|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Natur Assisteret Program (NAP) - Arbejdsskema | | |
|  | **TERAPEUTISK FOKUS**  **Med udgangspunkt I Kognitiv-adfærdsterapeutisk tilgang der rette opmærksomhed på kognitiv-, emotionel- og adfærds interaktion. Programmets fokus er på at udvide bb. reaktionsbrede i evt. problemskabende situationer eller tilstande. Det vil involvere mestring af impulsstyrrede følelsesreaktioner i stressrelaterede eller angstprægede situationer, konflikt håndterings evner, problemløsnings evner, kommunikative evner og håndtering af nærhed.**  ***F.eks. mestring af angstoptræden i løbet af en af de planlagte aktiviteter ved brug af mestringsstrategier som: a) positiv selvdialog: b) udfordre de irrationale tanker omkring situation; c) fokus på den aktuelle handling og praktiske behov; og d) kognitiv distraktion for at minimere angstfølelsen.*** | | |
| T  E  R A P E U T I S K  O  P  M  Æ  R  K  S  O  M  H  E  D |
| TERAPEUTISK PROCES | * Situationer med deltagernes oplevelse af at dele følelsesmæssigt udtryk igennem kontinuerlig soc. interaktion | BEMÆRKNING |
| BB.  TRÆNING  AF SOCIAL/KOMMUNIKATIV INTERAKTION GENNEM ERFARING  MED: |  |
| * Situationer hvor deltager har erfaret engagement i nydelige oplevelser med en eller flere |  |
| * Situationer hvor deltager erfarer at sætte pris på og forstå meddeltagernes synspunkter |  |
| * Situationer hvor deltager forholder sig til (prøver at forstå) meddeltagernes følelser |  |
| * Situationer hvor deltager har demonstreret evnen til at genkende og værdsætte soc. signaler/koder |  |
| * Situationer hvor deltager har udvist passende respons på meddeltagerenes tanker og følelser |  |
| * Situationer hvor deltager har udvist indsigt i andres tanker følelser |  |
| * Situationer hvor deltager demonstrerer verbal/følelsesmæssigt udtryk ved fornøjelig interaktion med andre |  |
| * Situationer hvor deltager demonstrerer passende respons på andres interesse |  |
| **BB.**  **TRÆNING**  **AF SELVREGULERING GENNEM ERFARING**  **MED:** | * Situationer hvor deltager har erfaret/trænet mere effektive organiserings strategier |  |
| * Situationer hvor deltager har stimuleret fokus gennem instruktioner (ved at huske simple instruktioner) for at gennemføre opgaven |  |
| * Situationer hvor deltager har udsæt/eller træneret behov udsættelse (abstinensstimulering) |  |
| * Situationer hvor deltager demonstrer/eller stimulerer blik på bredere perspektiv (ikke at reducere fokus på detaljen) |  |
| * Situationer hvor deltager har demonstreret/eller stimuleret fleksibilitet og reduceret rigiditet ved at engagere sig på forskelige måder (ikke kun en) |  |
| * Situationer hvor deltager har fastholdt involveringsgraden og fokus, selv ved tilstedevær af distraktion |  |
| * Situationer hvor deltager har stimuleret/demonstreret evnen til at afslutte opgaver på en passende måde |  |
| * Situationer hvor deltager har trænet/demonstreret opmærksomhedsskift fra den ene til anden subjekt, perspektiv, og idé |  |
| * Situationer hvor deltager har demonstreret/trænet at håndtere uventede ændringer i rutiner |  |
| * Situationer hvor deltager har demonstreret/stimuleret vedholdenhed og involvering i nydelige aktiviteter |  |
| **BB.**  **ADFÆRDS-**  **TRÆNING GENNEM ERFARING**  **MED:** | * Situationer hvor deltager har demonstreret/stimuleret reduktion af upassende reaktioner/adfærd ved ændring af rutiner |  |
| * Situationer hvor deltager har demonstreret/stimulere evne til vrede (og konflikt) håndtering samt regulering/ændring af negativ adfærd |  |
| **INTEGRATION**  **OG**  **EVALUERING** | * Hvorvidt programmet har udfordret deltagernes læring af problemløsnings- og samarbejdsevner. Nævn specifikke lærings situationer. |  |
| * Hvorvidt programmet har udfordret deltagernes perspektiv på fysisk-, emotionel- og adfærds formåen. Nævn specifikke perspektiveringer. |  |
| * **Identificer deltagernes mestring af social-, kommunikativ-, adfærds- og selvregulering under og umiddelbart efter deltagelsen i programmet. Nævn specifikke situationer.** | Social: |
| Kommunikativ: |
| Selvregulering: |
| Adfærdsregulering: |
| * **Identificer og udpeg de konkrete/reelle situationer hvor deltager har set/eller oplevet gevinsten eller forandring igennem forløbet?**   **F.eks. øget selvtillid/selvvurdering, positiv stressregulering, autentisk oplevelse af den eksterne verden, tilbagefalds mestring, meningsfyldthed m.m.** |  |
| * **Identificer programmets evt. udviklingspotentiale. Nævn specifikke perspektiveringer.** |  |