

Mistrivslens fællesnævner og en ny forståelse for arbejdet med trivsel

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



1

Dagens modul

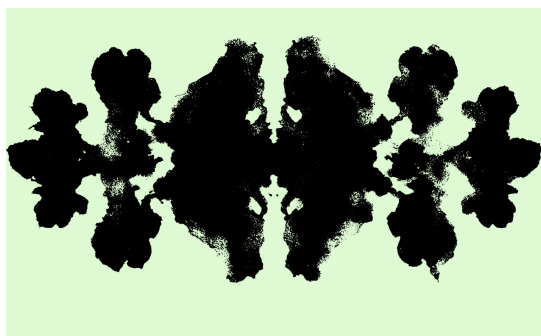


- Begreber og definitioner
- Diagnose og komorbiditet
- Mistrivslens fællesnævner – p faktor modellen
- En anden måde at arbejde med mistrivsel
- Det moderne trivelsyn

2

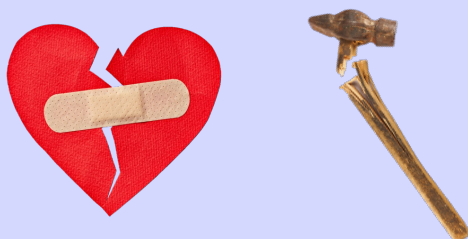


3



4

To dimensioner



5

Tre kategorier



6

Når vi
i overvejende grad
har det godt
med os selv
og andre

7

Når vi
i overvejende grad
har det godt
med os selv
og andre

8

Når vi
i overvejende grad
har det godt
med os selv
og andre

9

Når vi
i overvejende grad
har det godt
med os selv
og andre

10

Vi kan ikke løse problemer, der
bor i relationer med en tilgang,
der fokuserer på individet



11



12

Diagnoser på fremmarch

- I dag får 40 % flere børn og unge en diagnose end for ti år siden
- Der registreres dobbelt så mange børn med diagnoser i Region Midtjylland og Region Nordjylland, end der gør i Region Syddanmark – langt mere end forskellene i befolkningstal kan forklare
- Svensk undersøgelse har vist, at tærsklen for hvornår symptomer på ADHD udløser en diagnose, er faldet i perioden 2004-2014
- En canadisk metaanalyse af 11 andre metaanalyser viser, at forskellen mellem individer med autisme og individer uden er mindsket over en periode på 15 år – dvs. at diagnosen udløses ved svagere symptomer



13

Diagnoser

Ser kun diagnosen

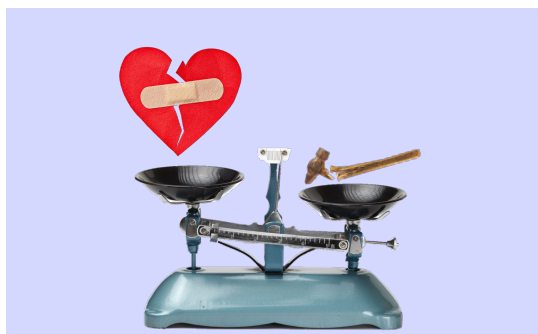
Fornægter diagnosen



14



15



16



17

Oskar, 5 år

- Har svært ved at være med til samling
- Har sværere ved at styre sin opmærksomhed end hans jævnaldrende
- Har vanskeligt ved at vurdere konsekvensen af sine handlinger, fx hvorfor man skal tisse af, inden man skal på legeplads
- Glemmer hvad de voksne siger
- Giver nemt op, når noget bliver svært
- Har svært ved at vente på tur
- Følsom over for stress, fx i forbindelse med overgange
- Forældrene er ressourcestærke, men føler sig udfordrede i opdragelsen



18

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



19

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 |



20

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 |



21

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 |



22

Oskars symptomer

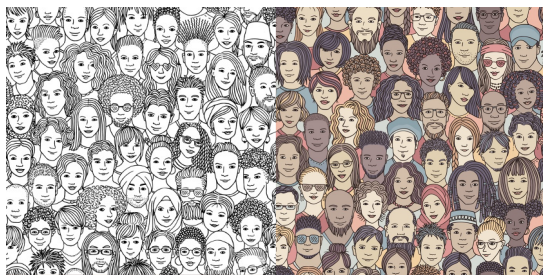
- | | |
|----------------------------------|-------------------------------|
| • Fysisk uro | • Afviser kontakt |
| • Mangler situationsfornemmelse | • Tilbagetrukken, indadvendt |
| • Glemsomhed, svært ved overblik | • Udadreagerende |
| • Passiv | • Humørsvingninger |
| • Kravafvisende | • Svært ved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



23

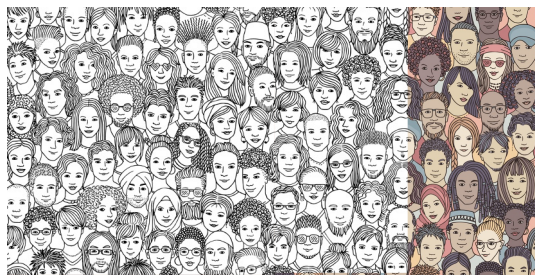


24



PRO

25



PRO

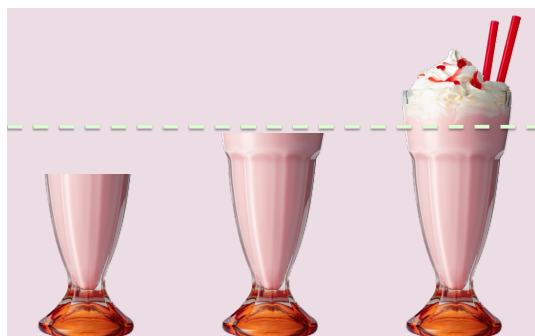
26



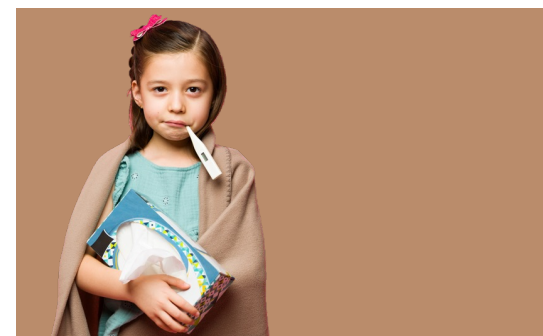
27



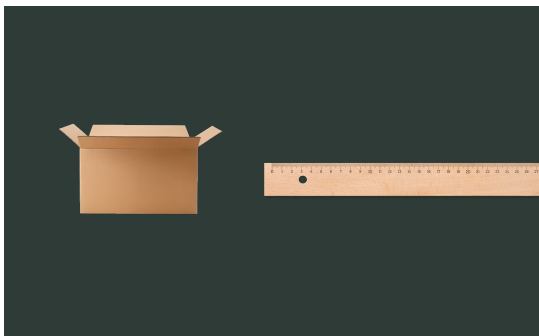
28



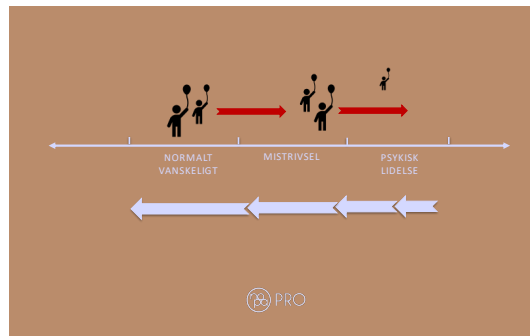
29



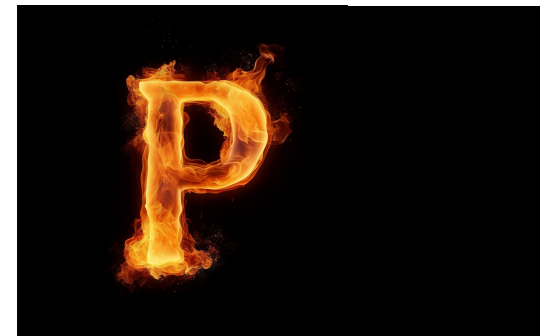
30



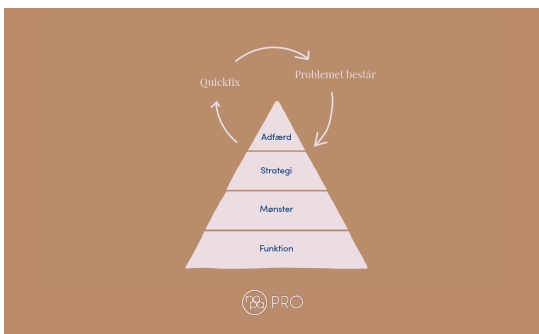
31



32



33



35

Principper for et moderne trivselssyn

Barn 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. Barn gør, hvad de gør, fordi de på et eller andet tidspunkt i deres liv har lært, at det gav mening. Derfor må vi forstå barn, før vi forsøger at ændre dem.

Vi skal ikke samarbejde med symptomerne, men med barnet. Barn skal følges 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. Barnet tilpasser 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. Komplekse problemer kan ikke løses på én gang. Derfor arbejder vi altid med det vigtigste problem først.

PRO

36