

"Den gode nok Terapeut" – udfoldelsen af terapeutens relationelle kompetencer

Spørgsmål til afklaring af udfoldelsen af dine forskellige kronblade/relationelle kompetencer i modellen.

Blad 1. Makroregulering

- Hvordan er din første kontakt med en klient; Mail, telefon, andet og hvad afklarer du i denne første kontakt?
- Hvordan skaber du makroregulering af terapiens konditioner, rammer, form samt formål?
- Hvad gør du for at bevidstgøre samt synliggøre klientens ønske med terapiforløbet?
- Hvordan opdager du og spejler/bevidstgør klientens dybeste relationelle længsel samt angst, (den, klienten bringer ind i rummet og ind i Jeres relation)?
- Hvordan spejler du klientens ønske, problematik og muligheden for at arbejde henimod det, og derigennem skaber begrundet håb om, at klienten kan nå til den forløsning han/hun ønsker?
- Hvordan formidler du vigtigheden af en sund afrunding på Jeres forløb?
- Hvad skal skærpes for at udfolde blad1 endnu mere?

Blad 2. Alliancedannelse

- Hvilke kvaliteter i dig som terapeut/menneske skaber overgivelse i klienten og dermed alliancedannelse? (Hvilke andre blades kompetencer trækker du på?)
- Hvor autentisk er du/føler du dig i ægte relationen med klienter/klienten?
- Hvordan og hvornår tjekker du Jeres relation/alliance ud med dig selv?
- Hvad gør du for at opretholde alliancen?
- Hvordan agerer du, når du opdager alliancebrud, og hvor vågen er du i at opdage det?
- Hvilke eksempler har du på alliancebrud, der er endt med emotionelt korrigerende oplevelser?
- Hvordan kan du arbejde med din bevidsthed og kompetenceudfoldelse af blad 2?

Blad 3. Mikroregulering & Sansning

- Hvilke blinde pletter samt de skygger kaster du i det terapeutiske rum?
- Hvor vågen er du i dit sanseapparat; Din kropslige fysiske sanser, dit hjertes sansninger, dine højere intuitive sansninger og din evne til at bringe mental forståelse til det sansede (for dig selv og klienten)?
- Hvor levende er dit eget kropssprog? Din energetiske udstråling? Din mimik?

- Hvordan bruger du dit sanseapparat og din mentaliseringsevne, når du arbejder "bottom up"?
- Hvordan ser dit terapeutiske rum ud indeni dig; I hvilke have svømmer du mest med dig selv? Med klienter?
- Hvad i blad 3. skal styrkes?

Blad 4. Egentilstand

- Hvad gør du for, kontinuerligt at bearbejde dit eget stof og fortsat være i udvikling?
- Hvad gør du med stof der hvirvler op i dig i mødet med klienter?
- Hvad gør du for at pleje din daglige forankring og livet i dig som menneske?
- Hvad gør du op til dagens terapeutiske sessioner, for at skabe vågenhed i kroppen og forankring i jord, hjerte, himmel og faglig rygsøjle?
- Hvad vil du konkret gøre for at styrke blad 4?

Blad 5. Egenomsorg

- Hvor er du i bearbejdningen af din redderstruktur?
- Hvor er du i forhold til at vende arketyper "omsorgsgiveren" mod dig selv?
- Hvordan er balancen imellem at give og at modtage i dine private relationer?
- Hvordan er balancen imellem ren væren og gøre i dit liv?
- Hvad må du gøre for at blad 5. kan udfolde sig endnu smukkere?

Blad 6. Ægte engagement

- Hvordan mærker du, at du har et ægte engagement i andre menneskers udfordringer samt livsudfoldelse?
- Hvordan mærker du forskel på det dybe sunde kald og når dit engagement kommer som ubevidst afsæt fra egne sår og evt. et bypass af egen smerte?
- Hvad giver det dig at være terapeut?
- Kommer dit engagement fra et ægte overskud som menneske (blad 5 + 6)?
- Hvordan bliver blad 6 endnu stærkere i dig som terapeut?

Blad 7. Umættelig nysgerrighed

- Hvordan drages du af samt bliver nysgerrig og videbegærlig, når du støder på klienters/menneskers problemstillinger?
- Er du nysgerrig på og ægte interesseret i din egen ageren som terapeut og hvad gør du for at bevidstgøre samt dygtiggøre dig?
- Hvilke terapeutiske temaer optager dig og hvordan dykker du ned i dem?
- Hvor meget af dit liv, har du viet til dit terapeutiske arbejde?

- Hvad skal der til for at pleje dit videbegær og din nysgerrighed på feltet?

Blad 8. Integrativ tænkning

- Hvor integrativt/mangefacettet forstår du mennesker og deres problematikker?
- Hvor integrativt forstår du det terapeutiske rums muligheder?
- Hvor integrativt arbejder du helt konkret med dine klienter?
- Hvor fra i dig opstår impulser til interventioner med den enkelte klient?
- Hvor fri er du til at følge dine impulser til at arbejde levende i rummet?
- I hvor stor grad, kan du (retrospektivt set), se at dine interventioner er formålstjenstlige og målrettede healing af klientens grundsår samt ønsket med terapien?
- Hvilke facetter af forståelse, teori, eller metode kan hjælpe din integrative tænkning og styrke udfoldelsen af blad 8?

Blad 9. Rummelighed & Regulering

- Hvor høj/lav er din relationelle angst og hvordan specifikt oplever du den privat og i det terapeutiske rum?
- Hvilke hjerterum i dig er ladet med stof, som du stadig ikke kan rumme, og som du derfor kan blive oversvømmet af?Eller som du derfor skaber en skygge med i det terapeutiske rum?
- Hvilke følelser, tilstande, oplevelser eller problematikker hos klienten, er du bevidst om, at du ikke kan rumme?
- Hvilke projektioner, er du ikke parat til/vil være svære for dig at sidde i?
- Hvad kan ramme dig? røre dig? eller ryste dig i mødet med en klient?
- Hvordan kan du arbejde med dig selv og hvilke områder i dig skal bearbejdes for at du bliver stærkere til at rumme og regulere dig selv og dermed styrke blad 9?

Blad 10. Formidlingsevne

- Hvordan er din mentaliseringsevne ift. at sanse klienten, forstå det sansede og evnen til at omsætte det til forståelse indeni dig selv?
- Hvordan er din evne til at omsætte din mentalisering til ord? Billeder? Spørgsmål? Der kan hjælpe klienten til mentalisering og selvforståelse?
- Hvordan er din bevidsthed om, hvorledes du selv indvirker på klienten?
- Hvor skarp er du i at psykoedukere og hvordan konkret gør du det? Med ord? Tegninger? Visning af modeller? Opstillinger/eksternalisering af klientens indre bakket op af verbal psykoedukation?
- Hvor vågen/stærk er du i at formidle formålet med dine terapeutiske interventioner, så klienten ved, hvad og hvorfor I gør som I gør?
- Hvor stærk er du til at synliggøre den røde tråd fra session til session?
- Hvor god er du til at lave verbale spejlinger – også af det der evt. sker i løbet af et alliancebrud, når relationen bliver svær (blad 2)?

- Hvordan kan du træne din formidlingsevne?