



Procesgruppeopgave - Mig i grupper

I de følgende opgaver skal I på skift være henholdsvis **klient og terapeut**, fordel rollerne inden I påbegynder opgaven.

Som **terapeut** skal du undlade at stille spørgsmål, give gode råd eller lignende, men blot være til stede for den anden med dit nærvær og tage kærligt imod den andens fortælling. Vær opmærksom på dette i alle opgaverne.

1. Kort runde.

Lav en kort 'her og nu' runde, hvor I hver især sætter ord på, hvordan I har det her og nu, og hvordan det sanses kropsligt. Brug hver især tid på at mærke indad i jeres krop og udtryk dette til terapeuten. Max. 5 min. til hver. **Hold tiden!**

2. Genogrammet, det sociale netværk og din tidslinje

Lav en runde hvor I hver især deler, hvad du har tænkt og følt efter det arbejde, der blev igangsat på internettet.

- Er der noget i dit genogram, som er blevet tydeligere, giver mening på en ny måde eller har givet dig nye indsigter?
- Præsenter og uddyb din tegning om det sociale netværk og din tidslinje. Hvilke vigtige indsigter om dit liv i grupper, kommer du i kontakt med ud fra disse tegninger? Giv plads til de følelser, det måtte vække i dig.

3. Mig og denne gruppe

Lav en runde, hvor I igen forholder jer til de spørgsmål, I arbejdede med på internettet.

- Hvad er vigtigt for mig i denne gruppe?
- Hvad gør mig tryk/utryk (vær konkret) i en gruppe/denne gruppe?
- Hvad stimulerer/udfordrer mig (tilpas) i en gruppe/denne gruppe?
- Hvad er vigtigt for mig i forbindelse med håndtering af forskelligheder/modsætninger/konflikter i en gruppe/denne gruppe?
- Er der noget andet du bliver opmærksom på, at du har behov for?

4. Afsluttende runde:

Sæt hver især et par ord på, hvordan mødet har været for jer:

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

5. 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.

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