

Naturintegreret socialt arbejde

Livets sti

Formål:

- 🌱 At få øje på vigtige begivenheder i det levede liv.
- 🌱 At fortælle nye vigtige historier om sig selv, som hjælpsomme og foretrukne alternativer til eksisterende.
- 🌱 At styrke relationer og netværk mellem deltagere.

Forfatter:

Poul Hjulmann Seidler, NaturligIndsigt og specialkonsulent i Natur til et godt liv – Laboratoriet

Teori

Narrativt afsæt, hvor historiseringen især kan drage nytte af begreber som eksternalisering, navngivning, positionskort og bevidning.

Arbejde med en udvidet identitets-historie skabt over et tidsforløb.

Bevidning kan med fordel anvendes. Her fortæller deltagerne om vigtige begivenheder, og de andre deltagere bevidner udvalgte hændelser.

Progression

Øvelsen kan give indhold til flere efterfølgende øvelser, når de unge mødes igen, eller når den enkelte unge mødes alene med en fagprofessionel. Se evt. Variationsmuligheder.

Transfer

Billeder, bevidning og filmklip kan med fordel komme til anvendelse i nye betydningsfulde kontekster for den unge. Andre vigtige personer som familie-medlemmer kan se og tale med den unge om disse, eller familie-medlemmer kan deltage i opfølgende socialt eller terapeutisk arbejde, som styrker deres muligheder i at hjælpe den unge.



Natur

At involvere naturfænomener og fortælle eller opleve disse før udførelse af stien, kan motivere den unge til at være mere kreativ og bruge flere muligheder, når stien laves. Det kan fx være ved at tale om dyrevexler eller smukke arter. Det giver den unge en ny viden, indsigt og inspirerer til flere måder i at arbejde med stien.

Variationsmuligheder

Øvelsen kan udfoldes i mange variationer til at understøtte den unges refleksioner over erkendelser, nye muligheder og foretrukne handlinger. De øvrige unge kan fx holde øje med og tage billeder af situationer/symboler for stærke følelser, eller noget de bliver overrasket over. Disse bringes med ind i den opfølgende samtale eller til en senere gruppesession. Ofte vil dette fremme en forbundethed og styrke bånd og relationer.

Der kan arbejdes med en 'lukket' opgave, hvor stien symboliserer mestringsoplevelser inden for en given problematik. Det kan fx være mindefulde og gode øjeblikke med din far eller svære hændelser i skolen, som du magtede.

Der kan vælges en mere enkel "Livets sti" (gårsdagens sti) om dagen, som den formede sig i går. Den er mindre farlig og kan fungere som opvarmning til en mere kompliceret sti på en ny tur, eller i sig selv være en god øvelse.

Tidsforbrug

1½-3 timer.

Tid afhænger af ønsket intensitet og metodevalg ved samtaler under opsamling.

Deltagerantal

Variabel: Afhænger af den intensitet, der arbejdes med. Ved terapeutisk behandling 1-6 deltagere. Ved socialpædagogisk arbejde 4-20 deltagere opdelt i grupper af 4-5 unge.

Udstyr

- Telefoner til fotografering.

Tryghed og sikkerhed

Opbyg de unges tryghed og motivation til øvelsen ved kendskab til områdets natur og sanseøvelser i naturen, inden selve øvelses udføres.

Sværhedsgrad:

Fysisk: ● ● ○ ○ ○ Socialt: ● ● ● ● ○ Kognitivt: ● ● ● ○ ○

Forberedelse

Hvis der arbejdes med bestemte temaer hos de unge, som fx familie eller ensomhed/netværk, kan de unge før øvelsen tale/skrive/tegne om disse begreber.

Gå på opdagelse efter egnede og uforstyrrede steder til at arbejde med metoden.

Fastlæg på forhånd, hvordan du vil arbejde med mulighederne indenfor Livets sti. Hvad er din målgruppes behov? Hvordan kan du arbejde med øvelsen, så det giver de unge en overskuelig og passende udfordring?

Naturintegreret socialt arbejde

Livets sti

Formål:

- At få øje på vigtige begivenheder i det levede liv.
- At fortælle nye vigtige historier om sig selv, som hjælpsomme og foretrukne alternativer til eksisterende.
- At styrke relationer og netværk mellem deltagere.

Forfatter:

Poul Hjulmann Seidler, NaturligIndsigt og specialkonsulent i Natur til et godt liv – Laboratoriet

Krav til omgivelserne

Varieret natur. Helst med forskelligt underlag, mange grene, forhindringer, bakket og udsigter. Der må også meget gerne være dyreveksler m.m. i forbindelse med introduktionen.

Fremgangsmåde

- 1 Gå en fælles tur med de unge i området for at lære det at kende. Fortæl lidt om naturen i området. Fremhæv om muligt dyreveksler (små stier som dyrene har lavet) og lav gerne en sanseøvelse eller to.
- 2 Deltagerne får 20 minutter til at lave/vise deres egen sti på 20 – 50 meter, der symboliserer oplevelser i deres liv (fx hele deres liv eller en afgrænset periode i deres liv, som deres barndom eller det sidste år). Klæd de unge på til at være kreative og lave deres sti ved at opfordre til at bruge naturens materialer og elementer i naturrummet. Det kan være forhindringer, smukke, døde eller levende steder, som kan symbolisere en hændelse.
- 3 Den unge viser sin sti frem og fortæller den fagprofessionelle og gruppen om sine tanker og de oplevelser, som stien og omgivelserne symboliserer og førte til. Se Gode spørgsmål.
- 4 Den fagprofessionelle og de øvrige unge tager under fremvisningen billeder eller filmklip af betydningsfulde nedslag, der er et spejl på vigtige udsagn, refleksioner eller mestringer.
- 5 Fælles samtale med den unge og hele gruppen, der kan have en let karakter med opmærksomhed på vigtige erkendelser eller en terapeutisk samtale med gruppeterapi. Brug af billeder og bevidning kan anvendes i begge typer samtaler.

Gode spørgsmål

Under øvelsen kan der med fordel arbejdes med en kombination af konkrete hændelser, oplevede følelser og tilknyttede værdier. Alle er vigtige elementer i at gøre et nyt foretrukket narrativ (fortælling) stærkt og tydeligt. Spørg derfor ind til disse områder. Eksempler:

- Hvornår skete det?
- Hvad skete der lige inden?
- Hvad gjorde du så?
- Hvordan føltes det, da du sagde.... / da du gjorde..... ?
- Hvordan er det at stå og fortælle om det lige nu?
- Set på hele stiens forløb, kan du vise os et sted, som har afgørende betydning for dig?
- Hvad er det, der er vigtigt på dette sted?
- Hvilke værdier hos dig hænger det sammen med?
- Her til sidst og ovenpå arbejdet med Livets sti, hvilke ønsker eller håb har du for dig selv i den kommende tid?
- Er der noget vi andre kan være opmærksomme på for at hjælpe dig med, at dit håb eller ønske bliver virkeligt?

Rollefordeling

Er I to fagprofessionelle faciliterer den ene øvelsen, mens den anden supplerer ved at skrive stikord ned, observerer, tager billeder og hjælper øvrige deltagere i deres roller.

Refleksion

Metoden indebærer mange muligheder. Hvad passer bedst til målgruppen, og det du selv kan bringe i spil?