

BBAT 1 – EFTERARBEJDE

I dette indgår en periode med personlig fordybelse i øvelserne og i BBAT-litteratur efterfulgt af en rapport over processen.

Rapporten skal have en forside med kursusangivelse samt navn, adresse, dato, foto af forfatteren og skal i øvrigt følge ”*Overordnede retningslinjer for udarbejdelse af skriftlige rapporter..*”.

Rapporten skal sendes til den underviser der var kursusansvarlig, og kan blive læst af andre undervisere tilknyttet uddannelsen.

BASIC BODY AWARENESS THERAPY – TRIN 1

BBAT 1 – kursus

BBAT 1 - EFTERARBEJDE

- ***BBAT 1 – rapport: Personlig fordybelse i BBAT***

TILBAGEMELDING/GODKENDELSE af rapport

I alt 6 ECTS

Personlig fordybelse i BBAT

Personlig fordybelse i BBAT vil sige, at du laver øvelser *for dig selv* og ikke samtidig med patientbehandling. Dette giver dig mulighed for at *øve nærvær* og oplevelse af *at være i bevægelse*. Du skal fokusere på de grundlæggende bevægelser i BBAT, som du har arbejdet med på dette kursus. Se BBAT kursusmateriale: ”De mest basale øvelser der indgår i Basic Body Awareness Therapy”.

I denne opgave indgår, at du regelmæssigt gennemfører BBAT øvelserne **10-30 min. pr. dag, 5 dage om ugen i en periode på 3-4 måneder.**

Det er nødvendigt at øve regelmæssigt, hvis der skal ske en fordybelse.

Som dokumentation og basis for rapporten opfordres du til at føre **dagbog** over dine erfaringer i øvelsesperioden - sammendrag indgår som bilag i rapporten.

Derudover indgår **litteraturstudie** – jvf. Litteraturliste samt øvrigt BBAT 1 kursusmateriale.

BBAT 1 - rapport (max. 10.800 tegn - ekskl. bilag)

1. **Indledning:** Redegør kort for baggrund og formål med rapporten. Dette munder ud i en problemformulering – f.eks. ”Hvilke erfaringer i forhold til ...har jeg fået ved at lave BBAT øvelser i perioden efter BBAT 1-kurset?” eller du kan formulere et mere afgrænset spørgsmål, du er blevet optaget af undervejs.
2. **Teori:** Redegør for hovedpunkter i BBAT teori
3. **Metode:** Redegør for hvor og hvordan du har øvet og indsamlet dine erfaringer/data
4. **Resultat:** Beskriv dine erfaringer med BBAT øvelserne, processen mv.
NB! Hovedvægten i rapporten skal ligge i dette afsnit
5. **Afslutning/konklusion:** En kort opsummering hvor du svarer på problemformuleringen
6. **Referencer:** En liste over den litteratur du har anvendt.
7. **Bilag:** Sammendrag af dine dagbogsnotater