



# Runder

## et centralt undervisningselement

Runder er et gennemgående, oplevelsesbaseret element i undervisningen på EFT-instituttet. De anvendes med forskellige formål afhængigt af undervisningens tema, deltagergruppens udviklingsniveau og den aktuelle fase i uddannelsesforløbet.

Rundernes form og indhold varierer derfor, så de understøtter både personlig udvikling, træning af empati og forståelse for andres selvorganisering. Gennem runderne demonstrerer underviserne EFT-teori og metode i praksis. Dette udgør en væsentlig del af de studerendes læring og udvikling af terapeutiske kompetencer.

### At skabe et fælles udgangspunkt

Runder bidrager til at etablere et fælles rum og en fælles tilstedeværelse, som danner rammen for dagens arbejde. Dette sker ved, at:

- den enkelte deltager bliver opmærksom på sig selv i nuet,
- eventuelle forhold, der påvirker tilstedeværelsen, bliver tydeliggjort,
- alle aktivt træder ind i fællesskabet,
- deltagerne får en fornemmelse af, hvor de øvrige i gruppen befinder sig følelsesmæssigt og mentalt.

### At understøtte den studerendes personlige udvikling

Runder giver den enkelte et rum, hvor der kan arbejdes med personlige udviklingsprocesser gennem relevante terapeutiske interventioner. Formålet er blandt andet at:

- øge trygheden ved at være i centrum for opmærksomheden,
- træne evnen til at registrere og formidle egne oplevelser,
- skabe indsigt i personlige mønstre, styrker og udviklingsområder,
- koble personlige erfaringer til aktuelle undervisningstemaer.

Runderne støtter desuden udviklingen af evnen til at være nærværende med egne oplevelser og dele dem i et fællesskab.

Samtidig får deltagerne mulighed for at være vidner til hinandens udviklingsprocesser og lære gennem andres erfaringer. Underviserne opretholder desuden et indblik i den enkelte studerendes udvikling og kan støtte ved behov.



### **At demonstrere terapeutisk praksis**

Underviserne fungerer som rollemodeller for terapeutisk arbejde. Dette bygger blandt andet på mesterlæreprincippet, hvor læring sker gennem observation og deltagelse.

I runderne viser underviserne blandt andet:

- hvordan fokus holdes på processen frem for alene på indholdet,
- hvordan terapeutiske interventioner vælges ud fra et klart formål,
- hvordan konkrete oplevelser forbindes med teori og metode.

### **At udvikle terapeutiske kompetencer**

Runder anvendes også som træningsrum, hvor studerende kan udvikle deres færdigheder som procesterapeuter under supervision. Træningen tilpasses deltagernes niveau og de kompetencer, der aktuelt er i fokus.

En vigtig tidlig læring er at blive tryk ved at være synlig i en læringsproces, acceptere egne fejl og reducere eventuel præstationsangst.

### **Forskellige typer af runder**

Der anvendes flere betegnelser for runder, blandt andet:

- Procesterapi-runde
- Vejrmelding
- Her-og-nu-runde

Betegnelserne afspejler ikke blot forskellige navne, men også forskellige formål, fokusområder og arbejdsformer.

De kortere runder fokuserer typisk på deltagernes aktuelle tilstand og tilstedeværelse. Procesterapi-runder giver derimod mulighed for mere dybdegående arbejde og større fleksibilitet i både form og tidsramme.

### **Underviserens ansvar**

Underviseren har ansvar for tydeligt at definere, hvilken type runde der gennemføres, og hvilke formål runden skal understøtte. En klar rammesætning er afgørende for, at runden gennemføres meningsfuldt og understøtter de ønskede lærings- og udviklingsmål.

### **Afslutning**

Runderne udgør dermed et vigtigt læringsrum, hvor personlig udvikling, terapeutisk træning og fælles refleksion integreres i uddannelsens samlede kompetenceudvikling. De bidrager til at skabe sammenhæng mellem teori, metode og personlig erfaring og er derfor en central del af uddannelsen på EFT-instituttet.