

LÆRETERAPI: GRUPPETERAPI 3, (*Training Therapy: Group Therapy 3*) **5 ECTS**

SEMESTER: 3. Semester

STUDIEORDNING FOR BACHELORUDDANNELSEN I MUSIKTERAPI, 2024

<https://studieordninger.aau.dk/2025/50/5860>

§18: UDDANNELSESOVERSIGT

Læreterapi: Gruppeterapi 3 <https://moduler.aau.dk/course/2025-2026/BAMTP202410?lang=da-DK>

UNDERVISER(E): Charlotte Lindvang, Julie Kolbe Krøier, Julie Exner

VEJLEDENDE OMFANG FOR MODULET

3. semester: Afhængig af holdets størrelse foregår læreterapien enten samlet eller i to grupper. Omfanget for modulet er afhængig af gruppens/gruppernes størrelse: 5-6 dage, 6-7 timer pr. dag.

MODULETS INDHOLD OG OPBYGNING

Modulets indhold foregår i en struktur, hvor de studerende skiftes til at være i centrum i en bearbejdelse af et for personen vigtigt relationelt tema. Denne form er inspireret af den mentaliseringsbaserede gruppeterapi. Der sættes fokus på kontakten og kommunikationen i gruppen og der vil fortsat blive arbejdet med gruppens interaktion og mulighed for samhørighed og gensidig opbakning, og de roller og relationer som er i gruppen, vil fortsat være genstand for gruppens opmærksomhed. Endvidere arbejdes der med at forbinde kropslige sansninger, følelser og tanker, og at videreudvikle evnen til at reflektere over egne og andres reaktioner og handlemønstre.

Læreterapeuten tilrettelægger hvorledes temaerne indgår i forløbet.

Det er hensigten, at hver 'kursusgang' (der ofte forløber over to dage) fungerer som sit eget afrundede forløb, samtidig med at der er kontinuitet mellem hver kursusgang.

Indholdet i læreterapien har dels fokus på tilrettelagte øvelser, dels på den proces som udfoldes i forbindelse med de temaer som gruppens deltagere tager op samt på gruppens øjeblikkelige dynamik.

Ud over de beskrevne mål i Studieordningen, skal gruppelæreterapien bidrage med:

- at gruppen videreudvikler gruppeforståelse og gruppeidentitet
- at gruppen udvikler den fælles refleksion
- at den enkelte studerende fortsat udvikler en erfaret viden om klientrollen
- at den studerende udvider sin bevidsthed om den gensidige påvirkning som sker imellem gruppens medlemmer
- at den studerende får en basal forståelse for mentalisering og mentaliseringssvigt
- at den studerende fortsat uddyber sin erfaring med at anvende musikterapeutisk improvisation som terapeutisk medie
- at den studerende får basale erfaringer i forhold til at validere samt skabe mening og forståelse i verbale samtaler

Processen sker med udgangspunkt i dels verbal og dels musikalsk undersøgelse og bearbejdning.

Læreterapeuten vælger den terapeutisk set rette kontekst og metode. I den musikalske kontekst arbejdes der ofte ud fra forskellige spilleregler, der skaber rammen for, at de studerende i klientrollen kan undersøge intrapsyriske og interpersonelle dynamikker samt udtrykke sig i den konkrete læremusikterapeutiske gruppesituation.

Samlet set bliver der arbejdet inden for en humanistisk, psykodynamisk og eksistentiel forståelsesramme.

UNDERVISNINGENS FORM

Læreterapeuten tilrettelægger hver kursusgang ud fra temaer, oplæg og/eller spilleregler samt strukturerer tiden, således at der er tid til, at alle deltagere i løbet af semestret oplever at være i centrum for gruppens arbejde. Læreterapien foregår i gruppe, dog med øget fokus på individet i gruppen, og de studerende indgår aktivt, med henblik på at:

- fortsat at udvikle gruppens identitet
- fortsat at styrke alliancen mellem gruppens medlemmer og mellem gruppen og læreterapeuten
- fortløbende at sørge for størst mulig tryghed, tillid og åbenhed i gruppen

- udvikle gruppens kommunikative og reflektive ressourcer
- fortsat at skabe betingelser for at de studerende tilegner sig evnen til at være i og finde udtryk for samt bevidstgøre forskellige stemninger og følelsetilstande
- fortsat at opøve de studerendes erfaring med egne ressourcer og arbejdspunkter
- fortsat at opøve de studerendes erkendelse af og evne til forandring af egne handlemønstre i den relationelle kontekst
- give de studerende erfaring med såvel musikalske som verbale redskaber i gruppeterapeutiske forløb og reflektere over disse
- udvikle de studerendes mentaliseringskapacitet

PRØVENS FORM OG INDHOLD

Gruppeterapien afsluttes på 3. semester med prøve 10. Det er en intern individuel skriftlig prøve. Prøven har form af en fri skriftlig opgave, hvor den studerende udfærdiger en rapport over hele læreterapiforløbet (1.-3. semester). Rapportens omfang er minimum 5 og maksimum 8 sider.

Rapporten skal indeholde en evaluering af hele forløbet fra 1. til 3. semester ud fra såvel et individuelt som et gruppemæssigt perspektiv. Konkret skal den studerende:

- beskrive og reflektere over sit læreterapeutiske udviklingsforløb i gruppemusikterapien, herunder
- opsummere de kerneproblemområder vedkommende har været berørt af gennem gruppelæreterapiforløbet, samt de ressourcer vedkommende har udviklet kontakten med
- beskrive gruppens udvikling, samt beskrive eget forhold til gruppen og sætte eget læreterapeutiske udviklingsforløb i relation til gruppens udvikling
- beskrive de forskellige måder musikken har indgået i gruppelæreterapien
- beskrive den betydning musikken har haft for vedkommende i gruppelæreterapien og give konkrete eksempler i form af vignetter, som eksempelvis kan være beskrivelse af en improvisation, der fik særlig betydning
- anvende relevant fagterminologi så som 'nærvær', 'resonans', 'tillid', 'tilknytning', 'affektiv spejling', 'validering', 'grounding', 'vitalitetsfølelser', 'grundfølelser', 'grænser', 'relationsmønstre', 'indre billeder', 'kropslig sansning', 'mentalisering', 'overføring', 'modoverføring' m.v.
- reflektere over de vigtigste forandrings- og udviklingsprocesser forløbet har medvirket til
- reflektere over betydningen af disse processer for kommende musikterapeutfunktion og -identitet
- udarbejde et bilag med en opgørelse over antal gennemførte og aflyste gruppe-læreterapisessioner – gerne med overskrifter på sessioner eller faser i forløbet (tæller ikke med i omfang)

NB: Rapporten bedømmes af en intern eksaminator, som er udpeget til udelukkende at varetage eksamination af opgaver i forbindelse med læreterapien på musikterapiuddannelsen. Rapporten anonymiseres, dvs. eksaminator gøres ikke bekendt med navnet på den studerende. Den studerende nævner heller ikke navne på medstuderende i rapporten. Læreterapeuten kan ikke være eksaminator. Der gives bedømmelsen bestået/ikke-bestået.

KRAV TIL DEN STUDERENDE

Omfang og forventning

Modulet udgør 5 ECTS-point, svarende til 135 timer i alt. Timerne er fordelt omtrentligt som følger: 40 timers undervisning, 15 timers forberedelse (ca. 5 timer før/under hver kursusgang), 15 timers notatskrivning (ca. 5 timer efter hver kursusgang), udarbejdelse af skriftlig rapport 30 timer, pensumlæsning 35 timer.

Følgende punkter præciserer de krav, som gruppelæreterapi fordrer af den studerende:

- 1) Den studerende møder til samtlige kursusgange
- 2) Den studerende fører dagbog løbende og specifikt i forbindelse med hver kursusgang
- 3) Den studerende bidrager aktivt og forholder sig aktivt til gruppedynamikken, og herunder til egen rolle i gruppen
- 4) Den studerende overholder etiske retningslinjer for læreterapi herunder tavshedspligt

Ad. 1

Der er mødepligt til alle kurser. For at gruppen kan fungere optimalt er det vigtigt, at alle deltager hver gang (i tilfælde af sygdom eller forsinkelse gives besked til gruppen).

Ad. 2

Den studerende skal føre dagbog over alle kursusgange, dels for at opøve og fremme evnen til refleksion som led i den terapeutiske læreproces, og dels for at have dagbogsnotater til rådighed til den skriftlige prøve i slutningen af forløbet på 3. semester.

Ad. 3

Et forløb i gruppelæreterapi er enestående af flere grunde. Man lærer at dele personligt autentisk materiale, at øve sig i at være sig selv i gruppen, og få erfaring med hvilken styrke der er forbundet med at kunne fungere i en gruppe. Et af formålene med gruppelæreterapien er således at træne og udvikle sin bevidsthed om sig selv og ens måde at være på overfor andre: på hvilken måde indgår jeg i gruppen, hvilke sider skjuler jeg, hvilke ressourcer har jeg osv. Denne proces kan ikke gøres alene ved at tale om den, den skal leves og opleves. Den studerende må være indstillet på, at der kan opstå svære følelser som f.eks. frygt og modstand i læreterapiforløbet. Det er en naturlig del af processen og vil så vidt muligt blive bearbejdet i gruppen. Herud over kræves der tålmodighed, fordi forandringsprocesser tager tid. Det er vigtigt, at det der erfarer i gruppen, gradvist bringes med tilbage til dagligdagen, hvor nye mønstre og roller kan afprøves og stabiliseres. Derfor lægges der i undervisningen stor vægt på at opbygge tillid og dermed 'arbejdsro' i gruppen. Det er den studerendes ansvar at deltage aktivt i denne proces, herunder at være opmærksom på eget bidrag.

Ad. 4

I forbindelse med læreterapien skal følgende etiske principper overholdes:

- Undlad at fortælle andre om det, der foregår i gruppelæreterapien. Der er total tavshedspligt i forhold til at omtale andre gruppe-medlemmers proces. Det kan være i orden at tale om egen proces med sine nærmeste, men temaer fra terapien, som den studerende er optaget af, og har behov for at tale med andre om, så vidt muligt bringes med tilbage til gruppeterapien. Dermed tages der ansvar for gruppens samlede proces.
- Undlad at tale med hinanden om gruppeterapien uden for det terapeutiske rum. Hjælp hinanden med at opdage hvis dette skulle ske, og tag det efterfølgende op i det terapeutiske rum.
- Bring problemer, der opstår i relation til hvad der er foregået i det terapeutiske rum, tilbage til gruppelæreterapien, og undlad at diskutere dem uden for det terapeutiske rum.

Uddybning:

At gå i læreterapi med sine medstuderende, medfører ofte at gruppe-medlemmerne får et indgående kendskab til hinanden. Det indebærer også, at de kommer til at kende til dele af hinandens personlige historie og ikke mindst til de relationer og følelser, der udspiller sig i gruppen her og nu. For at dette kan foregå på en god og tryk måde, kræver det dels tavshedspligt udadtil, og dels at de studerende indadtil i gruppen kan skelne mellem at være sammen i læreterapi og at være sammen i andre sammenhænge. Dette er ikke altid lige nemt, men er nødvendigt, for at de terapeutiske processer kan udfolde sig på forsvarlig og tryk måde.

Den studerende skal i løbet af kort tid lære at håndtere og skelne mellem forskellige niveauer af samvær. Som studerende skal man dels modtage undervisning i hold, skrive projekter i grupper og gå i læreterapi med de samme mennesker. Det er derfor uundgåeligt, at der sker en sammenblanding mellem de forskellige typer af relationer, man som studerende har i henholdsvis læreterapi og andre sammenhænge. Derfor er det vigtigt, at de studerende og holdet som sådan skelner mellem hvilken kontekst, der er beregnet til det personlige terapeutiske fokus og hvilken der er beregnet til det øvrige faglige fokus. For (at hjælpe til) at kunne håndtere denne adskillelse, er det vigtigt, at alle på holdet forpligter sig til at afgrænse den terapeutiske proces til det terapeutiske rum og således ikke fortsætter læreterapien, når terapeuten er gået hjem. Dette medfører, at man som studerende ikke diskuterer eller "small talker" om læreterapien i andre sammenhænge uden for læreterapien. Uden for læreterapien skal man kunne være i fred. Brud på denne praksis kan skabe utryghed i gruppen og for den eller de personer, der ikke er med i samtalen. I tilfælde af konflikter på holdet, kan det også medføre at holdet splittes i mindre grupper, hvor man taler om "de andre". Dette er ødelæggende for gruppen og de pågældende, og vil blive taget op i det terapeutiske rum under alle omstændigheder. Sådanne handlinger vil fra studiets side blive betragtet som tillids-, og aftalebrud, og betragtes som en alvorlig manglende respekt over for sine medstuderende og studiet som sådan.

KRAV TIL LÆRETERAPEUTEN

Læreterapeuten:

- benytter ikke undervisere på musikterapiuddannelsen til supervision
- skal være medlem af Dansk Psykoterapeutforening eller har praksiserfaring, supervision og egenterapi i et omfang der ækvivalerer kravene til optagelse i Dansk Psykoterapeutforening
- skal være medlem af DMTF (Dansk musikterapeutforening)
- er primært læreterapeut på uddannelsen og optræder ikke på noget tidspunkt i uddannelsen i rollen som eksaminator eller censor for den studerende medmindre den studerende selv vælger læreterapeuten i et senere fag som indebærer en eksaminator rolle (f.eks. interterapi, individuel supervisor, specialevejleder).
- er omfattet af tavshedspligt

Uddybning: Tavshedspligten skal forstås sådan, at overordnede overskrifter vedrørende gruppelæreterapien, vil kunne videregives til resten af teamet på musikterapiuddannelsen. De individuelle temaer og processer videregives ikke, med mindre at læreterapeuten vurderer, at det er hensigtsmæssigt at informationer vedr. den personlige proces eller personlige forhold videregives til teamet og/eller studienævnetsformanden. I det tilfælde vil læreterapeuten kontakte den studerende og sammen vil de finde ud af hvordan informationen kan videregives.

LITTERATUR

Alberdi, F. (2013). Gruppeterapi mellem fortid og fremtid. S. 25-48 i: Nielsen, J. & Sørensen, P. (red.) *Brug Gruppen. Psykodynamisk gruppeterapi*. Hans Reitzels Forlag.

Juul, S.M., Simonsen, S. & Karterud, S. (2020). Kort & godt om mentalisering. Dansk Psykologisk Forlag.

Lindvang, C. (2017). Udvikling af samhørighed og mentaliseringskapacitet gennem læreterapi i grupper. I: Lindvang, C., & Beck, B. (red.) *Musik, krop og følelser. Neuroaffektive processer i musikterapi*. Frydenlund Academics.

Lindvang, C. (2022). Group training therapy. In: Pedersen, I.N., Lindvang, C. & Beck, B.D. *Resonant learning in music therapy. A training model to tune the therapist*. Jessica Kingsley Publishers. (kap. 5).

Rydén, G., & Wallroth, P. (2008). *Mentalisering. At lege med virkeligheden*. Del 1 s. 11-149. Dansk Psykologisk Forlag.

Sørensen, P., & Andersen, H.Ø. (2013). Psykodynamiske gruppeprocesser. S. 171-201 i: Nielsen, J. & Sørensen, P. (red.) *Brug gruppen. Psykodynamisk gruppeterapi*. Hans Reitzels Forlag.

SUPPLERENDE LITTERATUR

Davies, A., & Richards, E. (2002). *Music therapy and group work: Sound company*. Kapitel 17 & 18. Jessica Kingsley Publishers.

Hannibal, N. (2017). Mentalisering i aktiv musikterapi set i forhold til neuroaffektiv teori. I: Lindvang & Beck (Red.): *Musik, krop og følelser. Neuroaffektive processer i musikterapi*. Frydenlund Academics.

Hougaard, E. (2019). *Psykotterapi – teori og forskning*. (3. udgave). Dansk Psykologisk Forlag. Kap. 2, 3, 6, 12

Karterud, S. (2012). *Manual for mentaliseringsbasert gruppeterapi (MBT-G)*. Gyldendal Akademisk.

Lindvang, C. (2024). Complexity, learning and music therapy: Cybernetic psychology as a tool for understanding the therapist student's learning processes. In: T. Hansen & H. Hass (Eds.) *Unconscious intelligence in cybernetic psychology*. Routledge.

Skovholt, T. M. (2012). *Becoming a therapist. On the Path to Mastery*. Wiley & Sons.

SPECULAR (Haldrup, A. m.fl.) (2007). *Mød livet – fra kernen*. Nørhaven Book.

Wallroth, P. (2010). *Mentaliseringsbogen*. Hans Reitzels Forlag.

Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2005). *The theory and practice of group psychotherapy*. Basic Books.

Godkendt – Studienævnet for Kunst, Sundhed og Teknologi, august 2025