

1-årig medfølelsesbaseret autorisationsgruppe for psykologer

- med naturmøder og de skiftende årstider som støttende ramme.

Opstart i maj 2021

Generelt og målgruppe:

Gruppen er for dig, der ønsker supervision, støtte og udvikling af din terapeutiske praksis med voksne (individuelle og par samt andre relationer med tilknytningsbetydning)

I gruppen arbejder vi med hele dig dvs. de dele af dig, der er i spil, som psykolog og som menneske. Det gør vi både ift. supervision på dine sager, men også i forhold til, hvad der personligt kommer i spil for dig, når du arbejder som psykolog.

Supervisionen – metoder, rammer og forløb:

Sagssupervisionen tager afsæt i de oplevelsesbaserede metoder primært IFS og EFT samt ACT og CFT. Vi inddrager og praktiserer mindfulness aktivt i gruppen, som jeg guider, når vi ankommer og lander dagens arbejde.

Udover den mere klassisk sags-supervision tilbydes mulighed for psyko-edukation i forståelse af tilknytningsmønstres betydning i relationer – herunder den terapeutiske alliance samt central forandringsteori inden for de oplevelses- medfølelses og emotionsbaserede metoder. Derudover bruges rollespil samt sparring og støtte fra de andre deltagere.

Til gruppen laves en lukket gruppe på Facebook, hvor deltagerne kan dele oplevelser, følge op på deres læringsmål og sparre med mig og hinanden mellem supervisionsgangene.

Naturmøder og de skiftende årstider som støttende ramme:

Gruppen strækker sig over et helt år med mødegange placeret indenfor hver årstid. Vi inddrager naturen og de skiftende årstider som støttende ramme for den enkeltes læringsproces og gruppens fælles rum. Det gør vi ved, at nogle af vores mødegange afholdes i det fri, og jeg inddrager aktivt de skiftende årstiders effekt og mulighed på os. Med naturen som støttende ramme åbnes der op for, at du kan opleve naturmødernes regulerende effekt på dit nervesystem. Disse førstehånds erfaringer kan give konkret inspiration til klientarbejdet f.eks. ift. at bruge walk&talk, skovbad, mindfulnessstræning med mere.

(Selv-)medfølelse som en fælles værdi og klangbund for gruppen:

I gruppen har vi et særligt fokus på, hvordan nonspecifikke faktorer mellem klient og dig, kan vække både trygge og utrygge dele i forhold til dit eget tilknytningsmønster, der kan have brug for at blive mødt med accept, medfølelse og støtte. Vi har forståelse for, hvordan krydspreset mellem vores arbejde og familieliv påvirker os.



Der er således et særligt fokus på egenomsorg og selvmedfølelsens betydning for at være os i dette job, og hvordan vi kan holde til dette arbejde og trives med det i længden.

Da det er en supervisionsgruppe og ikke en egenterapigruppe, står dette arbejde ikke centralt i gruppen, men skal mere ses som en fælles værdi og klangbund i mødet med os selv og hinanden, som åbner for, at vi kan få øje på, hvad der er på spil, og hvad der er behov for undervejs – også ift. gode viderehenvisninger, hvis der er behov for yderligere fordybelse eller egenterapi.

Den overordnet intention er således, at vi gør, det vi siger - ikke bare metodisk, teoretisk og fagligt, men også menneskeligt i forhold til, hvordan vi møder os selv og hinanden. For mig at se, kan den medfølelsesbaserede og oplevelsesbaserede tilgang ikke læres meningsfuldt på anden vis.

Det forventer jeg af dig:

For at deltage i gruppen forventer jeg en åbenhed og en nysgerrighed fra dig i forhold til at arbejde med den medfølelsesbaserede tilgang ikke bare med dit hoved, men også hvordan det opleves i kroppen og hjertet.

Du kan sige ja til at ville udvikle din psykologfaglighed fra et medfølelsesbaseret sted, hvilket også er et ja til at være sammen med dine mere sårbare dele på en tryk måde. Du ønsker at møde dine med-supervisander på samme vis.

Du er nysgerrig på naturmøder og mindfulness, hvor sagssupervision dog står som den primære aktivitet.

Rammer og pris:

Ved 3-5 deltagere: Vi mødes i alt 10 dage fra 10-17.30. Eksklusiv pauser er det i alt 60 timer, der tæller som 40 timer ift. autorisation.

Pris: 24.000 kr., der kan betales i 4 rater efter aftale.

Sted og datoer:

Vi mødes på Skodsborg Station, og går sammen til bålhytte i Bøllemosen. Første gang kommer primært til at handle om at lære hinanden at kende og undersøge hvilke værdier, vi er enige om, skal støtte op om vores supervision og jeres læring. Vi skal også meditere sammen. Der skal nok også blive tid til at tage sager op. Husk madpakke og masser af drikke til dagen igennem.

Datoer:

2021:

31. maj

22. juni

24. august

28. september

26. oktober

23. november

2022:

25. januar

22. februar

29 marts

26. april

Hvem kan deltage?: Psykologer på vej til autorisationer eller andre psykologer, der ønsker en supervisionsgruppe med denne tilgang og temaer.

Gratis uforpligtende samtale er mulig, før du beslutter dig

Tilmelding via min hjemmeside www.signesteenberger.com

"Signe er en af de særlige supervisorer, som man møder sjældent, og som man kan lære rigtig meget af. Hun er fagligt stærk og har en helt særlig sensibilitet for at forstå mennesker og psykologiske processer. Jeg har oplevet, at Signe meget hurtigt fanger det, jeg kæmper med i mit arbejde (også når det ikke helt stod klart for mig) og er meget god til at udfolde problematikken og tilbyde mulige løsninger. Jeg har altid følt mig forstærket efter vores supervisionstimer. Derudover har jeg følt mig accepteret og støttet i mit arbejde, hvilket har gjort vores supervisionstimer til en meget behagelig oplevelse, der fremmer læring og udvikling. Jeg synes, at Signe har så meget viden og erfaring at tilbyde, og jeg kan kun give mine varmeste anbefalinger!"

- Dragana Mateskovic

Autoriseret psykolog og EFT Parterapeut

