

Olika handledningsmetoder

Reflekterande Team; Här betonas den lyssnade positionen som ger plats för den inre dialogen, en person är i focus och de övriga är observatörer, det reflekterande teamet.

Body mapping; Att känna efter var i kroppen känslan sitter och fånga den i färg och form. Att färgsätta sina känslor och tankar genom att på papper måla känslan i kroppen.

Diamanten; Syftar till att få kännedom om sammanhang mellan problem, tanke, känsla, den fysiska reaktionen och beteendet.

Gestaltning av ett problem; En ickeverbal teknik som kan användas när orden inte räcker till. Gestaltterapi syftar till att medvetandegöra sin reaktioner och bryta och förändra sina negativa mönster.

Skulpturering av en känsla; Att åskådliggöra gruppmönster genom att flera personer skapar en skulptur tillsammans med den handledde som regissör. Mönstret kan förändras genom att gruppen skulpturerar fram ett önskat gruppspel.