

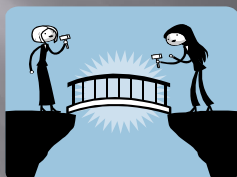
## HVAD HAR VI SOM LOGOPÆDIER LÆRT AF McGUIRE

Lise Reitz  
Inge Brink Hansen  
Center for Specialundervisning for Voksne  
Københavns Kommune  
[lr@csv.kk.dk](mailto:lr@csv.kk.dk) [ibh@csv.kk.dk](mailto:ibh@csv.kk.dk)

## McGUIRE-PROGRAMMET

- ☐ Dave McGuire
- ☐ 4 dages intensivkursus (7-24)
- ☐ Underviserne er uddannede tidligere kursister
- ☐ Teknik: vejtrækning, tjekliste, blockrelease, frivillig stammen.
- ☐ Hærdning, kontakter, tale offentligt, telefontræning.
- ☐ Kognitivt arbejde ud fra John Harrison.
- ☐ Netværk, personlig coach, selvhjælpsgrupper, gentagne kurser.

## I. Nordiske kongres 2008 Broen.



Samarbejde mellem logopædien og McGuire med kritik, vidensudveksling og dialog i gensidig respekt.

## UNDERSØGELSER AF EFFEKTEN AF McGUIRE-PROGRAMMET

Hilda Sønsterud 2003:  
Kvalitativ interviewundersøgelse.

Magne Jørgensen 2009:  
Spørgeskemaundersøgelse af effekten af McGuireprogrammet.

## Hilda Sønsterud 2003

- ☐ Kvalitativ interviewundersøgelse.
- ☐ 7 deltagere.
- ☐ Formål: Hvilke erfaringer og vurderinger har deltagerne i programmet og hvilke ændringer oplever de undervejs i denne proces.

## Resultater

- ✓ Intensitet meget brugbar.
- ✓ Vejtrækning nyttig - individuelt hvor længe disciplineret brug var påkrævet. Men oftest længere end troet.
- ✓ Frivillig stammen vanskelig at gennemføre.
- ✓ Opfølgingsapparatet enormt hjælpsomt.
- ✓ Tilbagefald regelen mere end undtagelsen. En del af processen. Kursister dog klar over handlemuligheder.

## Resultater

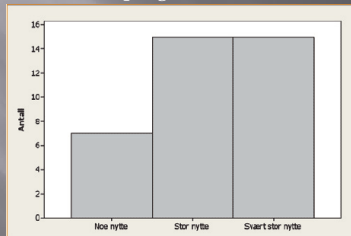
- ☐ Komfortzonen, undgåelser og selvaktualisering ses meget i sammenhæng og kursister oplevede dette som en individuel, langvarig og kontinuerlig proces.
- ☐ Jo færre undgåelser, jo større komfortzone og jo større evne og mulighed for selvaktualisering.

## Magne Jørgensen 2009

- ☐ Alle kursister fra januar til efterår 2008.
- ☐ Randomiseret udvælgelse af 100 kursister.
- ☐ Tilsendt spørgeskema med 17 spørgsmål.
- ☐ Formål: at undersøge, hvor stor nytte programmet har.
- ☐ 37 personer svarede – svarende til 37%.
- ☐ Likert skala: 1. til skade, 2. meget lille/ingen nytte, 3. lille nytte, 4. nogen nytte, 5. stor nytte, 6. meget stor nytte.
- ☐ Der var kun svar indenfor de tre sidste kategorier.

## Resultater

- ☐ Oplevet effekt af programmet.

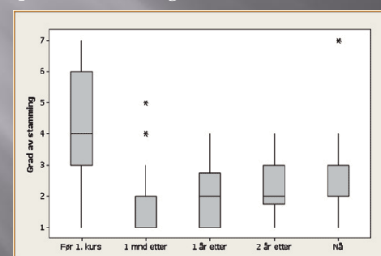


29-09-2012

syddansk universitet 2011

## Resultater

- ☐ Oplevet udvikling i stammen.

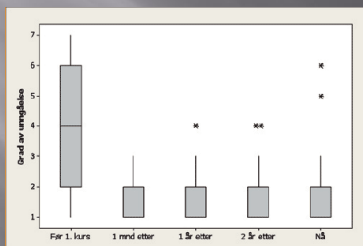


29-09-2012

syddansk universitet 2011

## Resultater

Oplevet udvikling i undgåelser.



29-09-2012

syddansk universitet 2011

## Og så til os



## Indhold

- Individuel målsætning
- Mindfulness
- Vejrtrækning
- Tjekliste/blockrelease
- Tanke- og følelsesmæssig bearbejdning af problematikker (negative tanker, automatiske tanker, skam, anderledeshed, copingstrategier herunder undgåelser....)

## Teknik inspiration fra McGuire

- Vejrtrækning som fundament for talen
- Vejrtrækning som redskab til at bryde stammemønstret
- Vejrtrækning som fundament for blockrelease, spændingsreduktion.

## Tjekliste Inspiration fra McGuire

- Overdriv
- Modstå tidspres, pauser
- Fokuser, centrer
- Formuler
- Øjenkontakt
- Indånding
- Perfect timing
- Stemmeklang
- Tempo
- Fremad i sætningen
- Artikuler
- Pust ud/Blockrelease

## Kognitiv bearbejdning

- Identificering af negative tanker
- Identificering af livsregler (regler, der styrer ens handlinger)
- Identificering af skemaer (dybe underliggende tankestrukturer, grundlæggende opfattelser af os selv, andre og livet.)
- Kognitiv omstrukturering
- ACT

## Følelsesmæssig bearbejdning

- Kortlægning og bearbejdning af angst f.eks. i stammeøjeblikket.
- Skam, flovhed, at være anderledes.
- Desensibilisering: kontakter til fremmede, telefonopgaver, individuelle oplæg for hinanden, oplæg m. fokus på forskellige elementer (Harrison), rollespil.
- Efterbearbejdning i gruppen.
- Italesættelse af den skam-udløsende oplevelse. Empatien fra andre i gruppen er med til at opløse skamfølelsen.

## Hvad har vi lært?

- Tekniske elementer der kan arbejdes med i fællesskab, men anvendes individuelt tilpasset.
- Konkret kropslig bearbejdning af psykiske grænser og hæmninger dvs.: vi tager fat på noget konkret fysisk (vejrtrækningen, stemmen etc.) der har en stor virkning indadtil på det psykiske plan.
- Motivation og optimisme.
- Vigtigheden af repetition, vedholdenhed.