og du kan være nødt til at udskyde din eksamen, og det kan have opsættende virkning på din fortsættelse på uddannelsen. I særlige tilfælde kan du efter aftale med studievejlederen indhente manglende timer på efterfølgende hold uden merbetaling.



## **Studievejledning**

Du har som studerende mulighed for at få støtte og sparring af personlig og faglig art hos studievejlederen. Du kan booke en samtale hos studievejlederen fysisk eller online.

Studievejlederen tager initiativ til afholdelse af forskellige vejlednings- og studiestøttende aktiviteter online for at sikre, at alle føler sig klædt på til opgaver, eksamener osv. Det er vigtigt at sætte tid af til at deltage i disse aktiviteter, som er målrettet dine behov. Det kan fx være vejledning i opgaveskrivning, vejledning i læsning af faglitteratur, skabelse af overblik over faglitteratur og terapeutiske metoder osv.

## **14. Uddannelsens tilrettelæggelse, omfang og indhold**

### **Uddannelsens tilrettelæggelse og omfang**

Uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut er en kombination af:

- undervisning i teori, metode og forskningspraksis
- supervision
- gruppeterapi og terapidage
- uddannelsesorienteret individuel egenterapi
- færdighedstræning/selvrefleksion med underviser organiseret som gruppeterapi og terapidage
- færdighedstræning/selvrefleksion i selvstyrende grupper
- øveklinter

Nedenfor finder du en oversigt over disse elementer med angivelse af uddannelsestid. Du får adgang til Life Academys studienet, når du starter på uddannelsen, og alle aktiviteter fremgår her for et studieår ad gangen. Her finder du datoer for levels/forskermoduler, supervisioner, gruppeterapier, terapidage, færdighedstræning og eksamener sammen med undervisningsmateriale til hvert level. Litteraturliste for alle 4 studieår findes på hjemmesiden: [https://www.lifeacademy.dk/wp-content/uploads/2023/11/Litteraturliste-2023-til-Integrativ-Psykoterapeut-Life-Academy\\_171123.pdf](https://www.lifeacademy.dk/wp-content/uploads/2023/11/Litteraturliste-2023-til-Integrativ-Psykoterapeut-Life-Academy_171123.pdf).

### **Undervisningen i teori og metode (i alt 410 timer)**

Undervisningen i teori og metode er styret af en underviser og en-to assistenter plus evt. en trainee/nyuddannet psykoterapeut. Læs mere om trainees og assistenter under "Undervisere og undervisningsform" side 41. Undervisningen finder sted på 24 levels af 2-4 dages varighed (fire dage på 1. og 2. år og to dage på uddannelsens 3. og 4. år) og 5 forskermoduler af hver 10 timers varighed, som tilrettelægges og gennemføres af forskere tilknyttet Dansk Psykoterapeutforening. Undervisningen på level foregår ved fysisk fremmøde, og forskermodulerne afvikles over zoom. De to dele udgør en enhed og kobler psykoterapeutens forskningsbaserede praksis sammen med praksisbaseret forskning.

Undervisningen på level er en kombination af:

- teori og metode i plenum
- oplæg og demonstrationer af terapeutiske værktøjer i plenum

- træning af terapeutiske værktøjer i grupper
- terapeutisk samtale og transformation i plenum
- interaktive, reflekterende og bevidsthedsudvidende øvelser tilpasset holdets behov i grupper og i plenum

Undervisningen på forskermodulerne er en kombination af:

- teori og metode i plenum
- drøftelser af refleksioner i breakout-rooms
- mini forskningsprojekt i grupper med fremlæggelse

Øvrige undervisningsaktiviteter: supervision, supervision af arbejdet med træningsklienter, færdighedstræning og selvrefleksion med underviser tilrettelagt som therapidage, gruppeterapi og træningsterapi fremgår af Studienet, og du tilmelder dig de sessioner/dage, der passer dig, og holder selv styr på omfang og behandlede temaer. Deltagelseskemaer med underskrift af den underviser, der er ansvarlig for aktiviteten, vedlægges som dokumentation til eksamen. Dine øvetimer i de selvstyrende grupper dokumenteres ved underskrift fra dine medstuderende, og din uddannelsesrettede egenterapi uden for instituttet dokumenteres ved underskrift fra pågældende psykoterapeut.

### **Supervision (i alt 160 timer)**

Supervision er en væsentlig del af uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut og en væsentlig del af arbejdet som psykoterapeut. Supervisionen er tilrettelagt som hele dage, og du får både direkte og indirekte supervision under overværelse af en gruppe. Gruppens rolle, inddragelse og ansvar er tydeligt beskrevet. Supervisionen varetages af en erfaren underviser, som også har en uddannelse som supervisor.

### **Supervision af arbejdet med træningsklienter (i alt 50 timer)**

Du arbejder med træningsklienter på uddannelsens 3. og 4. år i et omfang af min. 40 timer – 20 timer og mindst 3 klienter på 3. år og 20 timer og mindst 3 klienter på 4. år. Træningsklienterne skaffer du selv, og dette arbejde dokumenteres med journal fra sessionerne og underskrift fra træningsklienterne. Du modtager supervision af dit arbejde med dine træningsklienter. Dette foregår på supervisionsdage, hvor du medbringer videooptagelse eller casebeskrivelse fra dit arbejde med dine træningsklienter og modtager supervision af en erfaren underviser under inddragelse af dine medstuderende i fælles refleksion.

### **Færdighedstræning og selvrefleksion med underviser organiseret som gruppeterapi, therapidage og færdighedstræning (i alt 120 timer)**

Du deltager i færdighedstræning og selvrefleksion med dine medstuderende på undervisningsdage organiseret som therapidage, gruppeterapi og færdighedstræning ledet af en erfaren underviser. På therapidagene har du mulighed for at modellere en erfaren underviser i forskellige situerede sessioner, hvor bestemte terapeutiske emner tages op, og hvor konkrete terapeutiske redskaber benyttes. Der er undervejs indlagt individuel og fælles refleksion. På gruppeterapidagene er der fokus på transformation og selvrefleksion individuelt og i grupper. Endelig vil der være dage med færdighedstræning, hvor I laver træningsterapi i grupper med en underviser, der kan støtte

terapeuten i metodevalg, formålsbevidsthed og efterrefleksion – med læring til hele gruppen.

### **Færdighedstræning og selvrefleksion i selvstyrende grupper (i alt 320 timer)**

Du skal gennemføre 320 timers færdighedstræning i øvegrupper mellem de forskellige levels. I øvegrupperne får du mulighed for at øve de forskellige psykoterapeutiske værktøjer og bearbejde de temaer, du har med dig i bagagen. Du modtager i øvegrupperne supervision, når du indtager terapeutrollen, du udnytter muligheden for egenerapi, når du indtager klientrollen, og du træner dig i at supervisere, når du indtager observatørrollen. Øvegrupperne er bygget op, så de er et miniformat af undervisningsforløbene, og underviserteamets assistentmanual sikrer, at indhold og kvalitetsstandarder overholdes, ligesom undviserne er til rådighed for evt. spørgsmål fra øvegrupperne. I starten deltager en assistent i øvegrupperne, men efterhånden overtager de studerende selv dette ansvar. Der udleveres desuden retningslinjer for en dag med færdighedstræning.

### **Uddannelsesrettet individuel egenerapi uden for instituttet (i alt 40 timer)**

Du skal have 40 timers uddannelsesrettet individuel egenerapi hos psykoterapeuter uden for Life Academy. Life Academy har en liste over psykoterapeuter, vi samarbejder med, og du aftaler og afregner dine sessioner direkte med pågældende psykoterapeuter. Formålet med den uddannelsesrettede individuelle egenerapi er at træne dig i som studerende at opleve psykoterapeutisk praksis i positionen som klient og mærke på egen krop, hvordan centrale begreber udfolder sig i terapien.

## Den samlede uddannelsestid fordelt på uddannelsesår

	1. år	2. år	Grund- uddannelsen i alt	3. år	4. år	Psykioterapeut- uddannelsen i alt
Undervisning i teori og metode (levels)	120	100	220	60	60	340
Forskermoduler med videnskabsteori og forskningsmetoder				20	30	50
Uddannelsesrettet individuel terapi uden for instituttet	10	10	20	10	10	40
Supervision	40	40	80	40	40	160
Supervision af arbejdet med træningsklienter				25	25	50
Færdighedstræning/ selvrefleksion med underviser organiseret som: - Gruppeterapi - Terapidage - Træningsterapi	30	30	60	30	30	120
Færdighedstræning/ selvrefleksion i selvstyrende grupper	100	100	200	60	60	320
Færdighedstræning med træningsklienter				20	20	40
Timer à 60 minutter i alt			600			1080

Du har mulighed for fra år til år at overføre et vist antal timer i færdighedstræning som vist i skemaet nedenfor. 3. og 4. års studerende må deltage både til supervision og supervision advanced, men min. 5 pr. år skal være advanced.

Antal øvetimer, der må overføres:	Supervision	Gruppeterapi	Terapidag	Øvetimer
Fra 1. år til 2. år	2	2	1	25
Fra 2. år til 3. år	2	2	1	15
Fra 3. år til 4. år	2	2	1	15

### Uddannelsens indhold

Du finder en beskrivelse af uddannelsens indhold dels i pkt. 3 "Indhold og læringsudbytte for de enkelte undervisningslevels og forskermoduler", og du finder en skematisk oversigt i pkt. 15.

Konkret er uddannelsens fire år inddelt således:

#### 1. år af uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut

På første år får du en grundlæggende indsigt i psykoterapeutiske teorier og færdigheder. Du gennemgår første del af en teoretisk og praktisk funderet uddannelse i eksistentiel-humanistisk psykoterapi, der inddrager elementer fra psykologisk og psykoterapeutisk forskning, transpersonel udvikling og energiarbejde. Du får klarhed over, hvordan du kan hjælpe dine klienter med at tro på og opfatte sig selv som værende gode nok som dem, de er. Du lærer, hvordan du guider klienten til at acceptere sig selv og styrke sit selvværd. Du får en væsentlig viden om koblingen mellem sproglig opfattelse og konkrete oplevelser. De lærer at stimulere den konstruktive personlige søgen efter mening – og gøre det ubevidste bevidst for din klient.

De faglige fokusområder på uddannelsens første år er især:

- essens, spørgeteknikker, feedback
- værdiafklaring
- ændring af overbevisninger
- hjemtagelse af projektioner
- afhængigheder
- tilgivelse
- dybdeforløsning af psykosomatiske problematikker
- sundhed og psykosomatik
- dybdearbejde med delpersonligheder
- coaching

#### 2. år af uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut

På andet år af uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut arbejder du videre med afklaringen af, hvordan du kan arbejde med dine kommende klienter ved hjælp af terapeutiske metoder og indsigt. Der sættes bl.a. fokus på temaer som traume- og chokforløsning og bearbejdning af sorg og fobier, og på, hvordan du gennem arbejdet med klientens barndom og familiemæssige

baggrund kan hjælpe klienten til at bearbejde både de bevidste og de ubevidste erindringer. Der er fokus på ansvar, frihed og valg gennem klientens her og nu-oplevelser for at lære klienten at kunne opretholde gensidig dynamisk kontakt mellem sig selv og sine omgivelser.

De faglige fokusområder på uddannelsens andet år er især:

- afdækning af forsvarsmekanismer
- healing af indre såret barn
- healing af historien
- processen i at gå fra offer til ansvar
- traume- og chokforløsning
- sorg og fobi
- regressionsterapi
- drømme-/tegneterapi
- progressionsterapi

### **3. år af uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut**

På uddannelsens tredje år lærer du, hvordan du som psykoterapeut arbejder med børn- og teenageproblemer. Du lærer om de udviklingspsykologiske forandringer i individet, der sker i takt med, at det bevæger sig fremad i sit livsforløb. Du lærer at arbejde psykoterapeutisk med sandplay, tegnerapi og parterapi. Desuden lærer du om seksuelle overgreb/incest og dysfunktionelle familiestrukturer, og du får et indblik i psykopatologien. På tredje år introduceres du til forskningsprincipper og -perspektiver i psykoterapeutisk kontekst og får et indblik i aktionsforskningen og forskningsmetoder i praksis.

De faglige fokusområder på uddannelsens tredje år er især:

- udviklingspsykologi (herunder sandplay og tegnerapi)
- børne- og teenageterapi
- seksuelle overgreb og dysfunktionelle familiestrukturer
- kampen om magten
- parterapi
- psykopatologi
- introduktion til forskningsprincipper og -perspektiver i psykoterapeutisk kontekst
- aktionsforskning og forskningsmetoder i praksis

### **4. år af uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut**

På uddannelsens fjerde år lærer du om familierapi og selvskadens psykologi. Du bliver undervist i metakognitiv terapi, opmærksomhedstræning, mindfulness og compassionfokuseret terapi. Du lærer at inddrage kropsterapeutiske betragtninger og at arbejde med naturterapi. Du får yderligere kendskab til forskningstilgangen og -metoderne til forskning i egen psykoterapeutisk praksis, således at du har grundlaget for at arbejde forskningsbaseret i din afsluttende hovedopgave.

De faglige fokusområder på uddannelsens fjerde år er især:

- familierapi
- selvskadens psykologi
- metakognitiv terapi og opmærksomhedstræning
- mindfulness og compassionfokuseret terapi
- kropsorienteret terapi
- naturterapi
- fænomenologi og førstepersons forskningsmetoder
- blandede metoder og kvantitativ forskning
- forskning i egen praksis

Overordnet set tilegner du dig gennem hele uddannelsen evnen til at udvikle din egen terapeutiske stil – ud fra den enkelte klients behov, ønsker og interesser. Du opnår bevidsthed om, at det er essentielt, at terapiformen tilpasses den enkelte klient. Derfor lærer du at differentiere og vurdere dine klienter, så du er i stand til at vælge netop den psykoterapeutiske tilgang, der passer til den enkelte klients situation.

### **Code of Honor og etiske retningslinjer**

Som studerende skal du leve op til Life Academys Code of Honor og vores etiske retningslinjer:

#### **Life Academys Code of Honor**

##### **Vær 100% committed**

Mød til tiden, mød hver gang, giv dit bedste til fællesskabet og modtag i samme ånd.

##### **Vær ufordømmende og rummelig**

Acceptér og respektér den enkeltes udviklingsvej og giv plads til den.

##### **Lad kreativitet, nysgerrighed og energi fylde rummet**

Giv dit bedste til den kollektive idéskabelse og bevidsthedsudvidelse.

##### **Respekter tavshedspligten**

Respektér og anerkend andres åbenhed og bidrag til læring for den enkelte og gruppen ved at overholde tavshedspligten til fulde både i og udenfor uddannelsesrummet. Det angår såvel informationer givet i undervisningen og under mere private former.

##### **Giv plads til humor, lethed, og vækst**

Byd ind med humor og lethed, styrke og modtag andres, giv plads til fejl og husk at fejre alle succeser.

##### **Kontakt hinanden ved brud på Code of Honor**

Tag ansvar for eventuelt brud på Code of Honor ved at tage direkte kontakt til pågældende.

## Life Academys generelle etiske retningslinjer for psykoterapeuter

### 1. Almene bestemmelser

#### 1.1 Tavshedspligt og underretningspligt

Psykoterapeuten har, med de undtagelser der følger af lovgivningen, tavshedspligt vedrørende alle personlige forhold erfaret under terapien. Fremkommer oplysninger i terapien vedrørende personer under 18 år, der giver grund til at antage, at pågældende barn udsættes for vanrøgt eller nedværdigende behandling eller lever under forhold, der bringer barnets sundhed eller udvikling i fare, har terapeuten pligt til at underrette de sociale myndigheder i barnets opholdskommune.

#### 1.2 Videregivelse af oplysninger

At videregive oplysninger kræver samtykke fra klienten, medmindre der foreligger en udtrykkelig undtagelse. Samtykke skal foreligge skriftligt og angive hvilke typer oplysninger, der må videregives til hvem og til hvilket formål. Samtykket kan altid tilbagekaldes og bortfalder efter 1 år. Der kan videregives oplysninger, såfremt det sker til varetagelse af offentlige eller private interesser, der klart overstiger hensynet til de interesser, der begrunder hemmeligholdelse, herunder hensynet til den oplysningerne angår.

#### 1.3 Klientens ret

Klienten skal oplyses om sin ret til at se udtalelser, som psykoterapeuten har udfærdiget om klienten.

#### 1.4 Samtykkeregler

For samtykkeregler og vejledning vedrørende optagelse af terapi til forevisning i TV eller til anden forevisning i offentlige forsamlinger er følgende krav gældende:

##### *Samtykke*

- a. Samtykkeerklæring fra klienten skal altid være skriftlig.
- b. Samtykkeerklæring kan til enhver tid tilbagekaldes.
- c. Samtykkeerklæring skal indeholde oplysning om formål med forevisning og målgruppe.

##### *Tilbagekaldelse af samtykke*

- a. Efter optagelse af terapiforløbet har klienten ret til umiddelbart at tilbagekalde samtykket uden nærmere begrundelse.
- b. Klienten har ret til at få forevist den redigerede udsendelse, inden den programsættes. Efter forevisningen har klienten ret til at tilbagekalde samtykket uden nærmere begrundelse.

##### *Vedrørende børn og unge*

- a. Samtykke fra personer under 18 år må kun modtages med tiltrædelse af indehaveren af forældremyndigheden, der har samme rettigheder som klienten.
- b. Såfremt barnet tilbagekalder sit samtykke mod indehaveren af forældremyndighedens ønske, kan optagelsen ikke vises.



c. Såfremt indehaveren af forældremyndigheden ikke kan tiltræde barnets samtykke, kan optagelsen ikke vises.

d. Såfremt det drejer sig om optagelse af en familierapi, hvor en eller flere børn indgår, har hvert enkelt barn ret til at rådføre sig med en voksen udenfor familiekredsen, såvel før som under og efter optagelsen. Den offentlige forevisning må først finde sted, efter den voksne – sammen med barnet – har gennemset den færdigredigerede udsendelse og udtrykkeligt sagt god for den.

#### *Terapeutens forpligtelser*

a. Den terapeut, der medvirker i en terapi til offentlig forevisning, må sikre sig, at klienten forstår rækkevidden af sit samtykke, ligesom terapeuten må sikre sig, at forevisningen tjener et lødigt formål.

b. Indgår der børn i terapien, har terapeuten et særligt ansvar for, at barnets rettigheder ifølge ovenstående overholdes, samt at sikre, at terapien forløber på en sådan måde, at barnet ikke udstilles på en krænkende eller respektløs måde.

c. Det påhviler terapeuten at orientere TV-produktionsselskaber og eventuelle filmselskaber om ovenstående etikregler og vejledning, og det anbefales, at de involverede selskaber ved deres underskrift tiltræder disse regler, inden optagelserne påbegyndes.

*1.5 Psykoterapeuten må indskærpe, at deltagerne i gruppeterapi iagttager tavshedspligt.*

*1.6 Psykoterapeuten må indskærpe, at supervisor og andre deltagere i supervision iagttager tavshedspligt.*

*1.7 Opbevaring af journaler, skriftlige aktstykker, bånd etc. skal foregå forsvarligt med henblik på at forebygge misbrug af materialet.*

*1.8 Optagelser/fremvisning/afspilning af lyd- og/eller videobånd, der ikke falder ind under pkt. 1.4, kræver ligeledes klientens samtykke efter reglerne fastsat i pkt. 1.4.*

*1.9 Psykoterapeuten må ikke udnytte sin stilling som terapeut til skade for klienten.*

*1.10 Seksuel omgang mellem psykoterapeut og klient må ikke forekomme.*

*1.11 En forretningsmæssig tilknytning til en klient skal undgås, hvis den kan risikere at føre til en ikke professionel kontaktform.*

*1.12 Psykoterapeuten skal henvise klienten til anden behandling, når terapeuten ikke er kompetent til arbejde med de problemer, klienten har.*

*1.13 Psykoterapeuten skal oplyse klienten om, hvorvidt det er muligt at få hjælp af det offentlige uden eller med ringe udgift for klienten.*

*1.14 Har psykoterapeuten påbegyndt en terapi, er han/hun ansvarlig for, at denne afsluttes på en terapeutisk forsvarlig måde, evt. ved viderehenvielse til en anden kvalificeret psykoterapeut. Drøft det med kollega, underviser eller studievejleder.*

*1.15 Ovenstående bestemmelser gælder også i et terapeutisk lærer/elev-forhold.*

## **2. Forhold til kolleger**

*2.1 Psykoterapeuten skal vise kollegial respekt og hensynsfuldhed.*

*2.2 En psykoterapeut, der bliver opmærksom på, at et medlem af Dansk Psykoterapeutforening bryder de etiske regler, har pligt til at påpege det overfor medlemmet og rette henvendelse til Dansk Psykoterapeutforenings etikudvalg.*

### **3. Faglig standard**

*3.1 Hvis psykoterapeuten har personlige problemer, der hæmmer vedkommendes arbejde med klienten, skal psykoterapeuten søge hjælp til at løse problemerne.*

### **4. Ansvar**

*4.1 Deltagelse på Life Academys uddannelser sker på eget ansvar.*

### **Undervisere og undervisningsform**

På uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut møder du undervisere, som alle har taget Life Academys psykoterapeutuddannelse eller en tilsvarende psykoterapeutuddannelse fra et godkendt institut og har dokumenterede pædagogiske og formidlingsmæssige kompetencer. Vi kalder dem undervisende psykoterapeuter, fordi det psykoterapeutiske arbejde altid er en integreret del af undervisningen. De har min. 4 års praksiserfaring og har ved siden af undervisningen deres egen psykoterapeutiske praksis eller andet relevant psykoterapeutisk arbejde. De deltager løbende i supervision og kompetenceudvidende efteruddannelse iht. gældende retningslinjer for løbende faglig udvikling. Undervisergruppen suppleres af eksterne undervisere, som er specialister i netop det emne, de underviser i. Du kan møde vores undervisere og læse deres CV på hjemmesiden. Underviserne på forskermodulerne har alle ud over deres grundige kendskab til psykoterapi min. en Ph.d. og er forskningsaktive. Du kan læse deres CV på DPFOs hjemmeside.

Undervisningsformen på uddannelsen til psykoterapeut skal sikre, at de studerende udvikler deres særlige talent som psykoterapeut. Energien og ånden på studiet er den drivkraft, som sikrer, at alle føler sig trygge og åbne til at transformere de mønstre og overbevisninger, de hver især har brug for at transformere. De kommende psykoterapeuter bruger således rigtig meget tid på at mærke på egen krop, hvordan de psykoterapeutiske værktøjer virker, og hvilke forandringer de kan skabe. Centralt i undervisningen står derfor fællesrunderne, hvor nye værktøjer introduceres, hvor ny teori gennemgås, og hvor der samles op på gruppernes arbejde med de nye værktøjer. I disse runder er det undervisernes opgave at bruge deres intuition, essens og faglighed til at fornemme, hvor og hos hvem der skal transformeres og støttes. Vi håber, du i mødet med vores undervisende psykoterapeuter vil mærke deres evne til både at undervise og tage hånd om den enkelte studerende, når der går noget i spil.

### **Assistenter og trainees**

For at styrke undervisnings- og læringsmiljøet vil du i undervisningen på Life Academy møde assistenter og trainees i undervisningen. De støtter og udfordrer dig i træningerne og supplerer underviserne. Vi udvælger assistenter og trainees til kommende hold blandt de igangværende studerende med det formål at optimere undervisningen og den faglige udvikling hos både

undervisere, studerende, assistenter og trainees. Samarbejdet mellem assistenter/trainees, undervisere og studievejleder er tæt, løbende og opfølgende. Assistenter og trainees får før holdopstart udleveret en manual med grundig beskrivelse af deres opgaver og er i dialog med underviseren både før og efter undervisningen. Samtidig superviseres og evalueres de løbende af underviserne.

### **Undervisningsevaluering**

De studerende evaluerer undervisningen efter hvert level og er på den måde med til at sikre, at både faglighed og formidling er i orden. De studerende giver feedback og feedforward på læringsudbytte, undervisningsform og undervisernes performance og engagement. Evalueringerne læses af både ledelsen og pågældende underviser, og hvert halve år laver kvalitetsmedarbejderen en sammenskrivning, som danner udgangspunkt for en drøftelse på et undervisermøde. Undervisningsevaluering indgår desuden på møder i studierådet.

### **Vurdering af de studerende**

Der sker en løbende vurdering af de studerendes læringsudbytte og deres fagpersonlige udvikling i forhold til det samlede læringsudbytte for uddannelsen som helhed og for det enkelte studieår. Underviserne er i kraft af undervisningsformen og -indholdet tæt på de studerende og følger deres udvikling. Efter hvert studieår er der en mere formaliseret samtale om læringsudbytte, udvikling og indsatsområder. Samtalen på 1. år og 3. år tager udgangspunkt i en refleksionsopgave, som de studerende har afleveret og samtalen på 2. år tager udgangspunkt i eksamensforløbet. Se samlet oversigt over eksamener og samtaler om læringsudbytte i pkt. 16.

### **Studieråd**

Studierådet består af en studerende fra hvert hold, uddannelseslederen, uddannelseskoordinatoren, den fagligt ansvarlige psykoterapeut og Leif Braad. Der indkaldes til min. et årligt møde, hvor der redegøres for planlagte ændringer, behov for justeringer, ønsker fra de studerende osv. Formålet er, at dette årlige møde skal supplere den uformelle feedbackkultur, der er på Life Academy, således at de studerende oplever at være orienteret om ændringer i uddannelsen og har mulighed for at komme med input.

### **Klager over forhold vedr. uddannelsen**

Vi henviser til vores Code of Honor, når der opstår uoverensstemmelser eller problemer mellem studerende eller mellem studerende og undervisere. Dernæst opfordrer vi til at snakke med pågældende underviser. Hvis det ikke rækker, kan der afgives en egentlig klage til direktør Leif Braad, som tager kontakt til dig så hurtigt, det er muligt. Klagen skal være skriftlig og begrundet. Det samme gælder, hvis du er utilfreds med forhold vedr. uddannelsen, som du ikke mener lever op til eller er forenelige med uddannelsen. Jo før du tager det op, jo hurtigere kan der tages hånd om problemet.

### **Retningslinjer for konflikthåndtering**

Vi tilstræber et undervisnings- og arbejdsmiljø, der rummer og løfter den enkelte studerende, underviser/medarbejder og leder i et gensidigt forpligtende fællesskab. Vores omgang med hinanden reguleres af vores Code og Honor:

### **Vær 100% committed**

Mød til tiden, mød hver gang, giv dit bedste til fællesskabet og modtag i samme ånd.

### **Vær ufordømmende og rummelig**

Accepter og respekter den enkeltes udviklingsvej og giv plads til den.

### **Lad kreativitet, nysgerrighed og energi fylde rummet**

Giv dit bedste til den kollektive ideskabelse og bevidsthedsudvidelse.

### **Respekter tavshedspligten**

Respekter og anerkend andres åbenhed og bidrag til læring for den enkelte og gruppen ved at overholdt tavshedspligten til fulde både i og udenfor uddannelsesrummet. Det angår såvel informationer givet i undervisningen som under mere private former.

### **Kontakt hinanden ved brud på Code of Honor**

Tag ansvar for eventuelt brud på Code of Honor ved at tage direkte kontakt til pågældende.

Vi er naturligvis bevidste om, at konflikter kan opstå, og lykkes det ikke at løse dem ved hjælp af vores Code of Honor, forsøger vi at løse dem på følgende måde;

#### **1. Konflikter mellem studerende**

Her forsøger underviseren i første omgang at løse konflikten ved at tage kontakt til de pågældende studerende for at høre deres individuelle udlægninger, lave en konkret aftale med de studerende og så følge op på næste level. Lykkes det ikke, inddrages uddannelsesledelsen repræsenteret ved Leif Braad, som enten selv eller ved hjælp af en ekstern konfliktmægler på et konfliktløsningsmøde etablerer et fælles billede af situationen, klargør hver enkelts rolle heri og aftaler, hvad hver enkelt skal gøre fremadrettet. Der laves et skriftligt notat fra konfliktløsningsmødet.

#### **2. Konflikter mellem studerende og en underviser**

Underviseren forsøger først selv at løse konflikten ved at lytte til den/de studerendes oplevelse af situationen. Lykkes det ikke, beder underviseren straks uddannelsesledelsen repræsenteret ved Leif Braad om et konfliktløsningsmøde, som afholdes efter samme retningslinjer som ved konflikter mellem studerende.

#### **3. Konflikter mellem undervisere/medarbejdere**

Underviserne/medarbejderne forsøger første selv at løse konflikten ved at lytte til hinandens oplevelse af situationen. Lykkes det ikke, beder underviserne/medarbejderne straks uddannelsesledelsen repræsenteret ved Leif Braad om et konfliktløsningsmøde, som afholdes efter samme retningslinjer som ved konflikter mellem studerende.

#### **4. Konflikter mellem ledelse og undervisere/medarbejdere eller studerende**

Der afholdes i første omgang et konfliktløsningsmøde, hvor man ved at lytte til hinandens oplevelse af situationen skaber en gensidig forståelse af situationen og en løsning. Lykkes det ikke, indkaldes en ekstern konfliktmægler, og processen forløber efter samme retningslinjer som ved konflikter mellem studerende.

## 15. Uddannelsesoversigt

Oversigt over uddannelsens indhold i skemaform:

Uddannelsesår	Indhold
1. år	Level 1: Forståelse af dig selv og din omverden Level 2: Accept og bevidsthedsudvidelse Level 3: Klarhed og frisættelse af dine afhængigheder Level 4: Sundhed og psykosomatik Level 5: Delpersonligheder og coaching Level 6: Dig som professionel coach og terapeut
2. år	Level 7: Forsvarsmekanismer og transformationsteknikker Level 8: Chok, traume, sorg og fobi Level 9: Terapeutiske teknikker i kriser Level 10: Forståelse af det spirituelle perspektiv Level 11: Progressionsterapi, tegneterapi og drømmetydning Level 12: Eksamen
3. år	Level 3.1: Eksternaliserende processer: sandplay og tegneterapi Level 3.2: Udviklingspsykologi: børne- og teenageterapi Level 3.3: Seksuelle overgreb og dysfunktionelle familiesystemer Level 3.4: Parterapi: samspillet i relationen Level 3.5: Parterapi: dynamikker og roller Level 3.6: Psykopatologi Forskermodul 1: Introduktion til forskningsprincipper og -perspektiver Forskermodul 2: Aktionsforskning og forskningsmetoder i praksis
4. år	Level 4.1: Familieterapi Level 4.2: Selvskadens psykologi Level 4.3: Metakognitiv terapi og opmærksomhedstræning Level 4.4: Mindfulness og compassionsfokuseret terapi Level 4.5: Kropsorienteret psykoterapi Level 4.6: Naturterapi Forskermodul 3: Fænomenologi og førstepersons forskningsmetoder Forskermodul 4: Introduktion til blandede metoder og kvantitativ forskning Forskermodul 5: Forskning i egen praksis Afsluttende eksamen

## 16. Eksamensoversigt og -bestemmelser

På uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut er der 6 eksamener/obligatoriske opgaver, hvoraf de 4 eksamener bedømmes af ekstern censor:

Uddannelsesår	Type	Omfang	Bedømmelse	Censur	Form
1. år	Refleksionsopgave ift. egen læring og udvikling belyst gennem relevant teori og praktisk viden fra uddannelsen	6-10 s.	Bestået/ikke bestået + evalueringssamtale	Intern	Skriftlig
2. år	2.årsopgave: vise dybden af egen læring og proces i forhold til et selvvalgt emne, herunder inddrage relevant teori og praktisk viden fra uddannelsen	15-20 s.	7-trins-skalaen + mundtlig feedback	Ekstern	Skriftlig
	Klinisk eksamen: demonstrere terapeutiske kompetencer i session med intern klient	30 min.	7-trins-skalaen + mundtlig feedback	Ekstern	Mundtlig
3. år	Refleksionsopgave ift. egne terapeutiske kompetencer, læring og proces ift. arbejdet som psykoterapeut	7-12 s.	Bestået/ikke bestået + evalueringssamtale	Intern	Skriftlig
4. år	Klinisk eksamen: demonstrere terapeutiske kompetencer i session med klient udefra og efterfølgende begrunde formålsbevidsthed	35 min.	7-trins-skalaen + mundtlig feedback	Ekstern	Mundtlig

	og valg af interventionsmetode				
	Hovedopgave: demonstrere videnskabsteoretisk og psykoterapeutisk forståelse og refleksionsevne ift. uddannelsens 4-årige indhold og læringsmål med udgangspunkt i selvvalgt forskningsspørgsmål og et klientforløb på min. 5 sessioner	40-70 s.	7-trins-skalaen + mundtlig feedback	Ekstern	Skriftlig

#### Ved afslutningen af 1. år:

Skriftlig fagspecifik refleksionsopgave med fokus på egen udvikling. Den studerende reflekterer over det forgangne års teori og metode, øvelser, terapi og supervision; altså en refleksion over egenudvikling. Opgaven har et omfang af 6-10 A4-sider (à 2400 tegn inkl. mellemrum). Opgaven gennemlæses af en underviser, som udarbejder en tilbagemelding til den studerende. Opgaven bedømmes "bestået" eller "ikke bestået". Herefter følger en mundtlig evalueringssamtale, hvor underviseren og den studerende gennemgår den skriftlige opgave og et spørgeskema om status, og den studerende modtager udviklingspunkter.

### **Ved afslutningen af 2. år:**

Skriftlig opgave: Den studerende viser dybden af egen læring/proces i forhold til uddannelsens indhold og læringsmål. Opgaven har et omfang af 15-20 A-4 sider (à 2400 tegn inkl. mellemrum).

Opgaven bedømmes efter 7-trins-skalaen af en ekstern censor.

Afslutningsvis har de studerende en mundtlig eksamen med underviser og ekstern censor, hvor den studerende viser sin faglighed som terapeut i mødet med en klient. Eksamen bedømmes efter 7-trins-skalaen.

### **Ved afslutningen af 3. år:**

Skriftlig fagspecifik refleksionsopgave med fokus på egen psykoterapeutisk praksis. Den studerende reflekterer over egne terapeutiske kompetencer, bliver inspireret til handling og får større selvforståelse. Opgaven har et omfang af 7-12 A4-sider (à 2400 tegn inkl. mellemrum). Opgaven gennemlæses af en underviser, som udarbejder en tilbagemelding til den studerende. Opgaven bedømmes "bestået" eller "ikke bestået". Herefter følger en mundtlig evalueringssamtale, hvor underviseren og den studerende gennemgår den skriftlige opgave og et spørgeskema om status, og den studerende modtager udviklingspunkter.

### **Ved afslutningen af 4. år:**

Skriftlig hovedopgave: Den studerende viser sin videnskabsteoretiske og psykoterapeutiske forståelse og refleksionsevne i forhold til uddannelsens 4-årige indhold og læringsmål. Endvidere demonstrerer/belyser/begrunder den studerende anvendelsen af uddannelsens teoretiske og forskningsbaserede indhold og metode på baggrund af et klientforløb på min. fem sessioner med en ekstern klient. Opgaven har et omfang af 40-70 normalsider (à 2400 anslag inkl. mellemrum). Opgaven bedømmes efter 7-trinsskalaen af en underviser og en ekstern censor.

Afslutningsvis demonstrerer de studerende deres psykoterapeutiske faglighed i en terapisesession med en ekstern klient. De demonstrerer deres evne til at skabe en god relation i mødet med klienten og viser en høj grad af formålsbevidsthed med henblik på at vælge de psykoterapeutiske redskaber, der giver klienten bevidsthed og handlemuligheder. De redegør efter sessionen for deres formålsbevidsthed både i det relationelle perspektiv, det personfaglige perspektiv og i klientperspektivet og argumenterer for valg af metoder i sessionen. Eksamen bedømmes efter 7-trinsskalaen af en eksaminator og en ekstern censor.

### **Indstilling til eksamen**

Du kan kun indstilles til eksamen, hvis du har deltaget i uddannelsesaktiviteterne i det ønskede omfang. Et fravær på over 10% på et uddannelsesår kan således betyde, at du må udskyde din eksamen.

### **Reeksamen/Sygeeksamen**

Hvis du ikke består en eksamen, kan du max. gå til reeksamen 2 gange. Reeksamen afholdes så vidt muligt senest 3 måneder efter den ordinære eksamen, og det er dit ansvar at tilmelde dig til pågældende reeksamen.

Bliver du forhindret i at gå til eksamen på grund af sygdom, skal du meddele det skriftligt til kontoret og efterfølgende fremsende lægeattest. Du vil så blive tilbudt at gå til eksamen på den førstkommande reeksamensdato.



## Klager over eksamen

Ønsker du at klage over en karakter eller andre forhold i forbindelse med eksamen, skal det ske skriftligt senest 8 dage efter afholdelse af eksamen/afgivelse af karakteren til direktør Leif Braad. Klagen forelægges censor og eksaminator, som hver for sig begrundet den afgivne karakter hhv. redegør for det forhold, der klages over. På den baggrund beslutter Life Academy, om karakteren skal ændres hhv. fastholdes, eller om der skal afholdes en ny eksamen.

## 17. Censorkorps

Censorkorpset på Life Academy består af 4 eksterne censorer, som alle er psykoterapeuter MPF med mange års erfaring. Censorerne har ingen tilknytning til Life Academy. Vi lægger ved sammensætningen af censorkorpset vægt på bredde, aktivt virke som psykoterapeut og faglig interesse. Mindst en af censorerne er Ph.D.

Censorernes opgave er at tilse:

- at kravene til indholdet af uddannelsens eksamener er i overensstemmelse med uddannelsens læringsmål og øvrige krav
- at eksamenerne gennemføres i overensstemmelse med gældende regler
- at de studerende får en ensartet og retfærdig behandling, og at deres præstationer får en pålidelig bedømmelse i forhold til uddannelsens læringsmål og øvrige krav i henhold til gældende karakterskala

Censorerne har desuden følgende opgaver:

- at medvirke til kvalitetssikringen af uddannelsen ved at evaluere eksamensforløbet
- at medvirke til videreudviklingen af prøveformerne
- at medvirke til behandling af klager over karakterer og øvrige forhold til eksamen

## 18. Kvalitetssikring

God kvalitet er for os et spørgsmål om:

- at sikre relevans i alle vores uddannelsestilbud
- at være klare i formål og vejledning i forhold til optagelse af de rigtige studerende og kursister på vores uddannelsestilbud
- at sikre progression i undervisning, læring og udbytte
- at undervise med en unik blanding af lethed, glæde, udfordring og interaktion
- at sikre trygge rammer for undervisning og eksamen
- at give plads til refleksion og udvikling på baggrund af de studerendes/kursisternes feedback og feedforward

- at vælge undervisere, som har en relevant og original faglig og personlig baggrund, og som underviser fra essens med en veldokumenteret formidlingskompetence
- at skabe et læringsmiljø på Life Academy, der fokuserer på konstant udvikling i forhold til Life Academys mission og vision

Den interne kvalitetssikring handler om:

- systematisk evaluering af undervisningen og efterfølgende resultatvurdering i undervisergruppen og i studierådet i dialog med uddannelsesledelsen, se afsnittet "Evalueringkulturen på uddannelsen" herunder
- årligt gennemsyn af gældende anke- og klagemuligheder
- årlig redegørelse for input til opdatering af det faglige miljø på uddannelsen på baggrund af input fra ledelsen, underviserne, advisory board, eksterne kurser, konferencer, DPFO m.fl.

Den eksterne kvalitetssikring handler om:

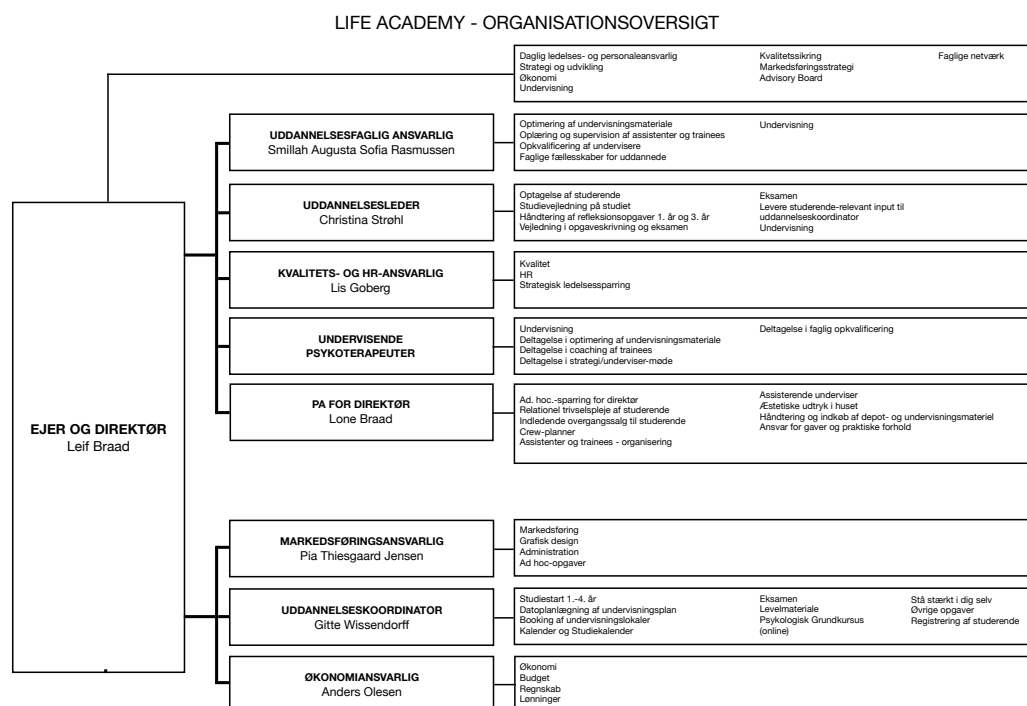
- ekstern certificering hvert 4. år og tro- og love erklæring og pligt til at oplyse om ændringer i forhold til kvalitetskriterierne hvert af de mellemliggende år
- censorevaluering af gældende eksamener

### **Evalueringkulturen på uddannelsen**

På uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut evaluerer du sammen med dine medstuderende undervisningen på sidste dag på hvert level. Evalueringsskemaet afleveres til underviserne og efterfølgende til ledelsen og kvalitetsmedarbejderen, som laver en sammenskrivning.

Underviserne og ledelsen drøfter på den baggrund behovet for ændringer mht. indhold og metode. Studierådet inddrages i drøftelserne og behovet for ændringer. Øvrige undervisningsaktiviteter, dvs. supervision, færdighedstræning, uddannelsesrettet egenterapi mv. evalueres i den overordnede årlige evaluering.

## 19. Organisation og ledelse på uddannelsen



REVIDERET December 2023

## 20. Krav om læsning af tekster på fremmedsprog mm.

Det forudsættes, at du kan læse akademiske tekster på dansk og i et vist omfang på engelsk. Ligeledes kan der være forskermoduler, som afvikles på engelsk.

## 21. Eksamensbevisets kompetenceprofil

Dit eksamensbevis fra uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut viser, hvilken kompetenceprofil du har erhvervet dig. Af eksamensbeviset fremgår det således, at du har de nødvendige praktiske, teoretiske og forskningsrelevante kompetencer på niveau 7 til at varetage kvalificerede funktioner inden for psykoterapi både i egen praksis og i faglige og tværfaglige funktioner i privat eller offentligt regi. Desuden fremgår det, hvor mange undervisningstimer, du har haft.



## **22. Henvisninger til uddybende information**

Du kan læse mere om uddannelsen på vores hjemmeside og på DPFO's hjemmeside, som løbende opdateres.

## **23. Ikrafttræden og overgangsregler**

Denne studieordning er godkendt af Dansk Psykoterapeutforening og Crossfields Europe og træder i kraft den 1. august 2024. Den gælder for de studerende, som starter på uddannelsen til Integrativ Psykoterapeut i september 2024 og senere. Den nugældende studiehåndbog er gældende for alle studerende, som er startet før 1. august 2024.

## **24. Ændringer til studieordningen**

Ændringer i studieordningen vil blive indskrevet i studieordningen sammen med ikrafttrædelsesdato og eventuelle overgangsregler.

Life Academy den 26. april 2024