

Vejledning til procesgrupper på overbygningsuddannelsen

Formål

Formålet med procesgruppemøderne på 5.- 8. semester er primært, at I får trænet rollen som terapeut og opøver kompetencen i at give feedback. Gruppemøderne er fortsat en vigtig del af uddannelsen og skal hjælpe jer hver især med at få øvet jeres terapeutiske kompetencer, få arbejdet med både udfordringer og styrker som terapeuter, set på relations-arbejdet mellem klient og terapeut, samt få en øget opmærksomhed på, hvad den terapeutiske proces gør ved dig og din historie.

Også i denne sammenhæng er I del af en vigtig udviklingsproces, hvor I som gruppemedlemmer er vidner til og sparringspartnere på både jeres egen og resten af jeres gruppens terapeutiske og personlige udvikling.

Tidsforbrug

For at kunne leve op til kravene på uddannelsen, skal I som studerende have deltaget i 10 gruppemøder af 3 timers varighed pr. år. Derfor er det vigtigt, at I forpligter jer engageret i gruppen og som en selvfølge møder op til deltagelse i gruppemøderne mellem undervisningsmodulerne.

Et procesgruppemøde må gerne vare længere tid end 3 timer. Dog kan møderne ikke lægges sammen, så man eksempelvis mødes 6 timer 5 gange på et år. Der skal være minimum et procesgruppemøde mellem hvert modul. Årsag er, at procesgrupperne også fungerer som holdepunkt mellem modulerne og en mulighed for at diskutere og reflektere over både teori og den personlige proces.

Ved procesgruppemøder skal der være personligt fremmøde, man kan altså ikke deltage over skype eller lignende.

På 5.- 8. semester bliver I præsenteret for en række nye værktøjer og metoder, som I med fordel kan bruge procesgruppen til at afprøve og blive mere fortrolige med.

Nedenfor er skitseret, hvordan I kan bruge gruppemøderne, men det er også tilladt at udvikle oplægget og aftale andre rammer for gruppen, så længe I får øvet terapeutrollen.

Procesgruppemødet

Ved mødets begyndelse:

Begynd gruppemødet med at komme til stede og blive nærværende. En af jer kan eksempelvis lave en guidet meditation af 5-10 minutters varighed. Eller I kan bruge andre øvelser lært fra undervisningen til at komme til stede.

Vejrmelding:

Aftal herefter, hvem der har lyst til at være lytter ved en her-og-nu runde/vejrmelding af 5-10 minutters varighed pr. person, eller aftal at I taler til alle i gruppen på en gang. Rollen som lytter skal varetages af jer på skift og det forventes, at hver studerende har haft denne rolle mindst to gange gennem de to sidste år.

Ved vejrmeldingen gælder det om at få sagt, hvad der ligger hver af jer på sinde lige nu og

her, så I kan være bedst muligt til stede. Større problematikker kan 'gemmes' til de efterfølgende terapier.

I denne runde kan I også fortælle, hvilke roller I vil have ved resten af mødet: terapeut, klient eller observatør.

Træningsmodel

Lav grupper af tre eller flere, hvor:

- én er terapeut,
- én er klient og
- én eller flere er observatører.

Som klient skal du have overvejet, hvad du gerne vil tale om. Du skal undervejs i terapien være opmærksom på, hvad der i terapien virkede godt *for dig* i samspillet mellem dig og terapeuten.

Som terapeut skal du forsøge at øve dig i de mange facetter, frugtbar terapi indeholder. I begyndelsen af 5. og 6. semester kan det være en ide, at du som terapeut beslutter dig for særlige discipliner, du vil øve og have feedback på, eksempelvis positiv reformulering, subjektiv reformulering, opridsning af temaer, opridsning af polariteter etc. Som uddannelsen skrider frem, får du forhåbentlig mod på at jonglere flere metoder på én gang.

Som observatør skal du være opmærksom på og notere dig:

- hvad klientens historie gør ved dig
- hvad du bliver nysgerrig på i processen
- Hvor i terapien terapeuten lykkes med sine anførte succeskriterier, for eksempel subjektiv reformulering etc.

Feedback:

Det forventes, at I forholder jer til feedback på den måde, I har lært på uddannelsen. I kan finde struktur og eksempler på feedback på intranet under "Vejledninger og materiale". Den der er på som terapeut, kan bede observatør om at være opmærksom på og give feedback på specifikke punkter, som eksempelvis brug af subjektive reformuleringer.

Tidsforbrug:

Brug mellem 30 og 40 minutter på hver terapi. Dette overlader ikke tid til, at alle får prøvet hver af de enkelte roller til hvert møde. Så husk, at skifte roller fra møde til møde, så alle løbende kommer på som henholdsvis terapeut, klient og observatør.

Konflikter:

Hvis der mod forventning skulle opstå konflikter i procesgruppen, så forsøg i første omgang, at håndtere konflikterne internt. Er dette ikke nok, så tag kontakt til ledelsen på SEOP, der vil give sparring og eventuelt kunne deltage som supervisor i gruppen.