



Socialstyrelsen

Manual

Social Færdighedstræning
august 2017

Viden til gavn

SFT-Manual

Denne manual er målrettet ni måneders samlede gruppeforløb i Social færdighedstræning. Manualen, metodebeskrivelsen, kompendiet og idéhæftet udgør grundlaget for den samlede SFT-metode.

I Social færdighedstræning indgår der både kerneelementer, som er elementer, der ikke må ændres (ved) (metoderne og modulemaerne, bortset fra medicinmodulet), og justerbare elementer, der kan tilpasses det konkrete gruppeforløb (medicinmodulet, omfang og længde af modulemaer). For at opretholde programtrofasthed, er der udarbejdet logbog for SFT-sessionerne og et programtrofasthedsskema, som er at finde sidst i denne manual.

Manualen er udarbejdet af Allan Fohlmann og Merete Nordentoft.

Materialet er primært baseret på:

- Liberman, Robert P.: *At lære at kommunikere*. Arbejdsbog. og *At lære at kommunikere*. Vejlederens Manual. 1999.

Dertil tager manualen udgangspunkt i og indeholder uddrag fra en række andre centrale kilder, se litteraturliste.

Nyt oplag.

Bortset fra opsætning og omslag er denne udgave identisk med udgaven fra 2014

Kerneelementer

Modulemaerne er:

- Medicinmodulet (fx 3 sessioner)
 - At vurdere virkning og bivirkning
 - At vurdere fordele og ulemper ved at tage medicin
 - At søge informationer
- Symptomstringsmodulet (fx 10 sessioner)
 - At genkende tidlige advarselstegn
 - At håndtere tidlige advarselstegn
 - At genkende symptomer
 - At håndtere symptomer
 - At kende Stress-sårbarhedsmodellen
- Samtalemodulet (fx 17 sessioner)
 - Kropssprog og tale
 - At indlede en samtale
 - At vedligeholde en samtale
 - At afslutte en samtale og invitere til en ny
 - At sammensætte alle ovennævnte
- Konfliktløsningsmodulet (fx 10 sessioner)
 - At tage imod, bearbejde og afsende budskaber i konflikter
 - At kunne gå fra automatiske tanker og adfærd til at arbejde med alternative tanker og alternative handlinger i konflikter
 - At trække sig ud af en konfliktsituation og tænke over, hvad der hensigtsmæssigt kan gøres - og så afprøve dette
 - At vurdere, hvilke konflikter der er værd at gå ind i, og hvilke der ikke er det

Metoder og opbygning af hver ugentlig session

Følgende metoder indgår i opbygningen af hver gruppesession:

1. Runde
2. Hjemmøvelse fra sidst
3. Oplæg/undervisning
4. Deltagererfaring med temaet inddrages (brainstorm og diskussion)
5. Rollespil eller problemløsning
6. Ny hjemmøvelse
7. Afslutningsrunde

Hver session er af ca. 1½ times varighed inklusiv pause. Længere, hvis det er hensigtsmæssigt, kortere hvis deltagerne har svært ved at koncentrere sig eller af andre grunde har for svært ved 1½ times session.

Justerbare elementer

Det forudsættes, at SFT-trænerne har modtaget kursus i SFT for at kunne bruge manualen.

Manualen er et oplæg til, hvilke metoder og hjemmøvelser man med fordel kan bruge i hver session. Manualen kommer med konkrete eksempler til hver af de 36 sessioner. Hvis gruppen har brug for det, kan man en ekstra gang dvæle ved en metode eller et oplæg.

Der er udviklet et idéhæfte med inspirationsark, som man kan udlevere til borgerne inden for de forskellige temaer.

Det anbefales, at der fra start udleveres et arbejdshæfte til hver borger. Dette kan blandt andet indeholde udvalgte inspirationsark samt øvrigt relevant materiale, som gruppetrænerne vurderer, det er hensigtsmæssigt at udlevere. Trænerne kan selv vælge at udlevere materiale fortløbende eller selv sammensætte et mere færdigt arbejdshæfte, som udleveres fra start til hver borger.

Hvis man er tryk og godt inde i metoder og modultemaerne, kan man være mere fri i sit arbejde i sessionerne. Hvis man er usikker, kan man gå tilbage og gøre mere præcist, hvad der foreskrives.

Angående oplæg

Oplæg kan både være længere oplæg, fx 5-10 minutter, eller et spørgsmål ud til gruppen om dagens tema. Hvis gruppen kan generere vigtige pointer selv, er det ofte bedre, end at de får dem serveret/fremlagt først. Oplægsholderen kan da samle op efter deltagererfaringerne.

Trænerne forbereder sig mindst en halv time før hver session og en halv time efterfølgende. Der bruges logbog og skema for at sikre programtrofasthed.

Uddannelse i social færdighedstræning

Kompendiet udgør sammen med metodebeskrivelsen, Kapitel 12 "Social færdighedstræning" i bogen: Psykose hos unge - Symptomer, behandling og fremtid, samt idéhæftet det uddannelsesmateriale, som gruppetrænere skal tage afsæt i og være oplært og trænet i at bruge.

Modultemaerne og manualoverblik – Det gruppeterapeutiske forløb

Nr.	Oplæg/tema	Metoder/diskussion	Hjemmeopgave
1	Velkommen Først opridses en overordnet plan for forløbet. Rammerne for forløbet gennemgås, fx mødetid, pauser, lokaliteterne og sessionsstrukturen. Grupperegler gennemgås: fx ingen kritik af andre samtidigt med, at alle forsøger at bidrage til en venlig og støttende atmosfære, og at SFT-trænerne styrer tiden mv. Det forklares, hvorfor vi holder runder, oplæg/diskussion. Efterfølgende afholdes en "hvem er vi runde". Introduktion til SFT-mål, de fire moduler og især medicinmodulet og symptomstringsmodulet. Rationalet bag medicinmodulet og symptomstringsmodulet nævnes denne eller næste gang. Fx ved brug af sætninger som denne: "Baggrunden for medicinmodulet og	 Se idéhæfte til manual, side 1-9. Runde om hvem gruppen er. Deltagernes erfaringer: Diskussion og eksempler fra gruppen. Runder om hvad der kan være svære situationer, og hvilke styrker man har ift. sociale færdigheder. Brainstorm.	 Der udleveres mappe med navne på deltagere og kontaktoplysninger til trænerne. OBS: I materialet med idéhæfte er der en række uddelingskopier at vælge mellem – det er <u>ikke</u> alle, der skal gennemgås.

	<p>erfaringen af, at det kan være svært at få trænet det sociale, hvis man har symptomer, som medicin kunne hjælpe på, men også erfaringen med, at bivirkninger kan stå i vejen for, at man har overskud til at træne. Vi vil derfor kort over et par gange, hvis der er interesse for det, se på, hvor man kan få mere information om medicinen, som man får. Vi vil evt. også se på, hvordan man kan skelne mellem bivirkninger og symptomer, og hvad man kan gøre for at minimere bivirkninger”.</p>		
2	<p>Om medicin</p> <p>Om fordele og ulemper ved medicin</p> <p>Fx med sætninger som: ”Nogen har gavn af medicin, mens andre ikke har. Nogen gange bliver det meget sort/hvidt, hvordan medicin diskuteres, så vi vil derfor gerne se separat på fordele og ulemper i dag. Fordele kan man glæde sig over og bemærke, og ulemperne kan man se på, om man kan gøre noget ved”. ”Vi kan også se på praktiske problemer med brainstorm og problemløsning, fx ift. hvad der kan gøre det nemmere at huske medicinen.”</p>	<p>Se idéhæfte til manual, side 12-33 (især 16-17).</p> <p>Deltagernes erfaringer: Brainstorm og diskussion</p> <p>1) Brainstorm om fordele</p> <p>2) Brainstorm om ulemper</p> <p>Diskussion af emne med udgangspunkt i ovenstående.</p>	<p>Lav liste med fx</p> <p>3 fordele og 3 mulige ulemper, og tal eventuelt med andre om det.</p>
3	<p>Om medicin</p> <p>Om virkninger og bivirkninger samt at søge information herom.</p> <p>Modulet afrundes, og deltagerne støttes i at gøre medicin til noget, der kan tales om – også efter dette modul. Hver deltager støttes i at få sagt, hvem de kan tale med, og hvordan det kan gøres.</p>	<p>Se evt. idéhæfte til manual, side 19-23.</p> <p>Deltagernes erfaringer: Brainstorm og diskussion.</p>	<p>Øvelse i at søge information om medicin på nettet. Lav en liste med spørgsmål, som du gerne vil høre nærmere om fra din læge eller kontaktperson.</p>
4	<p>Om symptommestring</p> <p>Rationalet bag modulet er at kende Stress-sårbarhedsmodellen.</p>	<p>Se idéhæfte til manual, side 33-97</p> <p>Se ”Stress-sårbarhedsmodellerne.pdf”.</p> <p>Diskussion og brainstorm om, hvad symptomer er, og hvordan de hænger sammen med Stress-sårbarhedsmodellen samt at planlægge, hvad der kan dyrkes af opbyggende faktorer, og hvad der minimeres af stressende faktorer.</p>	<p>Lav en liste over opbyggende faktorer.</p> <p>Dyrk en af dem, og se om det er rart.</p>

<p>5</p>	<p>Om symptommestring</p> <p>At genkende tidlige advarselstegn.</p>	<p>Se evt. idéhæfte til manual, side 35 og 43.</p> <p>Diskussion af advarselstegn samt</p> <p>introduktion til problemløsningsmodel-len: Fx: hvad kan man gøre, når man har/oplever et advarselstegn.</p>	<p>Se på liste over advarselstegn og overvej, hvem, du gerne vil have, kender det, og hvem du kan tale med om advarselstegn, hvis der skulle komme nogle.</p>
<p>6</p>	<p>Om symptommestring</p> <p>At håndtere tidlige advarselstegn.</p>	<p>Se evt. idéhæfte til manual, side 43.</p> <p>Problemløsning ved advarselstegn.</p> <p>Introduktion til den kognitive grundmodel samt til kriseplan.</p>	<p>Lav en liste med de 4 ting, som jeg tænker hjælper bedst ved mine advarselstegn samt arbejde med kriseplan.</p>
<p>7</p>	<p>Om symptommestring</p> <p>At genkende symptomer.</p>	<p>Se evt. idéhæfte til manual, side 53.</p> <p>Diskussion af, hvordan man bemærker og skelner symptomer fra almindelig stress. Hvad hjælper?</p> <p>Diskussion af, hvad der hjælper ved angst.</p>	<p>Beskrive mine symptomer, samt hvordan jeg kom videre, sidst jeg havde symptomerne.</p>
<p>8</p>	<p>Om symptommestring</p> <p>At håndtere symptomer.</p>	<p>Diskussion af, hvad der hjælper ved konkrete symptomer, som gruppen har – fx det at høre stemmer.</p> <p>Problemløsning.</p>	<p>Dyrk en ting, der giver ro.</p>
<p>9</p>	<p>Om symptommestring</p> <p>At håndtere symptomer</p> <p>Måske er selvværd en vigtig faktor i minimeringen af symptomer – hvad giver selvværd?</p>	<p>Diskussion af, hvad der hjælper ved de konkrete symptomer, som gruppen har – fx det at høre stemmer.</p> <p>Problemløsning. Evt. rollespil ift. at forklare om symptomer og</p> <p>brainstorm om, hvad der giver selvværd.</p>	<p>Gøre en af de ting, der hjælper mod symptomer.</p>
<p>10</p>	<p>Om symptommestring</p> <p>At håndtere symptomer.</p>	<p>Afrunding af symptommestringsmodul. Bemærk opnåede erkendelser, succeser, og hvad der hjælper.</p> <p>Problemløsning.</p>	<p>Tage arbejdshæftet med hjem og fortæl en ven, et familie-medlem eller en anden bostøtte/ kontaktperson, hvad der</p>

			især har hjulpet dig, når du har haft symptomer.
11 Om samtale	Om introduktion til modul. Gennemgang af mål.	Se idéhæfte til manual, side 97-150. Diskussion af, hvad der i gruppen er af mål angående samtalemodulet.	Se på dine mål, og tænk over, hvad du især gerne vil arbejde med, når det kommer til kropssprog.
12 Om samtale	Kropssprog og tale.	Se evt. idéhæfte til manual, side 99-103. Diskussion af, hvad der i gruppen opleves som værende svært ift. kropssprog: Fx ja-, nej- og måske-signaler. Brainstorm og vis evt. videofilmseksempler.	Bemærke kropssprog ved udvalgt episode, fx familiesammenkomst, tv-program eller lignende.
13 Om samtale	Kropssprog og tale.	Hvad er kropssprog? Introduktion til rollespil, hvor trænerne viser rollespil om kropssprog. Ja-, nej-, og måske-signaler.	Send et ja-signal til en anden; fx en du møder i en social sammenhæng, hold øjenkontakt, smil mv.
14 Om samtale	Kropssprog og tale.	Brainstorm om, hvad der gør, at vi husker, og hvad der gør, at vi glemmer ja-, nej- og måske-signaler.	Lægge mærke til ja-, nej-, og måske-signaler ved en udvalgt episode.
15 Om samtale	At indlede en samtale.	Se evt. idéhæfte til manual, side 128-131. Brainstorm om, hvad der kan gøre det svært at starte en samtale, og hvad der kan gøre det lettere.	Find en episode, hvor du ikke fik startet en samtale, men gerne ville have gjort det.
16 Om samtale	At indlede en samtale.	Brainstorm og rollespil om, hvad der skal til for at starte en samtale? Hvordan finder man samtaleemner?	Tænk over en person, som du gerne vil snakke med, men hvor du er i tvivl om, hvad du kan snakke om.
17 Om samtale	At indlede en samtale.	Brainstorm og rollespil om, hvordan man finder samtaleemner. Konkret eksempel fra gruppen.	Lav en liste over gode samtaleemner for dig – hvad vil du gerne have, at andre starter samtalen

			med?
18 Om samtale	Se evt. idéhæfte til manual, side 136-139.	Se tv-udsendelse – fx ”Venner” eller lignende – overvej under udsendelsen, hvorledes du ville have spurgt ind for at vedligeholde samtalen.	
At vedligeholde en samtale.	Brainstorm og rollespil om, hvordan samtaler vedligeholdes. Konkret eksempel fra gruppen. Associationsleg.		
19 Om samtale	Hvordan vedligeholdes samtaler? Konkret eksempel fra gruppen. Brainstorm og rollespil. Associationsleg.	Prøv at holde en samtale 5 % mere vedlige med en god ven – forbered dig gerne.	
At vedligeholde en samtale			
20 Om samtale	Hvordan vedligeholdes samtaler? Konkret eksempel fra gruppen. Brainstorm og rollespil. Associationsleg.	Prøv at holde en samtale 5 % mere vedlige med en bekendt eller et familiemedlem – forbered dig gerne.	
At vedligeholde en samtale.			
21 Om samtale	Se evt. idéhæfte til manual, side 132 & 145.	Læg mærke til, hvad der for dig er o.k. at tale med tætte venner eller familie om, hvad der er o.k. at tale med bekendte om, og hvad du gerne vil tale med helt fremmede om.	
Hvad er passende?	Hvad er passende i samtaler, og hvordan passer man på sig selv? Fx hvordan undgår man at tale om sygdom, hvis man ikke ønsker det. Brainstorm og rollespil.		
22 Om samtale	Se evt. idéhæfte til manual, side 142-145.	Skriv to gode sætninger, som du ville kunne sige, hvis du skulle invitere til en ny samtale.	
At afslutte samtaler og invitere til nye	Hvordan får man afsluttet samtaler og inviteret til nye? Brainstorm og rollespil.		
23 Om samtale	Se evt. Idéhæfte til manual, side 140-141.	Prøv at foreslå én, du møder, at I mødes igen – eller fortæl en person, som du møder og tager afsked med, at det har været rart at se vedkommende og hvorfor.	
At afslutte samtaler og invitere til nye - at få nye venner og vedligeholde gamle venskaber.	Hvordan får man nye venner, og hvordan vedligeholdes gamle venskaber/ bekendtskaber – eller hvordan genskabes de? Brainstorm og diskussion.		
24 Om samtale	Hvordan får man venner, og hvordan vedligeholdes gamle venskaber – eller hvordan genskabes de? Brainstorm,	Tænk på, om du har en nuværende eller gammel ven, som du gerne vil have mere	
At få nye venner og vedligeholde gamle			

	venskaber.	problemløsning og rollespil.	kontakt med? Tænk samtidig over, hvordan det kunne gøres?
25	Om samtale At sammensætte alle ovennævnte	Hvordan sammensættes det hele? Konkret eksempel fra gruppen. Brainstorm, problemløsning og rollespil.	Find episode, hvor du taler med andre og medbring en kort beskrivelse af denne episode til næste gang.
26	Om samtale At sammensætte alle ovennævnte.	Hvordan sammensættes det hele? Konkret eksempel fra gruppen. Brainstorm, problemløsning og rollespil.	Lav liste over 5 ting, som du især tager med dig videre fra samtalemodulet. Se på dine mål og se, hvor langt du er kommet.
27	Om samtale Om afslutning af modulet.	Hvad tager du især med dig fra samtalemodulet?	Tænk på, hvad du især gerne vil se mere på i konfliktmodulet.
28	Om konfliktløsning Introduktion til modulet.	Se Idéhæfte til manual, side 151-165. Hvad giver konflikter, og hvad kan man gøre ved dem? Brainstorm, problemløsning og rollespil.	Bemærk, om der er særlige konflikter, der giver dig problemer.
29	Om konfliktløsning At tage imod, bearbejde og afsende budskaber i konflikter.	Hvad giver især deltagerne konflikter? Brainstorm, problemløsning og rollespil. Den kognitive grundmodel og omstrukturering.	Tag et eksempel på en konflikt med, der har givet dig problemer.
30	Om konfliktløsning At kunne gå fra automatiske tanker og adfærd til at arbejde med alternative tanker og alternative handlinger i konflikter.	Eksempler på konflikter fra deltagerne. Brainstorm, problemløsning og rollespil. Den kognitive grundmodel og omstrukturering.	Tag et eksempel på en konflikt med, der har givet dig problemer.
31	Om konfliktløsning At trække sig ud af en konfliktsituation og tænke over, hvad der hensigtsmæssigt kan gøres - og derefter afprøve dette.	Eksempler på konflikter eller dilemmaer fra deltagerne. Brainstorm, problemløsning og rollespil. Den kognitive grundmodel og omstrukturering.	Medbring et eksempel på en konflikt eller et dilemma, der har givet dig problemer.
32	Om konfliktløsning	Eksempler på konflikter eller dilemmaer fra deltagerne.	Træne en specifik færdighed eller me-

	At vurdere, hvilke konflikter der er værd at gå ind i, og hvilke der ikke er.	Brainstorm, problemløsning og rollespil. Den kognitive grundmodel og omstrukturering.	toder, som aftales med trænerne: enten at sige fra eller at tage problemer op med bestemte personer i omgangskredsen eller at træne fx problemløsning eller omstrukturering på egen hånd.
33	Om konfliktløsning	Eksempler på konflikter eller dilemmaer fra deltagerne. Brainstorm, problemløsning og rollespil. Den kognitive grundmodel og omstrukturering.	Træne en specifik færdighed eller metode, som aftales med trænerne: enten at sige fra eller at tage problemer op med bestemte personer i omgangskreds eller træne fx problemløsning eller omstrukturering på egen hånd.
34	Om konfliktløsning	Eksempel på konflikter eller dilemmaer fra deltagerne. Brainstorm, problemløsning og rollespil. Den kognitive grundmodel og omstrukturering.	Træn specifik færdighed eller metode, som aftales med trænerne: enten at sige fra eller at tage problemer op med bestemte personer i omgangskreds, eller træne fx problemløsning eller omstrukturering på egen hånd.
35	Om konfliktløsning og afslutning og næste gang	Opsummering af de mange moduler samt gentagelse af vigtige pointer. Hvad synes deltagerne især skal gentages? Brainstorm, problemløsning og rollespil.	Tænk over: Hvad har vi lært, og hvad tager vi med os videre? Hvordan siger man farvel til en gruppe?
36	Afslutning	Hvad har vi lært, og hvad tager vi med os videre? Hvordan siger man farvel til en gruppe? Hygge.	Pas godt på dig selv og tal videre med din bostøtte/ kontaktperson om det du har læst, samt om det du forsat gerne vil træne.

Programtrofasthed

For at opretholde trofasthed mod SFT-metoden er anbefalingen, at der arbejdes med logbøger og programtrofasthedsskemaer. På de næste sider er der eksempler på sådanne.

Trænerne mødes før sessionen og forbereder sig ved at læse i logbogen, hvor noterne fra sidst er skrevet ned. De diskuterer de aktuelle problemstillinger, behov for særlige hensyn til enkelte deltagere (om nogen fx var lidt tavse sidst og skal have ekstra opmærksomhed), indholdet sidste gang (om der er citater eller gode oplevelser, der skal samles op på eller gentages), indhold af dagens session, rollefordelingen mellem trænerne, hvad man gjorde godt sidst, og hvad der skal gentages, samt om forløbet skrider frem i det rigtige tempo efter planen.

Efter sessionen noterer de i logbogen, hvem der kom, observationer (om deltagere, terapeuter og energiniveauet i sessionen), hvad gik godt, og hvad gik mindre godt, behov for særlige hensyn næste gang, eller om der er behov for at gøre noget (andet) mellem sessionerne.

Det kan anbefales at bruge skemaer til vurdering af programtrofasthed og huskeliste til grundbegreber. Dette skema kan udfyldes hurtigt efter hver session. Sidste del af skemaet om gruppeterapeutiske færdigheder er inspireret af skema 49 "Terapeutens selvevaluering" i bogen Kognitiv terapi – Nyeste udvikling.

Litteraturliste

Arendt, Mikkel og Rosenberg, Nicole K. (red): Kognitiv terapi – Nyeste udvikling. Hans Reitzels Forlag 2012.

Bellack, A. S., Mueser, K. T., Gingerich, S., & Agresta, J. Social Skills Training for Schizophrenia: A Step-by-Step Guide. (2. ed.). Guilford Press. New York 2004

Borell, Per: Manual till Steg för Steg - En studiecirkel i serien Ett Självständigt Liv (ESL)
<http://borellme.se/utbildningar/esl>

Granholm, Eric L. ;McQuaid, John R. and Holden, Jason L. Cognitive-Behavioral Social Skills Training for Schizophrenia. A Practical Treatment Guide. Guildford Press. New Youk 2016

Lieberman, Robert P.: Social Skills Training. Kapitel 5 i Lieberman, Robert P.: Recovery from disability . Manal of psychiatric rehabilitation. American Psychiatric Publsering. Washinton 2008

Lieberman, Robert P.: At lære at kommunikere. Arbejdsbog. Dansk psykologisk Forlag. København 1999 og

Lieberman, Robert P.: At lære at kommunikere. Vejlederens Manual. Dansk psykologisk Forlag. København 1999.

Bilag 1: Logbog

Logbog	
Dato:	Før sessionen: Se på logbog fra sidst
Planlagte afbud?	
Hvordan går det med dem/deltagerne? Særlige hensyn, der skal tages i dag?	
Fra sidste gang. Skal noget repeteres; fx fra oplæg, pointer, regler, øvelser eller andet fra sidst?	
Siden sidst. Er der noget, vi skal være opmærksomme på ift. hjemmøvelsen, deres/deltagernes plan for ugen eller noget, de har oplevet?	
Dagens dagsorden:	
Andet der skal planlægges? Fx hvem gør hvad?	
Hvad gjorde vi godt sidst?	
Hvad skal vi gøre mere i dag?	
Holder vores planer ift. mål, tid, modulelementer, etc.?	

Logbog

Dato:

Efter sessionen:
Udfyld programtrofasthedsskema

Udeblivelser eller afbud:

Skal vi gøre noget ved det?

Observationer:

Særlige hensyn til bestemte deltagere næste gang?

Hvordan var gruppedynamikken i dag og hvorfor?

Er der noget, der er vigtigt at huske og anerkende, fx citerede leveregler, ord, sætninger eller problemsituationer?

Vigtigt at huske, så vi kan spørge ind til det eller anerkende næste gang, fx deres/deltagernes planer for ugen?

Deltagernes hjemmeøvelse:

Gik noget mindre godt for os?

Hvad gjorde vi godt?

Hvad skal vi dermed huske til næste gang?

Bilag 2: Skemaer

Skemaer til vurdering af programtrofasthed og huskeliste til grundbegreber		
Praksis – Inddragelse af metode og modulelementer		
Selvevaluering. Alle spørgsmål, undtagen checkliste for assessment, skal udfyldes efter hver gruppesession		
Visitation/assessment er foretaget bl.a. ved hjælp af:	Nej	Ja
<ul style="list-style-type: none"> Tjekliste for assessment, skema 47 og klassiske mål. 		
Antal gange, følgende element har været inddraget i grupperne (sæt lodrette streger i feltet ved tælling af antal gange):	Antal gange	
Den kognitive referenceramme		
Pædagogiske overvejelser omkring træningen af deltagernes sociale færdigheder – fx set på nuværende gruppedynamik og aktuelle, særlige hensyn.		
Føre logbog, forberedt sig inden og evalueret efter sessionerne.		
Modulerne i Social Færdighedstræning:		
<ul style="list-style-type: none"> Medicinmodul 		
<ul style="list-style-type: none"> Symptomstringsmodul (obs: brug af alle delementer fortløbende) 		
<ul style="list-style-type: none"> Samtale/kommunikationsmodul (obs: brug af alle delementer fortløbende) 		
<ul style="list-style-type: none"> Konfliktløsningsmodul (obs: brug af alle delementer fortløbende) 		
Metoderne i social færdighedstræning:		
<ul style="list-style-type: none"> Afholdelse af runder 		
<ul style="list-style-type: none"> Rollespil/situationsøvelse 		
<ul style="list-style-type: none"> Brainstorms 		
<ul style="list-style-type: none"> Problemløsning 		
<ul style="list-style-type: none"> Hjemmøvelser 		
Antal SFT-sessioner alt i alt		
Gruppeterapeutiske færdigheder		
Trænerne foretager selvevaluering efter hver session.		
Sæt en lodret streg i feltet, hver gang det pågældende element er udført.	Ej udført	Udført
Planlægge og evaluere forløbets progression.		

Samarbejde med medtræner om god trænerdynamik.		
Huske deltagernes mål løbende og bruge disse i planlægningen.		
Sætte dagsorden – med få og behørigt grunde til at skifte fokus.		
Udnytte, styre og afpasse tiden effektivt i sessionen, derunder holde tid og huske pauser.		
Huske fastholdelse af reglerne for SFT – Ingen kritik deltagerne imellem.		
Fremvise følgende terapeutegenskaber løbende:		
• Lydhørhed og opmærksomhed		
• Empati		
• Autenticitet og varme		
• Anerkendelse og validering		
• Normalisering		
Få inddraget alle deltagere i et så aktivt samarbejde som muligt og sikre feedback fra hver især.		
Fokus på centrale kognitioner.		
Gennemgående støttende i guidet spørgeform, hvor der sigtes mod, at deltagerne drager konklusionerne.		
Brug af kognitive teknikker. Den kognitive grundmodel, solmodeller, fordele og ulemper mv.		
Inddragelse af adfærdsteknikker – fx adfærdseksperiment eller eksponering ved behov.		
Brug af, fastholdelse af og evaluering af hjemmeopgaver.		
Kan alt i alt sige, at de gruppeterapeutiske færdigheder er godt udførte.		



Socialstyrelsen

Socialstyrelsen
Edisonsvej 1
5000 Odense C
Tlf.: 72 42 37 00

www.socialstyrelsen.dk

august 2017