



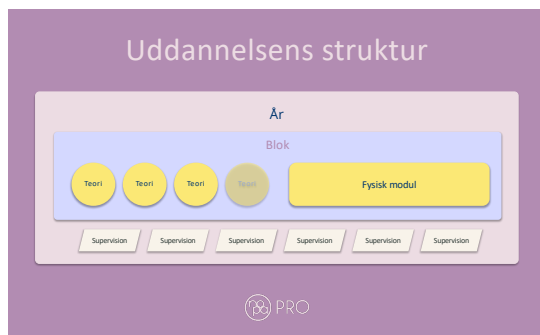
1



2



3



4



5



7

Pensum og "lektier"

Obligatorisk Både og Frivilligt

PRO

8

Grundkursus: Mentalisering, tilknytning og MBT

BLOK 1: Terapeutisk arbejde i familier TEORI 1: Det moderne trivselsyn Forskellen på psykologiske retninger Terapeutisk "effektivitet" TEORI 2: Mentalisering MBT & systemisk terapi FYSISK MODUL 1: Det terapeutiske arbejde med MBT	BLOK 2: Tilknytning og symptomer TEORI 3: Klassisk og nyere tilknytningsteori TEORI 4: Følelsesregulering i balance og ubalance TEORI 5: Symptomernes funktion Teori 6: Børns tilpasningsstrategier FYSISK MODUL 2: Tilknytning, refleksiv funktion og afkodning af psykologiske mønstre hos børn og voksne
---	--

9

Grundkursus: Mentalisering, tilknytning og MBT

BLOK 1: Terapeutisk arbejde i familier TEORI 1: Det moderne trivselsyn Forskellen på psykologiske retninger Terapeutisk "effektivitet" TEORI 2: Mentalisering MBT & systemisk terapi FYSISK MODUL 1: Det terapeutiske arbejde med MBT	BLOK 2: Tilknytning og symptomer TEORI 3: Klassisk og nyere tilknytningsteori TEORI 4: Følelsesregulering i balance og ubalance TEORI 5: Symptomernes funktion Teori 6: Børns tilpasningsstrategier FYSISK MODUL 2: Tilknytning, refleksiv funktion og afkodning af psykologiske mønstre hos børn og voksne
---	--

10

Spørgsmål

PRO

11

MODUL 1

Terapeutisk fundament og ståsted

PRO

12

Hvad er psykologisk "viden"?

PRO

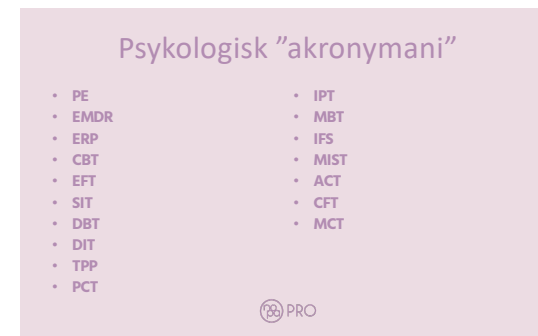
13



14



15



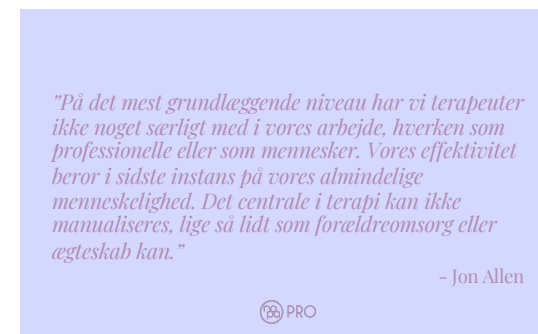
16



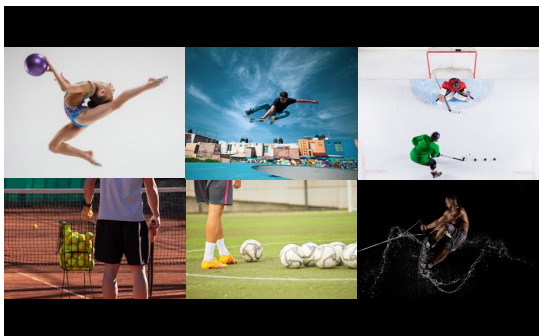
17



18



19



20

Hvad afgør om terapi virker?

- Hvor syg klienten er
- Terapeutens ekspertise og kompetencer
- Hvor intelligent klienten er
- Klientens evne til at sætte ord på følelser
- Terapeutens erfaring (antal år)
- Terapeutens uddannelsesbaggrund
- Terapeutens efteruddannelse
- Terapeutens valgte retning og metode
- Terapeutens empati
- Terapeutens autenticitet
- Terapeutens ydmyghed
- Graden af tillid i terapeut-klient relationen
- Terapeutens evne til at reparere brud
- Terapeutens måde at relatere til klienten på
- Terapeutens selvevaluering
- Køn
- Styrken af klientens nære netværk
- Om klienten er stresset
- Terapeutens mentaliseringssevne
- Om klienten selv betaler eller ej
- Klientens livsbegivenheder, fx skilsmisse eller dødsfald
- Terapeutisk alliance
- Selvstyret forandring hos klienten, fx flytning, jobskifte, planlagt forældreskab



21

Hvad afgør om terapi virker?

- Hvor syg klienten er
- **Terapeutens ekspertise og kompetencer**
- Hvor intelligent klienten er
- Klientens evne til at sætte ord på følelser
- Terapeutens erfaring (antal år)
- Terapeutens uddannelsesbaggrund
- Terapeutens efteruddannelse
- Terapeutens valgte retning og metode
- **Terapeutens empati**
- **Terapeutens autenticitet**
- **Terapeutens ydmyghed**
- Graden af tillid i terapeut-klient relationen
- Terapeutens evne til at reparere brud
- Terapeutens måde at relatere til klienten på
- **Terapeutens selvevaluering**
- Køn
- Styrken af klientens nære netværk
- Om klienten er stresset
- **Terapeutens mentaliseringssevne**
- Om klienten selv betaler eller ej
- Klientens livsbegivenheder, fx skilsmisse eller dødsfald
- **Terapeutisk alliance**
- Selvstyret forandring hos klienten, fx flytning, jobskifte, planlagt forældreskab



22

"Det tyder på, at forskelle mellem terapeuter vejer tungere end forskellen mellem terapeutiske metoder."

"Erfaring betyder mindre end ekspertise og kompetencer."

- Peter Fonagy



23

Fællesfaktorer

- Terapeutens måde at relatere til klienten på
 - Empati (både mærkes og udtrykkes)
 - Positiv opmærksomhed (anerkendelse, varme)
 - Kongruens (æghed, autenticitet, ærlighed, fejlbarlighed)
- Terapeutisk alliance
 - Tillidsfuld relation
 - Følelse af at arbejde sammen mod et fælles mål
- Mentalisering (måske så meget som 70 %)



24

Vi ser os selv udefra
og andre indefra



25



26

Terapeuten bliver bedre til at mentalisere

27

Terapeuten får sin klient at mentalisere oftere og mere effektivt

28

Klienten bliver bedre til at mentalisere både sig selv, sin partner og sine børn

29

Sofie Mønstre

Emne: titlen

Dato: torsdag den 8. august 2024 kl. 13.26.17 (Gennemsnitligt svar)

Pro: [redacted]

Tit: [redacted]

Kære Sofie

Vi taler om det er kommet lidt ro på det hele igen og det er kommet jer over choket. Vi har været lidt frem og tilbage omkring hvordan vi kommer "våres" og vi gerne snakke med dig omkring dette. Vi har klart flere tinghår indlagt i [redacted] vores familie-dynamik, og ikke mindst vores håndtering af situationen herigennem. Det har på mange punkter hjulpet os og noget vi over os i hver dag. Det eneste udske er lidt at vi har ikke rigtig gyret [redacted] har lidt det bedsteforældre gennem de sidste to år. På mange punkter har vi lige der måske ikke rykket os så meget. Vi er klar over at det ikke er noget Quick fix, vi at tingene tager tid, men vi mangler stadig på en forudelse af hvordan vi har en pige der er fuldstændig smadret hele tiden, der er utrygt ved og føler at alting aldrig går henad sig. Vi er sikker på at selv ved, det mangler os alle som allesteg og vores dynamik herigennem bidrager heller ikke positivt til dette, men er det "hans del" eller er der noget andet og under alle omstændigheder, hvordan kommer vi videre og kan arbejde med at det bliver mere ro på vores herigennem og at han får det bedre?

Det vil vi gerne vende med dig 🙏

Hilsen [redacted]

Sendt fra min iPhone

30

"Jeg har ret ofte lagt mærke til et mønster, der har foruroliget mig. Personen beskriver hvor vidunderlig hans terapeut er, samtidig med, at det på baggrund af alt det, jeg hører og ved om personen, forekommer mig, at han stadig lever sit liv på samme smertefulde og selvdestruktive måde. Så vidt jeg kan se, er relationen til terapeuten blevet bedre. Der er en vitalitet, et liv og en ægte kontakt i rummet, som måske ikke var der i begyndelsen. Derfor har terapeuten nok også følt, at der blev gjort et godt stykke arbejde. Men patientens liv uden for terapitimerne har ikke forandret sig nær så meget. Han lever fortsat på en smertefuld eller indskrænket måde. Terapeuten bliver en vidunderlig oase, men patienten bor stadig i ørkenen.

- Paul Wachtel



31



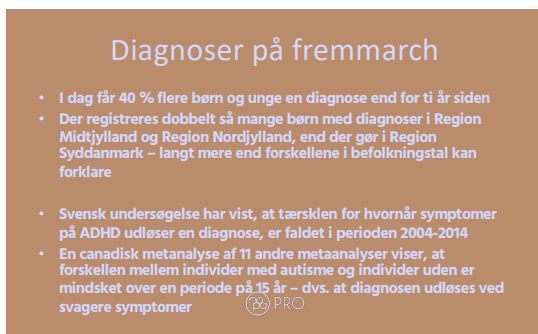
32



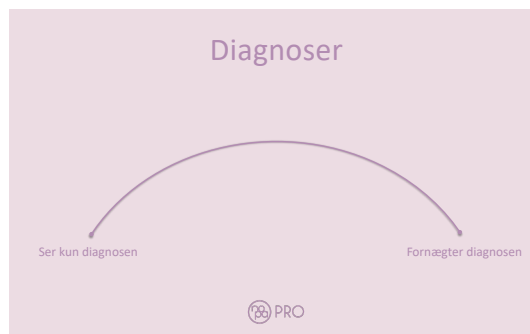
33



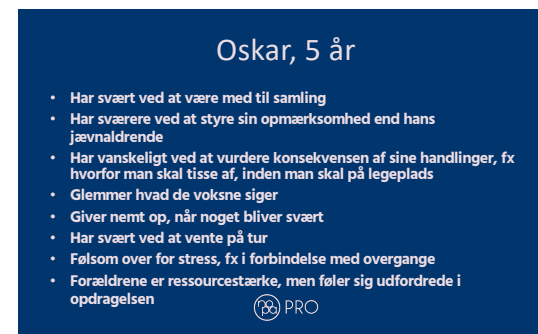
34



35



36



37

Oskar, 12 år

- Har svært ved at sidde stille i skolen
- Mange konflikter med jævnaldrende
- Hans forældre er skilt
- Man har forsøgt mange tiltag gennem årene uden rigtigt at have den ønskede effekt
- Begynder at miste lysten til at gå i skole
- Er tiltagende udadreagerende
- Trækker sig tilbage til sit værelse og spiller meget computer
- Hans forældre oplever begge, at han ikke rigtigt ønsker at være med i hverdagen



38

Oskars symptomer

- | | |
|----------------------------------|-------------------------------|
| • Fysisk uro | • Afviser kontakt |
| • Mangler situationsfornemmelse | • Tilbagetrukken, indadvendt |
| • Glemsomhed, svært ved overblik | • Udadreagerende |
| • Passiv | • Humørsvingninger |
| • Kravafvisende | • Svært ved at styre impulser |
| • Nemt overstimuleret | • Bliver nemt frustreret |



39

Oskars symptomer

- | | |
|----------------------------------|-------------------------------|
| • Fysisk uro | • Afviser kontakt |
| • Mangler situationsfornemmelse | • Tilbagetrukken, indadvendt |
| • Glemsomhed, svært ved overblik | • Udadreagerende |
| • Passiv | • Humørsvingninger |
| • Kravafvisende | • Svært ved at styre impulser |
| • Nemt overstimuleret | • Bliver nemt frustreret |



40

Oskars symptomer

- | | |
|----------------------------------|-------------------------------|
| • Fysisk uro | • Afviser kontakt |
| • Mangler situationsfornemmelse | • Tilbagetrukken, indadvendt |
| • Glemsomhed, svært ved overblik | • Udadreagerende |
| • Passiv | • Humørsvingninger |
| • Kravafvisende | • Svært ved at styre impulser |
| • Nemt overstimuleret | • Bliver nemt frustreret |



41

Oskars symptomer

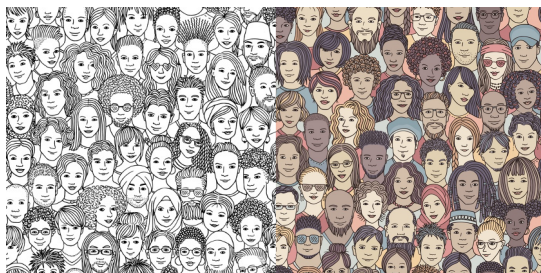
- | | |
|----------------------------------|-------------------------------|
| • Fysisk uro | • Afviser kontakt |
| • Mangler situationsfornemmelse | • Tilbagetrukken, indadvendt |
| • Glemsomhed, svært ved overblik | • Udadreagerende |
| • Passiv | • Humørsvingninger |
| • Kravafvisende | • Svært ved at styre impulser |
| • Nemt overstimuleret | • Bliver nemt frustreret |



42

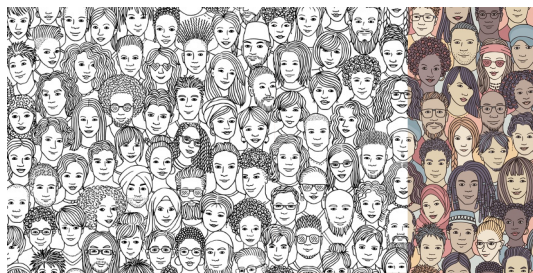


43



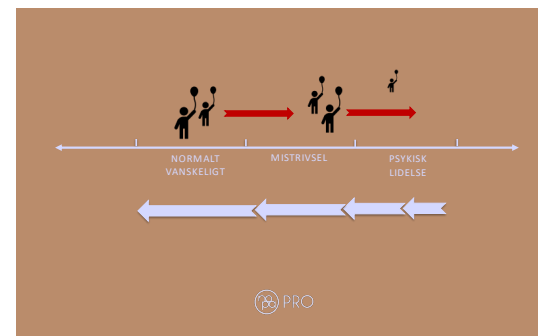
PRO

44



PRO

45



46

En generel sårbarhedsfaktor

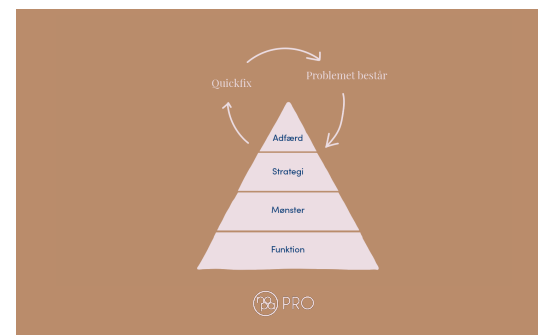
- Studier af enæggede og tvæggede tvillinger viser, at:
 - Psykisk sårbarhed nedarves i vores gener
 - Men kun med "halv styrke"
- Største studie af 25 neuro- og 17 psykiske lidelser hos 1 mio mennesker
 - Neurologiske lidelser associeres med forskellige og specifikke genkombinationer
 - Alle psykiske lidelser associeres med de samme gener
- Utilstrækkelig følelsesregulering går igen i stort set alle psykiatriske diagnoser og ser ud til at skulle være kernen i vores indsatser

PRO

47



48



49

Principper for et moderne trivselssyn

Børn er symptombarere for deres omgivelser. Det betyder kort fortalt, at børnene aldrig er problemet – de viser os problemet.

Det vi ser, som et problem, er ofte barnets løsning. Børn gør hvad de gør, fordi de på et eller andet tidspunkt i deres liv har lært, at det gav mening. Derfor må vi forstå børn, før vi forsøger at ændre dem.

Vi skal ikke samarbejde med symptomerne, men med barnet. Børn skal tages alvorligt – ikke bogstaveligt. I stedet for at lade os styre af det, der sker på overfladen, skal vi navigere efter det, der ligger under.

Hvis vi vil se noget andet, skal vi selv gøre noget andet. Børnetilpasser sig til os, fordi det er afhængig af os. Derfor kan vi først forandre noget hos barnet, når vi begynder at forandre noget hos os selv.

Hvis vi arbejder med alt, kan vi ikke forandre noget. Komplette problemer kan ikke løses på én gang. Derfor arbejder vi altid med det vigtigste problem først.



50



51

Vores relationer forandrer sig ikke,
bare fordi vi forstår os selv bedre –
de forandrer sig først, når vi også
forstår hinanden bedre.

52

Spørgsmål?



53