

Veiledning på eget klinisk arbeid som gestaltterapeut - med rom for støtte, refleksjon og meditativ yoga.



Tid: Du kan velge mellom to alternativer: A: 24. – 29. juni 2019 og B: 7. – 12. oktober 2019

OBS: oppgitte priser krever påmelding før 15. desember 2018.

Er du relativt nyutdannet gestaltterapeut? Eller har for lite erfaring fra klinisk arbeid? Trenger du rom for refleksjon og veiledning på arbeidet og rollen som terapeut? Eller merker du belastninger over tid som bekymrer deg? Du er ikke alene.

Vi tilbringer seks dager sammen i Bolsena, Italia, for individuell veiledning i gruppe to ganger om dagen. Dette kombineres med meditasjon og yoga for økt kunnskap og bevisstgjøring om hvordan ulike klienter og situasjoner påvirker deg, og hvordan du selv påvirker feltene du arbeider i. Personlige erfaringer som påvirker ditt liv og arbeid kan derfor også være relevant tema i veiledning. Du trenger ikke tidligere erfaring i yoga eller meditasjon for å delta.

Min faglige intensjon med veiledningsgruppen er tredelt:

- Å støtte klientsituasjoner og relasjonserfaringer i klinisk arbeid, med rom for teoretisk, faglig og personlig refleksjon. Jeg bruker G. Francesetti's modell for å gjenkjenne fenomen og situasjoner i veiledning: 1: kunnskap og ekspertise (det vi vet); 2: dialog og samspill (det vi samskaper); 3: parallelprosess (det som oppstår i feltet, også beskrevet som resonans eller ARK (Aesthetic Relational Knowledge) M. Spagnuolo Lobb).
- Å arbeide for økt bevissthet om organismens, pustens og sansenes tilpassing i møte med ulike klientsituasjoner, og den faglig relevante kunnskapen dette gir. Praktisk trening ved veiledning, yoga og meditasjon.
- Å utforske dynamikken mellom skam og spontanitet i veiledning. Å støtte det som er åpent og uferdig, og støtte muligheten for endring. Jeg vil være interessert i fenomenet skam, som vi på ulike måter vil forholde oss til i en veiledningssituasjon.

Dette er en mulighet for NGFs medlemmer i å dekke krav til faglig oppdatering. Samlingen vil bl.a. dekke PFO kravet til kategori A: veiledning på eget klinisk arbeid. Vi får en unik mulighet til å fordype oss i veiledning, klientarbeid og egen prosess, samtidig som jeg minner om at PFO timer til kategori A anbefales dekket kontinuerlig over tid, og ikke kun samlet under ett.

Den lille middelalderbyen ved Europas største vulkanske innsjø, åpner også opp for å kombinere veiledningen med ferie – om du reiser alene eller sammen med andre.

Med samtiden som bakteppe: Vi lever i en samtid preget av hyppige og sterke eksistensielle og emosjonelle inntrykk; et samfunn som sosiolog og filosof Zigmunt Baumann beskriver som flytende, der fienden ikke nødvendigvis er et land, eller definert gruppe, men fragmenterte krefter og individer som utløser frykt, terror og uforutsigbarhet. En tid der grensene mellom rett og galt, mulig og umulig, løgn og sannhet, skam og skamløshet, er i stadig bevegelse. Der migrasjon og flyktingestrømmer, ny teknologi og sosiale medier utfordrer hvem vi er, og hvordan vi samhandler.

I et slikt samfunn er bl.a. 'numming' av sanseapparatet eller opplevelsen av utrygg grunn kjente fenomen - og fremtredende i arbeidet med psykiske helse. Dette utfordrer oss terapeuter til å være nysgjerrig på hvordan vi, i vårt ønske om å nå den andre, kontakter hverandre under påvirkning av samtidstypiske fenomen.

Veiledningen ledes av **Rolf Aspestrand**, gestaltterapeut, MNGF og sertifisert veileder fra NGF i 2019. Jeg veileder ut fra dine klienterfaringer, og trekker på kunnskap og fenomen fra gruppen med fokus på samvær og støtte. Min interesse er psykopatologi og samtidslidelser, med fokus på felt-diagnostisering av situasjon og dynamikk, framfor diagnostisering av enkeltperson. Jeg er inspirert og preget av mine mentorer: psykiater og gestaltterapeut Gianni Francesetti og psykologspesialist og gestaltterapeut Margherita Spagnuolo Lobb.

Yoga og meditasjon knyttes direkte til veiledningen for økt bevisstgjøring av sansenes organisering i møte med omgivelsene, og ledes av **Christina Caporali**, en erfaren italiensk yogainstruktør. (Se bakgrunn nedenfor).

Veiledning og faglig fokus tar utgangspunkt i gestaltterapiens grunn filosofier, teorier, prinsipper og modeller. De er Fenomenologi, Eksistensialisme, Feltteori, Loven om pregnans (kontaktgrense, kreativ tilpassing), modeller for kontaktprosesser (kontaktformer, erfaringskurven, kontaktsyklusen), og regulering av Selvet (Id, Ego, Personlighetsfunksjonen), der Selvet defineres som kontakt.

Dagene legges opp som følger (endring kan forekomme):

kl. 07.30 – 09.00	Yoga og meditasjon før frokost.
Kl. 09.00 – 10.00	Frokost
Kl. 10.30 - 13.00	Veiledning i gruppe. Dere melder individuelle veiledningsbehov.
Kl. 12.30 - 16.00	Dagen er din. Lunsj spiser vi som dere vil, alene eller sammen.
16.00 – 18.00	Veiledning i gruppe forts
18.30 – 19.30	Yoga og meditasjon
Kvelden er din	Middag spiser vi som dere vil alene eller sammen. (Fredag kveld inviterer Christina og Rolf til middag rundt et stort bord for hele gruppen. Ta med foretrukken drikke - Velkommen!)

Det vil maksimum være ti deltakere i gruppen med ønske om å skape en trygg ramme. Samtykke om taushetsplikt må signeres av alle deltakere. Små tidsendringer i programmet kan forekomme. Yogainstruktør Christina Caporali snakker kun engelsk og Italiensk. Ta med egen yogamatte om du har.

Pris: kr. 10460,- for 6 dager inkludert 5 overnattinger i eget rom med frokost og mellommåltider i det historiske og vakre Palazzo Caposavi til Grev Cozza (www.vescontebnb.com) midt i sentrum av Bolsena, Lazio. Inkludert er også **12.5 timer yoga og meditasjonstimer**, og **18 timer godkjent som PFO for NGF medlemmer**. Prisen inkluderer transport til og fra flyplassen, hotellskatt og felles middag fredag kveld. Ankommer du tidligere eller blir lenger må transport til/fra flyplass betales selv. Avklares nærmere når gruppen er etablert. **Prisene gjelder for påmelding innen 15. desember 2018.**

Når: Ut fra interessen vil kurset tilbys **A: 24. – 29. juni 2019 og B: 7. - 12. oktober 2019**. Skriv i din påmelding tidspunkt A eller B. Din plass må bestilles i god tid. Meld deg på nå for å få plass! **For den oppgitte prisen må 60% av innbetaling skje før 15. desember 2018.**

Flere flyelskaper		2 582 NOK	Folsen
Utreise Mandag 24 juni			
Avgang →	Ankomst	Flynummer	Reisetid
07:10 Oslo Lufthavn (OSL)	10:20 Roma Fiumicino Intl (FCO)	6E 011872	2 h 10 min
Hjemreise Lørdag 29 juni			
Avgang →	Ankomst	Flynummer	Reisetid
19:45 Roma Fiumicino Intl (FCO)	22:55 Oslo Lufthavn (OSL)	6E 014714	3 h 10 min

Flyreisen: må ordnes selv, men mht transport fra/til flyplassen prøver vi å samkjøre så langt det lar seg gjøre når vi har etablert en gruppe. Vi anbefaler www.norwegian.no avgang mandag 24. juni fra Oslo avreise kl. 07.10, med retur fra Roma med www.sas.no lørdagen 29. kl. 19.45 (pris kr. 2580.-)

Send påmelding til: rolf@aspestrand.no

Mer om Bolsena og Palazzo Caposavi: se nederst i dok.

Hvem er vi:



Christina Caporali – underviser helsearbeidere ved Orvieto senter for medisin og fysioterapi i pust, yoga og meditasjon. Hennes fokus er pustens fysiologi, og sammenhengen mellom kropp og tanker, muskulær spenning og avspenning, og resonansen mellom mennesker i kontakt. Cristina har studerte Hatha, Pranayama og Postural Yoga ved Efoa University of Rome.



Rolf Aspestrand er gestaltterapeut, MNGF og med 14 års erfaring som fulltids privatpraktiserende ved Sentrum psykoterapi & veiledning. Han har spesialisert seg i psykoterapi fra Institutt for Psykoterapi, København, og gestaltterapi og veiledning fra Istituto di Gestalt, Roma, Norsk Gestalt Institutt, Høyskolen, og Institutt for Mentalisering, Oslo. Han er siviløkonom med master i folkehelsevitenskap, master i kommunikasjonsvitenskap fra Boston University, og innehar European Certificate of Psychotherapy fra European Association of Psychotherapy, Certificate of Epidemiologi fra Tufts University, MBT veiledningssertifikat fra Institutt for Mentalisering. Mer info: aspestrand.no/bakgrunn/

Faglig ramme for veiledning i Bolsena:

A: Veiledning og refleksjon:

Jeg vil støtte meg til Gianni Francesetti's tre trinn for refleksjon og gjenkjenne av situasjoner i veiledning:

1. Ekspertise: kunnskap, fakta, etikk: utforske det vi vet.
2. Oppdage og støtte det vi samskaper i dialog og samspill.
3. Oppdage og støtte de fenomen som kommer fra feltet. Også referert til som Aesthetic Relational Knowledge (Margherita Spagnuolo Lobb), resonans og parallelprosess.

B: Veiledning og skam:

Jeg vil støtte og være interessert i fenomenet skam, som vi på ulike måter vil forholde oss til i en veiledningssituasjon.

1. Å støtte dynamikken mellom skam og spontanitet.
2. Å støtte det som er åpent og uferdig.
3. Å støtte muligheten for endring (transformasjon).

C. reflekterende team/felt-refleksjon.

Jeg vil bruke gruppen som reflekterende team, og som kilde til resonans og parallelprosess.

1. Reaksjoner og fenomen som oppstår i enkeltpersoner og i gruppen som helhet. Vi utforske dette som relevant for veiland.



Eksempel program i juni:

Mandag 24. juni.

Ankomst Bolsena.

kl. 18.00 – 19.30

Samling for introduksjons- og forventningsrunde.

Dag 1: Tirsdag 25. juni:

kl. 07.30 – 09.00.

Yoga og meditasjon før frokost.

Kl. 09.00 – 10.00.

Frokost

Kl. 10.30 – 13.00

Veiledning i gruppe. Dere melder individuelle veiledningsbehov.

Kl. 13.00 - 16.00

Dagen er din. Lunch spiser vi som dere vil, alene eller sammen.

16.00 – 18.00

Veiledning i gruppe forts.

18.30 – 19.30

Yoga og meditasjon

Kvelden er din - Middag spiser vi som dere vil ute alene eller sammen.

Dag 2: Onsdag 26. juni.

kl. 07.30 – 09.00.

Yoga og meditasjon før frokost.

Kl. 09.00 – 10.00.

Frokost

Kl. 10.30 - 13.00

Veiledning i gruppe forts.

Kl. 13.00 - 16.00

Dagen er din. Lunch spiser vi som dere vil, alene eller sammen.

16.00 – 18.00

Veiledning i gruppe forts.

18.30 – 19.30

Yoga og meditasjon

Kvelden er din - Middag spiser vi som dere vil ute alene eller sammen.

Dag 3. Torsdag 27. juni.

kl. 07.30 – 09.00.

Yoga og meditasjon før frokost.

Kl. 09.00 – 10.00.

Frokost

Kl. 10.30 - 13.00

Veiledning i gruppe forts.

Kl. 13.00 - 16.00

Dagen er din. Lunch spiser vi som dere vil, alene eller sammen.

16.00 – 18.00

Veiledning i gruppe forts.

18.30 – 19.30 Yoga og meditasjon

Kvelden er din - Middag spiser vi som dere vil alene eller sammen.

Dag 4 Fredag 28. juni.

kl. 07.30 – 09.00. Yoga og meditasjon før frokost.

Frukt, te, kaffe og vann vil stå framme.

Kl. 09.00 – 10.00. Frokost

Kl. 10.30 - 13.00 Veiledning i gruppe.

Kl. 13.00 - 16.00 Dagen er din. Lunch spiser vi som dere vil, alene eller sammen.

16.00 – 18.00 Veiledning i gruppe forts.

18.30 – 19.30 Yoga og meditasjon

Fredag kveld inviterer Christina og Rolf til middag rundt et stort bord for hele gruppen. Ta med foretrukken drikke - Velkommen!

Dag 5. Lørdag 29. juni.

kl. 07.30 – 09.00. Yoga og meditasjon.

Kl. 09.00 – 10.00. Frokost

10.30 – 12.30 Vi avslutter samlingen, evaluerer og takker for oss.

Jeg vil også gi dere et skjema for skriftlig evaluering.

Felles transport til flyplass: 16.30 (avklares når gruppen er satt).

Mer om vakre Palazzo Caposavi:

www.vescontebnb.com



Mer om Bolsena: Se artikkel på neste side fra Italy magazine...

Lake Bolsena: A Volcanic Miracle



Bolsena is a 'miraculous' lake in the Tuscia area, between Rome and Tuscany, which is dotted with enchanting towns that dominate the 'path of the Etruscans'. Rarely overcrowded, and abundant with beautiful black volcanic sands, it is the largest volcanic lake in Europe, with a circumference of 43km, and an incredible history. 370,000 years ago the collapse of land following the eruption of the Vulsini volcano (active until 104 BC) formed a caldera which then became the bed of Bolsena's lake. There are two islands, Bisentina and Martana, in the southern part of the lake which were formed by underwater eruptions following the collapse that created the caldera.

The area was part of the Etruscans territories in central Italy, a dominant culture in Italy by 650 BC. Needless to say, it's dowsed with tribe upon tribe which left their mark on this mysterious area.

Today the lake and the medieval town with the same name on its shores are best known for a miracle that occurred in medieval times in 1263.

The Miracle of Bolsena



In 1263, a Bohemian priest, Peter of Prague, was tormented by the doubt as to whether Christ was actually present in the consecrated Host and went on a pilgrimage to Rome to strengthen his faith.

On his way back, he stopped in the church of Saint Christina in Bolsena, and while celebrating Holy Mass above the tomb of St. Christina, he had barely spoken the words of Consecration when blood started to seep from the consecrated Host and trickle over his hands onto the marble altar and the corporal.

The priest interrupted the Mass and asked to be taken to Orvieto, the city where Pope Urban IV was then residing. The Pope listened to the priest's account and absolved him. When, after an investigation, all the facts were ascertained, he ordered the Bishop of the diocese to bring the Host and the linen cloth bearing the stains of blood to Orvieto.

The day archbishops, cardinals and other Church dignitaries brought them to Orvieto, the Pope met the procession and had the relics placed in the cathedral.

Apparently, Pope Urban IV was prompted by this miracle to commission St. Thomas Aquinas to compose the Proper for a Mass and an Office honoring the Holy Eucharist as the Body of Christ. One year after the miracle, in August of 1264, Pope Urban IV introduced the saint's composition, and by means of a papal bull instituted the feast of Corpus Christi.



The Mass at Bolsena by Raffaello -Apostolic Palace - The Vatican

In Bolsena, in the beautiful Church of Santa Cristina, there is a reliquary containing the marble, stained with blood, while the blood stained linen (exposed during the annual procession for the Feast of Corpus Domini) and the holy corporal are kept in a golden shrine in the Cathedral of Orvieto.

After visiting the Cathedral of Orvieto, many pilgrims and tourists go to visit St. Christina's Church in Bolsena to see the place where the miracle occurred. However, Bolsena is rarely overcrowded and an absolute pleasure to visit.

'Un Miracolo della Natura' - A Miracle of Nature

Covering an area of 113.5 km², it is considered Europe's largest volcanic basin. It is Italy's fifth largest lake and the biggest in the Lazio region. The lake is simply unique, with its black volcanic sands and beaches stretching for several miles, and it is an ideal destination for swimming, picnicking, water sports and fishing.

It is also a bird watchers' paradise: black redstarts, pochards, red crested pochards, coots, great crested grebes, little grebes, egrets, and grey herons have all been spotted in the area. Sedentary birds include doves, seagulls, and swans. Then there are herons, reed warblers, and great reed warblers.



A perfect off-the-beaten track location

In between Rome and Tuscany, it's a gastronomical treat for the taste buds, without blowing the budget, with the bonus of being off the beaten 'Tuscany' tourist track. Boasting a multitude of day trips to blow your mind, you would want a weekend and a car to make the most out of this discrete destination. Bolsena Town, Montefiascone, the Monaldeschi Fortress, Capodimonte are all interesting places to visit around Bolsena Lake for their history and their local traditions. The lake is also a stop on two major itineraries: Via Francigena (Bolsena was an important post/stop) and Sentiero dei Briganti – the “path of brigands” – that visits places of outlawry from Vulci to Acquapendente



Drive to Bolsena from Rome:

Lake Bolsena can be easily reached from Rome by taking the Cassia road.

Bolsena keeps visitors coming back for more. But, don't tell anyone about it, keep the miracle to yourself!