



Procesgruppeopgave - Seksuelle overgreb.

Start med at bruge nogle minutter til at lande ind i gruppen.

Øvelse:

Opgavens formål er at skærpe opmærksomheden yderligere på, hvad der har gjort indtryk i undervisningen, og særligt hvor I kan se at I ville blive udfordret som kommende terapeuter.

Vær klient og terapeut for hinanden og brug følge-og forståelsesresponses og subjektive reformuleringer.

Brug evt. nedenstående punkter vejledende:(læs dem igennem først, skal ikke læses op).

- Hvad har gjort særligt indtryk på dig i temaet "seksuelle overgreb?"
- Hvad var det der gjorde, at det kom i forgrund for dig. Var det noget i din historik, konkrete overgreb (hvis du har lyst til at fortælle) eller andre aspekter der blev nærværende for dig?
- Hvordan reagerer du når du hører om seksuelle overgreb?
(f.eks. deflekterer du, lammes du, bliver du urolig, vred eller lign.)
- Hvordan tror du det ville det udfordre dig som terapeut, og hvad skulle du være opmærksom på?
- Hvordan tror du det ville være at arbejde med en krænker, hvad kunne der komme i spil for dig?

Sæt jer derefter sammen og repetér nogle af de mest signifikante aspekter som den krænkede har for at håndtere og lave strategier for at kunne "overleve/beskytte/håndtere" at være blevet krænket. Brug evt. listen af markører og PowerPoints fra undervisningen som inspiration.

Terapeutisk øvelse – At folde følelser ud:

I terapeut-positionen skal I anvende:

- **følgeresponser**
- **spejlinger og reformuleringer** (gerne metaforiske)
- **empatiske gæt**
- **Ingen uddybende spørgsmål**

Hvis I er mere end 5 i gruppen, kan I vælge at dele jer i mindre grupper (mindst 3 i hver). Ellers arbejder I samlet evt. med flere observatører. Hvis I er flere observatører anbefales det, at I fordeler de forskellige specifikke observatøropgaver imellem jer, hvorved I får mulighed for at få flere nuancer med.



Opgave:

- Som **klient** deler du en oplevelse, der har berørt dig positivt og/eller negativt
- Som **terapeut** anvender du udelukkende empatiske følgeresponser, spejlinger og reformuleringer.
- Som **terapeut** har du særligt fokus på at folde ud og støtte klienten til at være med sine følelser og emotioner.
- Som **observatør** lægger du mærke til kropssprog, brugen af følgeresponser, spejlinger, reformuleringer og om det terapeuten gør, er 'følgende' eller 'ledende'. Læg især mærke til, hvordan terapeutens interventioner virker på klienten.

Er I flere observatører kan I evt. vælge, at én af jer specielt har fokus på f.eks.:

Terapeutens stemmekvalitet og udtryk og virkningen heraf på klientens proces. Hvordan matcher/mismatcher terapeutens stemme klientens og virkningen heraf på klientens proces.

- Som observatør kan det være hjælpsomt at tage notater undervejs (fænomenologiske data), så du efterfølgende kan præcisere hvor/hvornår i terapien dine observationer fandt sted.
Undgå tolkninger og vurderinger i din feedback.

Feed-back:

Efter hver terapi laver I en feedbackrunde på, hvad I oplevede i de specifikke roller. Det er vigtigt at være præcise i jeres feedback på et ikke-vurderende, ikke-dømmende grundlag.

Brug fænomenologiske data som pejlemærker for jeres tilbagemeldinger.

Der udspillede sig det, der nu engang udspillede sig, og det er det som er grundlaget for jeres observationer og feedback.

Ligeledes er det ikke et spørgsmål om at finde fejl, men om at give vækstorienteret feedback for derved at give hinanden de bedst mulige betingelser for vækst.

1. Først fortæller terapeuten (henvendt til en observatør) om sine observationer af sig selv i terapeut-positionen.

Eks.: Hvordan var det at lytte, hvad kom du i kontakt med, mærkede du noget i kroppen (afmatning, uro, tomhed el.)? Hvad tænkte du undervejs, fik du projekter, fik du lyst til at give gode råd? Hvad oplevede du var nemt henholdsvis svært?

2. Dernæst deler observatøren/-e (henvendt til en anden observatør eller terapeuten hvis ingen andre observatører) sine observationer.

Hvad oplevede du var hjælpsomt henholdsvis forstyrrende for kontakten mellem T og K. Brug din noter til, **at være meget præcis** med hvilke data du observerede, på hvilket tidspunkt i terapien, som danner grundlag for dine observationer og antagelser.

3. Til slut giver klienten respons (henvendt til en observatør) på, hvordan det var at være i kontakt med terapeuten.

Nævn én eller to ting, som virkede specielt støttende for dig?

Rigtig god arbejdslyst og vi glæder os til at se jer til næste undervisning.