



Modul C1 – Rødder og Rammer

En dybdegående forberedelsesguide til arbejdet med menneskets tidligste udviklingslag i ID-psykoterapien

ID-PSYKOTERAPI · UDVIKLINGSPSYKOLOGI · SOMATISK TERAPI

Hvad er de røde årringe?

Modul C1 markerer uddannelsens fundamentale dyk ned i de tidligste udviklingsstadier – de lag i personligheden, der blev støbt **før sproget og rationaliteten tog over**. Her adresseres de mest basale overlevelsesmønstre og relationelle skabeloner, lagret i kroppen som præ-verbale somatiske erindringer.

ID Mørkerød – Eksistens

Den perinatale periode og de første måneder. Temaet er selve **retten til at være til**. Den sunde position er en grundlæggende fornemmelse af at være ønsket og velkommen i verden.

ID Rød – Behov

Barnets evne til at **mærke, udtrykke og få opfyldt** sine basale behov. Her udvikles evnen til at række ud mod verden og tro på, at verden vil møde en med næring og kærlighed.

 Da disse erfaringer er lagret præ-verbalt, kan de ikke nås via intellektuel analyse alene. Healing kræver ordløs, nærværende kontakt.



ID-Træet: Diagnostisk Landkort

For at forstå voksne klienters adfærd og symptomer må vi kunne dekonstruere deres problemer gennem de fem grene og stammen – med særligt fokus på de røde årringe.

De Fem Grene og Stammen

Kroppens Gren – Sansning og Følelse

Retten til at mærke sin krop og sine følelser uden at splitte fra. Svigt i eksistensfasen skaber voksne, der enten er "**kropsløse**" (mental fraspaltning) eller "**hovedløse**" (kropslig fraspaltning), ude af stand til at integrere krop og bevidsthed.

Sindets Gren – Erkendelse og Tanker

På dette stadie er tænkningen sensorimotorisk – vi tænker med kroppen. Manglende integration kan som voksne manifestere sig ved følelse af **værdiløshed** eller en overmental, "nørdet" position som forsvar mod præ-verbale sansninger.

Åndens Gren – Eksistens og Væren

Winnicotts begreb om **basal tillid**. Tidlige svigt viser sig som eksistentiel usikkerhed – en dyb fornemmelse af ikke at have ret til at eksistere eller fylde rum i verden.

Kulturens Gren – Relationer og Kontakt

Her dannes de tidligste relationelle **skabeloner**. En voksen, der føler sig kronisk uvelkommen, opererer ud fra en tidlig template, der aktivt forhindrer kontakt, fordi verden blev kodet som uvelkommen i spædbarnsalderen.

Naturens Gren – Adfærd og Evolution

Instinktive overlevelsesmekanismer. Udover PTSD ser vi tendenser til at "**hamstre forråd**" eller kronisk rodløshed – hyppige skift af bolig, job og miljø – som ubevidste overlevelsesstrategier fra eksistensfasen.

Stammen – Bevidsthed og Identitet: Her formes selve bevidsthedskernen i mødet med omsorgspersoner. Det er fundamentet for at føle sig som et sammenhængende "jeg".



UDVIKLINGSPSYKOLOGI

Tre Teorietiske Grundpiller

En nuanceret integration af Stern, Mahler og Hvid giver det kliniske grundlag for at rumme klientens tidligste indre verden med præcision og empati.

Daniel Stern

Selvstadier og mikroskopiske mødeøjeblikke i den terapeutiske relation

Margaret Mahler

Separations-individuationsfaser og kliniske implikationer for fejludvikling

Tove Hvid

Bodynamics forsvarspositioner og kropslige karakterstrukturer

Daniel Stern: Selvstadier og Mødeøjeblikke

Selvstadiernes progression

01

Det emergente selv

Mørkerød/sansning – de første fornemmelser af at eksistere

02

Kerneselve

Rød/sammenhæng – en grundlæggende fornemmelse af fysisk helhed

03

Det subjektive selv

Rød/intersubjektivitet – opdagelsen af, at andre har sind

04

Det verbale selv

Orange/sprog – som kan skabe en kløft mellem det talte og det følte

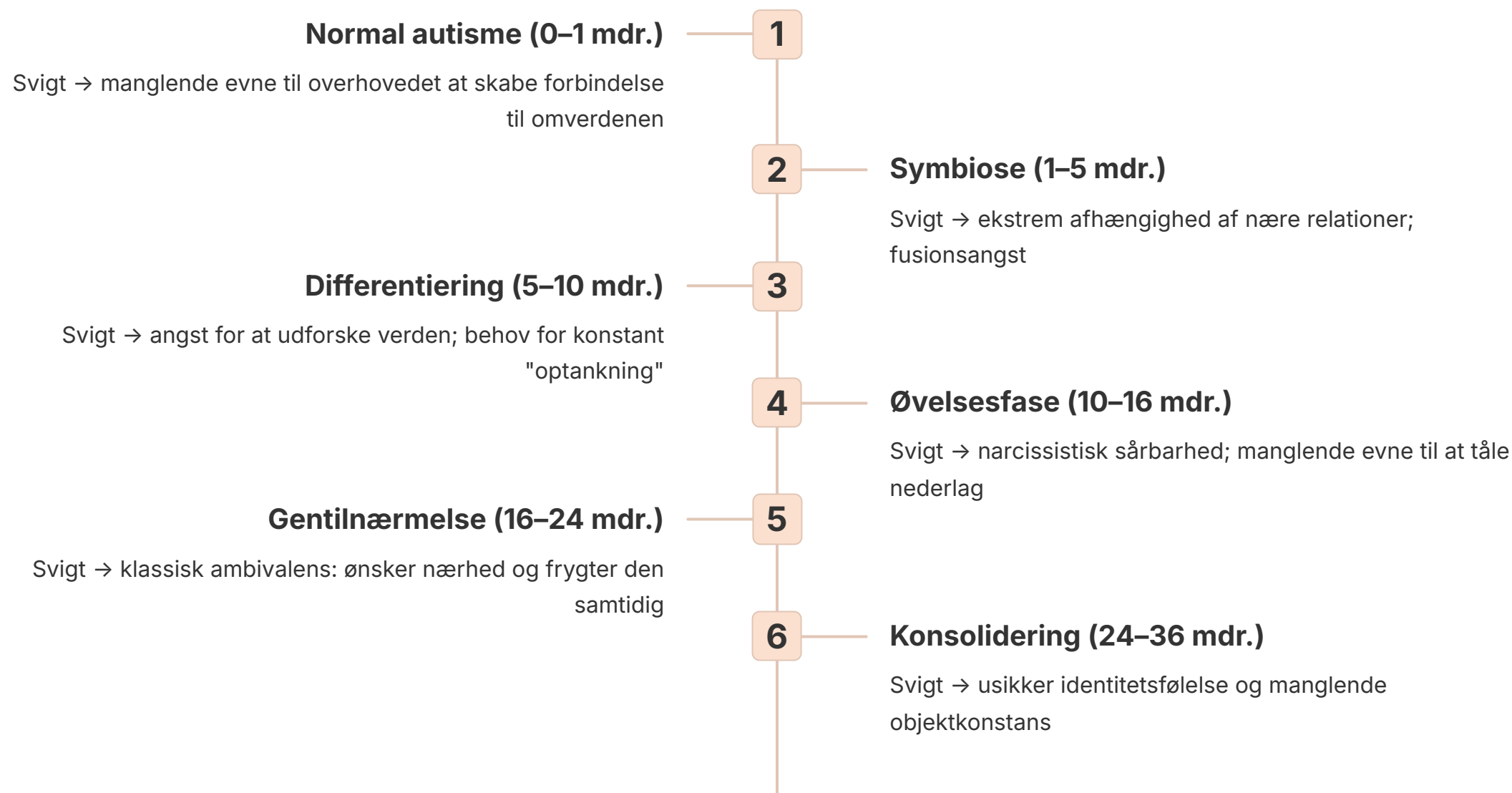
Klinisk kerneviden

Affektiv afstemning: Terapeuten synkroniserer sine følelser og non-verbale signaler med klientens – en præcis, kropslig spejling.

Mødeøjeblikke: Korte, subjektive oplevelsesmomenter på typisk **2-8 sekunder**, hvor både terapeut og klient er fuldt til stede. Det er i disse mikroskopiske tidsrum, at den egentlige forandring opstår.

Margaret Mahler: Faser og Kliniske Implikationer

Hver af Mahlers faser bærer på en specifik risiko for fejludvikling. Som terapeut er det afgørende at kunne genkende disse mønstre i voksne klienters aktuelle relationsstrategier.



Tove Hvid: Forsvarspositioner i Bodydynamics

Hvid præciserer, hvordan modgang i de tidligste faser skaber specifikke, kropslige karakterstrukturer – mønstre der lever videre som adaptive overlevelsesstrategier langt ind i voksenlivet.

Eksistensfasen

Mental fraspaltning

Man flygter op i hovedet og mister kontakten til den kropslige sansning

Kropslig fraspaltning

Man mister kontakten til tænkningen og lever "nedenfor halsen"

Behovsfasen

Opgivende position

Man tror ikke, ens behov betyder noget og tilbageholder dem systematisk

Mistroisk position

Man tvivler på andres vilje til at give og kan blive rasende ved skuffelse

📄 Forsvarspositionerne er ikke patologi – de var engang livsnødvendige løsninger. Terapeutens opgave er at møde dem med respekt og nysgerrighed.



KLINISKE REDSKABER

Øvelser og Somatiske Interventioner

Arbejde med tidlige, kropslige lag kræver en tryk, kognitiv ramme for at undgå unødigt regression. Enhver somatisk intervention skal integreres kognitivt – **1/3 krop, 2/3 samtale.**

Fire Centrale Kliniske Øvelser



En hånd på ryggen

Terapeuten placerer en hånd midt på klientens ryg (liggende på madras) for at aktivere spædbarnstidens somatiske hukommelse og støtte klienten i at hvile i sin egen værensrytme i relation til en anden.



At klippe navlestrengen

En visualiseringsøvelse, hvor klienten bruger sine fingre som en saks til at klippe den ubevidste symbiotiske navlestreng og fremme **individuation** fra tidlige fusionsmønstre.



At række ud efter næring

En fysisk øvelse i at overdrive længslen og behovet kropsligt og vokalt – og derefter mærke, hvordan man kan fylde sig selv op indefra med energi og selvnæring.



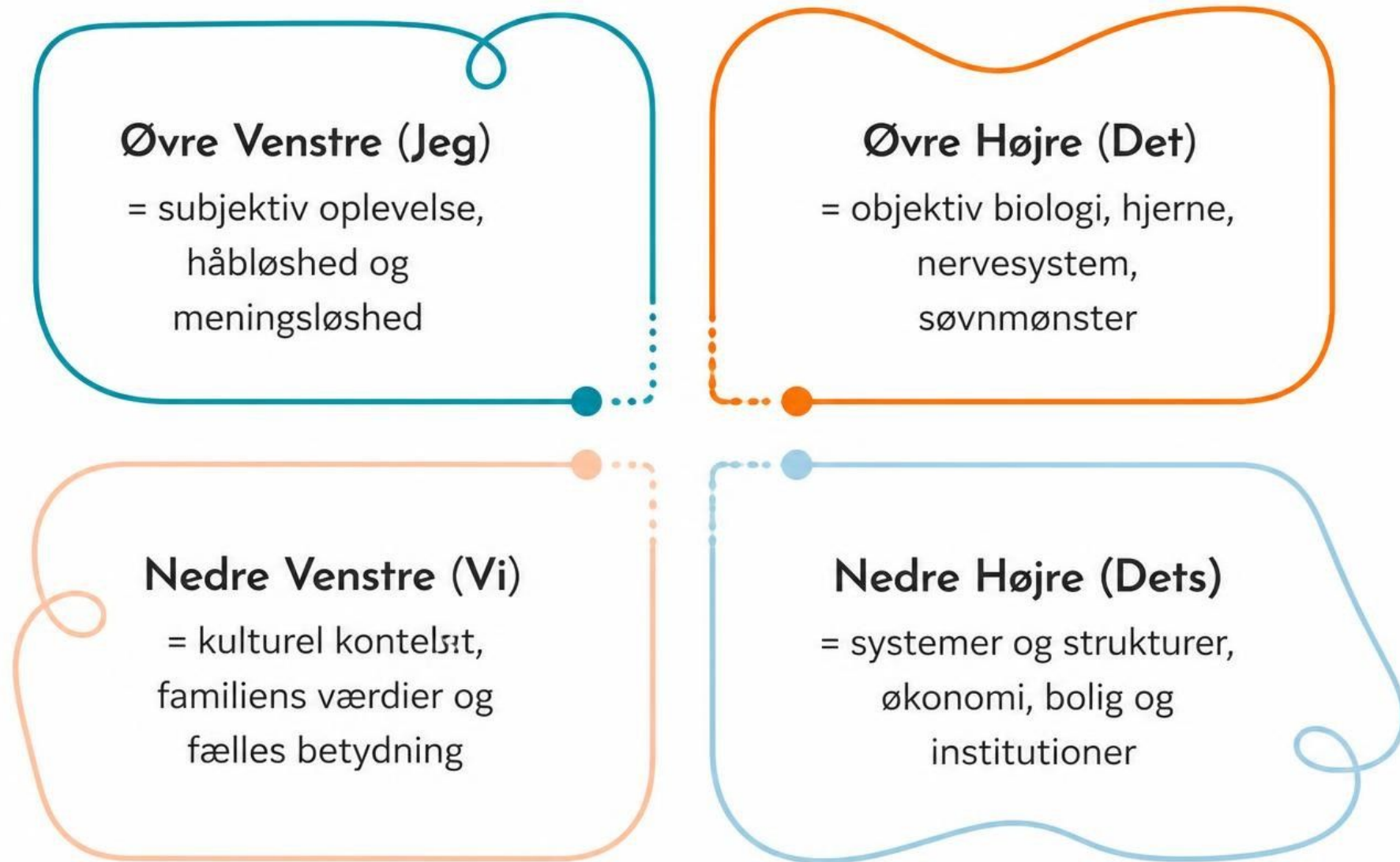
Rodchakra-øvelse

Fire papirer på gulvet: **A:** Arbejde, **B:** Bolig, **C:** Økonomi, **D:** Krop og helbred. Klienten træder ind på hvert og mærker den fysiske respons – en somatisk scanning af basale livsvilkår.

 Mikro-tuning er selve forudsætningen: en følsom tilpasning til klientens tonefald, rytme og pauser skaber den dybde, der muliggør healing af præ-verbale brud.

Ken Wilbers AQAL-Model: Integralt Overblik

For at undgå "**Flatland**" – reduktion af komplekse menneskelige problemer til enten biologi eller barndomstraumer alene – anvender vi Wilbers AQAL-model som metateoretisk overbygning.



State vs. Stage

Vi skelner skarpt mellem **State** (midlertidig tilstand: vrede, flow) og **Stage** (stabil udviklingsstruktur). En klient kan være "intellektuel kæmpe, men relationel dværg".

Transcend and Include

Sund udvikling inkluderer tidligere stadier. At blive rationel *på bekostning* af følelser er differentiering uden integration – et klinisk advarselstegn.

Præ/Trans-Fejlslutningen og Spiritual Bypassing

En kritisk terapeutisk distinktion: Vi må **ikke forveksle præ-personlig regression med trans-personlig udvikling**.

Præ/Trans-fejlslutningen

Når en klient siger "*Jeg eksisterer ikke som et separat selv*", må terapeuten vurdere: Er det en høj meditativ erkendelse **(trans)** – eller et udtryk for dissociation og manglende selvafgrensning **(præ)**? Disse to tilstande kan fremtræde identisk verbalt, men kræver modsatrettet intervention.

Spiritual Bypassing

Opstår når klienten bruger spirituelle koncepter som "accept" eller "ikke-tilknytning" til at undgå nødvendigt psykologisk arbejde – fx at håndtere undertrykt aggression, sætte grænser eller bearbejde tidlige sår.

Som integrale terapeuter er vores opgave at støtte **integration frem for undertrykkelse** – at forbinde de mørkerøde rødder med den professionelle ramme og skabe fundament for ægte, integral vækst.