

## Om mig

Jeg er født i 1968 i en lille provinsby i det tidligere Østtyskland. Efter studentereksamen og tre års militærtjeneste i NVA begyndte jeg i 1989 at læse til læge på Humboldt-Universität i Berlin. Der gik ikke ret lang tid før det blev mere og mere vanskeligt for mig, at forlige mig med dette "drømmestudie" - især det jeg oplevede som fagets basale menneskesyn. Efter fire år og bestået bachelorgrad (1. medizinisches Staatsexamen) droppede jeg ud og vendte mig mod min anden store lidenskab - kunsten - og begyndte at læse kunsthistorie. I forbindelse med dette studie kom jeg i 1998 til København for at læse kunsthistorie som gæstestuderende på overbygningen. Efter året var gået, valgte jeg at blive her og fortsatte mine studier som regulær studerende. I foråret 2002 begyndte jeg en terapi hos psykoterapeut Eigil Asanta, fordi jeg var blevet træt af at ende i de samme problemer igen og igen. Jeg havde en klar oplevelse af, at det ikke var selvskrevet, at jeg skulle fortsætte med at være i disse problemer resten af mit liv. Der måtte være noget andet og andre måder at forholde sig til mig selv og verden omkring mig på, i stedet for at forblive fastlåst i mere eller mindre stivnede reaktionsmønstre. Men jeg havde ikke drømt om, hvor omfattende denne ændring ville være. Omkring et år senere følte jeg mig nødt til at forlade alt, hvad jeg havde troet at være væsentligt i mit liv og for min identitet. Jeg måtte simpelthen starte helt på ny, at "lappe" hist og her for at kunne holde fast i mit gennem livet opbyggede selvbillede, syntes mere og mere at være en blindgyde. Det endte og (ikke mindst begyndte) med at jeg forlod mit arbejde som pædagog, mit studie på universitetet, min daværende kæreste og vores lejlighed. Jeg fortsatte i terapien og ved siden af at prøve at komme til bunds i mine egne problemstillinger, begyndte jeg at arbejde målrettet hen imod selv at blive psykoterapeut. I sommer 2004 sagde Eigil efter længere overvejelser ja til mit ønske om at blive uddannet til psykoterapeut af ham i en individuel læreterapi. Samtidigt var jeg blevet optaget på den fireårige psykioterapeut-uddannelse ved Dansk Institut for Psykoterapi (DIP), hvor jeg havde søgt ind fordi jeg oplevede, at denne skole kom tættest på min tilgang til psykoterapi næst efter det jeg havde oplevet og lært i min egen terapi. Jeg valgte alligevel at starte i læreterapi hos Eigil. Det gjorde det muligt for mig at lære faget udelukkende ud fra og i takt med min egen udvikling. Denne slags individuelle mesterlære kan af gode grunde ikke tilgodeses af en formaliseret uddannelse som er nødt til at finde en balance mellem standardiserede faglig krav og mange forskellige elevers behov. Min uddannelse var, ved siden af en omfattende litteraturpensum og intense faglige udvekslinger herom, i høj grad præget af en praksisorienteret tilgang, både i individuel samtalerapi og i arbejdet med grupper. I stedet for at øve mig med studiekammerater, lærte jeg fra begyndelsen af ved at arbejde med klienter, som var i terapi hos min lærer, samtidigt med at jeg fortsatte med min egen terapi i det omfang det viste sig at være nødvendigt.

Jeg afsluttede min uddannelse i juni 2007 og arbejder nu som selvstændig psykoterapeut i København. Desuden laver jeg jævnligt kurser i psykisk vækst sammen med Eigil Asanta i hans kursuscenter på Djursland. Ved siden af min uddannelse har jeg siden 2003 deltaget i adskillige grupper og seminarer hos Michael Barnett - en spirituel lærer. Desuden har jeg gennemgået et forløb i body-sds-behandling over 18 måneder.

Siden sommer 2009 er jeg i gang med en uddannelse til Kranio-Sakral-Terapeut på Stanley Rosenberg Institut i København som supplement til og styrkelse af den kropsorienterede tilgang i mit arbejde som psykoterapeut. Du kan se mit uddannelsesbevis ved at klikke her.