



Modul C1 – Rødder og Rammer

En dybdegående guide til arbejdet med de tidligste udviklingsstadier i ID-psykoterapien

Hvad er de "røde årringe"?

ID Mørkerød (Eksistens)

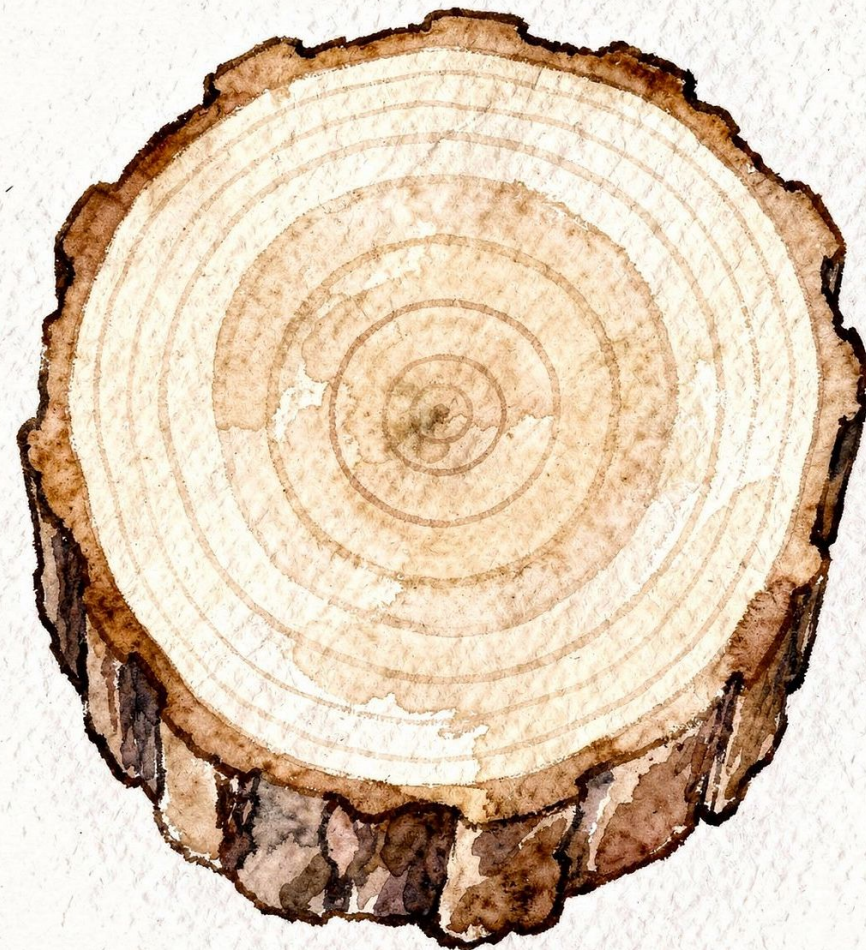
Den perinatale periode og de første måneder – retten til at være til. Erfaringer lagret dybest i psyken, før sproget overhovedet eksisterer.

ID Rød (Behov)

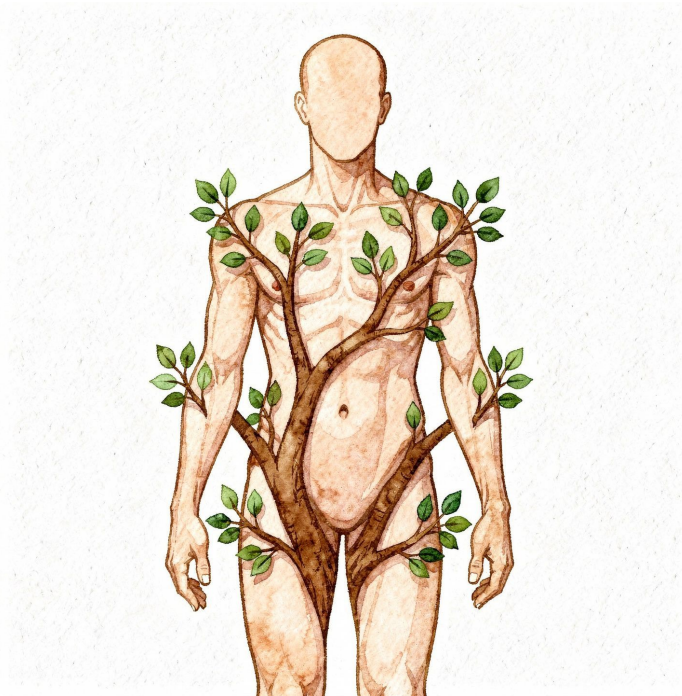
Barnets evne til at mærke, udtrykke og få opfyldt basale behov – evnen til at række ud mod verden og forvente svar.

Somatiske erindringer

Disse erfaringer er lagret som **somatiske erindringer** før sprogets dannelse. De kan ikke nås via intellektuel analyse alene – kroppen husker det, sindet ikke kan sætte ord på.



ID-træets grene: Krop og Sind



GREN 1

Kroppens gren – Sansning og følelse

Retten til at mærke sin krop uden at splitte fra. Når denne gren svigtes, skabes "kropsløse" voksne, der lever i hovedet, eller "hovedløse" voksne, der er afskåret fra refleksion.

GREN 2

Sindets gren – Erkendelse og tanker

Tænkning er sensorimotorisk på dette stadie. Manglende integration kan føre til en kronisk følelse af værdiløshed eller et overmentalt forsvar, der holder følelserne på afstand.

ID-træets grene: Ånd, Kultur og Natur

Åndens gren

Basal tillid (Winnicott) – svigt giver eksistentiel usikkerhed og en manglende oplevelse af retten til at eksistere i verden.

Kulturens gren

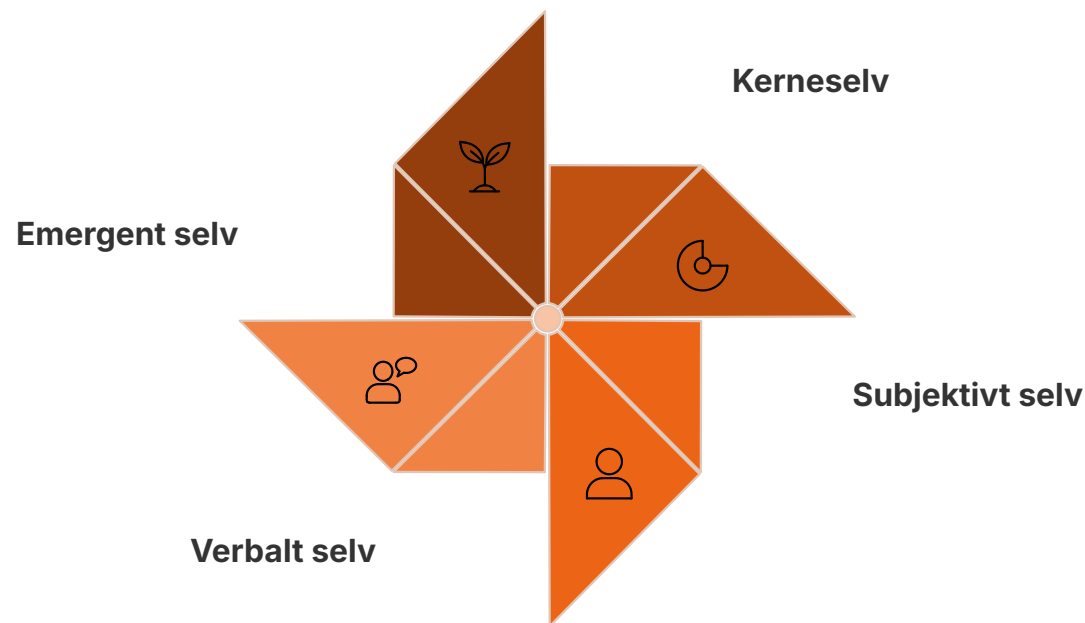
De tidligste relationelle skabeloner formes her. Kronisk følelse af at være uvelkommen eller et forstyrrende element stammer fra svigtede mønstre i denne gren.

Naturens gren

Instinktive overlevelsesmekanismer. Viser sig klinisk som "hamstring", kronisk rodløshed eller hyppige skift af bolig og job – en ubevidst søgen efter tryk grund.

Daniel Stern: Selvstadier og mødeøjeblikke

Selvstadiernes progression



Sproget kan skabe en kløft mellem det *talte* og det *følte* – en central udfordring i det kliniske arbejde.

Affektiv afstemning

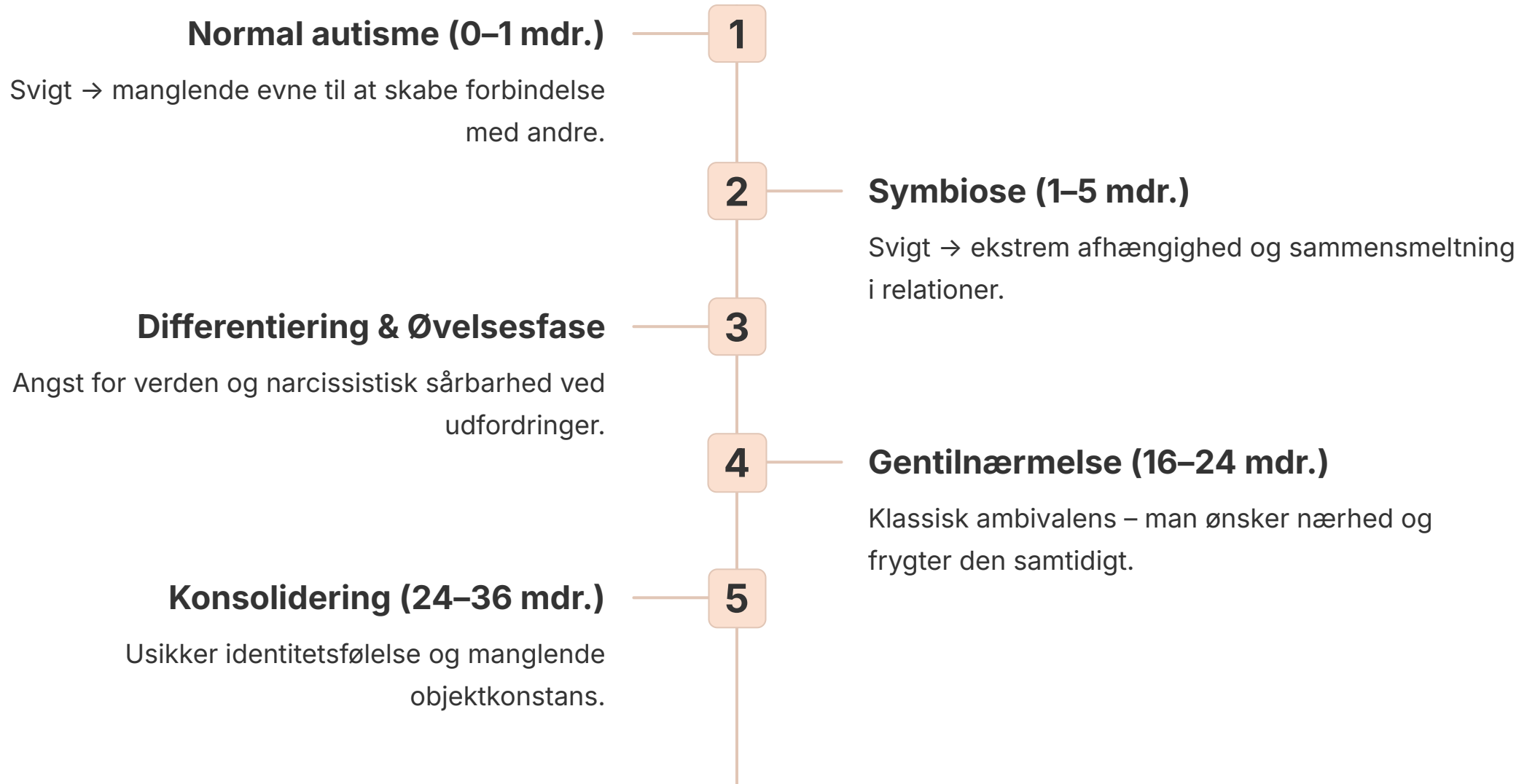
Terapeuten synkroniserer non-verbale signaler med klientens indre tilstand – rytme, tonefald og krop spejles med præcision.

Mødeøjeblikke

I vinduet på **2–8 sekunder** opstår den egentlige, ordløse forandring. Disse øjeblikke kan ikke planlægges – de kræver terapeutens fulde tilstedeværelse og sensitivitet over for det, der sker lige nu.

- ❏ Mødeøjeblikket er kernen i præ-verbal healing – det sker *mellem* ordene, ikke i dem.

Margaret Mahler: Faser og kliniske implikationer



Tove Hvid og Bodydynamics: Kropslige forsvarspositioner



Eksistensfasen

Mental fraspaltning: Klienten flygter op i hovedet – intellektualiserer som forsvar mod at mærke eksistensen i kroppen.

Kropslig fraspaltning: Tab af kontakt til tænkning og refleksion – klienten er i kroppen men ude af stand til at bearbejde oplevelsen mentalt.

Behovsfasen

Opgivende position: Klienten tilbageholder egne behov og forventer ikke at blive mødt af verden.

Mistroisk position: Tvivler kronisk på andres vilje til at hjælpe – kan eskalere til kraftig vrede, når behov endelig italesættes.

Kliniske øvelser: Somatisk arbejde



En hånd på ryggen

Aktiverer spædbarnstidens somatiske hukommelse. Støtter klienten i at hvile i sin egen værensrytme – at *være* frem for at præstere.



At klippe navlestrengen

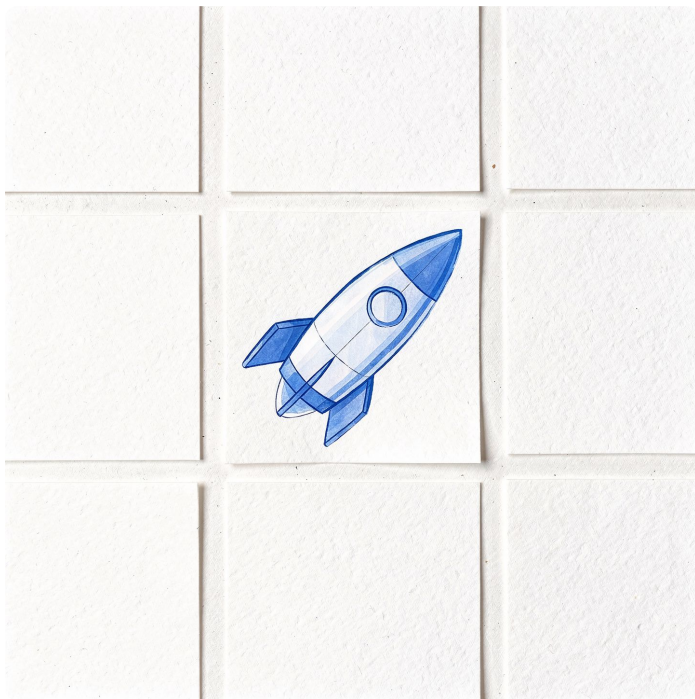
Visualisering der fremmer individuation fra den symbiotiske binding til mor. Et konkret billede på grænsen mellem selv og den anden.



At række ud efter næring

Fysisk og vokal overdrivelse af længslen – efterfulgt af at fylde sig selv op indefra. Integrerer krop, stemme og følelse i ét bevægelsesmønster.

Rodchakra-øvelsen



Setup

Fire stykker papir placeres på gulvet, hvert med sit livsområde:

Fremgangsmåde

Klienten træder ind på hvert papir og mærker den **fysiske respons** på det specifikke livsområde. Øvelsen giver en somatisk scanning af klientens basale livsvilkår og eksistentielle fundament – og omgår den intellektuelle kontrol.

A – Arbejde

B – Bolig

C – Økonomi

D – Krop & Helbred



Etiske og kliniske rammer

1

1/3-krop, 2/3-samtale reglen

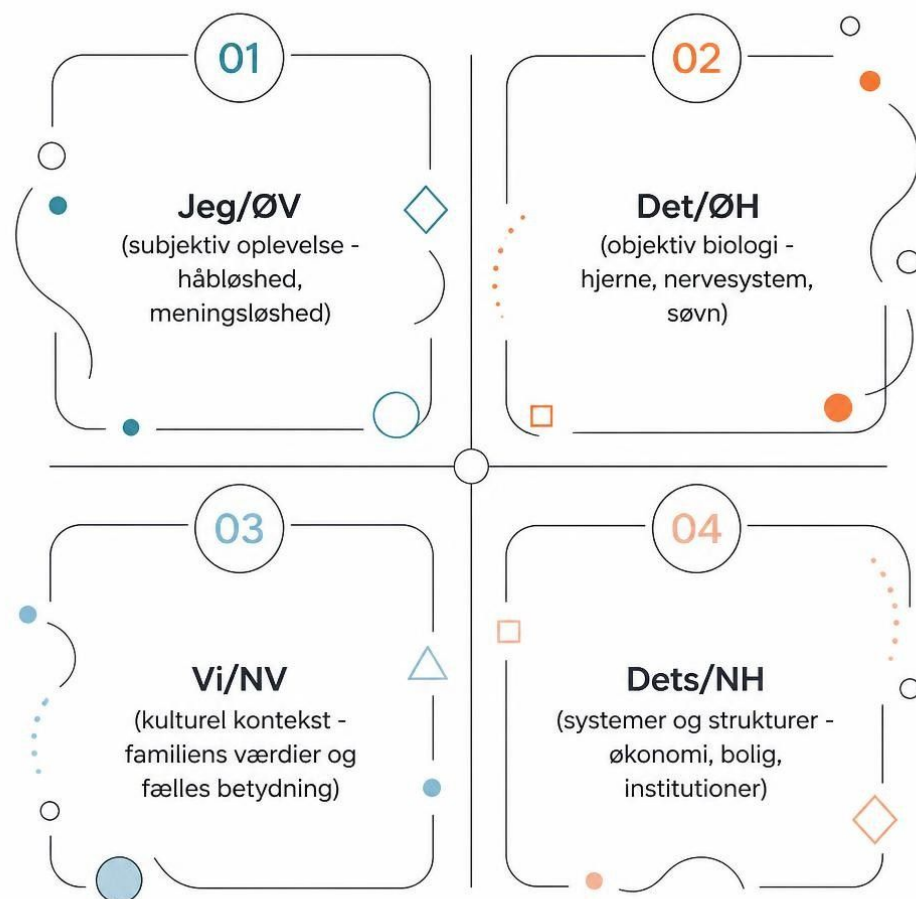
Enhver somatisk intervention skal integreres kognitivt efterfølgende. Kroppen åbner – samtalen forankrer og giver mening til det, der kom frem.

2

Mikro-tuning

Finmasket tilpasning til klientens tilstand fra øjeblik til øjeblik. Terapeutens **tonefald, rytme og pauser** er forudsætningen for healing af præ-verbale brud – ikke de valgte ord.

Ken Wilbers AQAL-model: Fire kvadranter



Et integreret perspektiv på klienten

AQAL-modellen minder terapeuten om, at klienten altid befinder sig i *alle fire kvadranter* på én gang. En depression er på samme tid en subjektiv oplevelse, en biologisk tilstand, et kulturelt fænomen og et strukturelt problem.

⚠ Undgå **"Flatland"** – reducer aldrig klienten til ét perspektiv alene. Den biologiske, den psykologiske, den kulturelle og den systemiske dimension er alle gyldige og nødvendige.

Præ/Trans-fejlslutningen og Spiritual Bypassing

Den kritiske distinktion

"Jeg eksisterer ikke som et separat selv" – er det høj meditativ erkendelse (**trans**) eller dissociation (**præ**)? Disse tilstande ligner hinanden overfladisk men har fundamentalt modsatte udviklingsmæssige retninger.

Spiritual Bypassing

Klienten bruger spirituelle koncepter som "accept" eller "ikke-attachment" til at undgå psykologisk arbejde – fx undertrykt aggression, uudviklede grænser eller ubearbejdet sorg. Spiritualitet bliver et forsvar frem for en integration.

Sund udvikling: Transcend and Include

Ægte vækst inkluderer og transcenderer tidligere stadier – den undertrykker dem ikke. Mørkerød og rød skal integreres, ikke efterlades, for at højere stadier kan bæres af et stabilt fundament.