

Mentalisering i sundhedsplejerskens praksis



Programpunkter

14:45-16:00

- Præsentation af mentaliseringsbaserede principper – eksemplificeret via cases



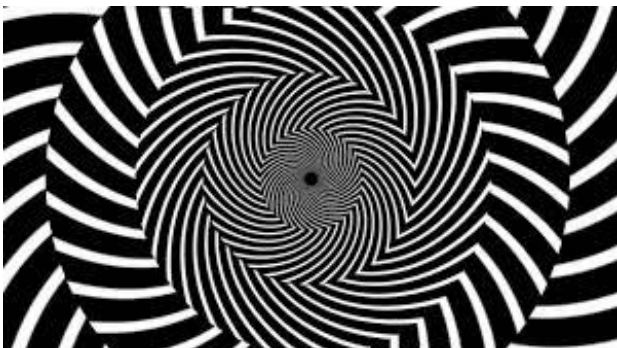
TUMP

- Traumeinformeret
 - Udviklingsorienteret
 - Mentaliseringsbaseret
 - Praksis
-
- **OG kultursensitivitet!!** F.eks.har ikke rugbrød med på madpakken eller holder ikke fødselsdag.



Traumeinformeret

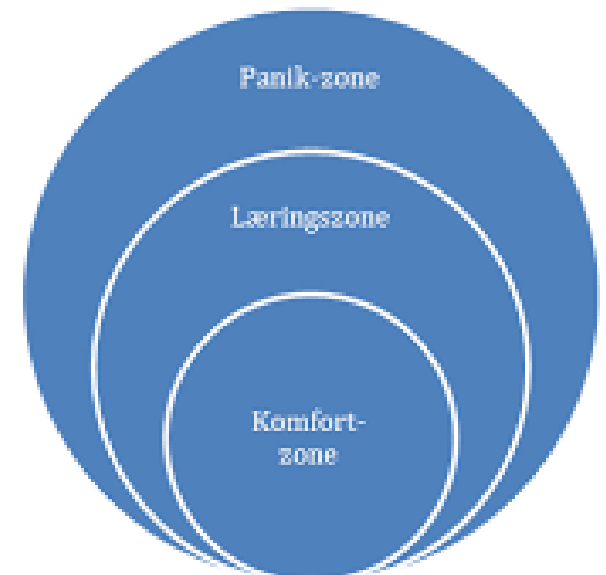
- Viden om traumer og traumatisering
- Kontinuerlig opmærksomhed
- F.eks. Pædagog afviser at betale ved kassen -> drengen afviser pædagogen totalt. Hvad er det, der sker, set fra drengens perspektiv?
 - Tegn på traumatisering: Genoplevelse, Undgåelse, Overvagtssomhed, Fremtidspessimisme, Hyper- og Hypoarousal.



Udviklingsorienteret

- Behov (ressourcer og vanskeligheder, udviklingsniveau) afgør indsatsens udformning.
- Afsæt: Det aktuelle udviklingsniveau og viden om, hvad der understøtter almindelig udvikling

- F.eks. Forældre har ikke ord for barnets eller egne følelser



Analysemodel



1. Hvad er barnet god til? Det er svært.
2. Hvad har barnet svært ved? (hvorfor, udviklingsniveau):
3. Hvad skal barnet lære? (hvad, mål):
4. Hvordan skal vi gribe det an? (hvordan, strategier)

◆ Kan også bruges i familier

Mentaliseringsbaseret Praksis

- En mentaliserende indstilling: Fokus på og bevidsthed om at egen og andres adfærd forklares af mentale tilstande (følelser, tanker, intentioner, psykologiske behov mm.)
 - Eksempel: Dreng flytter ikke benene, når jeg prøver at gå forbi
- Mentalisering i personalegruppen – ILT
- Leg, Accept, Nysgerrighed, Empati (LANE) jf. NUSSA.
<https://viden.sl.dk/media/5285/nussamanualcompressed.pdf>



Hvad er mentalisering?



Mentalisering er at forstå egen og andres adfærd ud fra de mentale tilstande, der *kan* ligge bag.

Eksempel: Forælderen kører i ring. Børn må ikke have legetøj, for det roder.

Eksempel: Hvordan kan jeg få hende til at forstå, at jeg vil hende det godt??

Bevidsthed om vores egen forforståelse – etnicitet og kultur

- Efter besøg hos ”den muslimske familie” fortæller den professionelle, at manden lader konen tale: Han spørger hende rent faktisk, hvad hun synes.
- Måske er de vant til at fok bliver brændt, der hvor de kommer fra....
- Forestil dig at være et rumvæsen...alt er nyt...



Mentaliseringsvigt



Mentalisering → Intense følelser → Mentaliseringsvigt



Tærskel

- F.eks. Hvorfor tænker jeg, de er så trælse?
Jeg burde ikke blive så irriteret.

Tre slags mentaliseringssvigt

Ved 4-5 års alderen integreres de,
og evnen til at mentalisere opstår

- Jeg tror på dine mentale tilstande, når det sker (Teleologisk modus).
 - Lus= hår klippes af. CV. Du skal stoppe nu!
- Det, jeg føler og tænker, er virkeligheden (Psykisk ækvivalens modus).
 - Han er ligeglad
- "Bla bla bla". Mentale tilstande frakoblet virkeligheden men ikke på fleksibel vis relateret til virkeligheden (Forestillingsmodus).
 - "Det går jo over" – far død

Håndtering....

- Teleologisk modus: Undgå at handle på det, personen udtrykker. Giv personen en følelse af at blive set. Video
- Psykisk ækvivalens: Undgå at korrigere. Accepter synspunktet
- Forestillingsmodus: Undgå at spørge ind til det, der tales om. Stop op og fokuser på konteksten.

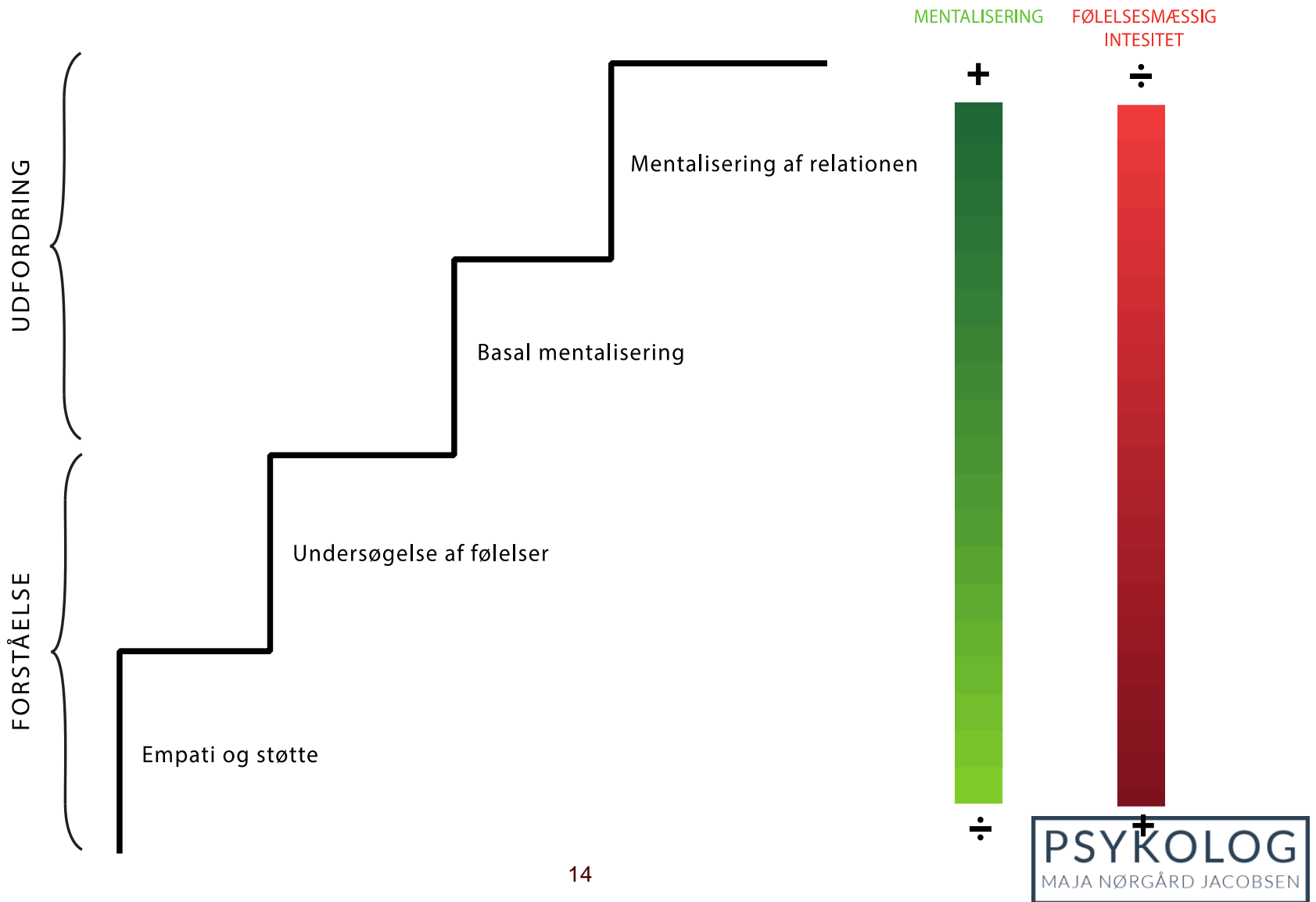


Summeøvelse

- Tal sammen to og to
- Del eksempler på de tre former for mentaliseringssvigt – hos jer selv eller andre
- Hvordan reagerede du? Kunne du have handlet anderledes?



MENTALISERINGSTRAPPEN



Analyseniveauer

Hvordan kan vi forstå det, vi ser? Typisk ser vi adfærd og symptomer og i nogle tilfælde egne fortolkninger eller forforståelse.

Personens udviklingsniveau
Personens mentale tilstande i nu'et

F.eks. Forældre besluttet at flytte til Afrika
– barn hos bedsteforældre. Det går over...



Betydningen af omsorgsgivers evne til at mentalisere



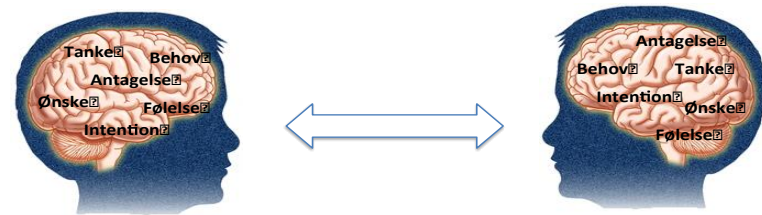
- For at skabe en sund og tryk tilknytningsrelation - Epistemisk tillid
- For at understøtte barnets selvudvikling (herunder selvkontrol)
- For at udvikle barnets evne til at styre sin opmærksomhed, regulere følelser og mentalisere
 - Skelne mellem den indre mentale verden og den ydre virkelighed

Ovenstående kommer til udtryk i barnets adfærd

Fokusområder

- Følelser og tanker bag adfærd (det vi gør og siger)
- Sind er adskilte – du ser sort, jeg ser blå
- Vi påvirker hinanden
- Følelser og tanker er usynlige (jeg kan ikke være 100% sikker på, hvad du føler)
- Kobl løbende disse fokusområder op på den konkrete situation

Eksempel: Forælderen kører i ring. Børn må ikke have legetøj, for det roder.



Afrunding

Tak for nu

I've gotta cut back on the caffeine

