

INTEGRATIVT KLIENTERARBEJDE – DET POTENTIELLE RUM

MÅL OG FORMÅL MED MODULET



Overordnet mål & formål med modulet:

Dette modul er det andet, af to moduler bygget op som et terapeutisk rum, hvor eleven observerer underviseren lave terapisessioner, og undervejs samt efterfølgende reflekterer og er i dialog omkring følgende:

- **Problematikforståelse;** hvilke hændelser lå til grund for klientens problematik. Hvordan er klienten såret? Hvilke intrapersonelle forsvar har klienten tillagt sig? Hvilken grundproblematik er skabt ud fra disse såringer? Hvilke interpersonelle forsvar har klienten tilegnet sig? Hvilke temaer/problematikker rør sig som resultat heraf i klienten/klientens liv?
- **Terapi-forståelse;** Hvilke trin i den terapeutiske proces (Tobias-Skolens model) blev berørt? Hvilken effekt havde de forskellige elementer af terapien? Hvad mon der skete i terapeuten? Hvilke impulser fik eleven til at gå andre veje i terapien? Hvordan kunne man evt. arbejde kreativt? Kropsterapeutisk? Systemisk? Andre metoder? Refleksioner over formålstjenstlighed samt tanker om et muligt videre forløb med denne klient?
- **Relationen ml. Terapeut & klient;** Der reflekteres over moder- faderspecifikke aspekter og eventuelle behov hos klienten. Over overføringer, modoverføringer og modoverføringsresponsen samt eventuelle forsvar i feltet. Bevægelserne igennem autonome, limbiske samt mentale lag og mødeøjeblikke.

Samlet set er målet med modulet at skærpe elevens problematikforståelse, forståelse af den terapeutiske proces samt evnen til at sanse og gennemskue det terapeutiske rum og relationen. Der tilbydes således ikke nyt pensum, men alle uddannelsens modeller, metoder og teorier er i spil. Herudover er der fokus på Winnicotts forståelse af "det potentielle rum", og hvad dette betyder som en grundholdning, ind i arbejdet med terapi.

Hvad ønsker du at få ud af modulet?

- Personligt udbytte?
- Fagligt udbytte?
- Gruppedynamisk udbytte?



Teori, metode, personligt & gruppedynamisk fokus

Teori

- Samtlige teorier tilhørende uddannelsen bliver benyttet som "refleksionsbrille"

Metode

- Samtlige metoder tilhørende uddannelsen kan om muligt komme i spil aktuelt samt i refleksionerne

Personligt fokus

- Der er fokus på elevens egen evne til at "læse terapien" samt fokus på evnen til "at stå i det åbne" med egne klienter.

Gruppedynamisk fokus

- Der er mulighed for decideret gruppeterapeutisk arbejde og ligeledes vil der være en stor indlevelse i hinandens processer idet de enkelte elever stiller sig til rådighed for underviseren.

Litteratur til modulet – titler med fed er obligatorisk læsning

Alt litteratur fra litteraturlisten, vil efter relevans blive trukket frem, i løbet af undervisningen.

LYTTEBRILLER & REFLEKSIONSARK



Gruppe 1 – Klientens problematik – træning i problematikforståelse

Hvordan forstår du klientens grundproblematik?

Hvad er den primære såring?

Er der primært tale om et moder- og/eller et fadersår (kompleks)?

Hvilke temaer og mønstre udspringer som resultat af grundproblematikken?

Hvordan oplever du klientens forsvar?

Hvilken proces må tage plads i klienten, for at han/hun bliver mere hel?

Hvordan oplever du potentialet for at arbejde med grundproblematikker lige nu?
(Både set ift. Klient samt metoder/arbejdsformer)

Gruppe 2 – Terapi-forståelse – Forståelse af den terapeutiske proces

Fra hvilket niveau af "det flerdimensionelle menneskesyn" udsprang terapien?

På hvilke niveauer af samme model bevægede terapien sig rundt?

Hvilke steps i Den Terapeutiske Proces blev berørt i sessionen?

Skete der en transformation i klienten? I så fald, hvad forløste sig? -Og hvad blev integreret?

Hvad oplevede du terapeuten gjorde, som gjorde en forskel for klienten?

Hvilke andre veje eller mulige potentialer fornemmede du, der var til stede i sessionen?

Gruppe 3 – Relationen mellem terapeut og klient

Hvilke kvaliteter oplevede du i feltet/relationen imellem terapeut og klient?

Var terapeuten overvejende fader- eller moderterapeutisk, og hvordan oplevede du det virkede, for klienten?

Oplevede du overføringer eller projektioner i rummet? (uddyb)

Hvilke spejlinger eller modoverførings-responser oplevede du terapeuten lavede?

Brugte terapeuten "nu og her situationer" i løbet af sessionen?

Bragte terapeuten relationen i fokus på noget tidspunkt og med hvilken effekt?

Hvordan oplevede du klientens evne til overgivelse ind i sessionen eller mangel på samme?

Hvilket potentiale ligger der i relationen for heling af klientens tema?

Hvilke kvaliteter oplever du en terapeut må besidde for at netop relationen i dette tilfælde kan støtte klientens heling?

Fælles refleksion efter grupperne har reflekteret indbyrdes og delt essensen af deres refleksioner i plenum:

Hvilke kreative terapeutiske processer og metoder kunne du forestille dig at arbejde videre med, med denne klient? Og med hvilket specifikt formål? (potentialer)

Hvilke kropsterapeutiske processer og metoder kunne du forestille dig at arbejde videre med, med denne klient? Og med hvilket specifikt formål? (potentialer)

Hvilke Energetiske processer og metoder (energiarbejde) kunne du forestille dig at arbejde videre med, med denne klient? Og med hvilket specifikt formål? (Potentialer)

Hvordan vil du med den givne klient kunne bruge dig selv og det relationelle, for at støtte vækst, forløsning, integration og ikke mindst heling af klientens dybereliggende relationelle såringer?

Hvad har du lært?

ARBEJDE MED SPIRALLERING SAMT FORLØSNING AF MAVEREGIONEN



Denne øvelse har til formål at bevidstgøre samt forløse stagnation, ophobning samt spændinger i muskler, bindevæv, organer, vævsvæsker samt energi i hele maveregionen.

Øvelsen kan laves med og for dig selv, eller du kan lave den med en klient. Hvis du laver den med dig selv, er det dine egne hænder, der masserer og forløser.

Hvis du laver øvelsen med en klient, er din opgave at guide og støtte bevægelserne, samt at massere/forløse mave/lændeområdet, når klienten er færdig med at spirallere og har lagt sig til rette. Du vil i så fald starte med at sidde foran klienten i skrædderstilling, og når klienten så lægger sig ned, hviler hans/hendes ben på dine, så hoftebøjlerne er afspændte samt der er fysisk kontakt jer imellem.

Resten af beskrivelsen er formuleret som arbejdede du med en klient.

1. Det vil være naturligt at tage afsæt i en samtale om, hvad der lever i maveregionen. Hvilke områder fylder sig selv ud? Hvilke gør ikke? Hvor er der spændinger? Opgivelse? Hvilke kendte symptomer lever her (Smerter, dårlig fordøjelse, fertilitetsproblemer mv.)? Hvilke kendte traumer lever i området (eksempelvis seksuelle overgreb, chock mv.)? Snak også om det oprindelige potentiale af glæde, frihed, forventning, kærlighed, kraft mv. som bor i hele denne region.

2. Forklar formålet med øvelsen samt virkemidlerne (eks. vis åndedræt/bevægelse og selve proceduren, og led klienten i kontakt med et ressourcested i sin krop, som I kan finde ind i, hvis noget bliver for intenst (safeplace)).

3. Start musikken, hvis du ønsker musik. Bed klienten finde ind i den bevægelse, der føles mest dragende lige nu: Det kunne være otte-taller, cirkelbevægelser, "slangebevægelser" frem og tilbage. Det er vigtigt at tilskynde til mere og mere fuld bevægelighed undervejs, helt nede fra bækkenet og op til kraniekanten. Fortsæt dette i ca. 15 min, eller hvor meget, du vurderer, er godt for den enkelte. Støt evt. bevægelserne undervejs med dine hænder eller med ord.

4. Bed nu klienten lægge sig til rette med sine ben hvilende på dine. Tilskynd til stadigt dybt åndedræt og tillad alle udtryk, rystelser og bevægelser.

5. Start med at lave tryk med enten finger spidser, håndrod eller knoer fra toppen af skamben til solar plexus. Undgå direkte tryk ned i solarplexus, medmindre du vurderer, det skal til. Arbejd med hoftebøjnerne i midte af maven samt på indersiden af hoftekammen. Arbejd dig rundt her fra til hoftekammen bagpå og op til området omkring den lille firkantede lændemuskel. Bevæg dig langs ribbenskurvaturen bagpå og tilbage foran på kroppen. Arbejd ind under ribbenskurvaturen og med diafragma hele vejen. Tag fat i "taljehøjde" med fingrene bagpå klienten og tomlejerne foran; klem tryk og arbejde i takt med åndedrættet. Stræk de skrå mavemuskler. Arbejd nu så dine hænder dækker så meget af maven som muligt; vær obs. på at masse organerne, milten, bugspytkirtlen, leveren, æggestokke, livmoder, tarme. Stræk bindevævet diagonal, på langs, på tværs. Begynd i højere grad at lave blidere og blidere strygninger; rundt, diagonalt, på tværs. Slut af med at arbejde med fine fingerbevægelser, som kunne du vække de oprindelige kvaliteter og livsvibrationer til live. Stryg op langs chakralinjen som for at frisætte energien hele vejen op. Læg mærke til om der er stagnationer og ubevægelighed i bryst/hjerteområde, skuldre, nakke, kæber osv.

6. Vurder, om du skal arbejde med klientens, nakke, arme bryst og ansigt også og flyt dig i så fald derefter.

7. Brug tid på at grounde arbejdet og på at lande samt integrere indsigter og fornemmelser. Giv en passende hjemmeopgave.

God fornøjelse med arbejdet med dig selv og med klienter.

PROCESDANS – DE FEM RYTMER SOM TERAPEUT



Procesdans – Livsrytmerne

En øvelse i som terapeut:

- At mærke sine balancer/ubalancer/tendenser ift. de enkelte rytmer
- At bevidstgøre evnen til at rumme de forskellige rytmer og afstemme dem i rummet (mikroregulering)
- At træne evnen til at spille "fyldestgørende musik" i rummet

Staccato:

Kan ses som den overordnede makroregulering; evnen til at:

1. skabe rammen om sessionen og det overordnede forløb
2. skabe den underliggende rytme i terapien, der holder kaos, lyrik, stilhed og flow så det ikke flyder ud, forsvinder i ingenting, eller stikker af i velkendte loops/retninger i klienten.
3. at give guidning og sund retning – holde den røde tråd

Flow:

Kan opleves som:

1. Vores evne til at agere "det lim", der binder elementerne sammen i terapi – I den enkelte session, men også fra session til session
2. Den rytme, der blidt og blødt flyder igennem os via vores åndedræt, kroppen/cellernes tilstand, nervesystemets rolige vekslen imellem parasympatiske tilstande og sympatiske tilstande, vores bevægelser, stemmen og måden at tale på
3. Vores evne til smidigt at forbinde alle bevidsthedslag/mentallisere uden at forlade det limbiske/autonome og herigennem tilbyde årsagssammenhænge.
4. Flow afhjælper dybest set fragmentering

Lyrik:

Kan ses som det element i os eller i terapien der:

1. Holder barnet i os i live
2. Der giver næring til arketyperne elskereren, skaberen, narren og den søgende i særdeleshed
3. Der med sin poesi, symbolikker, metaforer og krummelurer rejser sig fra det ubevidste og samtidig kan gå igennem forsvar og vække det ubevidste
4. giver æstetik, skønhed, grimhed, leg, frihed, og kunst til terapien

Kaos:

Kan ses som den rytme:

1. Der indimellem opstår, når noget uventet svært udfolder sig i rummet og bryder den rolige staccato, flow eller stilhed. Svære ting i relationen, der ryster klient og/eller terapeut, ting der optager klienten/terapeuten og som bryder terapiens kontinuitet, traumeenergi der hvirvler rundt og har taget klienten/terapeuten
2. Arketyperen ødelæggeren, der er en del af ethvert liv og som klienten/terapeuten ved hjælp af de øvrige rytmer må kunne rumme
3. Uventet humor, overraskende spejlinger, interventioner, uorden og andet der vækker det der sover osv. Kaos/ødelæggeren kan bruges med intention.

Stilhed:

Kan ses som den rytme:

1. Der giver plads til at synke endnu længere ned på havets bund/åbner til det ubevidste
2. Der giver plads til at impulser fra vores højere Selv kan strømme igennem os
3. Som giver plads til at vende tilbage til vores oprindelige tilstand i krop og sjæl
4. Der giver plads til at klienten kan mærke sig, terapeuten mærke sig og begge sanse relationen uden forstyrrelser

Musikstykke 1. Her har staccatoen et tempo og en vedholdende insisteren, der har tendens til at forstyrre de andre rytmer, tage over eller stresse os.

Øvelse: Bevidstgør

- Hvad det gør ved dig?
- Hvor er din tendens her ift. egen staccato?
- Hvad har du behov for, for at kunne mikroregulere klienten med denne staccato

Musikstykke 2. repræsenterer en mere tilbagelænet og rolig staccato tempomæssigt og i stemning og toner.

Øvelse:

- Mærk hvordan denne staccato kan danne en sund bundklang for terapien
- Eller hvordan denne staccato irriterer dit eget naturlige tempo og staccato

Musikstykke 3. Flow

Øvelse:

- Mærk i hvor høj grad du kan overgive dig ind i flow, lade dig flyde med, miste staccato, være krop, miste hovedet
- Mærk hvor meget du må have fat i staccato her, for at flow ikke flyder helt ud – mærk den balance

Musikstykke 4. Lyrik

Øvelse:

- Lyt til og gå med alle de små krøller af fortællinger der er i dette nummer; de forskellige stemninger, når de skifter fra melankoli til kraft/desperation, den bagvedliggende violin der toner frem og giver håb, sprødheden i stemmen der fortæller sin helt egen poesi. Hvor mange nuancer og specifikke krøller i fortællingen kan du fange?
- Hvor meget kommer du til at gå med flow, så lyrikken viskes ud og bliver opslugt af et tæppe af flow?

Musikstykke 5. Kaos

Øvelse:

- Start med at mærke en sund balance af flow, lyrik og staccato i de første 45 sekunder af nummeret. Mærk hvad der så sker, når det brydes af kaos.
- Hvordan føler du dig tiltrukket af kaos?
- Tillad dig at gå med kaos indimellem for at mærke dets kvaliteter i terapien
- Mærk og gå ind i de rytmer der skal til for at "gøre noget godt" med kaos – for at samle det; mentallisere og mikroregulere

Musikstykke 6. Stilhed

Øvelse:

- Mærk hvor meget stilhed, du rummer?
- Hvad er ressourcen i stilhed?
- Hvad kan faldgruberne i stilhed være?
- Mærk din naturlige balance imellem stilhed og de øvrige rytmer – Hvordan bruger du stilhed i det terapeutiske rum?

Musikstykke 7. Alle rytmer

Øvelse:

- Mærk hele palletten af rytmer – dans med dem alle
- Mærk din fleksibilitet i at danse med alle rytmerne
- Bliv opmærksom på, om du har tendens til at forfalde til en bestemt rytme
- -Eller til helt at udelukke en bestemt rytme

FÆRDIGHEDSTRÆNING

Lad dig under modulet inspirere til at træne de metoder som du ikke helt endnu har under huden. Og på samme måde, at reflektere ud fra de modeller og teorier, du endnu ikke er helt hjemme i.

Derudover kan det være gavnligt at begynde at finpudse dine terapeutiske kompetencer og bevægelser. Find inspiration nedenfor.



Beslut dig evt. for, både med egne klienter såvel som til færdighedstræning at zoome ind på at undersøge:

- **Tempo** - Måske trænger dit tempo som terapeut, til at komme ned? Eller op? Eller måske trænger du til at blive mere fleksibel i at kunne alligne dit tempo med klientens og derfra bevidst lede tempoet den ene eller den anden vej?
- **Grundighed** – Måske kunne det være gavnligt at lægge mærke til din egen grundighed, som terapeut. Får du samlet op på sessionen fra sidst, så du ikke taber vigtige processer fra gang til gang? Vender du i dine sessioner hele tiden tilbage og samler op, så alt hvad der har værdi, bliver spejlet, mentaliseret og dernæst integreret?
- **Formålstjenstlighed** –
- **Makroregulering** –
- **Mikroregulering** –
- **Bottom up arbejde** –
- **Elegance** ift. modoverføringsrespons-

I det hele taget; hvis du ønsker at nørde i skærpelsen, af dine relationelle kompetencer, kan du bevidstgøre samt træne de 10 blade i modellen "Den gode nok Terapeut". Se øvelsen på de følgende sider, der tager dig igennem modellen via en række specifikke spørgsmål.

Øvelse: "Den gode nok Terapeut" – udfoldelsen af 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 arketyperne "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 heling 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 psykoedúkere 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?

Dine noter: