



1



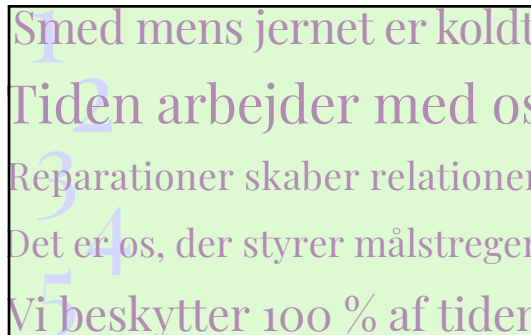
2



3



4



5



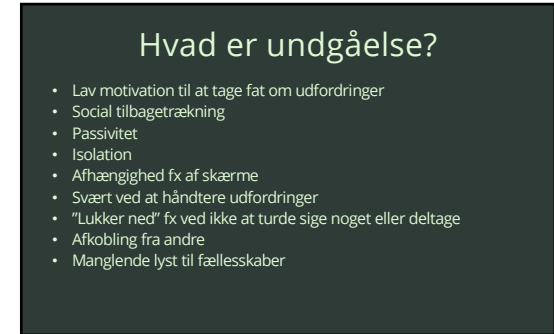
6



7



8



9



10



11



12

Hvad er hvad?

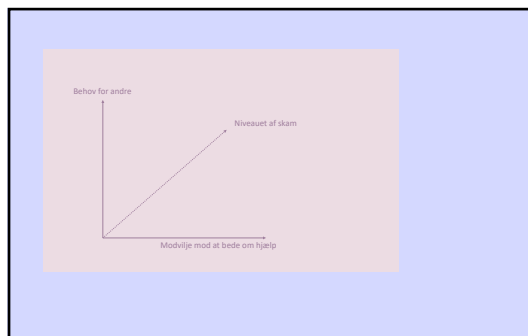
Angst:

- Eksponering for det "farlige"
- Erfaring med forskellen på frygt og fare
- Øget tolerance for uforudsigelighed og kontroltab

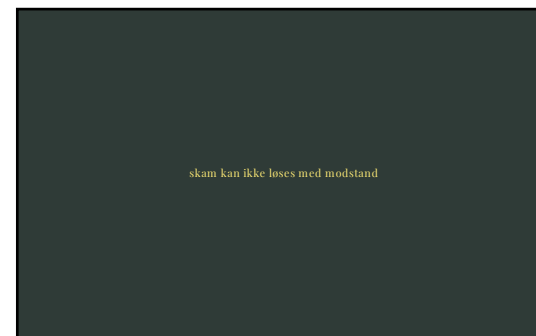
Skam:

- Accept af at følelsen eksisterer
- Erfaring med at vedkende sig følelsen over for andre
- Øget tolerance for sårbarhed og fejlbarlighed

13



14



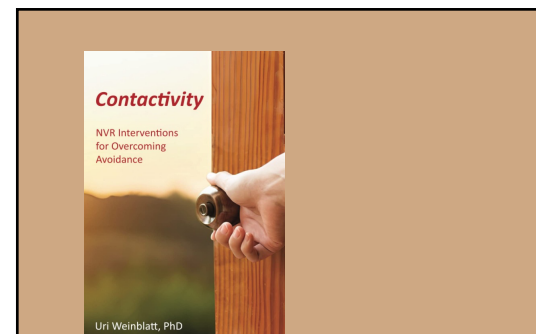
15

OPSØGENDE
SKAM
UNDGÅENDE

16

ADGANG
UNDGÅENDE

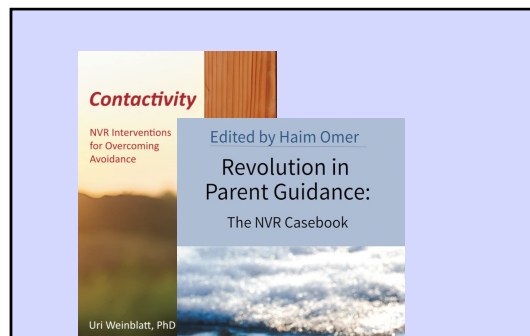
17



19

	NVR	Contactivity
Interpersonelt problem	Konflikter eskaleres	Afkobling og afstand
Reguleringsudfordring	Overreagerer, ustyrlig, eksplosiv	Underreagerer, hæmmet, overkontrolleret
Forandring sker via	Ensidige handlinger "uden om" barnet	Kontakt
Adfærdssændring	Hurtig	Langsom
Forældreegenskaber	Mod, selvkontrol, vedholdenhed	Indbydende, tålmodig, optimistisk

20



21

Problemet med undgåelse

Barnet "stritter imod" både ved egen kraft og gennem aktiveringen af sit sociale system:

- Tilbagetrækning er i sig selv en passiv kontrol – at "stemme med fødderne"
- Familiens særhensyn er (som variant af barnets kontrol) et negativ feedback loop, der beskytter tilstanden af ligevægt mod forstyrrelser udefra
- Etablerer og cementerer mønstre uden adgang (ingen samtale, deltagelse eller kontakt => udhulede og tomme relationer)
- Hurtig vej til afkobling (skolefravær, vendt døgnrytme, social isolation)

22

Tre niveauer af afkobling

- Fra selvet:
 - Svag eller manglende kontakt til egne tanker, følelser og behov, forstyrrer både evnen til at komme fremad og at finde vej til det, man ønsker. Skam over manglende "evner" forstærker afkoblingen.
- Fra andre:
 - Udhulede og tomme relationer mister kapacitet til støtte og samarbejde mod fælles mål. "Social thinning" bliver selvforstærkende.
- Fra fællesskaber:
 - Tab af tilhørsfølelse og tryghed "flokken". Manglende validering og øget selvkritik. Negativ spiral // selvopfyldende profeti.

23

Mere undgåelse = Mere undgåelse

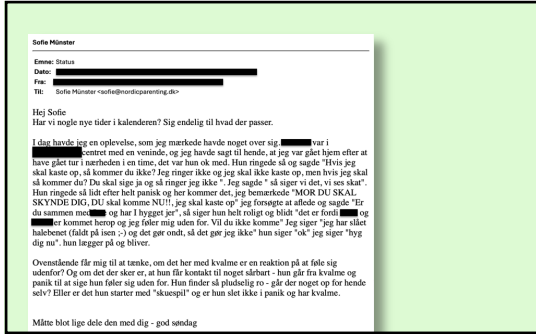
Jeg kunne ikke sidst.
Jeg kan heller ikke nu.

24

Modstå undgåelsesadfærd

- Mere kontakt og aktivitet i barnets liv hæver funktionsniveauet
- Barnet har ikke brug for en redning, men for støtte
- Langsigtede forandring sker i "bunker" af små justeringer
- Det er en del af opgaven for forældre og andre voksne omkring barnet, at de holder fast i troen på bedring – især når barnet mister håbet

25



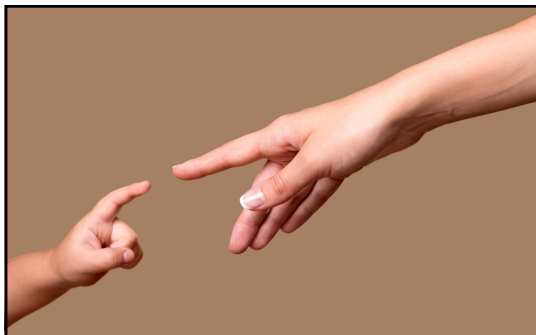
26



27



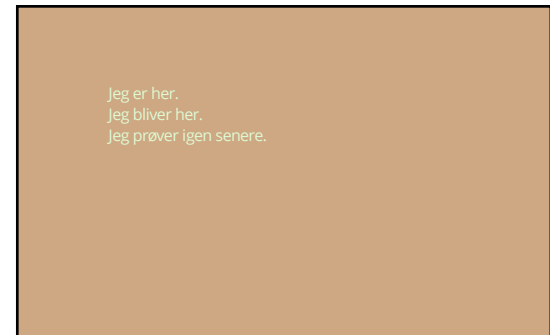
28



29



30



31

En plan for et undgående barn

32

Trin 1

- Vis, at det er mønstre – ikke mennesker – der er udfordringen
- Lav kontrakt om at stoppe...
 - Forhør
 - Forelæsninger om konsekvenser og realiteter
 - Tro-på-dig-selv "pep-talks"
 - Trusler/ultimatummer
 - Forhandlinger (X til gengæld for Y)

33

Trin 1

- Vis, at det er mønstre – ikke mennesker – der er udfordringen
- Lav kontrakt om at stoppe...
 - Forhør
 - Forelæsninger om konsekvenser
 - Tro-på-dig-selv "pep-talks"
 - Trusler/ultimatummer
 - Forhandlinger (X til gengæld fo

34

Trin 2

- Læg plan for forældrene
 - Opbygning af nærvær gennem "markører" (forudsigeligt og gerne aftalt)
 - F.eks. X gange pr dag at gå ind på barnets værelse, sætte sig på sengen og spørge "Har du det ok? Har du brug for noget?" eller andet, der viser interesse uden at kræve en masse
 - F.eks. X gange pr uge at spise sammen som familie
 - Aktivering af netværk (skole, fritid, familie, venner)
 - Fordel rollerne
 - Strukturér og mobilisér

35

Trin 2

- Læg plan for forældrene
 - Opbygning af nærvær gennem "markører" (forudsigeligt og gerne aftalt)
 - F.eks. X gange pr dag at gå ind på barnets værelse, sætte sig på sengen og spørge "Har du det ok? Har du brug for noget?" eller andet, der viser interesse uden at kræve en masse
 - F.eks. X gange pr uge at spise sammen som familie
 - Aktivering af netværk (skole, fritid, familie, venner)
 - Fordel rollerne
 - Strukturér og mobilisér

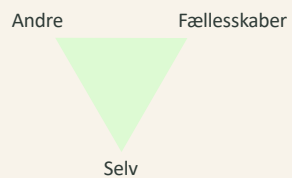
36

Trin 3

- Læg plan for barnet
 - Gradvis udfasning af alle særhensyn, der fastholder situationen
 - Genindslusning i hverdagen (udfordring + forudsigelighed)
 - Normal døgnrytme
 - Frisk luft hver dag
 - Social aktivitet nogle gange om ugen
 - Fritidsinteresser/sport så regelmæssigt som muligt
 - Stabilit og forudsigeligt familieliv

37

Genskab forbindelserne



38

Klassiske faldgruber (og vejen tilbage igen)

- Man forklarer for meget; "terapeutiserer" situationen
 - Skift til korte og konkrete kontaktmarkører
- Man insisterer for meget; invaderer barnets trygge "rum"
 - Skift til forudsigelig og aftalt kontakt. Etablér og respekter grænser.
- Man giver for hurtigt op ved afvisning
 - Mentaliser triggere og træn tolerance. Hjælp forældrene til at hjælpe hinanden.
- Særhensyn stoppes for hurtigt; indsatsen giver bagslag
 - Skab gennemsigtighed og forudsigelig, men hold fast i målet.
- Støtter bliver til "pressere"
 - Genetabler rammerne og opgaven, både hos støtterne og hos barnet. Prøv igen.

39

Tak for i dag!

40

Spørgsmål?



PRO

41