



Norsk Psykodrama Institutt

PSYKODRAMA - SOSIODRAMA - SOSIOMETRI - GRUPPEPSYKOTERAPI

Lærere, sykepleiere, sosionomer, økonomer, bibliotekarer,
psykologer, forfattere, skuespillere, konsulenter og andre

Trenger du påfyll av kompetanse for fremtiden?

Gruppeledelse
Relasjonsbygging
Konfliktløsning
Rolleforståelse
Gruppeterapi
Formidling
Coaching



PSYKODRAMA

***Det er mulig å studere selvutvikling,
utvikle seg selv og bli selvutvikler***

Norsk Psykodrama Institutt

Psykodrama - Sosiodrama - Sosiometri - Gruppepsykoterapi

Etablert 1986

Hva er psykodrama?

Å være menneske i et samfunn består for oss alle i å opp-tre i sosiale roller - som partner, forelder, kollega, klient og venn mm. Om vi vil eller ikke - om vi trives med rollene eller ei - rollene er grunnlaget for det sosiale livet. Det er derfor ikke likegyldig for noen hvordan vi takler rollene.

Psykodrama er opprinnelig en gruppeterapeutisk metode, skapt av psykiateren Moreno i Østerrike på 1920-tallet. I dag praktiseres psykodrama over store deler av verden med anvendelse på stadig flere områder.

Psykodrama har som mål å sette oss i stand til å fylle våre roller i livet på en måte som kjennes fri, fleksibel og hensiktsmessig. Begrep som spontanitet og kreativitet står sentralt i faget, og frihet stimuleres blant annet med lek som modell.

Et element som er nært knyttet til det å forstå våre egne roller, er å forstå det som skjer mellom individer, altså i gruppen. Det sosiale livet utspiller seg i grupper og relasjoner, noe som gjør innsikt i gruppeprosesser til et sentralt tema i psykodrama.

Måten vi fyller rollene på kan ofte være preget av sider i oss som vi selv ikke liker, og som ikke får ut det beste i oss. Vi kan være hemmet av et uklart eller dårlig selv-bilde. Opplevelser i livet kan ha skapt væremåter som hindrer oss i en positiv livsutfoldelse privat, eller som virker negativt i jobbsituasjonen.

Kjernen i psykodrama som metode er å sette bestemte roller og situasjoner fra deltakernes eget liv i scene. På viktige områder i livet forstår man mer av hva som skjer gjennom å "spille ut" scenen og rollene. Noe som ikke minst er en forutsetning for å kunne endre dem.

I kontrollerte omgivelser kan du "prøve ut" andre måter å fylle rollene på enn de tilvante - i situasjoner fra fortid, nåtid og framtid. Trygt innenfor rammen av psykodramagruppen eller bare med terapeuten.

Hvorfor psykodrama?

Utdanning i psykodrama har for de fleste til hensikt å bidra til en ny eller mer givende jobb. Noen vil ha som mål en framtid som psykodramaterapeut.

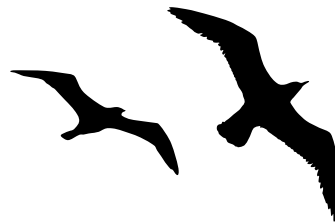
Andre vil benytte psykodrama som et verktøy i fag eller profesjoner de har fra før. I arbeidslivet vil prosjekt- og gruppearbeid bli stadig viktigere. Jo mer jobben innebærer arbeid med mennesker, jo viktigere er det å kjenne seg selv i gruppesammenheng, og å kjenne til dynamikken i gruppeprosesser.

Gjennom å beherske psykodrama som metode settes du i stand til selv å fungere bedre og mer konstruktivt som konstruktivt i ulike sosiale relasjoner, og du kvalifiserer deg til å lede og påvirke grupper og gruppeprosesser på en måte som fremmer kreativitet og samarbeidsevne.

Du tilegner deg metoder for konfliktløsning. Lederutdanningen i psykodrama gir rett til både å praktisere som psykodramatiker og til å lede grupper på andre profesjonsområder.

For mange vil imidlertid personlig utvikling være en hovedgrunn til å begynne med psykodrama. Selvutvikling gjennom psykodrama er direkte og konkret knyttet til å gjøre deg friere og mer bevisst dine roller og din plass i forhold til andre. Å ta selvutvikling som "fag" vil bli stadig mer aktuelt og et personlig fortrinn for den som gjør det. Grunnutdanningen i psykodrama har også dette siktemålet.

De høyeste nivåene i psykodramautdanningen (regissør og T.E.P.) ligger åpne for dem som selv vil gjøre det til en oppgave å bringe metoden videre som lærere i faget.



For nærmere opplysninger: www.psykodrama.no, Tlf 22 44 01 75

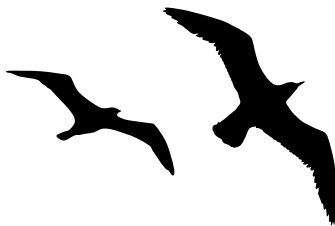
Besøksadresse - Henrik Ibsensgt. 60C - 0255 Oslo

Psykodrama i arbeidslivet

I jobbsammenheng vil ledereksamen i psykodrama (i alt 5 år deltid) for mange være en kvalifikasjon som kommer i forlengelse av en profesjonsutdanning. For andre vil kvalifikasjonen som psykodramaleder være en selvstendig utdanning for nye arbeidsområder.

Følgende arbeidsområder er det naturlig å trekke fram i denne forbindelse selv om det må understrekes at anvendelsesområdene egentlig er uten grenser.

- **Utdanningssektoren**
- **Helsevesenet**
- **Kreative yrker og formidling**
- **Administrasjon og personalledelse**
- **Coaching, teambuilding, lederutvikling**



Utdanningssektoren

Stadig mer fokus settes på å gjøre elever og studenter mer ansvarlig for sin egen læring. Lærerens rolle som "coach" vil bli stadig tydeligere. Gruppen blir en stadig viktigere enhet i arbeidet med å forme inspirerende læringsmiljø. Læreren trenger verktøy for veiledning, konflikthåndtering og skapende gruppeledelse. Som lærer utstyrer psykodrama deg med dette verktøyet.

Helsevesenet

Psykodrama ble utviklet som en terapeutisk metode i psykiatrien. Fortsatt har metoden viktig forankring blant psykologer, psykiatere, psykiatriske sykepleiere og andre terapeutiske profesjoner. Grunntanken i det terapeutiske arbeidet, som for alt annet psykodramatisk arbeid, er frigjøringen av individets egne ressurser i motsetning til en sterkere problemorientering. Psykodrama er en effektiv metode som raskt hjelper klienten til å se ting fra ulike synsvinkler og dermed å få nye erkjennelser.

Psykodrama har vist seg svært nyttig som verktøy i parterapi, hvor bl.a. en grunnleggende teknikk som "rollebytte" er med på å kaste nytt lys på relasjonen. Profesjonsgrunnlaget som parterapeut kan være svært variert med bl.a. sosionom, lærer og prest som noen eksempler.

Også den øvrige helse- og omsorgssektoren, utenfor og innenfor institusjon, er kjennetegnet av arbeid med mennesker og grupper. Det er snakk om å lede, skape trygghet, organisere samarbeid og selvstendiggjøre individer i gruppesituasjoner. Her snakker vi om profesjoner i alle funksjoner og roller som ledere og operative i klientbehandling.

Kreative yrker og formidling

For personer i kreative yrker (forfattere, skuespillere, instruktører mm) er innlevelse i roller en vesentlig utfordring og viktig del av deres arbeid. Dette dr bærebjelken i psykodrama metoden som derfor oppleves svært "matnyttig" for denne gruppen.

I andre sammenhenger hvor muntlig formidling og fortelling er viktige elementer, har arbeidet med rolleforståelse hos formidler og mottaker vist seg godt egnet. Ulike roller som bibliotekarer, foredragsholdere, politiske debattanter og prosjektledere opplever alle en større trygghet gjennom forberedelser med psykodrama.

Administrasjon og personalledelse

En stadig viktigere utfordring for å holde på gode medarbeidere er gi personlige utviklingsmuligheter i jobbsituasjonen.

Medarbeidersamtaler får mer karakter av personlig coaching. Arbeidsmiljøet generelt sett får mer og mer preg av å få kolleger til å fungere som skapende grupper - faglig og sosialt.

Endringsledelse og fleksibilitet i arbeidskollegiet er stadig viktigere temaer. Psykodrama gir verktøy på alle disse områdene som ingen teori kan måle seg med. Psykodrama er handlingsorientert "learning by doing".

For nærmere opplysninger: www.psykodrama.no, Tlf 22 44 01 75

Besøksadresse - Henrik Ibsensgt. 60C - 0255 Oslo

Norsk Psykodrama Institutt tilbyr utdanning på tre nivåer:

2-årig grunnutdanning (deltid) – psykodramaassistent

3-årig videreutdanning (deltid) – psykodramaleder/profesjonsstudie; kompetanse til praktisere som psykodramatiker og lede psykodramagrupper

2-årig påbygging (deltid) – psykodramaregissør/psykodramaterapeut; kompetanse til å veilede psykodramaledere

Alle tre nivåer er deltidsstudier som består av samlinger, egen praksis, skriftlige oppgaver og veiledning. Hvert nivå avsluttes med eksamen. Som medlem av Nordic and Baltic Board of Examiners tilrettelegger NPI veiledningen som trengs for de som ønsker en T.E.P. tittel. Sertifiseringen som T.E.P gir kompetanse til å undervise på alle nivåer og er den høyeste internasjonale tittel man kan oppnå i psykodrama.

Opptakskrav

- 3-årig høyskoleutdanning
- Søkere kan også tas opp på bakgrunn av realkompetanse. Søkeren skal være fylt 23 år og ha 5 års fulltids arbeidspraksis
- Søkere skal ha minimum 50 timers egenterapi i psykodrama før oppstart. (Kan tas i løpet av 1. studieår).
- Søkere blir vurdert i forhold til personlig egnethet og bakgrunn ved et intervju og ved deltakelse på forkurs/helgekurs

Struktur og arbeidskrav ved grunnutdanningen

Den to-årige grunnutdanningen går over 4 semestre fordelt på 11 obligatoriske samlinger (torsdag-søndag). I tillegg arbeider studenten i basisgrupper i mellom samlinger og skriver oppgaver mellom hver samling.

Oppstartssamlingen er en sommersamling hvor man bor sammen i 5 døgn. På denne spesielle samlingen møtes to kull, det kullet som avslutter dette året og det kullet som starter. De studentene som avslutter tar sin eksamen på de nye studentene. Det vil si at de nye studentene får en innføring i psykodrama som deltakere i eksamen. I tillegg til 2-3 dager eksamen består samlingen av introduksjon og sammensveising av det nye kullet som gruppe.

Hovedlærere ved Norsk Psykodrama Institutt

Arne Husjord

Psykodramaterapeut CP

Adm. leder NPI

Gro Slettemark

Psykodramaterapeut T.E.P.

Styreleder NPI

Eduardo Verdu

Psykodramaterapeut T.E.P.

Faglig leder NPI



Norsk Psykodrama Institutt ble stiftet av psykolog Eva Røine i 1986. NPI har sertifisert psykodrama-assistenten siden 1988, og har i etterfølgende år utdannet psykodramatikere på alle nivå. En rekke lærere, sykepleiere, sosionomer, bibliotekarer, forfattere, psykologer og skuespillere har i årenes løp lagt psykodrama til sin basisprofesjon, i tillegg til de som har bygd en egen karriere som psykodramatikere.

For nærmere opplysninger: www.psykodrama.no, Tlf 22 44 01 75

Besøksadresse - Henrik Ibsensgt. 60C - 0255 Oslo

NPI - Psykodramaassistent

2-årig grunnutdanning (deltid)

Opptakskrav

- 3-årig høyskoleutdanning
- Søkere kan også tas opp på bakgrunn av realkompetanse. Søkeren skal være fylt 23 år og ha 5 års fulltids arbeidspraksis
- Søkere skal ha minimum 50 timers egenerapi i psykodrama før oppstart (se pkt Egenerapi).
- Søkere blir vurdert i forhold til personlig egnethet og bakgrunn ved et intervju og ved deltakelse på forkurs/helgekurs

Studieopplegg

Grunnutdanningen går over 4 semestre med i alt 11 samlinger med obligatorisk deltakelse. 3 sommersamlinger (ca 1 uke) og 2 samlinger per semester (torsdag-søndag).

På oppstartssamlingen (første sommersamling) møtes to kull; det kullet som tar eksamen og det kullet som starter.

Avgangsstudentene tar sin eksamen på det nye kullet. Dette har vist seg som en inspirerende introduksjon til psykodrama for nye studenter. Samlingen gir også en faglig innføring og fungerer som en viktig sammensveising av det nye kullet.

Studentene arbeider i basisgrupper uten lærer og skriver oppgaver mellom samlingene. Målet er å øve på metoden.

Ved avslutning av utdanningen leverer studenten en skriftlig oppgave og deltar i en praktisk eksamen ved den siste sommersamlingen.

Egenerapi

Egenerapi 200 timer, 50 timer før oppstart, må være fullført i løpet av studieperioden og gjennomført i god tid før eksamen. Inntil 40 timer relevant erfaring fra andre terapiområder kan godkjennes som egenerapi.

Åpne psykodramasamlinger og grupper annonseres på NPI's hjemmesider.

For nærmere opplysninger: www.psykodrama.no, Tlf 22 44 01 75

Besøksadresse - Henrik Ibsensgt. 60C - 0255 Oslo

Studieavgift:

Grunnutdanningen koster kr 14.000 pr. semester – samlet kr 56.000. Studieavgiften inkluderer undervisningen ved sommer- og helgesamlinger.

Ved oppstart betales kr 12.000. Resterende studieavgift fordeles over 20 månedlige avdrag á kr 2.200.

Søkere tatt opp før 1. juli innvilges reduksjon på kr 2.000 ved første innbetaling.

Andre utlegg:

- Kost og losji ved sommersamlingene
- Utgifter til nødvendig litteratur
- Eventuelle utgifter i forbindelse med reise og opphold ved ordinære samlinger
- Eksamensavgift: 1.750,-

Søknad:

Send inn utfylt søknadsskjema med CV til Norsk Psykodrama Institutt, Drammensvn. 20 C, 0255 Oslo

Søknadsfrist:

1. juli 2006. Opptak skjer fortløpende

Bindende påmelding:

Ved tildeling av studieplass signeres avtale om bindende påmelding. Studenten tas opp med 6 måneders prøvetid.

NPI kan med begrunnelse fra faglig ledelse annullere kontrakten og i så tilfelle er studenten kun økonomisk ansvarlig for den tiden vedkommende har vært ved instituttet.

Hvis studenten ønsker å annullere kontrakten, er vedkommende økonomisk forpliktet for hele studieavgiften.

For nærmere opplysninger: www.psykodrama.no, Tlf 22 44 01 75

Besøksadresse - Henrik Ibsensgt. 60C - 0255 Oslo