

Forældreterapi som disciplin
Teori 10

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



1

Anden disciplin: Forældreterapi

BLOK 4: Forældreskabet og forældreterapi	BLOK 9: Videregående forældreterapi
TEORI 10: Forældreterapi som disciplin	TEORI 28: NVR og arbejdet med undgående børn
TEORI 11: Mere om skam og forældrealliancen Ny autoritet	TEORI 29: NVR og traumer i familien
TEORI 12: Forældrenes respons og forældretyper	TEORI 30: Diagnoser i familien, særligt angst og ADHD
TEORI 13: NVR og SPACE som metode	
FYSISK MODUL 4: Forældreterapi i praksis	FYSISK MODUL 9: Forældreterapi under komplekse forhold

2

Anden disciplin: Forældreterapi

BLOK 4: Forældreskabet og forældreterapi	BLOK 9: Videregående forældreterapi
TEORI 10: Forældreterapi som disciplin	TEORI 28: NVR og arbejdet med undgående børn
TEORI 11: Mere om skam og forældrealliancen Ny autoritet	TEORI 29: NVR og traumer i familien
TEORI 12: Forældrenes respons og forældretyper	TEORI 30: Diagnoser i familien, særligt angst og ADHD
TEORI 13: NVR og SPACE som metode	
FYSISK MODUL 4: Forældreterapi i praksis	FYSISK MODUL 9: Forældreterapi under komplekse forhold

3


KAPITEL 13
Forældreterapi som disciplin




4

Forældreterapi Familieterapi Forældreterapi
Parterapi

Intensitet og kompleksitet →



5

Terapeutiske udfordringer





6

Målet er ikke at ændre barnets adfærd, men derimod at ændre forældrenes respons på barnets adfærd.

7

Eksemplet med KAT

- KAT har dokumenteret effekt på mange lidelser
- KAT arbejder intrapsykisk (ligesom metakognitiv terapi)
- Når effekten rammer et plateau eller behandlingsforløbet er slut, vil forældre gerne hjælpe
- Forældrenes rolle i KAT er at understøtte barnets proces
- Forældreinddragelse i KAT er populært og udbredt

8

Virker det at inddrage forældre?

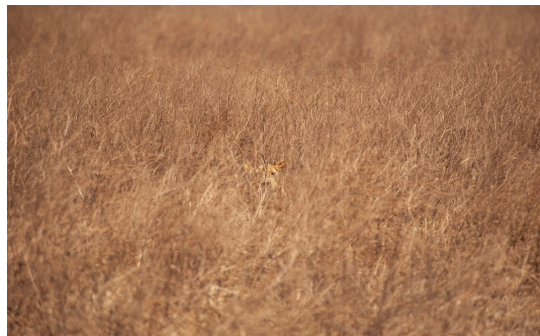


Barnett et al (1999)
Coffman et al (1998), Hoyle et al (2002), Merckelwitz et al (1999), Spencer-Smith, Vincent et al (2009), Nauta et al (2007), Nauta et al (2009), Ingwersen (2002), Roelken et al (2008)

9



10



11

Det vi ser som problemet,
er ikke problemet

12

Det vi ser som et problem,
er i virkeligheden barnets
løsning på et problem

13

Find derfor altid ud af, hvem
der egentlig har et problem

14

Hvis problem er det?

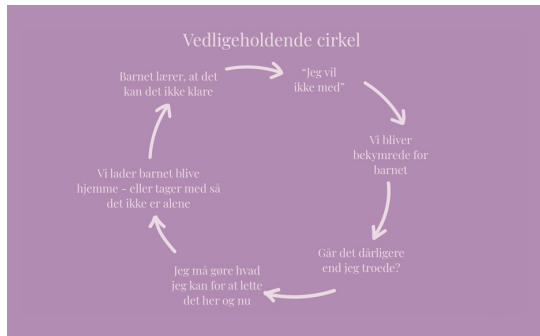
- Hvem har størst motivation for at gøre noget ved problemet?
- Hvis ikke vi er meget motiverede for at gøre noget ved problemet, sker der ikke nogen forandring

15

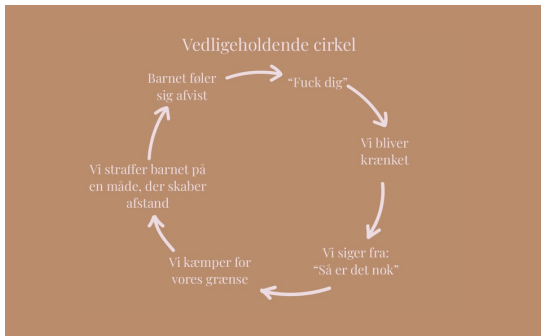
Fokus er ofte på det, vi ikke kan styre



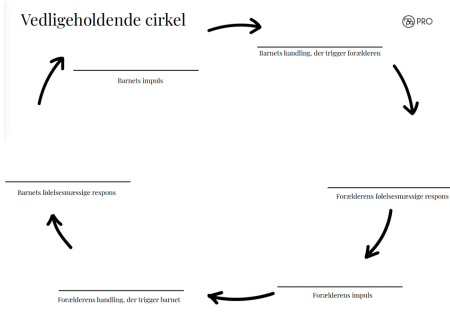
16



17



18



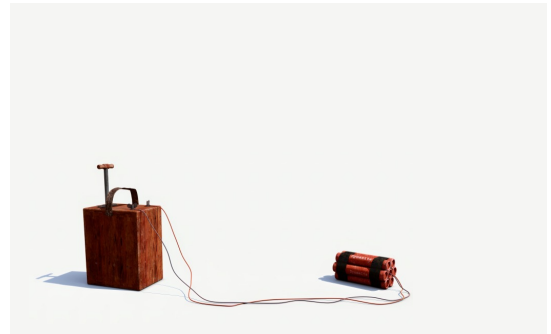
19



20



21



22



23



24

Når børn mistrives, er den eneste effektive indsats, en der er tilrettelagt uafhængigt af barnets motivation



25

Forudsætninger for forandring

Vi skal forstå børn, før vi forsøger at forandre dem

Symptomer skal ses som en døråbning til barnets inderside

De(n) voksnes følelser skal reguleres uafhængigt af børnene

26



27



28



29

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



30

HVAD GØR
FORÆLDRETERAPIEN
SÆRLIG

31



32



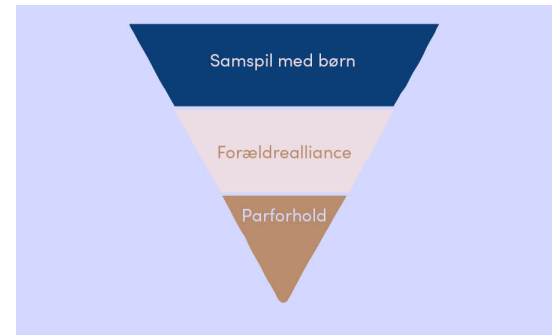
33



34

FORÆLDREALLIANCEN

35



36

Forældre må gerne være forskellige



PRO

37

Noget ligger under

Nogle bliver hårde...
Nogle bliver bløde...

...fordi de føler sig magtesløse
...fordi de bliver bekymrede



PRO

38

Forbindelsen er afgørende



PRO

39



40



41

Ser du mig?

PRO

42

Kan du lide hvad du ser?



43

Hører jeg til hos dig?



44



45

Sådan kan de hjælpe hinanden

- Give et knus
- Anerkende at det, partneren forsøger at gøre med barnet, er mega hårdt
- Fortælle partneren, at han/hun er en god forælder
- Takke partneren for at være den, der tog konflikten
- Fortælle partneren, at man ser at han/hun gjorde sit bedste i situationen og at det ikke var det, der var årsagen
- Søge øjenkontakt og udtrykke empati uden ord
- Minde partneren om at det han/hun gør, har betydning
- Sige, at man er sammen om det
- Anerkende, at det partneren kæmper for, er vigtigt

46

Brugen af støtter

- Forældre hverken kan eller skal stå alene - de skal invitere nogen med ind, som kan støtte både dem og deres barn
 - Nære venner
 - Jeres egne søskende
 - Bedsteforældre (også bonus)
- Åbent og ærligt, både om det der sker og om hvor svært det er
- Fullt transparens over for barnet om hvem der ved hvad, og hvorfor de har valgt at inddrage dem
- Støtterne tager også selv fat i barnet, så barnet hører direkte fra dem, hvorfor de gerne vil hjælpe



47

FORÆLDRETERAPIEN I PRAKSIS

48

To tidlige "rum"

- Vores valg afgøres af følelsesintensiteten
- To muligheder
 - Nu (her)
 - Fremtiden (hjemme)



49

	Regulerede følelser	Uregulerede følelser
MJ	Læs problemet med børnene	Læs problemet i situationen
Teraprums rum	Orienteret mod værktøjer og påvirkning af forældrenes respons	Overstøtter og fordyber følelsesmæssige oplevelser
Altid	Med forældrene som et parternokob	Med forældrene hver især
Her og nu rum	Terapeut til forældre	Forælder til forælder
Tidligt rum	Fremtid og indsigt derhjemme uden for terapirummet	Her og nu og indsigt i terapirummet

50

Tak for i dag!

51