



JEG GRUPPEN

Springbrættets sidste nye "spring"

SD Springbrættet

et bedre liv

www.springbrættet.nu

Vores udgangspunkt:

En del af de unge mennesker, der starter i behandlingsforløbet på Springbrættet, har begyndervanskeligheder med at **turde og kunne** inddrage sig kommunikativt i den daglige praksis i de planlagte og spontane gruppeprocesser for alle eleverne på Springbrættet.

Nogle af de elever, der tilbydes plads i Jeg-gruppen kommer med en fastlåst ydre sikkerhedsidentitet, som de bruger som undgåelses strategi i større forsamlinger.

Andre har primært som udgangspunkt skrøbelige og diffuse identitets strukturer.

Alle har et ønske om at blive set, forstået, mødt og støttet fremadrettet i at blive proaktive og handlekraftige i det kommunikative fællesskab. Eller de skal gøres opmærksomme på, at de kunne have brug for :

- At blive sig selv værdig og kunne stå ved det !!!
- At kunne udvikle fokus og opmærksomhed på andre uden at underkende egen værdi !!!

Jeg-gruppens mål er derfor at styrke den enkeltes selv-værd og selvtillid. At lære at give sig selv betydning – og modtage betydning i større fora. At turde ytre sig og være deltagende. At respektere sig selv og andre.

Vi arbejder teoretisk/metodisk ud fra:

Principper for

- Appreciative Inquiry : jeg sætter pris på
- Anerkendende kommunikation
- Nonverbal og verbal kommunikations forståelse og omsætning
- Aktiv lytning
- Demokrati og dannelse

Fokus er stimulering af et dynamisk Selvbillede:

- Jeg forandrer og udvikler mig!
- Jeg forstår, integrerer og adskiller mig fra min prægning og bliver mig selv
- Jeg bliver levende og aktiv i forholdet til mig selv og andre
- Jeg bliver proaktiv i stedet for reaktiv

I Jeg-gruppen er målet at eleverne bliver optaget af at mærke og erfare udvikling af deres grundlæggende Selv potentialer og øve sig i at fremstille sig selv. Og forholde sig til andres Selv fremstillinger.

Derfor tager vi udgangspunkt i en til gruppen udviklet teoribaseret Selvbillede forståelsesmodel med baggrund i en socialpsykologisk referenceramme.

Hvornår arbejder vi:

Jeg-gruppen er aktiv 2 timer hver tirsdag og to timer to fredage i måneden, mens Springbrættets øvrige elever har morgenmøde.

Jeg-gruppens deltagere er derfor med i husets samlede fællesmøder på andre tidspunkter.

Hvordan arbejder vi i samspillet mellem behandlere og elever:

I Jeg gruppen arbejder vi metodisk og strukturelt og med medansvar.

Alle, både elever og vi 2 behandlere, der er tilknyttet tilbuddet, bliver og er sikre i at:

Vi har et fælles projekt, hvor vi som behandlere er ansvarlige for, at I som elever får en ramme for at arbejde med jeres selvbillede og vokse ud fra. I er ansvarlige for at "sætte jeres NU Selvbillede" ud til betragtning og anerkendende feedback..og efterfølgende personlig refleksion.

- Alle er ansvarlige for at inddrage sig, ud fra sikre rammer og øvelser, som vi som behandlere stiller til de enkelte gange og som er strukturen.
- Alle bidrager med Selvfremstilling, feed back og personlig refleksion.
- Både behandlere og elever fremstiller sig og inddrager sig.

I Jeg-gruppen arbejdes der med at tage sin plads og give plads. Der er derfor ikke andre regler om håndsovrækning og andre kommunikative spilleregler i debat og diskussions opgaver end at fornemme, hvornår JEG manifesterer mig. Og DU manifesterer dig.

Hvordan kommer eleverne ind og hvornår er de færdige i Jeg gruppen

Jeg-gruppen er åben for ind- og udslusning.

Eleverne kommer ind i gruppen gennem samarbejde mellem den enkelte elev, Springbrættets

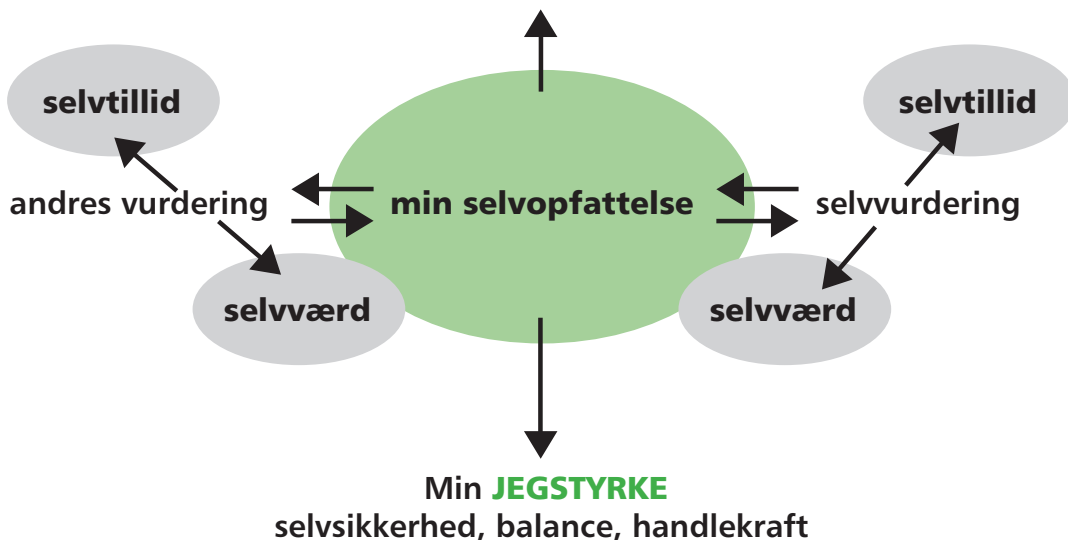
daglige leder, samt gruppens to behandlere. Det samme gør sig gældende, når eleven er klar til at bidrage til og lukrere af Springbrættets behandling. (At turde og kunne inddrage sig kommunikativt i den daglige praksis for alle eleverne på Springbrættet).

Samarbejde med ledelse:

Hver anden tirsdag mødes den daglige leder og gruppens to behandlere, hvor de aktuelle elevers udvikling evalueres og hvor evt. potentielle elever til gruppen drøftes.

Selv evaluering af tilbudet

En vigtig del af tilbudet er, at eleverne løbende Selv-evaluerer deres voksende Jeg kompetence. At de hver gang reflekterer over personlige forandringer.



Der foretages evaluering gennem interviews med elever, der er færdige i Jeggruppen.

(Elev 1) Jeg har lært at dele mit selv-værd op i forskellige grupper, som har hjulpet mig til at forstærke de sider, hvor jeg er stærk. Jeg har lært at give mig selv lov til at fylde. Det har også lært mig at deltage mere aktivt i samtaler og tro på at det jeg siger, er noget værd. Det har ændret mit selvbillede i en positiv retning.

(Elev 2) Jeg har lært at tage min plads, jeg tror mere på mig selv. Har lært af øvelserne. Jeg må godt være her og jeg er o.k. Det er o.k. at være mig og hvad, det indebærer. Det har hjulpet mig i forhold til min sociale angst. At jeg er blevet udfordret til at turde.

(Elev 3) Jeg er ikke så flov over at tale om ting, der gør mig usikker og ked af det, jeg føler mig ikke forkert. Jeg føler mig ikke så presset i Jeggruppen. Der lyttes mere til en, uden der bare kommer en masse råd.

(Elev 4) Da jeg kom, kunne jeg ikke lide at sige noget, tænkte for meget på, hvad andre tænkte. Bange for at lyde dum, synes ofte det blev noget volapyk, jeg sagde, fordi jeg tænkte så meget over, hvad jeg sagde. Jeg er blevet bedre til at aflevere irritationer. Det er lettere at snakke om ting, fordi vi har tavshedsp-ligt i forhold til, hvad vi snakker om. Man lærer mere, fordi alle er tvunget til at gå på.

(Elev 5) Da jeg kom, var jeg rigtig nervøs og bange. Var bange for hvad de andre tænkte, følte at det jeg skulle sige skulle være rigtigt. Det har givet mig meget større selvværd og jeg har fået troen på mig selv, bedre til at kunne ytre min mening og fortælle, hvad der er inde i mig. Er ikke længere bange for at sige noget. Jeg ved det er ok. bare at være mig selv. Jeg har skullet være alle mulige personer og den person jeg allerbedst kan lide er, når jeg bare er mig selv, og de andre respekterer mig også meget mere.

 Springbrættet
et bedre liv

www.springbrættet.nu