



ACT NOW 2021

VIBEKE BIE OG JENS WRAA LAURSEN
CAND.PSYCH., AUT., SPECIALISTER I PSYKOTERAPI FOR VOKSNE

Modul 2
ACT-udredning vha. Matrix

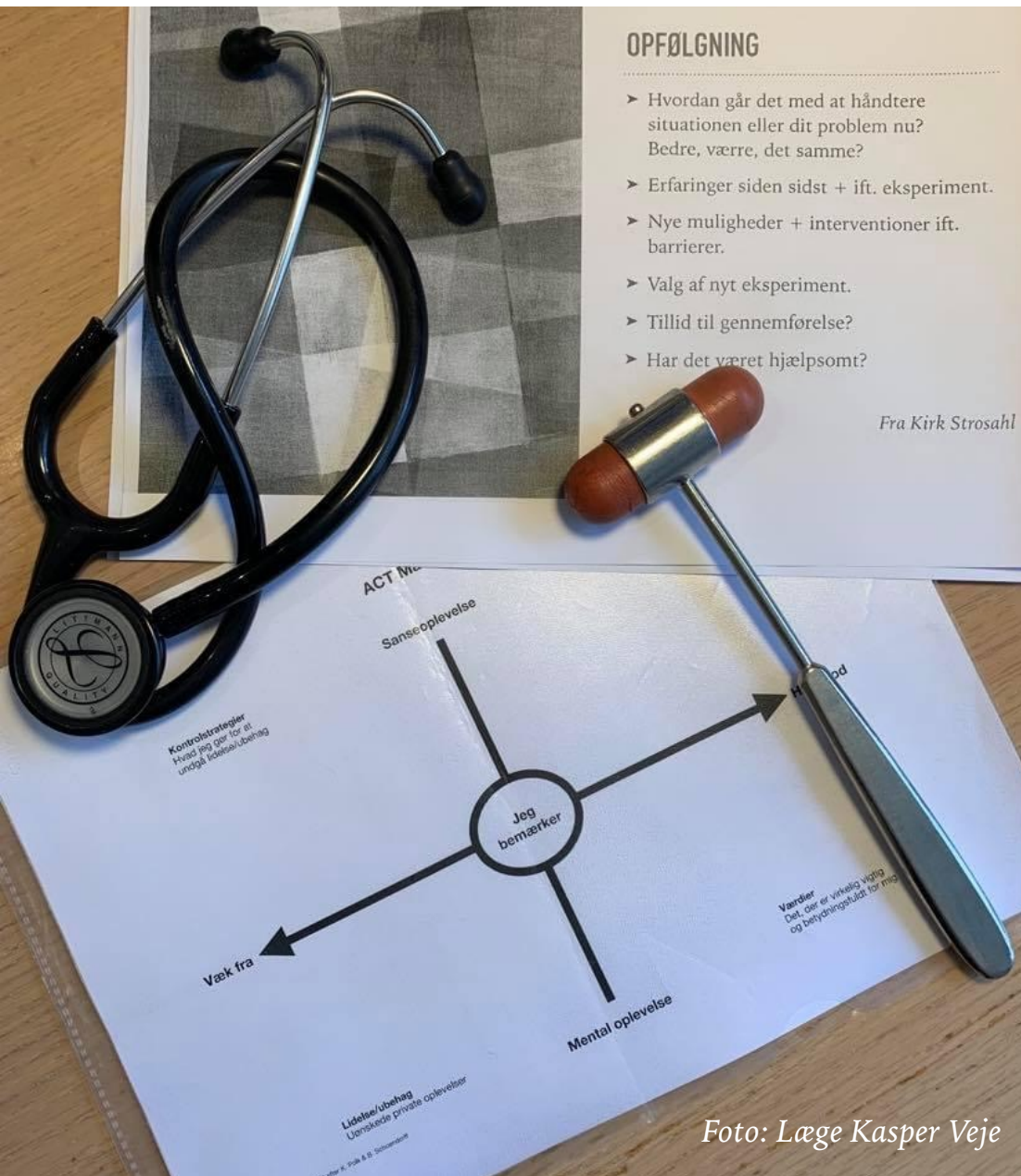


OPKLARENDE SPØRGSMÅL



JEG BEMÆRKER





FOKUS I DETTE MODUL

- Udredning i ACT.
- Matrix-modellen.

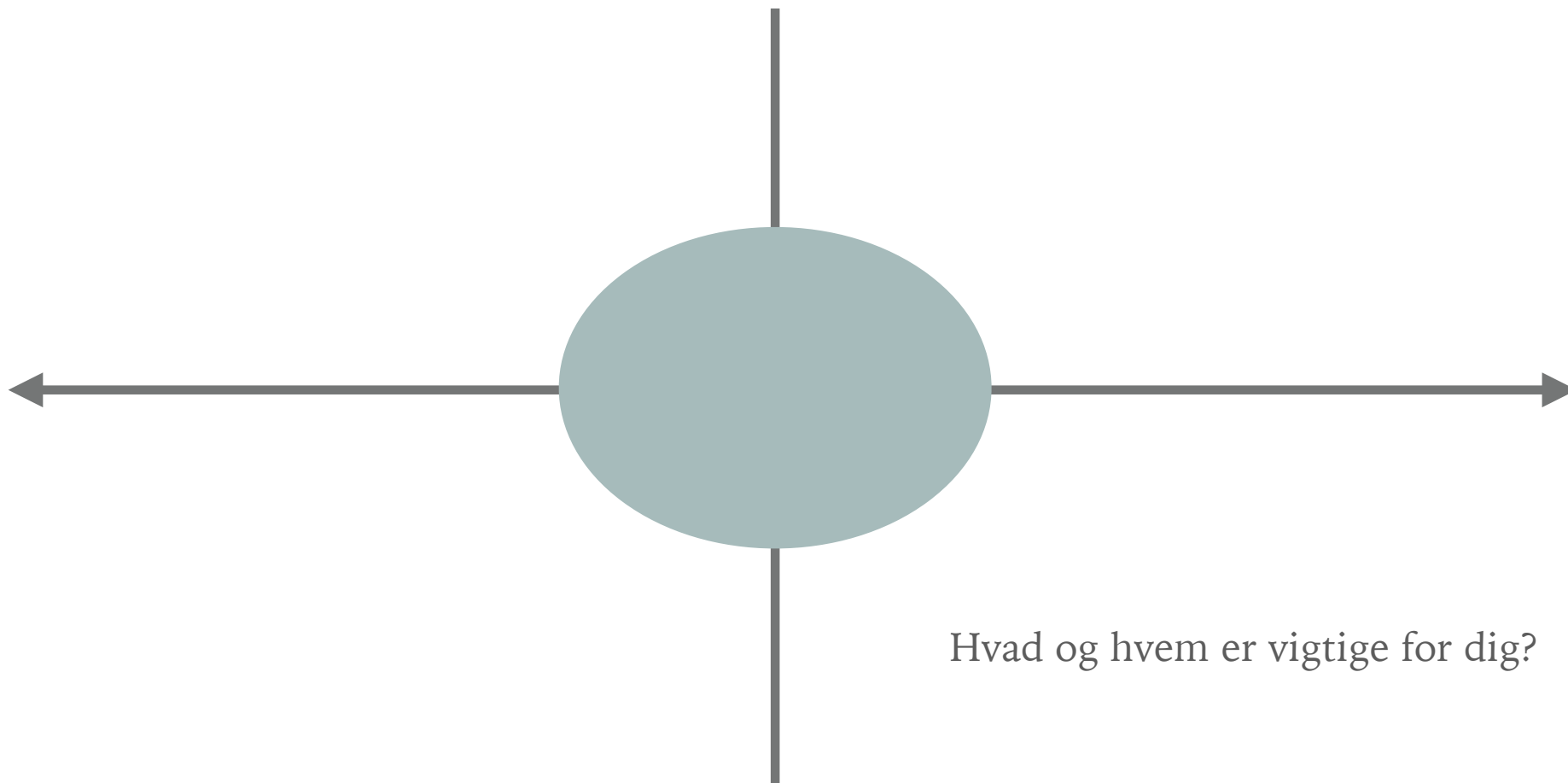
- Matrix-modellen er hjælpsom ifm.:
 - Udforskning, planlægning og opfølgning sammen med patienten.
 - Vores egen sagskonceptualisering og behandlingsplanlægning.



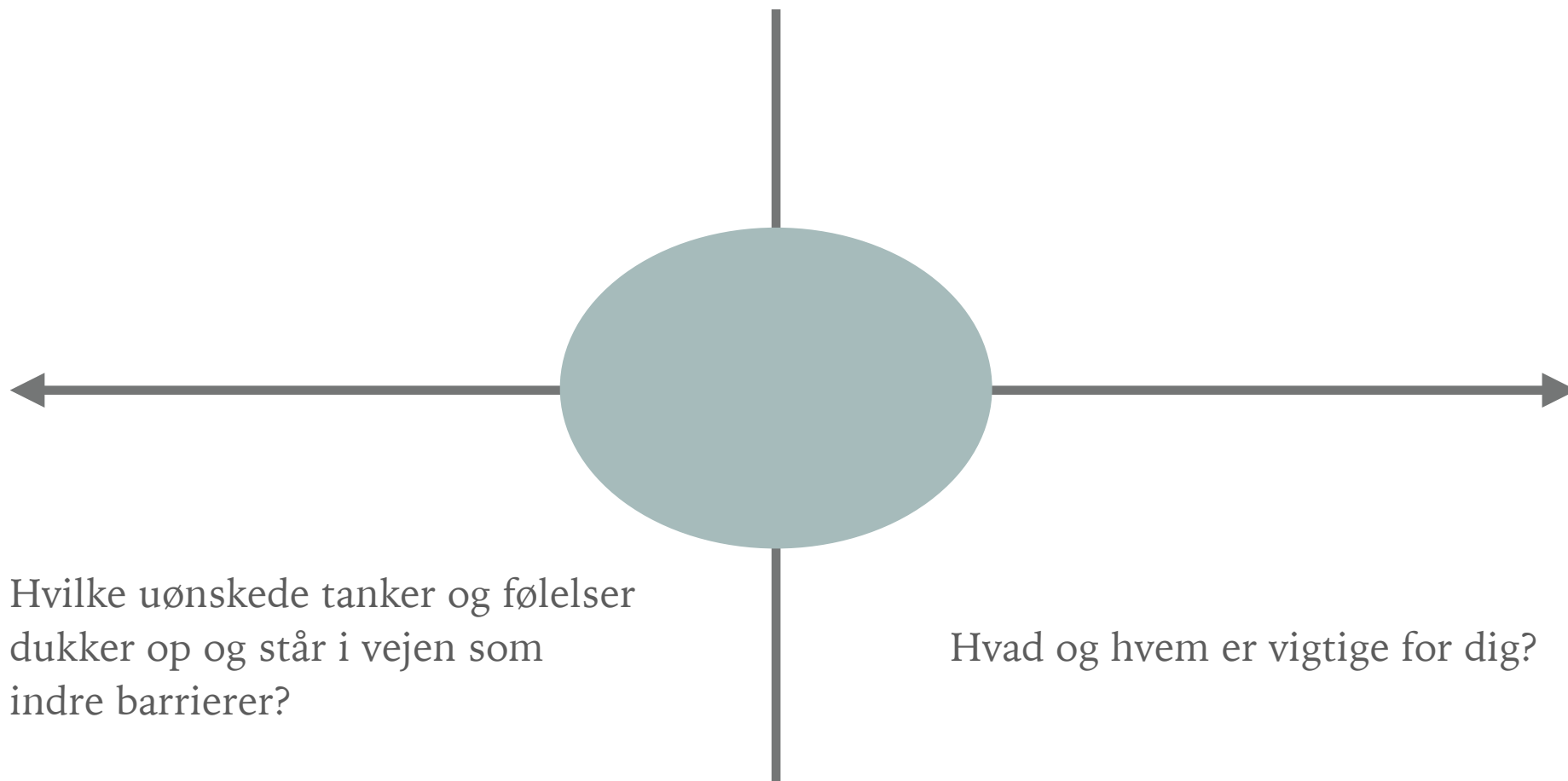
UDREDNING I ACT

- Hvad og hvem er vigtige for dig?
- Hvilke uønskede tanker og følelser dukker op og står i vejen som indre barrierer?
- Hvem vælger hvad og hvem, der er vigtige og hvem bemærker de uønskede tanker og følelser?
- Hvad kan vi se dig gøre, når dine tanker og følelser er styrende for dine handlinger? Hvad gør du for at komme væk fra uønskede tanker og følelser?
- Hvad kan/kunne vi se dig gøre for at komme hen imod det eller dem, der er vigtige for dig?
- Hvem kan bemærke, om det, du gør, er for at komme væk fra eller hen imod?

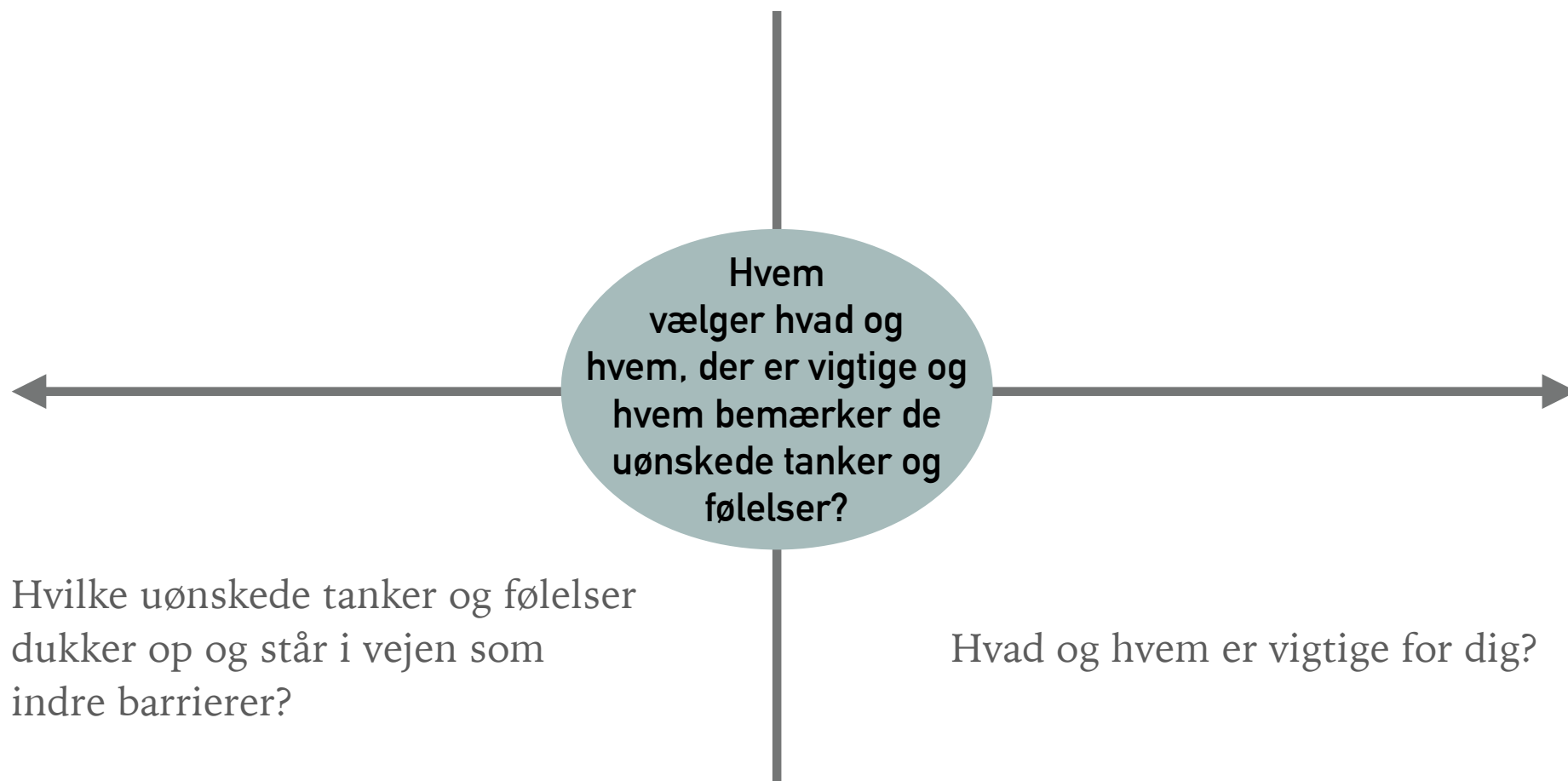
MATRIX-MODELLEN



MATRIX-MODELLEN



MATRIX-MODELLEN



MATRIX-MODELLEN

Hvad kan vi se dig gøre, når dine tanker og følelser er styrende for dine handlinger?
Hvad gør du for at komme væk fra uønskede tanker og følelser?

Hvem vælger hvad og hvem, der er vigtige og hvem bemærker de uønskede tanker og følelser?

Hvilke uønskede tanker og følelser dukker op og står i vejen som indre barrierer?

Hvad og hvem er vigtige for dig?

MATRIX-MODELLEN

Hvad kan vi se dig gøre, når dine tanker og følelser er styrende for dine handlinger?
Hvad gør du for at komme væk fra uønskede tanker og følelser?

Hvad kan/kunne vi se dig gøre for at komme hen imod det eller dem, der er vigtige for dig?

Hvem vælger hvad og hvem, der er vigtige og hvem bemærker de uønskede tanker og følelser?

Hvilke uønskede tanker og følelser dukker op og står i vejen som indre barrierer?

Hvad og hvem er vigtige for dig?

MATRIX-MODELLEN

Hvad kan vi se dig gøre, når dine tanker og følelser er styrende for dine handlinger?
Hvad gør du for at komme væk fra uønskede tanker og følelser?

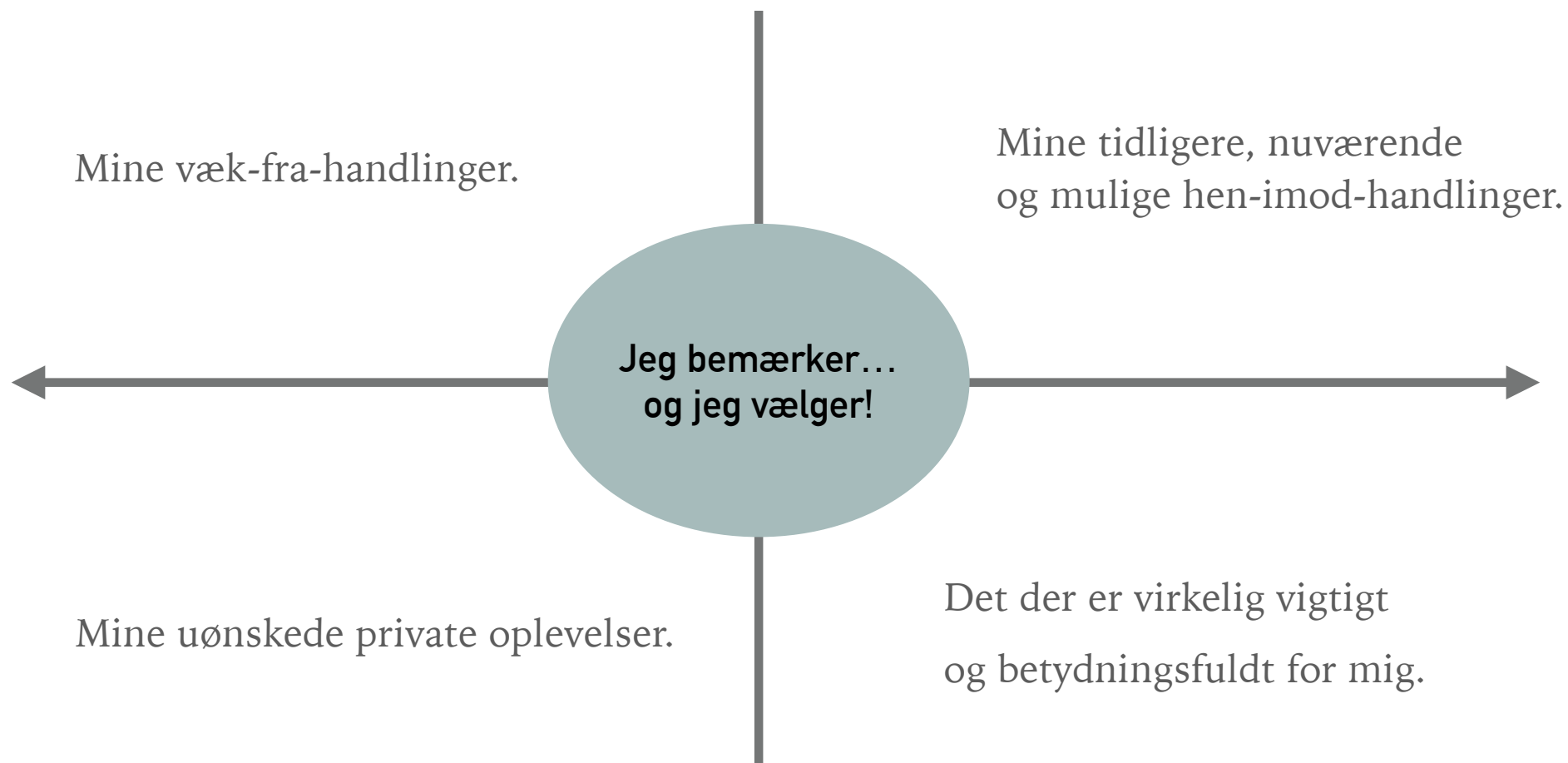
Hvad kan/kunne vi se dig gøre for at komme hen imod det eller dem, der er vigtige for dig?

Hvem kan bemærke, om det, du gør, er for at komme væk fra eller hen imod?

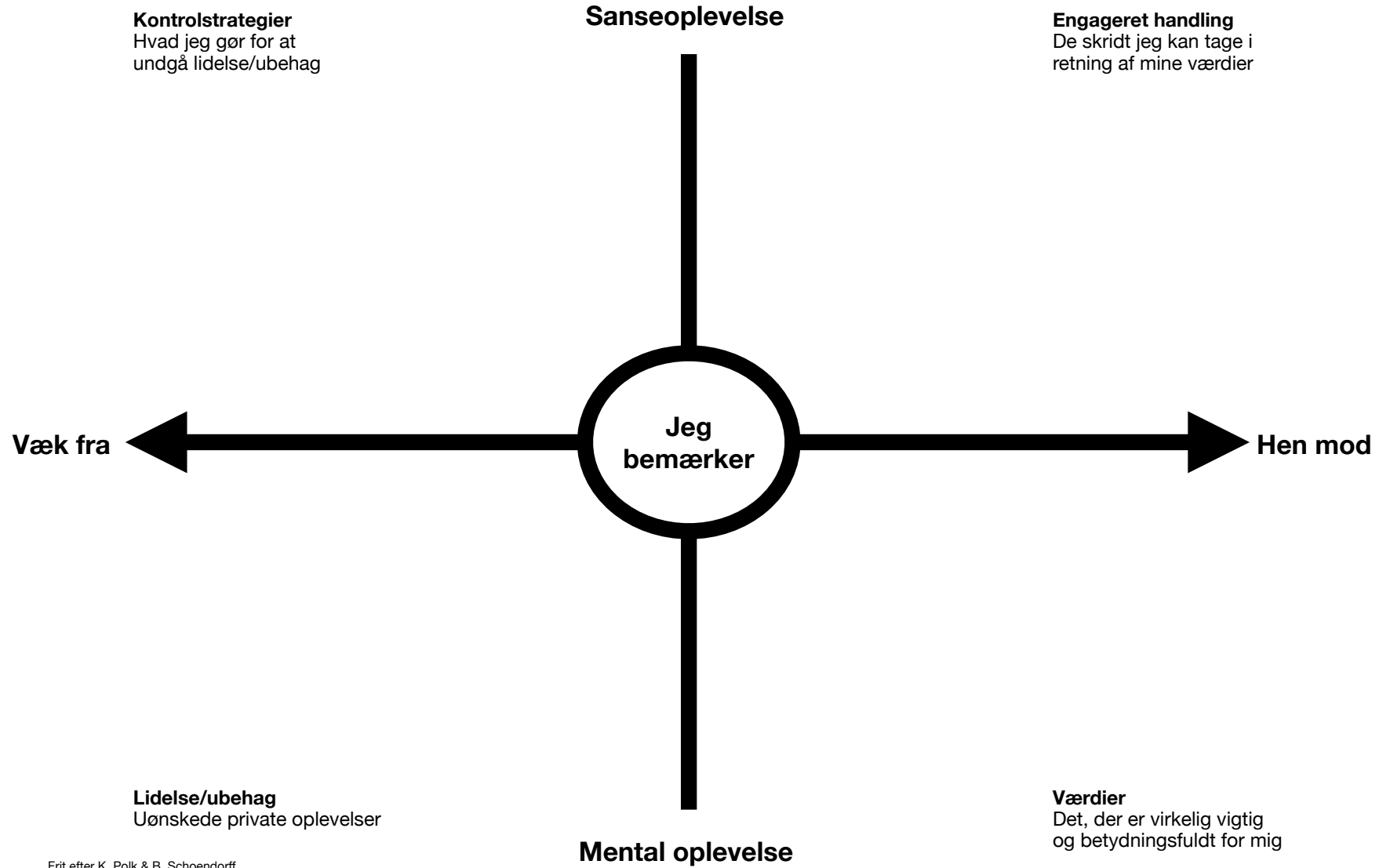
Hvilke uønskede tanker og følelser dukker op og står i vejen som indre barrierer?

Hvad og hvem er vigtige for dig?

MATRIX-MODELLEN



ACT Matrix



CASES: HVAD BEMÆRKER VI?

ILLUSTRATION

TRÆNING



GOD FORNØJELSE!

Leg jer til læring 😊.

Det er ikke supervision.

Eksperimenter og hav det sjovt.

Gør træningen tryk for hinanden.

Giv plads til forskellige læringsstile.

Lav masser af bommerter og prøv igen.

OPSAMLING OG SPØRGSMÅL

