At mentaliserer i samvær med børn og unge

Hvor misbrug er en del af opvæksten

Blå Kors Danmark Frivilligkonference

November 2022

Psykoterapeut Marianne Rose Dupont

Jeg vil gerne give alle på lejren et rigtig stort skulderklap!

Det var fantastisk, hvordan I fik min søn til at live op, selvom det absolut ikke var hans idé. Han vil gerne med næste gang.

Mor til tidligere lejrdeltager

Hvad er mentalisering

Mentalisering er:

At kunne se sig selv indefra og udefra og den anden indefra

At være opmærksom på egne og andres mentale tilstande

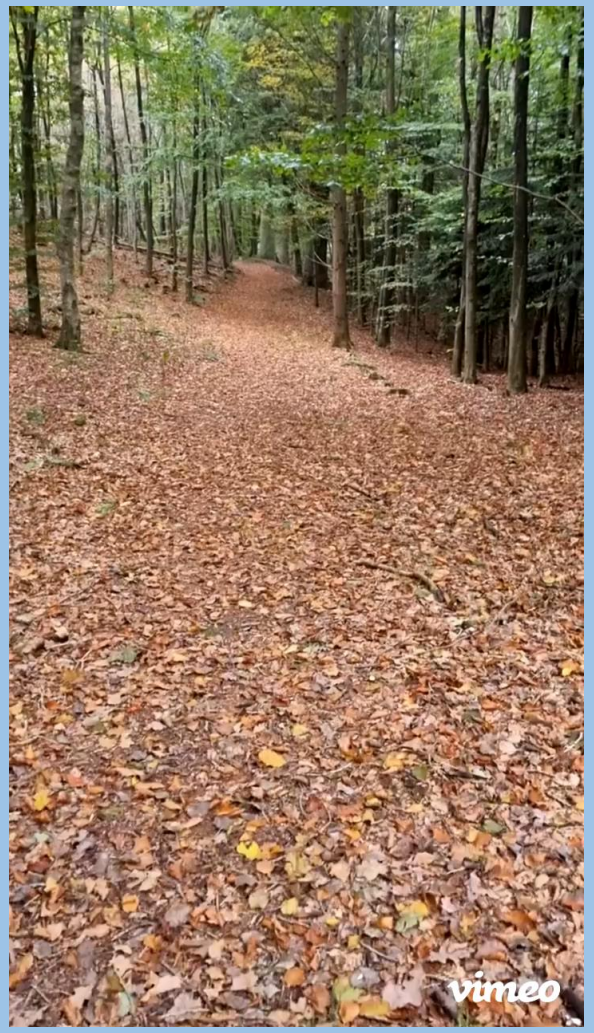
At forstå misforståelser

At have sind på sinde

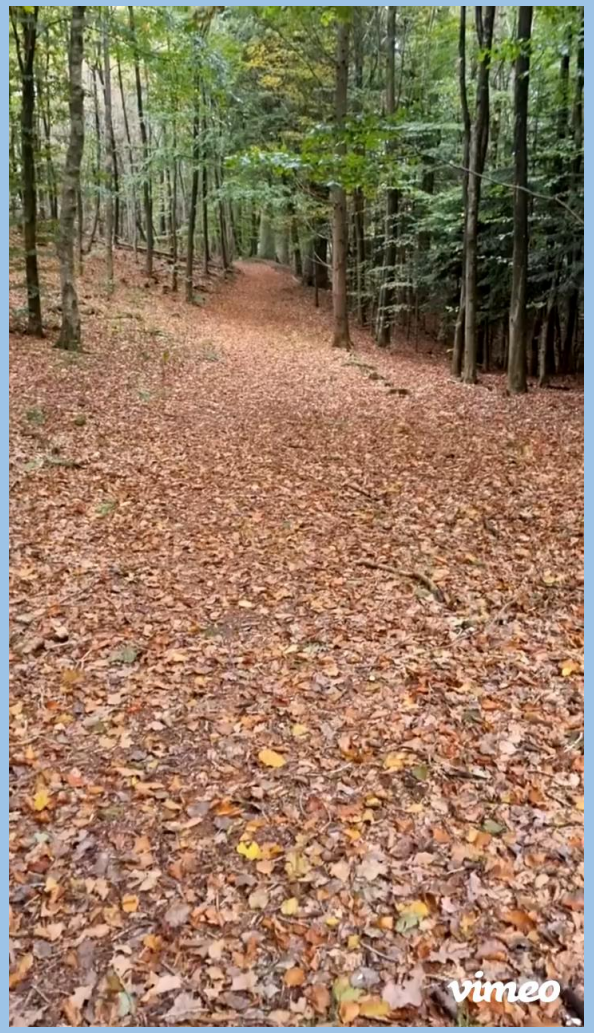
At se bag om adfærd

Kilde: Center for Mentalisering

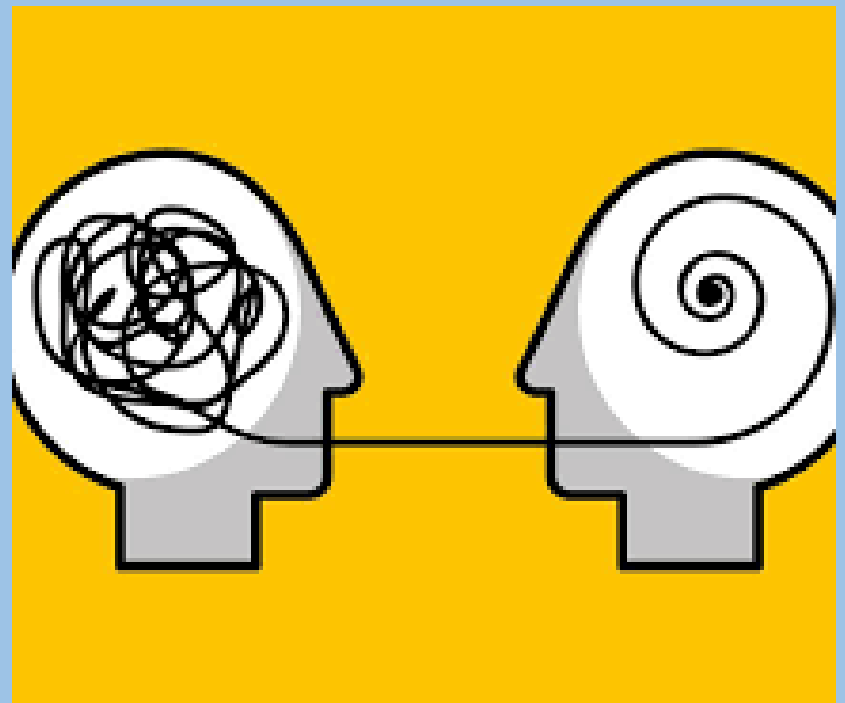
Hvad sker der I dig?



Hvad sker der nu?



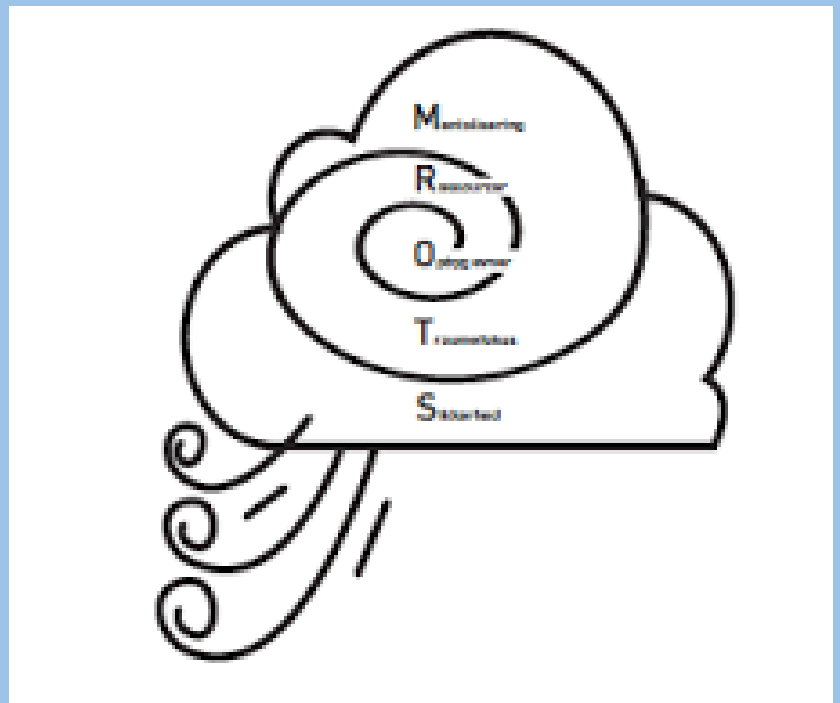
Hvorfor mentaliserer



- Mentalisering avler mentalisering
- Børn der udsættes for, at deres tanker og følelser negligeres, har vanskeligt ved at behandle andre mennesker med værdighed.
- Mentalisering kan læres.

STORM

- STORM: model, erfaringer der er samlet i en model som man ved er virksommere i samvær og arbejdet med børn der er traumatiseret eller/og omsorgssvigtet.
- STORM = Sikkerhed, Tænk Traumer, Opbyg evner, Ressourcer og Mentalisering



Mentaliseringsguiden

Sikkerhed

Sikkerhed og mentalisering er rammerne for det gode udviklende samvær eller relationer.

Byg en Følt sikkerhed op mellem dig og børnene 😊

Sikkerhed handler om at tilbyde den unge/barnet en tryg og harmonisk relation

STORM

T= **Traumer**. Barnet kan have brug for at vide, at efterreaktionerne på traumet er helt normale og at barnet ikke er ved at blive skør eller forkert

Ressourcer = støtte til at se egne ressource, udvikler en mere positiv selvopfattelse, og hjælper til at finde frem til uudforskede potentialer i sig selv.

O i storm, orkanens øje. **Opbygge evner** – kræver sikkerhed. Udvikle barnets evner til at regulerer dets følelser og have en mere hensigtsmæssig adfærd.

M = **mentalisering**. Have den andens sind på sinde og mit eget. Vær nysgerrig. Have et ÅBENT sind.

ÅBENT sind.

Når vi øver os på dette, har vi ikke så stor fokus på adfærden der måske er uhensigtsmæssig, men derimod mere fokus på hvad der er bag ved adfærden.

Vær opmærksom på for-forestillinger

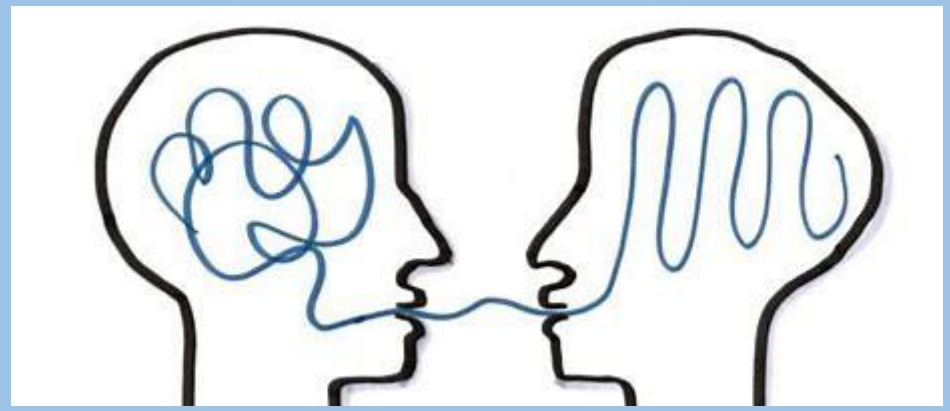
ÅBENHED= det med at glemme sine for-forestillinger

BALANCE= at vi som de voksne hele tiden søger at have fokus på at opretholde en balance.

EMPATI= grundlæggende følelsesmæssige, hvordan har barnet det? Prøve at leve sig ind i barnets situation. Det er næsten halvdelen af mentalisering !!

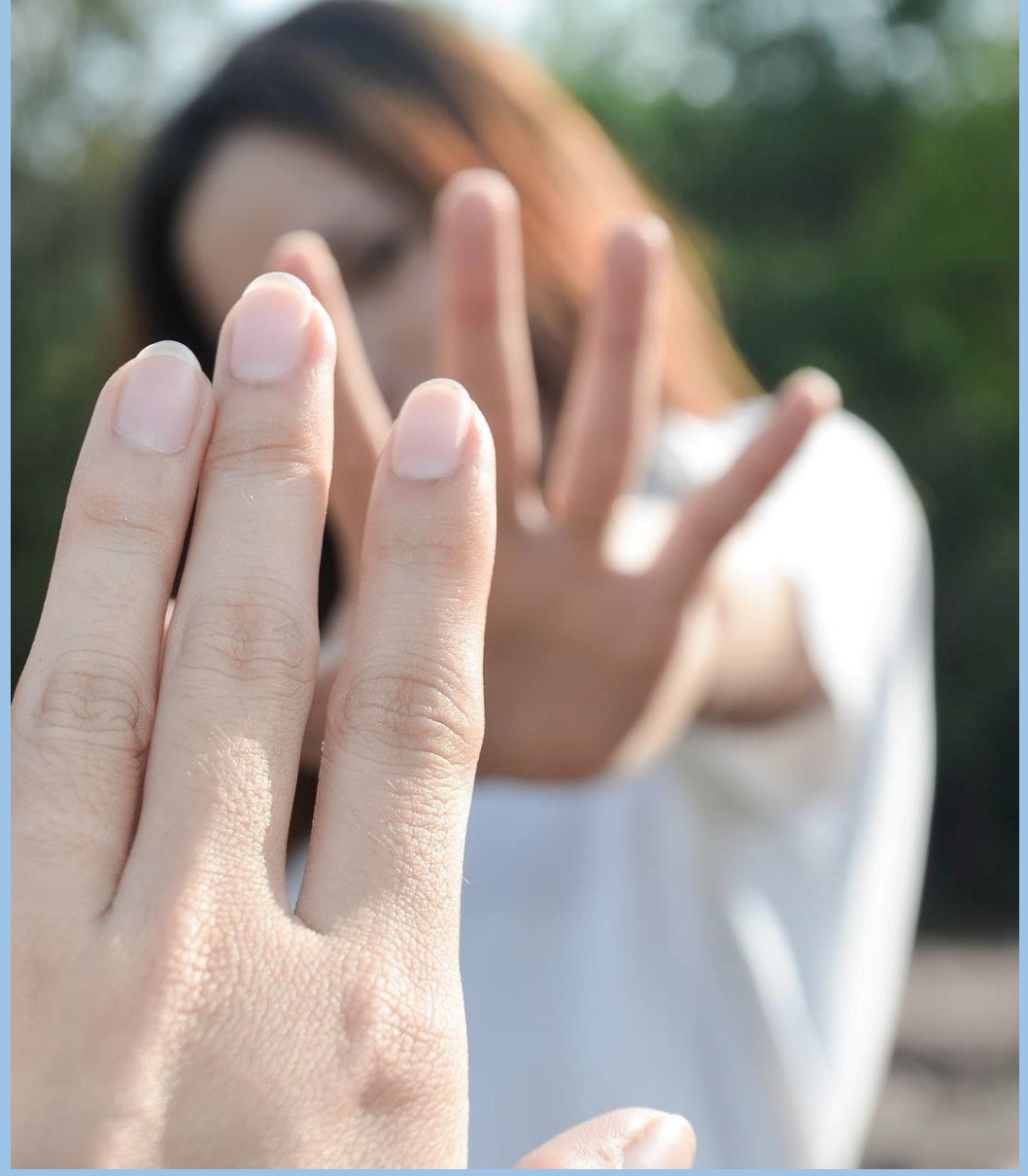
NYSGERRIG = ved at være nysgerrig på barnets indre sindstilstand, hjælper i barnet til en forståelse, som giver grobund for udvikling.

TÅLMODIGHED= centralt i arbejdet med alle i denne målgruppe. . Det tager tid før disse børn tør tro på, af det sikreste ikke er at passe på sig selv og at det kan være en hjælp at udvise tillid og turde åbne sig.



Vi kan ikke altid være mentaliserende

Tænk på – og del – konkrete oplevelser, hvor du blev udfordret i at bevarer et ÅBENT sind i samvær med udsatte børn /unge



Integration af STORM

På sommerlejren er der en dreng på 9 år. Lad os kalde ham Peter.

Peter bor hos en plejefamilie sammen med en' af sine storesøstre, der er 1½ år ældre.

Peter har en søster der er 5 år ældre end ham, altså 14 år. Det var hende der passede ham, dengang han boede hjemme ved mor, der er alkoholiker. Han kom i pleje som 5-årig.

Peter kommer ofte i konflikt med de andre børn på sommerlejreren. De oplever ham som en politimand, for han gør alt hvad han kan for at reglerne altid følges, både når der spilles fodbold, brætspil eller andet. Det gør' at de andre børn fravælger ham, fordi han begynder at fortælle dem, at de ikke holder sig til reglerne. Så bliver han vred og kan sparke eller slå. Bagefter løber han ofte væk eller bortforklarer det ved at argumenterer for, at han har ret. Det var retfærdigt det han gjorde.

Hvordan kan I ud fra den mentaliserende tilgang støtte og hjælpe Peter til at få en god oplevelse?

Hvad er hans adfærd et udtryk for?

Pernille er 11 år. Hendes far er alkoholiker. Mor en medafhængig. På sommerlejren søger Pernille meget de voksne. Hun vil gerne hjælpe med madlavningen, dække bord og vil gerne konversere. Pernille ser ikke ud til at søge det sociale med de jævnaldrende. Hun fremstår fornuftig, pæn, velsoigneret og ordentlig.

Hvordan vil I støtte hende i trygheden ved at øve sociale relationer med jævnaldrende / hvorfor tænker I Pernille har den omtalte adfærd – hvad kan den mon være udtryk for?

Tak for i dag.

I gør en kæmpe forskel

BLÅ KORS DANMARK