

## Andet fysiske modul: Tilknytning og symptomer Dag 2

Sofie Münster, psykolog  
Cand.psych., cand.scient.pol.



1

## De 3 dage

**DAG 1**

- Velkommen tilbage
- Check in
- Hvad er formålet med terapi?
- Recap af tilknytning
- Terapeutiske teknikker
- Demo: Udfoldning af et mønster
- Fælles afrunding

**DAG 2**

- Check in
- Opsamling på dag 1
- Mød casen: Kim
- Case-arbejde:
  - Tilknytningsmønstre
  - Mentaliseringsprofil
  - Caseformulering
- Fælles afrunding

**DAG 3**

- Check in
- Opsamling på dag 2
- Træningsklienter
- Supervision
- Øvelse: Fold egne mønstre ud
- Opsamling
- Fælles afrunding



2

## Dagens program

09:00 – 09:30 Opsamling på i går.  
09:30 – 10:00 Mentaliseringsøvelse

10:00 – 10:30: Refleksiv funktion (kap. 8) og mød casen Kim  
10:30 – 12 Planlægning af forløb


12:00 – 13:00 Frokost

13:00 – 15:30 Arbejde med Kim (og Balder)  
15:30 – 16:00 Fælles afrunding

3

## Praktisk

- Pause ca en gang i timen – vi starter igen på det aftalte minuttal
- Det er Filippa, der er piccoline
- Husk at rummet er fleksibelt - ryk rundt som det passer jer



4

## Opsamling fra dag 1




5

### TIL OBSERVATIONEN

Det er din rolle at:

- Hjælpe med, hvis timing af observationen er svær
- Anerkende og opmuntre til at dele
- Check ind med observationen: Hvordan har hun/han det?

Undervejs i sessionen skal du lægge mærke til:

- Hvordan blev observationen opbygget?
- Langt der markeret Et uventet/overraskende observation?
- Hvis observationen er "faldet sammen"?
- Et der referencer til erfaringer fra tidligere (samt)
- Kan du se om du nogle observationer er underliggende mønstre?

Ette udfordringer af "faldet sammen" (for sig selv) eller observationen (for klienten i sessionen)

- Hvilke grundlæggende tanker er i spil i klientens fortælling?
- Kan du se om du nogle observationer er mønstre?
- Hvad betyder det for dig?
- Hvordan kan observationen gå til den sidste del af sessionen?

**NOTER:**

6

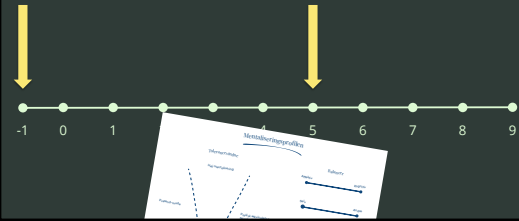
ØVELSE: Hvilket dyr er som dig, når du er i konflikt?



PRO

7

Refleksiv funktion



8

AAI: Adult Attachment Interview

Eksempler på spørgsmål:

- Hvilke fem tillægsord beskriver din relation til din mor/far?
- Hvilken af dine forældre følte du dig tættest på?
- Når du var oprevet eller ked af det som barn, hvad gjorde du så?
- Hvad skete der, når du var kommet til skade?
- Har du nogensinde følt dig afvist som barn?
- Oplevede du et eller flere store tab i din barndom?
- Hvordan tror du, at dine erfaringer med dine forældre gennem din barndom har påvirket din personlighed?

9

Eksempler:

- Jeg har altid haft et lavt selvværd, men jeg tror egentlig mest, at det var udtryk for et uforløst behov for bekræftelse. Jeg oplevede flere gange, at min lidt tøvede facon blev "belønnet" med omsorg, og det satte sig jo i mig som en god ting.

10

Eksempler:

- Det var lidt ødipalt og det var svært for min far, som jo må have set sine ægteskabelige behov sat til side af den dynamik, der regerede i min mors og mit forhold. Det tror jeg gjorde ham både usikker og frustreret i deres relation.

11

Eksempler:

- Jeg tror, det skyldes min mors depression. Jeg ved selvfølgelig ikke om det var hendes personlighed eller hendes lidelse, men jeg oplevede hende som meget kold i ansigtet og som en det var meget svært at få til at smile, og det lignede ikke det jeg så andre mødre gøre, når de var sammen med deres børn

12

### Måske lav?

- Udsagn, der afviser selve ideen om mentalisering
- Generaliseringer
- Kliche-fyldt sprog
- Udsagn, som undgår at blive konkrete
- Historier, der forvrænger klientens betydning
- Overanalyserende og hyperaktiv mentalisering

13

### Måske høj?

- Nuanceret bevidsthed om at mentale tilstande kan være svære at se udefra
- Eksplicite forsøg på at udlede mentale tilstande fra adfærd
- "Friske" erkendelser og formuleringer
- Anerkendelse af et udviklingsperspektiv i mentale tilstande
- Bevidsthed om intergenerationelle forskelle i synet på psyken
- Bevidsthed om dynamikker i klientens familiesystemer
- Anerkendelse af forskelle på mentale tilstande hos klient og terapeut

14

### Mød casen: Kim (og Balder)



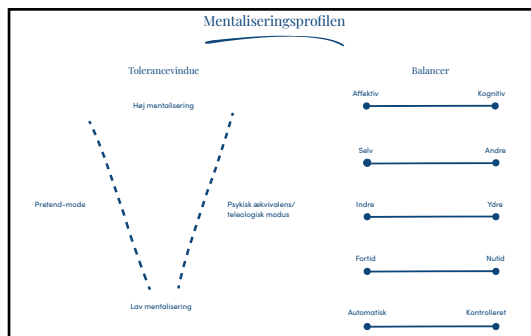
15

### Øvelse:

#### Hvad ser vi hos Kim?

Hvad lægger I mærke til? Refleksionsniveau, formuleringer, følelssprog, mentalisering...

16



17

### Planlægning af terapiforløb



18

## Behandlingsforløbets 3 faser

### Udredning

- Udforskning, identifikation og prioritering

### Intervention

- Målrettet, fokuseret på familiens vigtigste udfordringer

### Afslutning

- Tak for nu og tilbage til hverdagen



19

## Første session:

- Hvad er problemet?
- Hvad håber du at få ud af terapien?
- Hvorfor nu?

20

## Udredningsfasen

- Mentaliseringsevne
- Non-mentaliseringsmodi
- Tilknytningsstrategier
- Fokusproblem
- Relationelle mål
- Arbejdshypoteser



21



22

## Relationelle mål

- Mål for den forandring klienterne ønsker se i deres relation
  - "Vi skal styrke vores tro på, at vi kan være sammen om svære følelser?"
  - "Når vi har brug for at gå hver til sit skal vi finde hinanden igen og reparere"
- Ikke mål for adfærd/individet
  - "Barnet skal holde op med at svare igen"
  - "Far skal holde op med at skælde ud"
  - "Mor skal blive bedre til at bede om hjælp inden det koger over"

23

## Målet med caseformuleringen

En mellem terapeut og klient fælles, delt, skriftlig enighed om to helt centrale spørgsmål til terapien

- Hvad sker der psykologisk?
- Hvad skal der ændres psykologisk?

24

## Den gode caseformulering

- Identificerer fokusproblemet
- Definerer målet med behandlingen, herunder de relationelle mål?
- Redegør for familiebaggrund og forældrenes evt erfaringer med psykiske symptomer og lidelse
- Beskriver funktionsniveauet i familien
- Afdækker evt traumehistorik, herunder om den påvirker deres parforhold og forældreskab
- Beskriver tilknytningsstrategier og måden de indgår i relationer på
- Angiver de følelsesmæssige "komfortniveauer"
- Medtager relevante faktorer vedr. kultur, køn og identitet

25

## Øvelse:

### Se videoen

Analyser klientens mønstre og forklar hvad du har set.

Vælg en situation hvor du ville have gjort noget andet end Sofie. Forklar hvorfor, og giv et bud på hvorfor du tror, Sofie gjorde hvad hun gjorde.

26

## Mere Kim



27

## Øvelse:



Diskuter Kim og Balders situation og dan hypoteser om følgende: Analyser Kims mønstre og forklar hvad du har set.

- Vælg en situation hvor du ville have gjort noget andet end Sofie
- Forklar hvorfor, og giv et bud på hvorfor du tror, Sofie gjorde hvad hun gjorde
- Fokusproblem (løgmetoden)
- Relationelle mål

28

## Tak for i dag!

Vi ses i morgen. Vi starter kl 9:00.

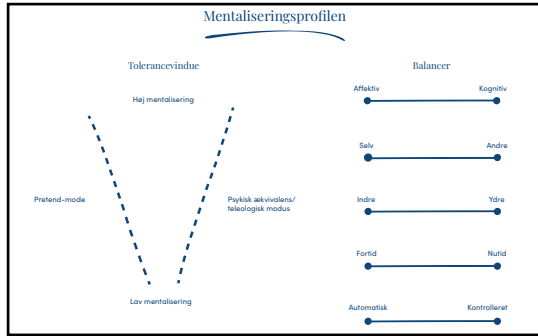


29

## Kim



30



31



32



33



34



36