

Rapport om arbetet med FETE – Federation for Existential Therapy in Europe

Bo Blåvarg 2019-02-10

Den 13-14 i år hålls det första årsmötet i FETE, Federation for Existential Therapy in Europe, vilket en stor händelse och en milstolpe för den existentiella psykoterapi i Europa. Det har tagit nästan fyra års arbete att nå dit!

Arbetet med att skapa en europeisk förening för existentiell psykoterapi startade på den första världskonferensen i existentiell terapi i London i maj 2015. Drygt 60 personer visade intresse för en europeisk förening och en arbetsgrupp på 18 personer bildades.

Ett av syftena var att bilda en förening som på en europeisk nivå skulle ordna seminarier, konferenser och publikationer och göra existentiell terapi känd för dem som kan behöva den. Att skapa en plattform för europeiskt utbyte på terapeutisk, akademisk, teoretisk och tillämpad praktisk nivå.

Ett annat syfte var att ansöka om medlemskap i European Association of Psychotherapy, EAP, som ett sätt att ytterligare befästa den existentiella psykoterapi i Europa.

Föreningen avser att verka i alla länder i det geografiska Europa, inklusive Israel. Med geografiska Europa avses en inkludering av transkontinentala länder som Ryssland, Kazakstan, Azerbadjan, Georgien, Turkiet, Armenien och Cypern.

Arbetsgruppen består av följande personer:

Bo Blåvarg CPsychol

Dr Edgar Agrela Correia PhD, AdvD, Post-MA, MA, PgD

Professor Emmy van Deurzen PhD, MPsyCh, MPhil, FBPsS, CPsychol, FBACP, UKCPF, HCPCreg

Dr Peter Donders PhD

Ferhat Jake Içöz MA, M.Sc., Psy.D. Candidate

Professor Rimantas Kočiūnas

Dr Elita Kreislere

Dr Ingeborg Künz

Lenka Lemeer

Professor Dmitry A. Leontiev, Ph.D., Dr.Sc.

Dr Gideon Menda, B.A., M.A., D.Prof, UKCP Reg.

David Palmquist CPsychol, MBPsS

Dr Christian Schulz-Quach MD, MSc, MRCPsych, MBACP

Paola Pomponi UKCP (accr.) MBACP

Professor Digby Tantam MA, MPH, PhD, FRCPSych, FBPsS, FBACP, UKCPF, FHEA

Siebrecht Vanhooren, Ph.D.

Dr Semjon Yesselson

Dr Katerina Georgalos Zymnis C.P.A., M.Sc., PhD

Gruppens arbete har letts och organiserats av Christian Schulz-Quach, Paola Pamponi och David Palmqvist. Gruppen har haft regelbundna möten online sedan hösten 2015, cirka en gång per månad, och alla möten har protokollsfort noga.

Arbetsgruppen har representerat en rad europeiska länder: Danmark, Norge Sverige, Tyskland, Österrike, Lettland, Tjeckien, Ryssland, Israel, Portugal, Storbritannien och Grekland. Sverige och SEPT har representerats av fd ordförande Bo Blåvarg.

Den första delen av arbetet i gruppen bestod av att enas om en definition av existentiell psykoterapi, formulera syftet med föreningens arbete och förbereda för en registrering av föreningen. Arbetsgruppen studerade noga strukturen hos andra europeiska föreningar för att hitta den form som passade FETE bäst. När arbetsgruppen enats om en grundläggande konstitution för föreningen träffades gruppen i London i november 2016 för att lägga de sista detaljerna till, och underteckna, en ansökan om en registrering av föreningen. Föreningen måste registreras i ett land och valet föll på Storbritannien, där ansökan lämnades in för att registrera en CIO, en charity organisation.

Arbetet fortsatte sedan med att formulera ytterligare stadgar för föreningen och komplettera ansökan efter önskemål från myndigheten i Storbritannien. Delar av arbetsgruppen träffades för ett andra möte i Tel Aviv i maj 2017.

Den 23 november 2017 godkändes till slut ansökan och FETE, Federation for Existential Therapy in Europe, registrerades som en charity organisation i Storbritannien. Arbetsgruppens medlemmar är föreningens förtroendevalda, board of trustees, fram till första årsmötet som enligt stadgarna för en CIO ska hållas inom 18 månader från det att föreningen blivit registrerad.

Nu när föreningen var verklighet delades arbetsgruppen in i tre grupper för det fortsatta arbetet, med ansvar för förberedelse av det första årsmötet, färdigställande av stadgar och byggande av hemsida.

FETEs första årsmöte, (AGM, Annual General Meeting), är bestämt till den 13 och 14 april 2019 i Wien. Det kommer hållas en minikonferens den 13 april och själva årsmötet på förmiddagen den 14 april. Programmet är inte klart än, och när programmet är klart kommer det att presenteras på FETEs hemsida, www.existentialfete.online.

På årsmötet ska den första styrelsen väljas och föreningens stadgar ska antas, mötet blir med andra ord konstituerande. Valberedningen är inte klar med sitt arbete än, så det saknas ett färdigt förslag till styrelse i dagsläget. Alla som är intresserade av att delta i FETEs första årsmöte är mycket välkomna!

Därefter är det den första styrelsens uppgift att planera det fortsatta arbetet för FETE. Efter AGM i Wien 13-14 april upphör med andra ord arbetsgruppens arbete och den nya styrelsen kommer att forma SEPTs arbete den närmaste framtiden.

Som förslaget till stadgar ser ut just nu ska det finnas tre olika möjligheter till medlemskap, individuellt, intresseorganisation och utbildningsinstitut. När väl FETE har haft sitt första AGM, och antagit sina stadgar, kommer det finnas möjlighet för SEPT att söka medlemskap i FETE, liksom för att söka individuellt medlemskap.

Samarbetet i arbetsgruppen har fungerat mycket väl, och gruppen har kunnat enas om bland annat en definition av existentiell psykoterapi, vilket var en viktig del i att komma vidare. Arbetet i gruppen har också varit koncentrerat och fokuserat på samförstånd. Arbetsgruppen har arbetat utifrån principen om konsensus, vilket ibland lett till längre diskussioner men också varit den enda framkomliga vägen. Trots principen om konsensus har arbetet varit mycket respektfullt, vilket har varit en av de viktigaste orsakerna till att arbetet blev framgångsrikt.

Här nedan följer utdrag ut FETEs konstitution:

Definition of Existential Therapy:

"Existential Therapy is a philosophically informed approach to counseling and psychotherapy. Existential Therapy focuses on the clarification of human existence to enable a person to engage with problems in living in a creative, active and reflective manner in order to find new meaning and purpose.

Existential worldview:

Existential Therapy values the interactive, relational and embodied nature of human consciousness and human existence. It considers that human beings are free to effect change in their lives in a responsible, deliberate, ethical and thoughtful manner, by understanding their difficulties and by coming to terms with the possibilities and limitations of the human condition in general and of their own life in particular. It emphasises the importance of finding meaning and purpose by engaging with life at many levels, physical, social, personal and spiritual. It does not prescribe a particular worldview but examines the tensions and contradictions in a person's way of being. This will include a consideration of existential limits such as death, failure, weakness, guilt, anxiety and despair.

How does it work?

There are many forms of Existential Therapy and each has its own specific methods and ways of exploring difficulties and change, but all forms of existential therapy work with dialogue to enable a person to find their own authority in exploring their life and the way they want to live it. This will often involve a philosophical and ethical exploration of the big questions of human existence, such as truth, meaning, justice, beauty, freedom, consciousness, choice, responsibility, friendship and love.

Existential Therapy is a pragmatic and experiential approach which favours embodiment, emotional depth, clarity and directness and which employs the principles of logic, paradox, dialectics, phenomenology and hermeneutic exploration amongst other methods.

What does it aim for?

Existential therapists aim to approach a person's un-ease or suffering in a phenomenological, holistic way. Symptoms are not seen as the defining aspect of a person's troubles, but rather as an expression of the person's disconnection from reality, or distorted reality.

Therefore Existential therapists see symptoms as a way of coping with difficulty, a problem, or an existential crisis. A person's experience will be considered at all levels.

Equal attention will be paid to a person's past, present and future. Existential therapists facilitate a person's greater awareness of their mode of being in the world, helping them to be more in touch with their concrete physicality, their interactions and relationships, their engagement with their own identity or lack of it, their concept of what grounds their being and the ways in which they may be able to bring the flow and their capacity for transcendence, learning and pleasurable forward movement back to life. It helps people to tolerate and embrace suffering and difficulty to engage with it constructively.

How do we train people?

Existential therapists are trained in specialist training programs, that require training at post-graduate level and which involve theoretical learning, skills training, practical learning under supervision, a process of personal therapy to learn to apply existential principles in practice and the completion of some form of phenomenological research project or a final project that includes theory and practice.”