



Procesgruppeopgave

Neuroaffektiv udviklingspsykologi - Susan Hart

Husk indledningsvist at sætte tid og rammer for mødet og de enkelte opgaver inden I går i gang. Vi opfordrer jer til at prioritere tiden, på den for jer mest hensigtsmæssige måde.

Indledende fokusering:

Brug 10 min til at lande i gruppen, sid i stilhed og vend blikket indad og ret din opmærksomhed mod:

- De sansninger og fornemmelser du har i kroppen, **Det autonome nervesystems "sprog"**.
- De følelser du er i kontakt med uden at bruge tankevirksomhed på det, men blot registrere **Den limbiske hjernes "sprog"**.
- Læg mærke til din tankevirksomhed, **Det præfrontale "sprog"**.
Er det konstruktive eller støjende tanker.

Gå i dialog med hinanden:

Brug ca. 30-40 minutter på at repetere og gentage den viden I fik omkring kompasserne, brug evt. de PowerPoints der er fra modulet.

Empatiske samtaler:

Herefter skiftes I til at være terapeut, klient og observatører og laver empatiske samtaler på ca. 20 min. Klienten arbejder med en oplevelse som har en grad af væsentligt indhold i sig.

Fokus for terapeuten er:

- at støtte klienten til afklaring via det at bruge den empatiske kommunikation. **UNDGÅ** at bruge uddybende spørgsmål som; "hvad føler du ved det, hvordan mærkes det, hvor mærkes det, hvordan føles det" etc. etc. men brug spejlinger og reformuleringer.
- at lægge mærke til på hvilket hjerneniveau klienten taler ud fra.

Observatørens opgave er: at følge terapeutens opgave 2.

Efter dialogen er det terapeutens og observatørernes opgave i fællesskab at snakke om hvilke hjerneniveauer klienten havde i spil. En spændende og vigtig opgave som er med til at dirigere terapeutens opmærksomhed for interventioner og som gir en klarhed ifh til hvordan klienten organiserer sig følelsesmæssigt. Dette er et særlig vigtigt fokus når vi arbejder med den emotionsfokuserede metode.

Tal også om hvilke indvirkninger terapeutens interventioner havde i mødet. Var der passager hvor der var særlig god kontakt, eller hvor kontakten blev brudt?

Husk at ikke vurdere terapeutens arbejde!

Afslut med at høre hvordan klienten har det efter at ha lyttet til det terapeut og observatør har talt om.



Afsluttende runde:

Sæt hver især et par ord på, hvordan mødet har været for jer og hvordan I har følt jer tilpas i gruppen.

- Hvad tager jeg med mig fra mødet.
- Hvad har været særligt vigtigt, for mig?
- Hvordan har det været for mig at deltage?

Udfyld jeres procesgruppedagbog

I finder skabelonen til 'PROCESGRUPPE DAGBOG' på *Log IN Studerende* på hjemmesiden.

Vi anbefaler, at I udfylder og sender den til jeres koordinerende underviser inden I afslutter mødet.

Vær opmærksom på at udfylde skabelonen i overensstemmelse med dens vejledning.

Vi ønsker jer god arbejdslyst og glæder os til at se jer til næste undervisning.