

Mine vigtigste inspirationskilder

Inspirationskilder og læremestre:

* **Ingrid Prahm** mødte jeg som 21-årig, da jeg startede på en 3-årig uddannelse som afspændingspædagog. Her blev jeg introduceret for Ingrids nuancerede måde at arbejde med sammenhængen mellem krop, personlighed og bevægemønstre med oprindelig inspiration fra dels skuespilleres og balletdanseres arbejde med krop, bevægelse og afspænding, dels fra psykoanalysen, psykiatrien og fra fysiurgi, funktionsanatomi og neurologi. I dag en SU-berettiget mellemlang 3½ årig videregående uddannelse, der berettiger til titlen [Professionsbachelor i afspændingspædagogik og psykomotorik](#).

* **Bodydynamic Instituttets** lærere, af hvem jeg har lært om kropssororienteret psykoterapi, udviklingsteori (karakterstrukturanalyse), traumeterapi, kropslæsning og muskeltest (BodyMap). Kurser, 4-årig uddannelse, samt omfattende individuel egenterapi og supervision. Siden på Updates, speciale uddannelser i traumatologi, supervision og kvalificeret som underviser under Bodydynamic International

***Lisbeth Marcher** der har startet hele processen i udviklingen af den Kropssorienterede Psykoterapi på Skolen for Kropsdynamik og som i alle årene har stået for uddannelsernes sammensætning, udvikling og kvalitet.

***Lars Sørensen** er psykolog og forfatter og har de sidste mange år været min terapeut og store inspirationskilde <https://integrativpsykoterapi.dk/>

***Ditte Marcher** er i dag seniorlærer i Bodydynamic International og har været en tæt samarbejdspartner.

***Merete Holm Brantbjerg** som alle årene har været en inspiration i sit konstante udviklingsarbejde omkring forståelse og arbejde med traumer og hvor jeg har deltaget på 2 årlige specialtræninger. Se evt. mere på www.moaiku.dk

***Marianne Bentzen** som har åbnet mine øjne for koblingen mellem Bodydynamic, SE, neuroaffektiv terapi og mindfulness.

***EEG Institute** v. Stifter Jette Myglegaard – www.eeginstitute.dk

*** Peter Levine og Diane Poole Heller** hvor jeg har været på kurser og som har inspireret mig uvurderligt i arbejdet med ressourcer og traumer. Se evt. www.traumahealing.com eller www.traumasolutions.com

***SCT, Systems Centered Therapy's** trænere – internationalt Yvonne Agazarian og i Danmark Peter Bernhardt hvor jeg har lært om relationer, "at tage tingene mindre personligt" og forstå systemers indbyrdes afhængighed og udvikling. Se evt. mere på www.systemscentered.com