

Øvelse i individuel opstilling ud fra en klientcase

Formål: Øvelsen har til hensigt at skærpe din evne til at:

- Tænke systemisk
- Lave et genogram ud fra relevante spørgsmål med udgangspunkt i casens problematik og vedkommendes ønske med terapien
- Danne dig en tese om, hvad der kunne være forviklet i klientens system
- Gennemskue, hvad der er mest hensigtsmæssigt at stille op
- Spacereade
- Arbejde formålstjenstligt med interventioner i det individuelle arbejde
- Skifte mellem "3. position"/reflekterende position og "2. position" (når du som terapeut går ind som repræsentant).

Form: I arbejder sammen i en gruppe på 3 (minimum 2),

og I tager udgangspunkt i en virkelig klientcase, der præsenteres af den af jer der I egen praksis er terapeut for casen.

Faktuelle oplysninger om;

- klientens problematik
- klientens ønske med sit terapiforløb

deles som en start på øvelsen med resten af gruppen.

- **Trin 1: At tænke systemisk og lave et genogram:** Efter præsentationen af casen, taler I sammen om, hvad der mon kunne leve af forviklinger i klientens system, der kunne være med til at have skabt problematikken. Herudfra/og ud fra terapeutens kendskab til klientens system laver I et overordnet genogram. Benyt spørgsmålene fra "Familieopstillingens 10 hovedtrin" s. 5+6, 2- års materiale som støtte.
- **Trin 2: Hvad kunne være forviklet og hvad skal stilles op?** Ud fra genogrammet og/eller Jeres kendskab til klienten, taler I sammen om, hvad der er forviklet og hvad der kunne være hensigtsmæssigt at stille op. Husk at

ØVELSE I INDIVIDUELT OPSTILLINGSARBEJDE UD FRA KLIENTCASE – UDARBEJDET AF LENE INCE/TOBIAS-SKOLEN

gøre det så simpelt som muligt til at starte på. Systemet kan altid udvides. Læg filtstykker op for klienten og de andre ting/personer, der skal stilles op.

- **Trin 3. Spacereading:**

Tal sammen i gruppen om, hvad opstillingen viser. Hvem kigger på hinanden? Er nogen/noget i fokus? Er der nogen/noget der er udelukket? Noget der mangler? Spændinger, polariseringer eller andet, der kan ses ud fra opstillingen?

- **Trin 4. At gå ind og ud af repræsentationer i det individuelle arbejde**

Stil Jer nu i hver jeres repræsentation og del Jeres sansninger og oplevelser. Hvad har kroppene lyst til at gøre? Er der lyst til at verbalisere og i så fald hvilken sætning kunne bevæge systemet? Inden I tillader bevægelser og ord, gå da sammen udenfor opstillingen og kig ind på den.

Reflektér over, om det er relevant, hvad I har stillet op? Mangler der elementer eller er nogen elementer unødige? Skal der tilføres en ressource? Hvordan rammer det I har valgt at stille op essensen af klientens problematik?

Hvis I til at starte på, talte om andre mulige ting at stille op, kan I vælge at prøve det af på samme måde.

Næste step er at bytte repræsentationer, indtil alle har stået alle steder, sanset og mærket, samt delt impulser.

I foretager altså ingen interventioner, men mærker blot impulser og mulige bevægelse her i trin 4.

Her ville de også være godt at øve sætninger; hvilken forløsende, korrigerende eller sandheds-manifesterende sætning kan siges her, til en anden repræsentant. Lad modtageren give en feedback på, hvordan sætningen lander.

ØVELSE I INDIVIDUELT OPSTILLINGSARBEJDE UD FRA KLIENTCASE – UDARBEJDET AF LENE INCE/TOBIAS-SKOLEN

Husk at sætninger i opstillinger ikke skal være lange kringlede udredninger af følelser, tanker, sanser, men autentiske, dybfølte korte klare budskaber, der kan skabe klarhed eller bevægelse.

Eksempelvis:

"Jeg ser dig nu"

"Jeg kunne ikke andet...."

"Det handler ikke om dig, det tilhører mig og far"

- **Trin 5. Hvad kunne være formålstjenstlige interventioner?**

Som gruppe bliver I nu enige om hvilke 2-3 interventioner I kunne have lyst til at prøve af. Udfør dem og skift ml. at reflektere sammen udenfor opstillingen og gå ind i repræsentationer, sans, mærk impulser der kunne blive til sætninger eller bevægelser.

- **Trin 6. Slut øvelsen af med at stille "løsningen" på klientens problematik op med filtstykkerne. Hvordan skulle de ligge for at kærligheden igen kan flyde i systemet?**