

LÆRETERAPI: GRUPPETERAPI 1, (*Training Therapy: Group Therapy 1*)

5 ECTS

SEMESTER: 1. semester

STUDIEORDNING FOR BACHELORUDDANNELSEN I MUSIKTERAPI, 2024

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

§18: UDDANNELSESOVERSIGT

Læreterapi: Gruppeterapi 1 <https://moduler.aau.dk/course/2025-2026/BAMTP20244?lang=da-DK>

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

VEJLEDENDE OMFANG FOR MODULET

1. 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

De overordnede temaer på 1. modul er: gruppedannelse og individet i gruppen, herunder: tryghed/utryghed, krop og sanser, nærvær og opmærksomhed, grounding, centrering, spejling og omsorg, det indre barn, leg og udfoldelse.

Læreterapeuten tilrettelægger hvorledes disse temaer 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 derfor dels fokus på temaer, dels på den proces disse temaer rejser i den enkelte og i gruppen, samt på gruppens øjeblikkelige dynamik.

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

- at gruppen opbygger/udvikler en gruppeforståelse og gruppeidentitet
- at den enkelte studerende udvikler en erfaret viden om klientrollen, og herunder bliver bekendt med at være i en terapeutisk arbejdsproces
- at den studerende får specifik erfaring med at anvende musikterapeutisk improvisation som terapeutisk medie
- At den studerende får erfaringer med musiklytning og denne aktivitets potentialer i terapi
- at den studerende indføres i og overholder etiske retningslinjer for læreterapi under tavshedspligt

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 mærke og udfolde sig selv 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. Læreterapien foregår i grupper, og de studerende indgår aktivt, med henblik på at:

- etablere gruppens identitet
- udvikle en alliance mellem gruppens medlemmer og mellem gruppen og læreterapeuten
- etablere et miljø af størst mulig tryghed, tillid og åbenhed i gruppen
- skabe betingelser for at de studerende tilegner sig evnen til at være nærværende til stede
- give de studerende erfaring med såvel musikalske som verbale redskaber i et gruppeterapeutisk forløb samt at opøve evnen til at reflektere over disse erfaringer

PRØVENS FORM OG INDHOLD

Modulet afsluttes med en prøve. Der gives afløsning, såfremt den studerende har deltaget i minimum 80 % af undervisningen og har løst samtlige opgaver, der stilles i løbet af kurset. Lever den studerende ikke op til disse krav, indstilles den studerende til prøven, hvor der skrives en rapport, som beskrevet i Studieordningen under prøve 4.

NB: Rapporten bedømmes af en intern eksaminator, som er udpeget til udelukkende at varetage eksamination af opgaver i forbindelse med lærerterapien på musikterapiuddannelsen. Rapporten anonymiseres, dvs. eksaminator gøres ikke bekendt med navnet på den studerende. Lærerevapeuten 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 omtrentligt fordelt som følger:

40 timers undervisning, 15 timers forberedelse (ca. 5 timer før/under hver kursusgang), 15 timers notatskrivning (ca. 5 timer efter hver kursusgang), 1-2 mindre skriftlige opgaver 20 timer, pensumlæsning 45 timer.

Følgende punkter præciserer de krav, som gruppevapeuterapi 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 udarbejder 1-2 skriftlige produkter på baggrund af opgave(r) som stilles af lærerevapeuten
- 4) Den studerende bidrager aktivt og forholder sig aktivt til gruppedynamikken, og herunder til egen rolle i gruppen
- 5) Den studerende overholder etiske retningslinjer for lærerterapi herunder tavshedspligt
- 6) Den studerende forventes at arbejde med den terapeutiske portefølje i forhold til individuelle processer og læring

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 obligatoriske skriftlige prøve i slutningen af forløbet på 3. semester (læs modulbeskrivelsen for lærerterapi på 3. semester for information omkring den afsluttende skriftlige opgave).

Ad. 3

Lærerevapeuten kan undervejs i semestret stille de studerende en eller flere hjemmeopgaver, som fx kan være i form af spørgsmål, som den studerende skal besvare skriftligt. Formålet er, at den studerende øver sig i at reflektere og formulere sig på skrift omkring sig selv og omkring de erfarede processer i gruppevapeuterapien.

Ad. 4

Et forløb i gruppevapeuterapi 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 gruppevapeuterapien er således at træne og udvikle sin bevidsthed om sig selv og ens måde at være på sammen med 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 erfares 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. 5

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 gruppemedlemmers proces. Det kan være i orden at tale om egen proces med sine nærmeste, men temaer fra terapien, som den studerende opdager at han/hun er optaget af, og har behov for at tale med andre om, bringes så vidt muligt 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 gruppemedlemmerne 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 danner man venskaber med hinanden, og man modtager undervisning i hold, skriver projekter i grupper og går 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 eller kammeratlige fokus. For (at hjælpe til) at kunne håndtere denne adskillelse, er det vigtig, 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 i forhold til de temaer der arbejdes med i læreterapien. 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.

Ad 6

Den terapeutiske læringsportefølje består af logbogsnotater, den studerendes skriftlige produkter undervejs, tegninger, samt referater og arbejdsplaner fra læreterapeuten. Den studerende forventes at downloade og opbevare alt materiale på sikker vis, og i et tilbageblik reflektere over egen læreproces i slutningen af semestret.

KRAV TIL LÆRETERAPEUTEN

Læreterapeuten:

- benytter ikke undervisere på musikterapiuddannelsen til supervision
- skal være medlem af Dansk Psykoterapeutforening
- er primært læreterapeut på uddannelsen og optræder ikke på noget tidspunkt i uddannelsen i rollen som eksaminator for den studerende medmindre den studerende selv vælger læreterapeuten i et senere fag (f.eks. interterapi, individuel supervisor, specialevejleder)
- er omfattet af tavshedspligt

Uddybning: Tavshedspligten skal forstås sådan at overordnede overskrifter, på hvordan det går i 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 studienævnsforpersonen. I det tilfælde vil læreterapeuten kontakte den studerende og sammen vil de finde ud af hvordan informationen kan videregives.

LITTERATUR

Bonde, L. O. (Red.) (2014). Musikterapi. Teori – uddannelse – praksis – forskning. Kapitel 6.6; Læreterapi og terapeutiske færdigheder. Forlaget Klim

Goleman, D. (2006). *Social intelligens*. Første del; Skabt til forbindelse. Borgens Forlag (udkommet som E-bog i 2016, kan købes for 50 kr.: <https://www.stakbogladen.dk/isbn-ce-9788702189940-social-intelligens>)

Davies, A. (2015). Experiential groups on music therapy trainings. In: Davies, Richards & Barwick: *Group music therapy, a group analytic approach*. Routledge.

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

SUPPLERENDE LITTERATUR

Thygesen, B. (2000). *Gruppers individuation – individuation i grupper*. Dansk Psykologisk Forlag.

Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2005). *The theory and practice of group psychotherapy*. Kapitel 1 'The therapeutic factors' & Kapitel 2 'Interpersonal learning' (5.th edition): Basic Books.