



## Mit speciale

Mit speciale består af de kompetencer, der nævnes herunder, i kombination med hvad der uddybes på siderne om [gestaltterapi](#) og [kropsterapi](#).

### Processtyring

Det er et speciale for mig at kunne lede en proces gennem "afklaring – beslutning – handling", at holde fokus og hurtigt afdække det centrale ved situationen.

Læs mere: [Overblik & Løsninger](#)

Det er ligeledes et speciale at kunne arbejde i dybden, at gå bagom problemerne og se på hvordan, hvornår og hvorfor de er opstået - og hvad der skal til for at realisere positiv forandring.

Læs mere: [Indsigt & Vækst](#)

### Gestaltterapi kombineret med kropsterapi

Det er en del af mit speciale ubesværet at kunne kombinere [gestaltterapi](#) med [kropsterapi](#) - ikke som to forskellige processer, men som to redskaber der på hver sin måde bidrager til det samlede forløb.

Uanset om man arbejder kropsterapeutisk eller foretrækker ren samtale, er jeg er god til at lede processen sådan, at man får afstemt sine tanker med sine følelser og kropslige reaktioner.

### Feedback tegninger

Med snart 10 års erfaring, har jeg fået et godt overblik over de terapeutiske processer.

Når jeg laver feedback tegninger foregår det med simple men præcise illustrationer samtidig med den terapeutiske samtale. Med tegningerne udpeger jeg, hvor man er i processen, samt hvad der kan være næste relevante skridt.

Feedback tegninger er et glimrende redskab til at gøre abstrakte begreber konkrete samt få et godt overblik over den aktuelle proces.

### Forandringsprocesser

Terapi handler om forandring, om ens nuværende situation, om ens mål med terapien – og om processen derimellem.

Jeg har solidt kendskab til forandringsprocessens forskellige faser og sindstilstande. Det er en del af mit speciale hurtigt at kunne identificere, hvor man er i processen og systematisk at lede derfra og hen mod ens mål.

Læs mere: [Forandringsprocesser](#)