



# Alle kan få brug for en timeout...

**Sådan siger Benny Klarholt, nyuddannet psykoterapeut i Brande, der gennem samtale og det at lytte er parat til at række en hjælpende hånd.**

Erik Lauritzen

Alle mennesker kan komme i en situation, hvor de har behov for at tale med et andet menneske om et personligt problem – og det er langt fra sikkert at dette andet menneske skal være en fra familien. Oftest er det bedst at søge professionel hjælp hos en uddannet person, som er fri for et nært og følelsesmæssigt engagement. Det er her Benny Klarholt kommer ind i billedet, som efter et 4-årigt studie er nyuddannet psykoterapeut med egen klinik i Brande og medlem af Psykoterapeut Foreningen. -Man behøver dog ikke at tumle personlige problemer

af alvorlig karakter for at have udbytte af en samtale med en psykoterapeut. Det kan blot være ønsket om en time out for lige at samle sig og korrigerer kursen for at sigte mod målet, siger Benny Klarholt. -Jeg har selv været i terapi og kender derfor dybden og værdien i en samtale og det at arbejde med egne problemstillinger.

## Erkende man har et problem

Gennem 16 år var Benny Klarholt præst ved Brande Baptistkirke, men det arbejde har han lagt bag sig. "Præstekasketten" og forkyndelsen er lagt på hylden. -Men jeg vil naturligvis bruge nogle af de erfaringer, jeg har fra mit arbejde i kirken både som sjælesorger og som den, der altid var parat til "at lægge ører til", siger Benny Klarholt. -Så jobbet som psykoterapeut er stort set det samme - blot i verdslige rammer. -Man skal selv erkende, man har et problem for andre kan gå ind og hjælpe, men det er



-Alle har brug for en timeout. Håndboldholdet har brug for lige at samle sig, og korrigerer kursen for at sigte mod målet. Du har som menneske behov for at justere dit liv, og se nye mål. Psykoterapi har som mål at forege livsudfoldelse og udvikling. Det betyder at psykoterapi tager sit afsæt i din situation, og i hvordan du kan arbejde med dit liv, for at udvikle det og sætte fokus på det, siger Benny Klarholt, psykoterapeut i Brande.

## Biler



## Karstens Køreskole



### Kørekort til BIL OG MC

Generhvervelse  
Holdstart hver måned.

### Karsten Lund

Mobil 51 29 87 29 - Tlf. 97 18 36 50  
www.karstenskoreskole.dk



også klart, at for mange mennesker er det et stort skridt at søge hjælp hos en professionel behandler.

### Forbundet med tabuer

-Jeg afsluttede studiet i juni 2008 og oplevede på det nærmeste at falde ned i et stort hul. Mens jeg som et led i studiet havde haft "patienter", så havde jeg pludselig ikke nogen. Jeg havde mange besøg på min hjemmeside, men jeg vil jo gerne, at folk kom lidt længere og

kontaktede mig, siger Benny Klarholt.

I sit virke som præst var han vant til, at folk kom og trak ham i ærmet for at få en lille snak og ofte drøfte personlige problemer. Et arbejde han gerne vil fortsætte blot i nye rammer.

-Jeg er godt opmærksom på, at psykoterapi kan være forbundet med tabuer og spørgsmål om synlighed og anonymitet. Men jeg vil gerne understrege, at jeg som uddannet psykoterapeut er

underlagt skrappe regler om tavshedspligt. Hertil kommer krav til mig om redelighed og seriositet i arbejdet.

### Nå ind til sagens kerne

-Som psykoterapeut skal man være indstillet på, at den person, der søger dig, ikke altid melder klart ud omkring årsagen. Det kan hænge sammen med, at vedkommende ikke selv er helt klar over kernen i problemerne, men det kan også være et spørgsmål om blufærdighed.

Så er det min opgave gennem samtalen at få skrælet de forskellige lag af og nå ind til sagens kerne – det kan godt kræve flere samtaler, inden vi i fællesskab når hertil. -Men i bund og grund drejer det sig om at forholde sig til virkeligheden her og nu, siger Benny Klarholt. -I dag har jeg mit arbejde hos Kristelig Fagforening, men min drøm er at komme til at leve af arbejdet som psykoterapeut.



# 40 til 50%

## RABAT PÅ ALLE DÆK TIL PERSONBILER

Euromaster har 46 professionelle dækcentre over hele Danmark. Vi fører alle de bedste dækmarkører – få en fantastisk pris på f.eks. Michelin, BFGoodrich, Bridgestone, Continental, Goodyear – vi har det hele.

Kampagnen gælder t.o.m. 30. maj 2009



Vi giver 14 dages dæktilfredshedsgaranti!

[www.euromaster.dk](http://www.euromaster.dk)

**EUROMASTER**  
EKSPERTER I DÆK

EUROMASTER BRANDE • VESTERGÅRDSVEJ 11 • TLF 97180733  
LÆS MERE OM VORES TILBUD PÅ EUROMASTER.DK ELLER RING 87 28 28 28

