



Oslo kommune
Rusmiddeletaten
Kompetansesenteret



Høgskolen
i Lillehammer
Lillehammer University College • hil.no

Kompetansegivende opplæringsprogram: **Gruppeprosesser** Kurs i interpersonlig læring og gruppesamhold

Praktisk ferdighetskurs (del A)
Studiepoenggivende fordypning (del B = 15 SP på Masternivå)

Innledning

Et opplæringsprogram for ansatte og ledere i helse-, rus- og sosialomsorgen, som ønsker å lære mer om prosessorientert ledelse av arbeids- og brukergrupper med det siktemål å styrke den interpersonlige kompetansen hos brukere av og i organisasjonen.

Studiet er organisert som deltidstudium over to semestre slik at studentene kan kombinere utdanning med arbeid. Studiet har 13 teoridager, fordelt på fem samlinger à to og tre dager. Utdanningen er teoretisk/klinisk og baserer seg på samarbeid mellom lærere og klinikere fra relevante fagområder. Disse vil sammen med studieleder ha ansvar for utdanningens faglige innhold og gjennomføring.

Bakgrunn og forståelse

Mennesket er et relasjonsvesen og deltakelse i grupper former vår personlighet.: familie barnehage, skole, jobb, foreninger osv. Deltakelse i grupper gir oss muligheter for interpersonlig læring og større forståelse av hvordan vi fungerer sammen med andre mennesker.

Innenfor det terapeutiske området finnes det i dag grupper for folk med ulike typer av personlighetsforstyrrelser, akutte og kroniske depresjoner, spiseforstyrrelser, spill- og rusavhengighet, sorg, pårørende til og barn av rusavhengige, seksuelle overgrep, alternativ til vold, selvhjelpsgrupper (AA og NA) – for å ha nevnt noen.

Og det finnes ulike tilnærminger til hvordan man jobber i en gruppe Psykoanalytisk orienterte grupper (gruppeanalyse, objektrelasjonsorienterte grupper), psykodynamiske (herunder interpersonlige grupper), kognitivt/adferdsorienterte. Psykoedukative, gestalt, psykodrama, eksistensielt-humanistiske grupper – for å ha nevnt ulike perspektiver.

Når man jobber psykodynamisk med grupper er det fire nivåer å ta hensyn til: Individets indre liv (intrapyskisk), relasjoner mellom deltakerne (interpersonlig), gruppens sosiale struktur (dynamikken i gruppen som helhet) og den organisasjonspsykologiske sammenhengen gruppen inngår i. I opplæringsprogrammet vil vi særlig fokusere på den interpersonlige forståelse (Yalom 2005) vel vitende om at de fire nivåene hører nøye sammen. Vi vil også gi en innføring i hvordan man kan jobbe interpersonlig ut fra en kognitivt-adferdsorientert tilnærming

Opptakskrav

Søkeren må ha treårig høgskoleutdanning, fortrinnsvis innen helse, sosial og pedagogiske fagområder. Dette gjelder både for opptak til Del A og Del B.

I tillegg bør søkere ha erfaring fra arbeid med grupper.

Det er en forutsetning for opptak at søkeren er ansatt på en arbeidsplass der han eller hun er engasjert i gruppearbeid. Vi stiller krav om at deltakeren leder (eller co-leder) en gruppe (terapi-/samtale-/veilednings-/personal- eller lignende gruppe) som han/hun kan få veiledning på.

Mål

Målet med studiet er at deltakeren gjennom egenerfaring i gruppe, teori, veiledning, ferdighetstrening og eget gruppearbeid skal styrke sin personlige og faglige kompetanse i lederskapet av grupper i egen organisasjon. Programmet vil gi opplæring i prosessorientert arbeid i grupper og psykologisk kunnskap om samspillet i arbeids- og klientgruppen. Gjennom teori og praksis vil deltakerne lære mer om gruppeprosesser. Målet er en gruppeledelse som bidrar til trygghet og åpenhet i arbeids- og klientgrupper. Deltakerne vil være bedre rustet til å påta seg ansvar og oppgaver der det inngår arbeid med å finne løsninger for enkeltmennesker og grupper.

Målgruppe

Ansatte og ledere i helse- rus- og sosialomsorgen med erfaring fra og interesse for arbeid med og i grupper.

Innhold

Studiet tar opp i seg emner som:

- Gruppepsykologisk teori
- Organisasjon, gruppe og ledelse
- Relasjonsforståelse
- Terapeutiske faktorer
- Interpersonlig læring
- Endringsprosesser

Praksis

Arbeidsplassen er studentenes praksissted. I den praksisnære delen av utdanningen vil studentene få anledning til å integrere teori og praksis. Arbeidsgiver og student må sørge for at det gis god anledning til å utvikle prosessorienterte gruppelederferdigheter i tilknytning til utdanningen. Det kliniske perspektivet vil stå sentralt i undervisningen og i kravene som stilles til praksis i undervisningsperioden.

Den praksisnære delen av studiet blir ivaretatt ved at studentene:

- er ansatt i en stilling der gruppearbeid inngår
- mottar 15 timer gruppeveiledning på eget arbeid
- får belyst egen praksis gjennom veiledning
- får trening i ledelse av grupper, både i egen praksis og på samlingene

Gjennom opplæringsprogrammet vil lærere i utdanningen og studentenes veiledere samarbeide. Dette samarbeidet ivaretas gjennom en veiledersamling.

Kollegagrupper

Studentene skal møtes i kollegagrupper mellom samlingene. I kollegagruppene skal man legge frem arbeidet med eget forbedringsområde og få veiledning på dette. Faglige og personlige forbedringsområder skal beskrives i en utviklingskontrakt som hver deltaker utformer på slutten av den første samlingen. Forbedringsområder skal knyttes til ledelse av grupper på eget arbeidssted. Arbeid i kollegagruppene utgjør minimum 15 timer i løpet av utdanningsprogrammet.

Veiledning

Veiledningen skal være knyttet til studentenes praktiske arbeid i klient- og/eller personalgruppa og skal relateres til undervisning og pensumlitteratur. Den skal bidra til at studentene bedre kan lede, håndtere og forstå samspillet i møte med klienter og kollegaer. Veiledning gis både under studiesamlingene og på studentenes arbeidssted

Organisering og arbeidsmåter.

Det blir undervist i gruppepsykologisk teori. Like sentralt står utvikling av studentenes språkskapende adferd i den gruppen de er en del av i selve opplæringsprogrammet. Gjennom teori, øvelser, gruppeoppgaver og rollespill vil studentene få anskueliggjort gruppepsykologiske prosesser. Målet er en helhetlig læring. For å oppnå dette består det pedagogiske opplegget av et nøye fastsatt vekselspill mellom

øvelser, forelesninger, prosessgrupper og teoripresentasjoner. Det gis muligheter for å utvikle egen yrkesrolle, og personlig utvikling.

Studiet blir organisert med fem samlinger på til sammen 13 undervisningsdager. Det gis minimum 80 timers undervisning og 15 timer veiledning i gruppe og 15 timer individuell veiledning på arbeidsstedet.

Studiesamlingene

Samling 1: Min rolle som gruppeleder – faglige og personlige utfordringer

- Hva vil det si å lede grupper.
- Organisasjon, gruppe, lederskap
- Betydningen av relasjonene i gruppa.
- Gjennomgang av kartleggings skjema:
- Gruppeleder: kartlegging av viktige kjennetegn ved rollen som leder av en gruppe.
- Arbeid med mål for utviklingskontrakten.

Samlingen formidler innblikk i sentrale psykologiske prosesser som foregår i grupper og organisasjoner. Den skal gi et nødvendig erfaringsmateriale for å forstå tema som omhandles under senere samlinger. Tema: Grunnleggende trekk ved gruppers liv og utvikling. Studentenes behov og ønsker. Studentenes individuelle mål. Gruppens mål. Hvilke verdier og normer skal vi legge til grunn for arbeidet i denne gruppen?

Begreper fra psykodynamisk gruppepsykologi. Terapeutiske faktorer. Den interpersonlige gruppeterapeutiske modell.

Samling 2: Ferdighetstrening og individuelle forbedringsområder

- Individuelle ferdigheter og forbedringsområder.
- Studentene legger fram teori.
- Deltakerne trener seg på å lede grupper.

Studentene trener på gruppeferdigheter. Vi arbeider med personlige og faglige utviklingsområder i et støttende gruppeklima. Denne samlingen utdyper erfaringer fra samling 1 gjennom innføring i begreper, teorier og metoder som brukes til å beskrive og forklare grunnleggende tema i gruppepsykologien. Tema: Gruppers utviklingsfaser. Betydningen av støttende omgivelser. Den kognitivt adferdsorienterte gruppemodell

Samling 3. Selvfølelse i samspill med andre. Samhandlingsmønstre og mestringsstrategier

- Selvfølelse i samspill med andre
- Tilbakemeldinger
- Samhandlingsmønstre og mestringsstrategier
- Studentene trener seg på å lede grupper.
- Studentene legger frem teori.

Selvfølelse eller selvaktelse utvikles i samspill med (betydningsfulle) andre. God selvfølelse er viktig for oss alle. Presise og differensierte tilbakemeldinger fra andre gruppedeltakere fører til større selvforståelse og økt selvakseptering. Vi utforsker etablerte samhandlingsmønstre i eget liv og hvilke mestringsstrategier vi benytter oss av.

Tema: Forholdet mellom funksjonelle og dysfunksjonelle samhandlingsmønstre og mestringsstrategier. Å skape et godt psykologisk rom. Støtten vi har i oss selv og den støtte vi trenger fra andre. Evne til å be om hjelp. Relasjonelle prosesser: kontakt og kontaktforstyrrelser, dialog og relasjonsbygging, anerkjennelse og innlevelse, overføring og motoverføring.

Samling 4. Psykodynamisk perspektiv på ledelse og grupper.

- Lederskap og følgeskap. Hva forventer vi av en god gruppeleder?
- Gruppelederen som kulturbygger. Å skape gruppenormer
- Å lede her-og-nå
- Deltakerne trener seg på å lede grupper.

- Studentene legger frem teori.

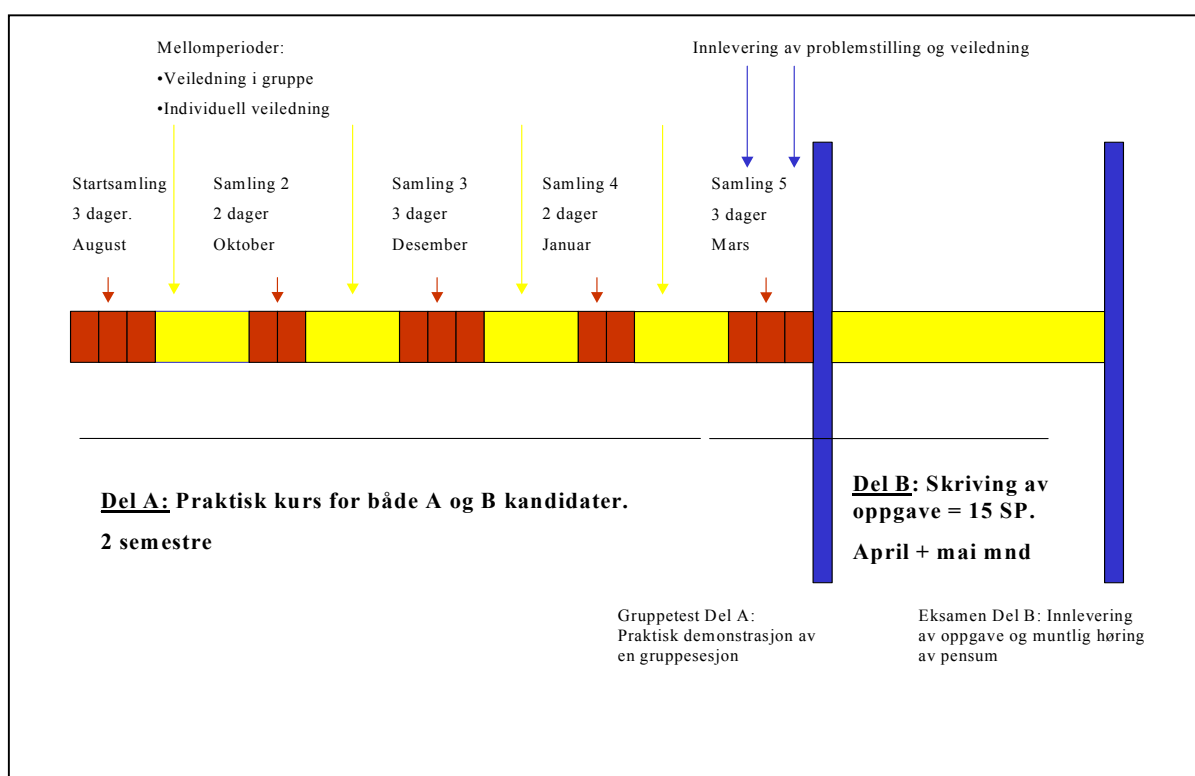
Tema: Autoritet, makt og ledelse. Lederens personlighet. Ubevisste prosesser i grupper. Den organisasjonspsykologiske konteksten.

Samling 5. Prosessledelse og gruppedynamisk forståelse

Separasjon og avslutning
 Autonomi og avhengighet
 Personlige og faglige utfordringer som gruppeleder
 Studentene leder grupper bestående av medstudenter.
 Refleksjon over eget arbeid

Tema: Utvikling av egen personlig stil som gruppeleder. Opprettholde gruppens rammer. Behovet for egen veiledning og terapi.

Studieforløp



Vurdering

Del A avsluttes med en praktisk demonstrasjon. Studenten leverer et opptak (DVD/eventuelt. på nettet) av en gruppesesjon fra egen arbeidsplass. Vurderes med Bestått / Ikke-bestått. Må være bestått for å kunne ta skriftlig eksamen.

Etter femte samling i andre semester - Del B - skriver studenten en hjemmeoppgave (ca. 15 sider) Deretter avholdes muntlig eksamen hvor kandidaten forsvare sin oppgave og får spørsmål fra pensum. Det benyttes graderte karakterer.

Litteratur

Heinskou, T. & Schjødt, T. (red.) (2007) *Miljøterapi på dynamisk grundlag*. København: Hans Reitzels Forlag. Utvalgte kapitler. (140 s.)

Heinskou, T. & Visholm, S. (red.) (2004) *Psykodynamisk organisasjonspsykologi – på arbejde under overfladen*. København: Hans Reitzels Forlag. Utvalgte kapitler (120 s)

Yalom, Irvin D., 2005, *The Theory and Practice of Group Psychotherapy*, Basic Books
Kap 1 – 13, (427 s)

Rutan, J.S. & Stone, W.N., 2001, *Psychodynamic Group Psychotherapy*, The Guildford Press Kap. 1 – 10
(195 s)

Yalom, I. D. (2006), *Schopenhauerkuren*, Pax forlag (350 s)