

Kreds Storstrøm

Afholder kursus:

Skam, selvet og menneskelighed v/Lars J. Sørensen

Onsdag 13. april 2016 kl. 10-16

Skam handler ikke om det, man har gjort, men om den, man er, og herved at være god nok. Skam opstår, når man ikke bliver set, som den man er, og når man bliver behandlet forkert og spejlet forkert tilbage. At føle sig set og føle sig mødt i sin selvforståelse er en kærlighedsbekræftelse. Alene berørtheden ved at føle sig set bringer kærlighed ind i det fælles rum, og for mange vil det tillige føles som en bekræftelse på kærlighedens eksistens. Forkrøbles vores selvforståelse, er det ifølge bogens forfatter et sjælemord, der alt for let kan føre til vold og overgreb – og i værste fald til mord eller selvmord.

Skam kan overvindes gennem tillid og tilknytning

Vi har en medfødt skam, der er sund og hensigtsmæssig, fordi den basalt er følsomme sansninger af verden og dens urimeligheder. Hvis der bliver der taget vare på denne medfødte skam, bliver den vores menneskelighed. Hvis den medfødte skam ikke bliver påagtet, udsættes man for umenneskelige opvækstbetingelser, og risikerer selv at blive umenneskelig. Skam er nemlig knyttet til selvet, så samtidig med at vi lærer verden at kende, dannes også vores selvforståelse. Generelt er både skam og skyld nødvendige socialiseringsfølelser, og de nævnes ofte sammen, men forskellene er større end lighederne. Den psykiske smerte ved skam er langt den største og mest invaliderende, men overses alligevel ofte. Skadevirkningerne af ikke-erkendt skam kan være den største enkeltfaktor bag psykisk sygdom og være afgørende for utilstrækkelig psykoterapi. Skam er imidlertid en skjult følelse, der typisk forværres ved omtale og bevidstgørelse. Det påhviler således behandleren at have kendskabet og fingerspidsfornemmelsen til at arbejde med skamfølelserne. En neuroaffektiv psykoterapeutisk tilgang vil være hjælpsom, fordi den arbejder med nærvær, tilknytning og kroppens sprog.

Kurset bygger på bogen: Lars J Sørensen: ” Skam - medfødt og tillært - når skam fører til sjælemord”.

Underviser Lars J. Sørensen har siden 1979 været chefpsykolog på Psykiatrihospitalet i Nykøbing Sj. Han har arbejdet med psykoterapi både i psykiatrien og privat praksis, og han har igennem mange år været underviser på forskellige psykoterapeutuddannelser. Forud for sin seneste bog udgav han i 1996 bogen ”Særpræg – Særhed – Sygdom” og i 2005 bogen ”Smertegrænsen”, der begge har afsnit om skam

Dato: Onsdag 13. april 2016 kl 10 -16

Sted: Uddannelsescenter Marjatta, Strandvejen 11, 4733 Tappernøje

Tilmelding: Senest 23. marts på Regionsyd@msn.com - endelig tilmelding ved betaling.

Pris: 1000,- kr. (som er inkl. moms samt forplejning) konto: 0400 4012446026 i Lån & Spar Bank.