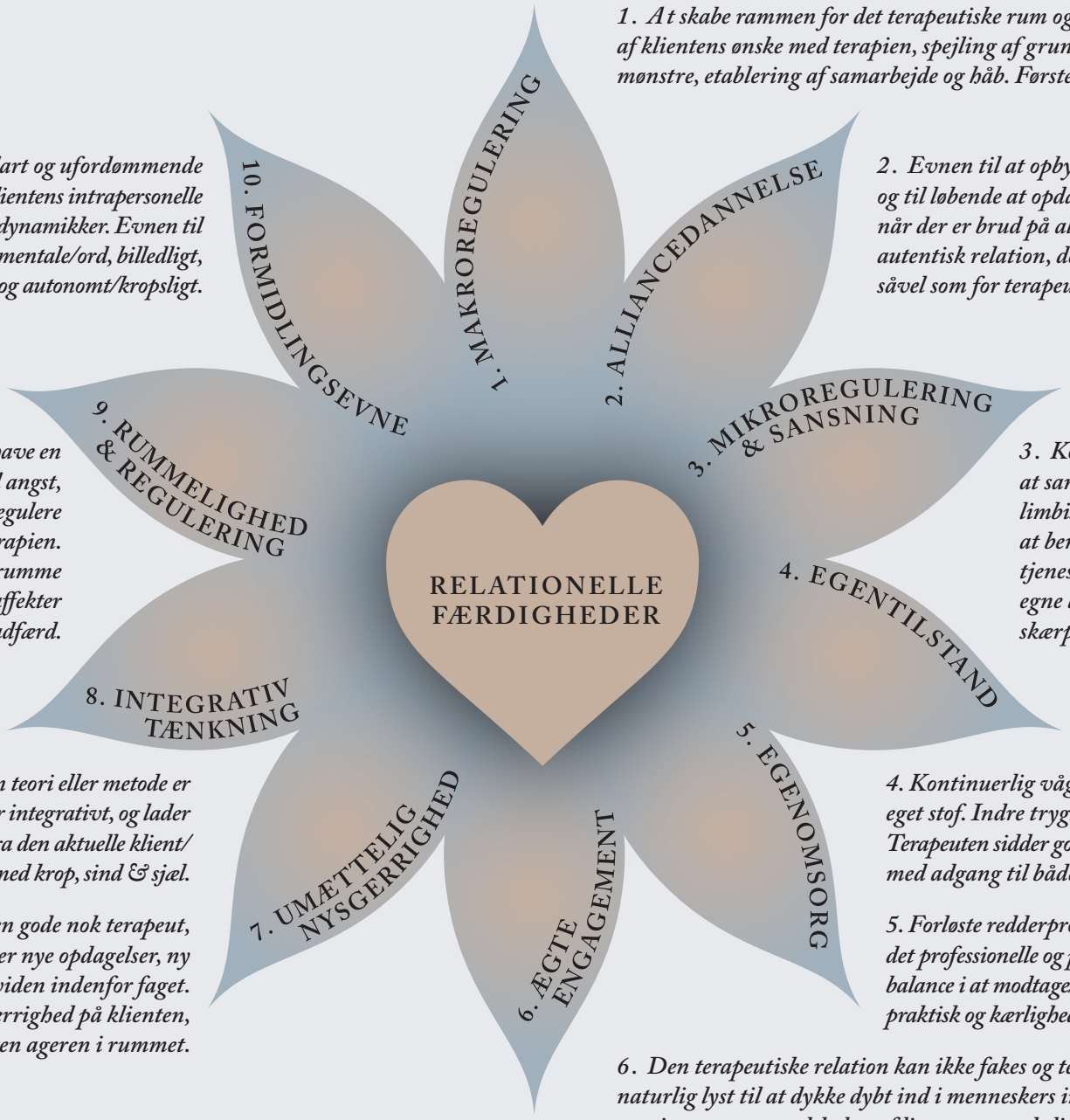
DEN "GODE NOK" TERAPEUT



1. At skabe rammen for det terapeutiske rum og forløb, inkl. tydeliggørelse af klientens ønske med terapien, spejling af grundlæggende relationelle mønstre, etablering af samarbejde og håb. Første session er afgørende.

2. Evnen til at opbygge den terapeutiske alliance og til løbende at opdage samt reparere relationen, når der er brud på alliancen. At etablere en autentisk relation, der betyder noget for klient såvel som for terapeut.

3. Kompetent og bevidst evne til at sanse fra både det autonome, det limbiske og det mentale felt, samt til at benytte det sansede i klientens tjeneste. Vågenhed i forhold til egne blinde pletter og kontinuerlig skærpelse af sanseapparatet.

4. Kontinuerlig vågenhed og bearbejdning af eget stof. Indre tryghed og sund autoritet. Terapeuten sidder godt i stolen og er naturligt tilstede med adgang til både dybde, humor og nærvær.

5. Forløste redderproblematikker. Integration af det professionelle og personlige selv; et liv med balance i at modtage/give, gøren/væren; socialt, praktisk og kærlighedsmæssigt.

6. Den terapeutiske relation kan ikke fakes og terapeuten må have en naturlig lyst til at dykke dybt ind i menneskers indre. Det må give sand mening at være medskaber af liv og menneskelig vækst.

7. Det kendetegner den gode nok terapeut, at have et begær efter nye opdagelser, ny læring og ny viden indenfor faget. En utrættelig nysgerrighed på klienten, faget såvel som på egen ageren i rummet.

8. Terapeuten ved, at ingen teori eller metode er nok i sig selv. Tænker derfor integrativt, og lader interventioner forme sig ud fra den aktuelle klient/situation. Arbejder kreativt med krop, sind & sjæl.

9. Terapeuten må have en grundlæggende lav relationel angst, kunne rumme eget stof og regulere sig selv neuroaffektivt i terapien. Ligeså må terapeuten kunne rumme klientens til tider svære affekter og projektive adfærd.

10. Evnen til empatisk, klart og ufordømmende at kunne spejle og formidle klientens intrapersonelle og interpersonelle dynamikker. Evnen til psykoedukation igennem det mentale/ord, billedligt, limbisk/følelsesmæssigt og autonomt/kropsligt.

TOBIAS-SKOLEN/LENE INCE
Model af Lene Ince